

SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA YANG BEKERJA

SKRIPSI

Diajukan kepada
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
dalam Menyelesaikan Program Strata 1(S1)
dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)



Maftuh Aqil Al Fajri

1607016060

PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Maftuh Aqil Al Fajri

NIM : 1607016060

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA YANG BEKERJA

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 23 Juni 2023

Pembuat Pernyataan,




Maftuh Aqil Al Fajri

NIM. 1607016060

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : SUBJECTIVE WELL BEING MAHASISWA YANG BEKERJA.
Penulis : Maftuh Aqil Al Fajri
NIM : 1607016060
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 29 Juni 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

H. Moh. Arifin S.Ag., M.Hum.
NIP. 19711012 199703 1002

Penguji II

Lainatul Mudzkiyyah, M. Psi., Psikolog.
NIP. 19880503 201601 2901

Penguji III

Dewi Khurun Aini, S. Pd. I., M.A.
NIP. 19860523 201801 2002



Penguji IV

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog.
NIP. 198512022019032010

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP. 19771102 200604 2004

Pembimbing II

Lainatul Muazkiyyah, M. Psi., Psikolog.
NIP. 19880503 201601 2901

PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA YANG BEKERJA
Nama : MAFTUH AQIL AL FAJRI
NIM : 1607016060
Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Wening Wihartanti, S. Psi., M. Si
NIP. 16771102 200604 2004

Semarang, 20 Juni 2023
Yang bersangkutan

Maftuh Aqil Al Fajri
NIM. 1607016060

PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA YANG BEKERJA
Nama : MAFTUH AQIL AL FAJRI
NIM : 1607016060
Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lamatui Mudzkiyyah, S. Psi., M. Psi., Psikolog
NIP. 19880503 201601 2901

Semarang, 20 Juni 2023
Yang bersangkutan

Maftuh Aqil Al Fajri
NIM. 1607016060

KATA PENGANTAR

Assalamuálaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Segala puji hanya bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang dengan kehendak-Nya dan rahmat-Nya yang melimpah, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul "***Subjective Well-Being Mahasiswa yang Bekerja***". Shalawat serta salam tak terhingga kiranya terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sebagai teladan terbaik bagi umat manusia.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada civitas akademika, terutama kepada dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan berharga serta memberikan dukungan moral dan semangat dalam menjalani proses selama penulisan skripsi ini.

Keluarga penulis juga pantas mendapatkan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga. Terima kasih kepada orang tua, saudara, dan keluarga yang selalu memberikan doa, dukungan, dan pengertian dalam perjalanan ini. Semua ini tidak mungkin terjadi tanpa cinta dan keikhlasan mereka.

Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah memberikan semangat, dorongan, dan dukungan yang tak ternilai harganya. Kalian adalah pilar-pilar kuat dalam perjalanan ini, dan kata-kata terima kasih ini tidak akan pernah cukup untuk mengungkapkan rasa terima kasih penulis.

Akhir kata, penulis berharap bahwa penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pemahaman tentang *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi bagi pembaca serta menjadi langkah awal dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang masih membutuhkan eksplorasi lebih lanjut.

Akhirnya, penulis ingin mengingatkan diri sendiri dan pembaca untuk selalu mengabdikan segala usaha kepada Allah SWT, semoga segala yang dicita-citakan dan dilakukan menjadi amal jariyah yang diridhai-Nya.

Semarang, 23 Juni 2023

Penulis,

Maftuh Aqil Al Fajri

NIM. 1607016060

MOTTO

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ
وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

*But perhaps you hate a thing and it is good for you; and perhaps you love a thing
and it is bad for you. And Allah Knows, while you know not.*

(Al Baqarah: 216)

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَهَوًىٰ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ

*And the worldly life is not but amusement and diversion; but the home of the
Hereafter is best for those who fear Allah, so will you not reason?*

(Al An'am: 32)

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَىٰ

And that it is He who makes [one] laugh and weep

(An Najm: 43)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING I.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING II.....	v
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Subjective Well-Being.....	8
1. Definisi <i>Subjective Well-Being</i>	8
2. Dimensi <i>Subjective Well-Being</i>	12
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i>	14
B. Mahasiswa	23
C. <i>Subjective Well-Being</i> Mahasiswa yang Bekerja	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian	27
D. Sumber dan Jenis Data	28
E. Fokus Penelitian	29
F. Teknik Pemilihan Subjek	29
G. Teknik Pengumpulan Data	30
H. Teknik Analisis Data	33
I. Keabsahan Data	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Deskripsi Partisipan.....	39
B. Hasil Temuan dan Analisis Temuan.....	43
1. Deskripsi Hasil Temuan	43
2. Analisis Hasil Temuan	57
C. Pembahasan dan Hasil Penelitian.....	58
BAB V PENUTUP	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	xiv
LAMPIRAN.....	66
RIWAYAT HIDUP.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Panduan Wawancara	44
Tabel 4.1 Waktu dan Tempat Pelaksanaan Wawancara Partisipan	59
Tabel 4.2 Temuan Dimensi SWB Mahasiswa yang Bekerja	76
Tabel 4.3 Temuan Faktor yang Mempengaruhi SWB Mahasiswa yang Bekerja	77

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Skema <i>Subjective Well-Being</i> Mahasiswa yang Bekerja	36
Skema 3.1 Skema Paradigma Triangulasi.....	52
Skema 4.1 Skema SWB Partisipan 1.....	60
Skema 4.2 Skema SWB Partisipan 2.....	61
Skema 4.3 Skema SWB Partisipan 3.....	62

Subjective Well-Being of Working Students: A Qualitative Phenomenological Study
Abstract

In this era of disruption, being a student who plays a dual role as an employee has become increasingly common. This study aims to investigate the phenomenon of subjective well-being experienced by students who work during their educational journey. This phenomenon is prevalent among students who choose to work while pursuing their education. The research adopts a qualitative phenomenological approach to understand the subjective experiences and interpretations of students facing this situation. Data were collected through semi-structured in-depth interviews with three students who met specific criteria, and then analysed using the Descriptive Phenomenological Analysis (DPA) method. The results of this study are presented descriptively, revealing several important aspects that indicate the subjective well-being of working students, including levels of life satisfaction, positive and negative affect, and factors influencing their well-being. The satisfaction with life among students varies, depending on the extent to which they can balance work, studies, and life experiences. They also experience different positive and negative emotions related to their jobs. These findings depict the complexity and diversity of experiences among working students in achieving their subjective well-being. This research provides valuable insights into the factors that can influence the well-being of working students.

Keywords: *Subjective Well-Being, Working Students, life satisfaction.*

Subjective Well-Being Mahasiswa yang Bekerja: Studi Fenomenologi Kualitatif

Intisari

Di era disrupsi ini, menjadi mahasiswa yang berperan ganda sebagai pekerja juga sudah sangat umum terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki fenomena subjective well-being yang dialami oleh mahasiswa yang menjalankan pekerjaan selama masa pendidikan mereka. Fenomena ini umum terjadi di kalangan mahasiswa yang memilih untuk bekerja seiring dengan mengikuti pendidikan mereka. Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan fenomenologi kualitatif untuk memahami pengalaman subjektif dan interpretasi yang diberikan oleh mahasiswa yang menghadapi situasi tersebut. Data diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dengan sejumlah 3 mahasiswa yang memenuhi kriteria tertentu, dan kemudian dianalisis menggunakan metode Descriptive Phenomenological Analysis (DPA). Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk deskriptif yang mengungkapkan beberapa aspek penting yang menunjukkan subjective well-being mahasiswa yang bekerja, termasuk tingkat kepuasan hidup, afek positif dan negatif, serta faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan mereka. Kepuasan hidup mahasiswa bervariasi, tergantung pada sejauh mana mereka mampu menyeimbangkan antara bekerja dan kuliah serta pengalaman hidup mereka. Mereka juga mengalami perasaan positif dan negatif yang berbeda terkait dengan pekerjaan mereka. Temuan-temuan ini menggambarkan kompleksitas dan keragaman pengalaman mahasiswa yang bekerja dalam mencapai subjective well-being mereka. Penelitian ini memberikan wawasan penting mengenai faktor-faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan mahasiswa yang bekerja.

Kata kunci: *Subjective Well-Being, Mahasiswa yang Bekerja, kepuasan hidup.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era disrupsi yang melanda berbagai bidang, adaptasi menjadi tuntutan yang sangat tinggi, terutama bagi generasi muda yang merupakan demografi terbesar di Indonesia (Syaharani, 2023). Generasi muda saat ini menghadapi tantangan yang kompleks, di mana kemajuan teknologi dan akses mudah terhadap informasi telah menciptakan lingkungan yang memungkinkan mereka untuk melakukan komparasi diri dengan orang lain yang telah berada pada pencapaian yang jauh lebih tinggi. Hal ini dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap diri sendiri, terutama bagi mahasiswa akhir yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan membantu perekonomian keluarganya, di samping itu juga tetap berusaha menyelesaikan studi akademiknya.

Mahasiswa akhir yang berada dalam situasi ini mungkin mengalami berbagai perasaan dan tekanan emosional yang signifikan. Rasa khawatir, takut, stres, dan kelelahan yang muncul akibat tuntutan yang ada dapat melahirkan rasa bimbang dalam menghadapi masa depan. Mereka mungkin merasa terjebak di antara tanggung jawab mereka untuk bekerja, memenuhi kebutuhan finansial, dan menyelesaikan tugas akademik mereka dengan baik.

Dalam konteks ini, penting untuk memahami pengalaman subjektif mahasiswa akhir yang bekerja terkait dengan *subjective well-being* mereka. *Subjective well-being* merupakan konstruksi psikologis yang tidak hanya berkaitan dengan apa yang dimiliki oleh seseorang atau apa yang terjadi pada mereka, tetapi lebih pada bagaimana mereka berpikir dan merasakan tentang apa yang mereka miliki dan apa yang terjadi pada mereka (Maddux, 2018). *Subjective well-being* mencakup evaluasi subjektif mengenai kehidupan, termasuk tingkat kepuasan hidup, emosi positif dan negatif, serta rasa kesejahteraan secara umum.

Penelitian tentang pengalaman subjektif mahasiswa akhir yang bekerja terkait dengan *subjective well-being* masih cukup menarik di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian kualitatif ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang perjalanan emosional subjektif mahasiswa dalam konteks tersebut. Penelitian ini akan menggali pengalaman, persepsi, dan respons emosional mahasiswa akhir yang bekerja terhadap tuntutan adaptasi, perbandingan dengan orang lain, serta ketidakpastian mengenai masa depan. Selain itu, peran teknologi dan media sosial juga memiliki dampak signifikan pada pengalaman mahasiswa akhir yang bekerja. Era disrupsi ini telah memperluas akses mereka terhadap berbagai platform digital yang memungkinkan mereka untuk terkoneksi dengan orang lain, mencari informasi, dan membagikan pengalaman mereka. Namun, hal ini juga membawa risiko penggunaan yang berlebihan dan komparasi sosial yang tidak sehat.

Mahasiswa akhir yang bekerja mungkin tergoda untuk membandingkan pencapaian mereka dengan teman seangkatannya yang sudah lulus dan telah memulai karier yang cukup bagus. Media sosial sering kali menjadi wadah yang memperlihatkan kehidupan yang terlihat sempurna dan prestasi-prestasi yang membanggakan. Hal ini dapat memperburuk perasaan tidak cukup dan kecemasan mengenai masa depan. Oleh karena itu, penting untuk menggali faktor media sosial pada perjalanan emosional subjektif mahasiswa akhir yang bekerja, serta bagaimana penggunaan yang sehat dan bijak dari media sosial agar dapat menjaga dan mengonstruksi *subjective well-being* mereka.

Menurut Harris C. Triandis perbedaan budaya tercermin dalam bagaimana individu mengutamakan aspek-aspek diri yang paling mencolok. (Maddux, 2018) Setiap budaya memiliki pandangan yang berbeda tentang apa yang dianggap penting dalam membentuk identitas individu. Misalnya, dalam beberapa budaya, nilai-nilai keluarga dan hubungan sosial mungkin menjadi fokus utama, sementara dalam budaya lain, pencapaian pribadi dan kesuksesan mungkin lebih ditekankan. Selain itu, budaya juga dapat mempengaruhi cara individu memandang diri mereka sendiri, seperti konsep kebebasan individual, ketergantungan pada komunitas, atau pentingnya harmoni dengan lingkungan

alam. Oleh karena itu, penting untuk mengakui bahwa cara individu mengartikan dan menghargai aspek diri yang paling kentara dapat berbeda secara signifikan di antara budaya-budaya yang berbeda. Dalam konteks sosial dan budaya Indonesia, pencapaian akademik dan lulus dari perguruan tinggi merupakan tujuan yang penting dan dihargai.

Namun, bagi mahasiswa akhir yang juga bekerja, terdapat tekanan yang lebih besar untuk segera menyelesaikan studi dan mencapai kesuksesan dalam karier mereka. Mereka mungkin mengalami perasaan tidak cukup atau kurang kompeten karena belum mencapai level yang diharapkan dalam bidang keilmuan mereka. Selain itu, mereka juga mungkin merasa terbebani dengan ekspektasi keluarga, teman sebaya, dan masyarakat umum yang mengharapkan mereka untuk sukses setelah lulus.

Dalam konteks ekonomi Indonesia, fenomena mahasiswa yang bekerja selama masa studi mereka semakin umum terjadi. Berbagai faktor seperti keterbatasan keuangan, tanggung jawab keluarga, dan kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka sendiri, mendorong mahasiswa untuk mencari pekerjaan paruh waktu atau bahkan *full-time*. Namun, bekerja sambil kuliah juga membawa dampak psikologis yang signifikan pada mahasiswa tersebut.

Mahasiswa yang menjalani dua peran sebagai pekerja dan mahasiswa sering mengalami konflik waktu dan tuntutan yang bertentangan. Mereka harus menyeimbangkan antara tugas akademik, tanggung jawab pekerjaan, serta kehidupan sosial mereka. Ketika mereka melihat teman seangkatannya lulus dan memasuki dunia kerja yang diinginkan, mahasiswa yang bekerja sering merasa tertinggal dan cemas tentang prospek karier mereka di masa depan.

Tuntutan untuk tetap bisa memenuhi kebutuhan dasar individu, dan ditambah tuntutan lingkungan untuk menyelesaikan studi yang sedang dijalannya, dan seringnya individu mengalami ketidaksesuaian antara keahlian dan pekerjaan yang dilakukan dikarenakan kebutuhan yang harus mereka upayakan, dapat mengalami distorsi pada *subjective well-being*. Ketidakpuasan terhadap pekerjaan yang tidak sesuai dengan keilmuan dapat berdampak negatif pada evaluasi subjektif individu terhadap kehidupannya secara

keseluruhan. Hal ini dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidup, kecenderungan emosi negatif yang lebih tinggi, dan kurangnya rasa kesejahteraan secara umum.

Dengan pemahaman yang lebih baik *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi institusi pendidikan, konselor, dan pihak terkait dalam mendukung mahasiswa menghadapi tantangan tersebut. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program atau intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa akhir yang bekerja dan membantu mereka mengatasi dampak negatif dari peran ganda yang diemban oleh subjek tersebut.

Dengan mempertimbangkan latar belakang yang telah dijelaskan, penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang perjalanan emosional subjektif mahasiswa yang bekerja di era disrupsi ini. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang pengaruh faktor-faktor seperti ketidaksesuaian antara keilmuan dan pekerjaan, perbandingan sosial, dan penggunaan media sosial terhadap *subjective well-being* mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan strategi dan intervensi yang efektif dalam meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa yang menghadapi tantangan ini, serta memberikan arahan bagi kebijakan pendidikan yang lebih mendukung mereka dalam menghadapi era disrupsi dengan lebih baik.

B. Rumusan Masalah

Merujuk dari latar belakang yang dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja?

C. Tujuan penelitian

Mengacu pada permasalahan yang telah disajikan, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menggambarkan *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja.

2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap dengan adanya penelitian tentang *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis, Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan memberikan kontribusi dalam pengetahuan ilmu psikologi mengenai kajian tentang *subjective well-being* pada individu yang memiliki peran ganda sebagai penuntut ilmu dan pekerja.
2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat mengkaji *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja dalam berbagai perspektif sehingga bisa menjadi sumber informasi dan bahan referensi peneliti selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Dalam upaya untuk menghindari pengulangan dan kerancuan dalam penelitian yang berkaitan dengan topik yang sama, peneliti melakukan peninjauan yang mendalam terhadap temuan dan metode yang telah digunakan dalam penelitian terdahulu. Melalui penelaahan terperinci ini, peneliti berusaha untuk memahami kontribusi penelitian sebelumnya, identifikasi celah pengetahuan yang masih ada, serta menentukan pendekatan yang tepat untuk studi baru yang sedang dilakukan. Dengan demikian, tinjauan pustaka ini menjadi langkah penting dalam membangun landasan teoritis yang kuat dan memastikan bahwa penelitian yang dilakukan tidak hanya mengulangi temuan yang sudah ada, tetapi juga memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perkembangan pengetahuan di bidang tersebut.

Berikut adalah hasil dari peninjauan kepustakaan yang dilakukan peneliti dan dapat dijadikan sebagai komparasi yang relevan oleh penulis, yaitu penelitian yang ditulis oleh Zuhrotul Ulya pada tahun 2019 dengan judul *Studi Fenomenologi Subjective Well-Being pada Klien Pemasarakatan di Bapas Kelas I Semarang*. Penelitian tersebut merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini membahas tentang bagaimana penilaian klien pemasarakatan di Bapas Kelas I Semarang tentang kehidupan

barunya setelah keluar dari lapas. Faktor-faktor yang mempengaruhi seperti penerimaan diri, semangat untuk hidup, dukungan sosial, penolakan lingkungan dan kepuasan hidup yang membentuk *subjective well-being* yang berbeda pada klien yang diteliti. Persamaan yang diteliti dalam penelitian ini adalah aspek *subjective well-being* dan faktor pembentuknya. Sedangkan perbedaannya yaitu subjek yang dikaji dalam penelitian tersebut adalah klien masyarakat, sedangkan penulis fokus pada subjek mahasiswa yang bekerja.

Selanjutnya, penelitian yang disusun oleh Eka Septarianda pada tahun 2019 yang memiliki judul *Hubungan Subjective Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan*. Studi tersebut merupakan studi kuantitatif korelasional. Subjek yang diteliti dalam studi ini berjumlah lima puluh delapan anak yang bertempat tinggal di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame dengan Teknik *sampling total*. Menggunakan 3 skala psikologi, yakni HFS (*Heartland Forgiveness Scale*) yang berjumlah 18 item, SWLS (*Satisfaction with Life Scale*) dengan 25 item dan PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) dengan 13 item. Data yang didapatkan dianalisis menggunakan Teknik korelasi *product moment* dengan dibantu *software SPSS 21 for Windows*, dan menghasilkan bahwa hipotesis diterima dengan sumbangan efektif sebesar 56,504%, yakni terdapat hubungan yang positif antara *forgiveness* dengan *subjective well-being*. Persamaan dalam penelitian ini meneliti tentang *subjective well-being* subjek penelitian. Sedangkan perbedaannya adalah penggunaan metode yang berbeda di mana penelitian tersebut memakai metode penelitian kuantitatif korelasional sedangkan penulis memakai metode penelitian kualitatif fenomenologi.

Selanjutnya, yaitu penelitian yang ditulis oleh Najla Lathifah Aryanur pada tahun 2021 yang memiliki judul *Hubungan antara Subjective Well-Being dengan Organizational Citizenship Behaviour pada Karyawan PT. Mitra Beton Mandiri*. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Jumlah subjek yang digunakan berjumlah enam puluh karyawan di PT. Mitra Beton Mandiri Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu PANAS (*Positive Affect and Negative Affect schedule*), skala

Organizational Citizenship Behaviour, dan skala *Satisfaction with Life Scale*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment* Pearson dengan hasil signifikansinya 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,631 dengan sumbangan efektif sebesar 39,8% yang berarti bahwa terdapat hubungan positif antara *subjective well-being* dengan *organizational citizenship behaviour* pada karyawan PT. Mitra Beton Mandiri Pekanbaru. Persamaan pada penelitian ini adalah aspek *subjective well-being* pada subjek penelitian. Sedangkan perbedaannya adalah penggunaan metodologi yang dipilih di mana penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional sedangkan penulis menggunakan metodologi kualitatif fenomenologi.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dipaparkan di atas yang masih ada relevansi dan korelasi dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu tentang *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian-penelitian tersebut memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis dalam subjek dan pendekatan yang dilakukan. Penelitian yang akan dilakukan oleh penulis sendiri adalah penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi di mana lebih berfokus pada pengalaman subjek penelitian atau narasumber dari penelitian ini. Persamaan dalam pemilihan aspek *subjective well-being* menjadi hal umum dan tidak mengesampingkan kebaruan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Subjective Well-Being

1. Definisi *Subjective Well-Being*

Sebagaimana terminologi yang umum ditemukan di berbagai lini keilmuan. *Subjective well-being* sendiri memiliki arti secara harfiah dan istilah yang variatif. Dalam *Oxford Advanced Learner's Dictionary* (2005), kata *subjective* memiliki makna etimologis *influenced by personal feelings* atau *based on personal ideas or opinions rather than facts and therefore sometimes unfair*. Jika dikonversikan ke dalam Bahasa Indonesia *subjective* adalah kata sifat yang memiliki arti hal yang berdasarkan oleh perasaan pribadi atau suatu hal yang berdasarkan gambaran dan persepsi pribadi daripada fakta dan oleh karenanya sering tidak tepat.

Sedangkan *well-being* dalam sumber yang sama memiliki makna etimologis adalah *the state of being healthy, happy, or prosperous; physical, psychological, or moral welfare*. Mudahnya bermakna sebuah keadaan yang sehat, bahagia, atau sejahtera; berupa kesejahteraan fisik, psikologis, ataupun moral.

Menurut Ryan dan Deci (Primasani, 2005), terdapat dua pendekatan yang dapat digunakan untuk menjelaskan dan memahami *well-being*, yaitu pendekatan *eudaimonic* dan *hedonic*. Kedua pendekatan ini menawarkan perspektif yang berbeda tentang sifat dan komponen *well-being*. Pendekatan *eudaimonic* melihat *well-being* sebagai lebih dari sekadar pencapaian kesenangan atau kebahagiaan sesaat. Pendekatan ini menekankan pada aspek yang lebih mendalam dari kehidupan individu, yaitu pencapaian dan realisasi potensi diri serta pencarian tujuan hidup yang memiliki makna dan nilai yang tinggi (Ryff dkk., 2021). Dalam pandangan *eudaimonic*, *well-being* dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan psikologis yang mendasar dan pengalaman yang memberikan kepuasan jangka panjang.

Konsep utama yang digunakan dalam pendekatan *eudaimonic* adalah *psychological well-being*, yang mencakup dimensi seperti makna hidup, pemahaman diri, pengembangan pribadi, penerimaan diri, dan hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Dalam konteks pendekatan *hedonic* menganggap *well-being* terdiri dari kebahagiaan yang subjektif dan difokuskan pada pengalaman positif yang memberikan kepuasan. Pandangan *hedonic* memperhatikan aspek-aspek emosional dan hedonistik dalam kehidupan seseorang. Pendekatan ini menekankan pentingnya kepuasan dan kesenangan yang diperoleh melalui kegiatan yang menyenangkan serta menghindari pengalaman yang tidak menyenangkan. Dalam konteks ini, konsep yang umum digunakan adalah *subjective well-being*, yang melibatkan penilaian individu terhadap kehidupan mereka secara keseluruhan, kepuasan hidup, kebahagiaan subjektif, dan emosi positif.

Kedua pendekatan ini memberikan pemahaman yang berbeda tentang *well-being*, namun keduanya juga saling terkait. Pendekatan *eudaimonic* menekankan pada aspek makna dan pertumbuhan pribadi, sementara pendekatan *hedonic* fokus pada kepuasan dan kebahagiaan subjektif. Dalam realitas kehidupan sehari-hari, *well-being* sering kali mencakup elemen-elemen dari kedua pendekatan ini. Individu dapat merasa lebih baik secara psikologis ketika mereka mengalami pengalaman positif yang memberikan kebahagiaan dan juga ketika mereka merasa hidup mereka memiliki makna dan mereka dapat mengaktualisasikan potensi diri mereka. Oleh karena itu, penggabungan pendekatan *eudaimonic* dan *hedonic* dalam pemahaman *well-being* dapat memberikan perspektif yang lebih komprehensif dan holistik tentang kebahagiaan dan kesejahteraan individu. Kesehatan, kebahagiaan dan kesejahteraan yang meliputi kesejahteraan fisik, psikis ataupun moral yang diyakini individu.

Dalam perspektif Lyubomirsky, *subjective well-being* merujuk pada pengalaman individu dalam hal kebahagiaan, kepuasan, dan kesejahteraan positif. Konsep ini melibatkan perasaan yang timbul dari pengalaman positif, serta persepsi bahwa hidup seseorang berjalan baik, memiliki

makna, dan bernilai (Maddux, 2018). Subjek yang mengalami *subjective well-being* umumnya merasakan kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari dan merasa puas dengan pencapaian mereka.

Sedangkan dalam pandangan Diener, *subjective well-being* adalah konsep yang mengacu pada evaluasi subjektif individu terhadap kehidupan mereka secara keseluruhan (Ed Diener & Scollon, 2003). Hal ini melibatkan pemahaman dan penilaian pribadi tentang kepuasan hidup, pengalaman emosional yang menyenangkan, perasaan pemenuhan, serta kepuasan dengan berbagai aspek kehidupan seperti perkawinan, pekerjaan, dan tingkat emosi yang dialami.

Dalam dimensi kepuasan hidup, *subjective well-being* mencerminkan sejauh mana individu merasa puas dan memuaskan dengan keadaan umum kehidupan mereka. Ini melibatkan penilaian tentang pencapaian tujuan, kualitas hubungan sosial, stabilitas keuangan, dan kepuasan dalam hal-hal seperti kesehatan fisik dan mental.

Selain itu, *subjective well-being* juga mencakup pengalaman emosional positif yang dirasakan individu dalam kehidupan sehari-hari. Ini melibatkan emosi positif seperti kebahagiaan, sukacita, dan kepuasan yang dialami individu. Pengalaman emosional yang menyenangkan ini dapat muncul dari hubungan yang positif dengan orang lain, pencapaian pribadi, atau aktivitas yang memberikan kegembiraan.

Selanjutnya, perasaan pemenuhan merupakan komponen penting dari *subjective well-being*. Individu yang merasa puas dan merasa bahwa kebutuhan psikologis dan sosial mereka terpenuhi cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Pemenuhan ini mencakup kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Subjective well-being juga terkait dengan kepuasan dengan berbagai aspek kehidupan, seperti perkawinan, pekerjaan, dan tingkat emosi yang dialami. Individu yang merasa puas dalam pernikahan mereka, menikmati pekerjaan yang mereka lakukan, dan memiliki tingkat emosi yang stabil dan positif cenderung memiliki *subjective well-being* yang lebih tinggi.

Termaktub dalam Al-Qur'an Surat Ibrahim ayat 7 menjelaskan:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih". Juga dijelaskan Hadits Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dari Abu Hurairah berkata:

لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ وَلَكِنَّ الْغِنَى غِنَى النَّفْسِ (رواه المسلم)

"Bukanlah sebuah kekayaan kekayaan berupa harta, akan tetapi kekayaan yang sesungguhnya adalah kekayaan jiwa" (H.R. Muslim). Dalam ayat dan Hadits di atas secara garis besar membahas aspek yang berkaitan dengan *subjective well-being* seperti tentang *life satisfaction* atau kepuasan hidup dengan diksi rasa syukur dan berkesinambungan dengan bahwa kekayaan sesungguhnya adalah kekayaan jiwa yang meliputi kognisi dan afeksi. Hadits ini cukup relevan dengan pandangan Diener, Biswas-Diener, Wirtz, Tov, Kim-Prieto, Oishi, & Choi, dan Utami tentang kepuasan hidup dan afek positif dan negatif yang menjadi hal yang pokok di dalam *subjective well-being* (Hasibuan dkk., 2018).

Subjective well-being merupakan konsep yang luas, gambaran komprehensif dan multidimensional yang mencerminkan evaluasi subjektif individu terhadap kehidupan mereka. Ini melibatkan penilaian tentang kepuasan hidup, pengalaman emosional positif, perasaan pemenuhan, serta kepuasan dengan berbagai aspek kehidupan. Dalam rangkaian konsep ini, *subjective well-being* memberikan gambaran tentang bagaimana individu merasakan dan menilai kehidupan mereka secara pribadi.

2. Dimensi *Subjective Well-Being*

Mengacu pada definisi *subjective well-being* yang telah dijelaskan sebelumnya, *subjective well-being* memiliki beberapa dimensi, antara lain adalah:

a. Dimensi Kognisi

Dimensi kognisi dalam *subjective well-being* adalah Komponen kognisi dalam *subjective well-being*, yang merujuk pada penilaian global tentang kualitas hidup, melibatkan proses kognisi yang kompleks dan mendalam untuk mengevaluasi kondisi hidup seseorang. Dalam komponen ini, individu secara sadar mempertimbangkan berbagai aspek kehidupan mereka dan melakukan penilaian yang lebih terperinci terhadap setiap aspek tersebut.

Salah satu aspek yang dievaluasi adalah hubungan sosial. Individu mempertimbangkan kualitas interaksi dan keterhubungan mereka dengan orang lain, termasuk keluarga, teman, dan komunitas. Mereka memikirkan sejauh mana hubungan ini memenuhi kebutuhan emosional, memberikan dukungan, dan menyebabkan perasaan keterhubungan yang positif.

Aspek lain yang dinilai adalah pekerjaan. Individu mengevaluasi sejauh mana pekerjaan mereka memberikan kepuasan, tantangan, penghargaan, dan kesempatan untuk berkembang. Mereka juga mempertimbangkan keharmonisan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi, serta tingkat kepuasan dengan kemajuan karier dan stabilitas finansial.

Kesehatan fisik dan mental juga menjadi fokus penilaian. Individu menggambarkan tingkat kesehatan mereka, termasuk tingkat energi, kebugaran fisik, dan kebebasan dari penyakit atau ketidaknyamanan. Mereka juga mengevaluasi tingkat kesehatan mental, termasuk kebahagiaan, ketenangan pikiran, dan ketahanan terhadap stres.

Selain itu, pencapaian pribadi menjadi pertimbangan penting. Individu menilai sejauh mana mereka mencapai tujuan yang telah ditetapkan, mengembangkan potensi pribadi, dan meraih kepuasan dari

prestasi mereka. Mereka juga mempertimbangkan kebermaknaan hidup, termasuk kontribusi yang mereka berikan kepada orang lain dan perasaan makna dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam proses evaluasi ini, individu bergerak dari tingkat ketidakpuasan hingga tingkat kepuasan yang tinggi terhadap kondisi hidup mereka. Mereka secara objektif menilai setiap aspek kehidupan dengan mempertimbangkan harapan, nilai-nilai, preferensi, dan perbandingan dengan orang lain. Keseluruhan penilaian ini membentuk gambaran yang lebih mendetail tentang kehidupan seseorang dan tingkat kepuasannya, serta memberikan landasan bagi pengambilan keputusan dan perubahan yang mungkin diperlukan untuk meningkatkan *subjective well-being*.

b. Dimensi Afeksi

Subjective well-being merujuk pada evaluasi yang dilakukan oleh individu terhadap kehidupannya, mencakup tingkat kepuasan hidup dan perasaan yang dialami (Diener, 2012). Konstruk ini memiliki beberapa komponen yang harus dipahami secara menyeluruh (Stones & Kozma, 1985). *Mood* dan emosi, yang disebut sebagai afeksi menjadi salah satu dimensi yang dimiliki oleh *subjective well-being*, merepresentasikan evaluasi individu terhadap setiap peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya (Diener dkk., 1999). Dimensi afeksi dari *subjective well-being* terdiri dari afek positif (*positive affect/PA*) dan afek negatif (*negative affect/NA*) yang menggambarkan jumlah pengalaman menyenangkan dan tidak menyenangkan yang dialami individu sepanjang hidupnya (Schimmack, 2008).

Dalam hal kepuasan hidup, *subjective well-being* merefleksikan tingkat kepuasan individu terhadap berbagai aspek kehidupannya, termasuk pekerjaan, hubungan interpersonal, kesehatan, dan pencapaian pribadi. Individu yang memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi cenderung merasa puas, bahagia, dan terpenuhi dengan keadaan hidup mereka secara keseluruhan.

Selain kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif juga merupakan komponen penting dari *subjective well-being*. Afek positif mengacu pada emosi positif seperti kegembiraan, sukacita, dan ketenangan. Individu yang memiliki tingkat afek positif yang tinggi cenderung mengalami emosi positif secara berkelanjutan dan memiliki sikap yang optimis terhadap kehidupan. Di sisi lain, afeksi negatif mencakup emosi negatif seperti kesedihan, kecemasan, dan kemarahan. Individu yang mengalami tingkat afek negatif yang tinggi cenderung merasa terganggu, tidak bahagia, dan cenderung memiliki pandangan pesimis terhadap kehidupan.

Dalam keseluruhan, *subjective well-being* merupakan gambaran yang lebih mendalam mengenai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Hal ini melibatkan tidak hanya kepuasan hidup, tetapi juga pengalaman emosional yang dialami individu dalam menghadapi peristiwa-peristiwa dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan memahami dengan baik konstruk ini, kita dapat lebih memahami dan meningkatkan kualitas kehidupan seseorang.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being*

Subjektifitas kesejahteraan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang (Compton, 2005). Dalam konteks ini, subjektifitas merujuk pada persepsi individu tentang kualitas hidup mereka, termasuk evaluasi mereka terhadap aspek-aspek seperti kepuasan dalam hubungan, pencapaian tujuan, kesehatan, dan keadaan emosional mereka. Tinggi atau rendahnya nilai kebahagiaan dan kepuasan hidup individu bergantung pada sejauh mana mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka secara keseluruhan.

Menggambarkan subjektifitas kesejahteraan secara rinci, penting untuk memperhatikan bahwa setiap individu memiliki persepsi yang unik terhadap kesejahteraan mereka sendiri. Beberapa faktor yang mempengaruhi subjektifitas kesejahteraan termasuk latar belakang sosial, nilai-nilai personal, dan pengalaman hidup individu tersebut. Misalnya, individu dengan dukungan sosial yang kuat dan hubungan yang positif

cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mengalami isolasi sosial atau konflik interpersonal. Berikut faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu, yakni:

a. *Self Esteem* (Harga Diri)

Self-esteem yang positif merupakan variabel yang sangat penting dalam mempengaruhi *subjective well-being* seseorang. Evaluasi yang individu lakukan terhadap diri sendiri berperan dalam menentukan bagaimana mereka menilai kepuasan dalam hidup dan tingkat kebahagiaan yang mereka rasakan. Individu yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung mengalami kesulitan dalam merasa puas dengan kehidupan mereka dan sering kali merasa tidak bahagia.

Self-esteem dapat dijelaskan sebagai pandangan positif atau negatif yang individu miliki tentang diri mereka sendiri. Jika seseorang memiliki *self-esteem* yang positif, mereka cenderung memiliki keyakinan yang kuat pada kemampuan dan nilai-nilai diri sendiri. Hal ini memberi mereka rasa percaya diri dan mendorong mereka untuk mencapai tujuan hidup dan menghadapi tantangan dengan sikap yang positif. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah sering kali meragukan kemampuan dan nilai-nilai diri mereka sendiri, yang dapat menghambat upaya mereka dalam mencapai kepuasan dan kebahagiaan.

Self-esteem sendiri termasuk dalam konsep dari *hierarchy of needs* Abraham Maslow. Maslow menggambarkan kebutuhan ini sebagai tahap keempat dalam hierarki kebutuhan manusia setelah kebutuhan akan cinta dan kasih sayang terpenuhi. *Self-esteem* mencakup perasaan dan keyakinan individu terhadap nilai diri mereka, rasa kompetensi, dan penghargaan dari orang lain (McLeod, 2018).

Ketika seseorang mencapai tahap *self-esteem*, mereka merasa memiliki harga diri yang kuat, percaya pada kemampuan dan potensi mereka sendiri. Kebutuhan ini melibatkan rasa percaya diri, rasa hormat dari orang lain, dan rasa prestasi yang berasal dari keberhasilan pribadi. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang baik cenderung memiliki

keyakinan diri yang kuat, dapat mengambil risiko, dan mampu menghadapi tantangan dengan percaya diri.

Dalam konteks *hierarchy of needs* Maslow, mencapai *self-esteem* memberikan rasa penuh penghargaan dan kenyamanan psikologis. Ketika individu merasa dihargai dan diakui oleh orang lain, mereka merasa diterima dan diintegrasikan dalam kelompok sosial. Hal ini berkontribusi pada rasa keamanan dan sosial yang lebih tinggi dalam kehidupan seseorang.

Self-esteem yang positif juga berhubungan dengan fungsi adaptif yang baik dalam setiap aspek kehidupan. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik, termasuk hubungan romantis, persahabatan, dan hubungan keluarga. Mereka cenderung merasa lebih puas dengan interaksi sosial mereka dan dapat membangun hubungan yang saling mendukung dan positif. Selain itu, *self-esteem* yang positif juga berkontribusi pada kesejahteraan emosional yang lebih baik, di mana individu lebih mampu mengelola emosi negatif dan mengatasi stres hidup.

Dalam konteks pencapaian tujuan hidup, individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung lebih termotivasi dan percaya diri dalam meraih tujuan mereka. Mereka memiliki keyakinan yang kuat pada kemampuan mereka untuk mencapai sukses dan berkontribusi secara positif dalam kehidupan mereka. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah sering kali merasa tidak mampu dan ragu-ragu dalam menghadapi tantangan, yang dapat menghambat kemajuan dan menciptakan ketidakpuasan.

Dengan demikian, *self-esteem* yang positif memiliki peran yang signifikan dalam *subjective well-being* seseorang. Memiliki pandangan positif tentang diri sendiri memungkinkan individu untuk merasa puas dengan hidup mereka dan menikmati tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Selain itu, *self-esteem* yang positif juga berhubungan dengan kemampuan adaptasi yang baik dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan interpersonal dan pencapaian tujuan. Oleh karena

itu, membangun *self-esteem* yang positif merupakan hal penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan subjektif individu.

b. *Self-Control* (Kontrol Diri)

Self-control merujuk pada kemampuan individu untuk mengatur dan mengendalikan diri mereka sendiri, terutama dalam menghadapi godaan dan impuls yang dapat mengganggu pencapaian tujuan hidup dan kepuasan diri. Menurut Averill *self-control* merupakan kemampuan individu dalam memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengatur dan mengolah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkannya, dan kemampuan individu memilih suatu tindakan berdasarkan keyakinannya (Ghufron & Risnawati, 2011). Individu yang memiliki tingkat *self-control* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Mereka mampu mengontrol dan mengelola perilaku mereka dengan bijaksana, seperti mengatur pola makan yang sehat, menjaga kebiasaan tidur yang baik, dan berkomitmen pada gaya hidup yang seimbang. Dengan demikian, mereka memiliki kecenderungan untuk memiliki kondisi fisik yang lebih baik, merasa lebih energik, dan mengalami tingkat kesehatan yang lebih tinggi secara keseluruhan.

Selain itu, *self-control* yang kuat juga berhubungan dengan pencapaian tujuan hidup yang lebih baik. Individu dengan kemampuan untuk menahan diri dari kesenangan sementara atau godaan yang merugikan, mampu fokus pada tujuan jangka panjang mereka dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapainya. Hal ini memberikan mereka rasa pencapaian diri dan kepuasan karena mereka melihat progres dalam mencapai tujuan hidup mereka. Sebaliknya, individu yang kurang memiliki *self-control* cenderung terjebak dalam siklus perilaku impulsif dan sering kali merasa frustrasi karena sulit mencapai tujuan yang diinginkan.

Selain aspek fisik dan pencapaian tujuan, *self-control* juga berperan dalam kesejahteraan emosional individu. Kemampuan untuk mengendalikan emosi dan menahan diri dari respons impulsif pada

situasi yang menantang atau stres dapat membantu individu menjaga keseimbangan emosional mereka. Mereka mampu mengatasi perasaan negatif dengan lebih baik dan menciptakan pola pikir yang lebih positif. Hal ini berkontribusi pada tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Dengan demikian, *self-control* memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif individu. Kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan diri sendiri dalam berbagai aspek kehidupan memungkinkan individu untuk mencapai tingkat kepuasan dan kebahagiaan yang lebih tinggi. Selain itu, *self-control* yang kuat juga berhubungan dengan pencapaian tujuan hidup yang lebih baik dan kesejahteraan emosional yang lebih stabil. Oleh karena itu, mengembangkan *self-control* yang baik melalui latihan, kesadaran diri, dan strategi pengaturan diri merupakan langkah penting dalam meningkatkan *subjective well-being* individu.

c. Ekstraversi

Konsep ekstraversi dalam teori Big Five mengacu pada salah satu faktor kepribadian yang mempengaruhi *subjective well-being* individu. Menurut teori ini, ekstraversi merupakan dimensi kepribadian yang merefleksikan tingkat keaktifan, energi, dan kecenderungan untuk bersosialisasi individu (Costa & McCrae, 2008). Individu yang memiliki skor tinggi dalam dimensi ekstraversi cenderung *extraverted*, sosial, bersemangat, dan suka berinteraksi dengan orang lain. Mereka biasanya menikmati perhatian dan merasa terstimulasi dalam situasi sosial.

Dalam konteks *subjective well-being*, ekstraversi dapat memberikan kontribusi positif terhadap kebahagiaan dan kepuasan hidup individu. Individu ekstrover cenderung mencari pengalaman positif dalam interaksi sosial, membangun hubungan yang erat, dan mengekspresikan diri secara sosial. Interaksi sosial yang bermakna dan dukungan sosial yang kuat dari orang lain dapat meningkatkan kebahagiaan dan *subjective well-being* mereka.

d. Optimisme

Optimisme adalah sikap mental yang memainkan peran penting dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Ketika seseorang memiliki pandangan optimis terhadap kehidupan, mereka cenderung melihat masa depan dengan harapan dan keyakinan yang positif. Optimisme membantu individu untuk menghadapi tantangan dan rintangan dengan sikap yang lebih positif, yang pada gilirannya meningkatkan kepuasan hidup mereka.

Seorang individu yang optimis memiliki keyakinan bahwa mereka memiliki kendali atas hidup mereka sendiri dan bahwa masa depan akan membawa banyak peluang. Mereka melihat kegagalan sebagai pelajaran dan kesempatan untuk tumbuh, bukan sebagai akhir dari segalanya. Optimisme juga dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi stres dan menjaga kesehatan mental mereka.

Selain itu, optimisme juga dapat mempengaruhi hubungan sosial seseorang. Individu yang optimis cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap orang lain, sehingga memperkuat hubungan interpersonal dan meningkatkan dukungan sosial yang mereka terima. Hal ini berdampak positif pada *subjective well-being* mereka, karena merasa terhubung dengan orang lain dan merasakan dukungan emosional dapat memberikan kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Dalam keseluruhan, optimisme memiliki pengaruh yang kuat terhadap *subjective well-being* individu. Melihat masa depan dengan sikap yang positif dan penuh harapan membantu seseorang merasa lebih bahagia dan puas dengan hidup mereka. Optimisme membantu individu menghadapi tantangan dengan keberanian dan ketahanan mental, serta meningkatkan hubungan sosial mereka. Oleh karena itu, mengembangkan sikap optimis dapat menjadi kunci untuk mencapai *subjective well-being* yang lebih tinggi.

e. Relasi positif

Relasi positif memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Ketika seseorang memiliki hubungan interpersonal yang baik, saling mendukung, dan positif dengan orang-orang di sekitar mereka, hal ini dapat memberikan dampak positif pada kebahagiaan dan kepuasan hidup mereka.

Relasi positif memberikan kesempatan bagi individu untuk merasa didukung, diterima, dan dihargai. Interaksi yang penuh kasih sayang, saling pengertian, dan dukungan emosional dalam hubungan interpersonal dapat memberikan rasa keamanan dan kenyamanan yang mendalam. Hal ini dapat meningkatkan tingkat kepuasan hidup individu karena mereka merasa diterima dan dicintai secara penuh dalam lingkungan sosial mereka.

Selain itu, relasi positif juga menyediakan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan membangun kenangan bersama. Ketika seseorang dapat terhubung secara emosional dengan orang lain, mereka merasa lebih terhubung dengan dunia di sekitar mereka dan merasakan arti yang lebih dalam pada kehidupan sehari-hari. Keterhubungan sosial yang kuat dan interaksi yang positif juga dapat mengurangi tingkat kesepian dan meningkatkan rasa kebahagiaan secara keseluruhan.

Dalam konteks relasi romantis, kualitas hubungan yang positif dengan pasangan juga memiliki dampak yang kuat terhadap *subjective well-being* individu. Komunikasi yang baik, saling mendukung, dan kedekatan emosional dalam hubungan tersebut dapat memberikan kepuasan dan kebahagiaan yang lebih besar. Pasangan yang saling memperhatikan dan menghargai satu sama lain cenderung menciptakan lingkungan yang positif dan meningkatkan kepuasan hidup mereka secara keseluruhan.

Dalam konteks pertemanan, pertemanan yang positif adalah salah satu aspek penting dalam kehidupan seseorang. Pertemanan yang sehat dan saling mendukung dapat memberikan dukungan emosional, rasa memiliki, dan kebahagiaan yang mendalam. Teman-teman yang positif membangun hubungan yang penuh kasih sayang, saling memahami,

dan saling menginspirasi. Mereka menyediakan tempat untuk berbagi pengalaman, tertawa bersama, dan saling mendukung dalam kehidupan sehari-hari. Pertemanan yang baik juga dapat mengurangi tingkat stres, meningkatkan rasa percaya diri, dan memberikan dukungan saat menghadapi kesulitan. Dengan adanya relasi positif dalam pertemanan, seseorang merasa diterima dan terhubung secara sosial, yang berkontribusi pada *subjective well-being* mereka.

Dalam keluarga, relasi positif memainkan peran yang penting dalam *subjective well-being* individu. Hubungan yang hangat, saling mendukung, dan penuh cinta dalam lingkungan keluarga dapat memberikan rasa aman, stabilitas, dan kenyamanan emosional. Keluarga yang positif mendukung pertumbuhan dan perkembangan individu, mempromosikan kualitas hubungan yang sehat, dan memberikan dukungan emosional dalam menghadapi tantangan hidup. Ketika seseorang merasakan kasih sayang dan dukungan dari keluarga, mereka cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan lebih mampu menghadapi stres dengan lebih baik.

Lingkungan juga memiliki peran penting dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Lingkungan yang positif mencakup faktor seperti keamanan, kebersihan, ketersediaan fasilitas publik, dan kualitas hubungan dengan tetangga dan masyarakat sekitar. Lingkungan yang positif memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang-orang yang saling peduli dan berbagi nilai-nilai yang sama. Keberadaan dukungan sosial dalam lingkungan, seperti partisipasi dalam kegiatan komunitas atau memiliki tetangga yang ramah, dapat meningkatkan *subjective well-being* individu dengan memberikan rasa keterhubungan dan dukungan emosional.

Dalam keseluruhan, relasi positif berperan penting dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Hubungan yang penuh kasih sayang, saling mendukung, dan positif dapat memberikan kepuasan, kebahagiaan, dan rasa keterhubungan yang lebih besar. Oleh karena itu, membangun dan merawat relasi positif dengan orang-orang

di sekitar kita, termasuk hubungan romantis yang sehat, hubungan keluarga, pertemanan, bahkan lingkungan dapat menjadi faktor penting dalam mencapai *subjective well-being* yang tinggi.

f. Makna Tujuan Hidup

Tujuan hidup memiliki makna yang mendalam dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Ketika seseorang memiliki tujuan yang jelas dan bermakna dalam hidup mereka, mereka cenderung merasa lebih puas, bahagia, dan terhubung dengan kehidupan mereka secara keseluruhan.

Tujuan hidup memberikan arah dan fokus bagi individu. Mereka memberikan makna dan tujuan yang lebih besar daripada sekadar menjalani rutinitas sehari-hari. Ketika seseorang memiliki tujuan yang jelas, mereka merasa memiliki tujuan yang lebih tinggi untuk dikejar dan mengarahkan tindakan mereka. Ini memberikan rasa pencapaian dan kepuasan saat mereka bergerak menuju pencapaian tujuan tersebut.

Selain itu, tujuan hidup juga berdampak pada Efikasi diri individu. Efikasi diri menurut Luszczynska, Scholz, & Schwarzer adalah Keyakinan individu dengan kemampuannya untuk menjalankan tuntutan menantang atas dirinya (Alfinuha & Nuqul, 2017). Ketika seseorang memiliki tujuan yang bermakna, mereka merasa termotivasi untuk melakukan upaya maksimal, mengatasi hambatan, dan menghadapi tantangan yang muncul. Motivasi ini membantu individu untuk tetap bersemangat dan tekun dalam perjalanan menuju tujuan mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan *subjective well-being* mereka.

Tujuan hidup juga memberikan rasa keterhubungan dan identitas. Ketika seseorang memiliki tujuan yang sesuai dengan nilai-nilai, minat, dan identitas mereka, mereka merasa lebih terhubung dengan diri mereka sendiri dan merasa hidup mereka memiliki arti yang mendalam. Mereka merasa bahwa tindakan dan usaha mereka memiliki tujuan yang konsisten dengan siapa mereka sebenarnya, yang dapat memberikan kepuasan dan kebahagiaan yang lebih tinggi.

Selain itu, mencapai tujuan hidup juga dapat memberikan rasa kepuasan yang berkelanjutan. Ketika seseorang berhasil mencapai tujuan-tujuan yang mereka tetapkan, mereka merasa pencapaian yang memuaskan dan rasa bangga atas upaya yang telah mereka lakukan. Hal ini berkontribusi pada *subjective well-being* mereka dengan memberikan perasaan keberhasilan dan merasa bahwa hidup mereka memiliki arti dan dampak yang positif.

Dalam keseluruhan, tujuan hidup memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi *subjective well-being* individu. Mempunyai tujuan hidup yang jelas dan bermakna memberikan arah, motivasi, rasa keterhubungan, dan pencapaian yang memberikan kepuasan. Oleh karena itu, mengidentifikasi tujuan hidup dan berusaha untuk mencapainya dapat menjadi faktor penting dalam meningkatkan *subjective well-being* individu.

B. Mahasiswa

Mahasiswa secara etimologi bersumber dari KBBI (Depdiknas, 2012) adalah individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi atau universitas. Mereka terdaftar sebagai siswa dalam suatu program akademik dan sedang mengikuti program pendidikan tinggi untuk memperoleh gelar akademik, seperti sarjana (S1), magister (S2), atau doktor (S3). Ada beberapa aspek yang dapat ditemukan dalam mahasiswa itu, seperti sebagai berikut

1. Status Pendaftaran: Mahasiswa adalah individu yang secara resmi terdaftar di perguruan tinggi atau universitas dan memiliki status sebagai siswa di institusi tersebut.
2. Fokus pada Pendidikan: Mahasiswa mengutamakan pendidikan sebagai prioritas utama. Mereka secara aktif terlibat dalam proses belajar-mengajar di kelas, laboratorium, atau melalui studi mandiri.
3. Keinginan Belajar: Mahasiswa memiliki dorongan intrinsik untuk belajar dan mengeksplorasi pengetahuan di bidang studi yang mereka minati. Mereka memiliki motivasi untuk mencapai pemahaman yang mendalam dalam subjek yang dipelajari.

4. Kemandirian: Mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk mengelola waktu mereka sendiri, mengorganisir jadwal studi, dan mengambil tanggung jawab pribadi terhadap pembelajaran mereka. Mereka juga diharapkan mampu melakukan penelitian mandiri dan menganalisis informasi.
5. Pemecahan Masalah: Mahasiswa dilatih untuk menjadi pemecah masalah yang kritis dan kreatif. Mereka diajarkan untuk menerapkan pemikiran logis dan analitis dalam menyelesaikan masalah akademik atau situasi kehidupan sehari-hari.
6. Keterlibatan dalam Diskusi dan Debat: Mahasiswa didorong untuk berpartisipasi dalam diskusi kelas, seminar, atau forum akademik lainnya. Mereka memiliki kesempatan untuk berbagi pandangan, mempertanyakan argumen, dan berdebat secara ilmiah.
7. Tugas dan Ujian: Mahasiswa memiliki tugas-tugas akademik yang harus diselesaikan, seperti penulisan makalah, presentasi, atau proyek penelitian. Mereka juga diuji secara teratur melalui ujian tertulis atau lisan.
8. Pengembangan Diri: Selain fokus pada pembelajaran akademik, mahasiswa juga diharapkan terlibat dalam pengembangan diri dan berpartisipasi dalam kegiatan di luar kelas, seperti organisasi mahasiswa, kegiatan sosial, atau kegiatan olahraga.

C. *Subjective Well-Being* Mahasiswa yang Bekerja

Sebelum membahas tentang *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja, penjelasan tentang kesejahteraan diri peserta didik menurut M. Rasyid bahwa peserta didik yang dapat menjalin hubungan dekat dengan teman sebaya akan mengelola emosi mereka dengan baik, terutama ketika menghadapi situasi yang menimbulkan stres (Mudzkiyyah dkk., 2022). Hal ini menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu sebagai relasi positif ataupun relasi negatif dengan teman sebayanya.

Subjektif well-being mengacu pada penilaian subjektif seseorang tentang kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Hal ini melibatkan pengukuran dan evaluasi individu terhadap kehidupan mereka sendiri berdasarkan aspek-aspek seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, dan perasaan positif dan negatif yang

mereka alami. Bagi mahasiswa yang bekerja, *subjektif well-being* mereka dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan pekerjaan dan kehidupan akademik mereka.

Penting untuk diingat bahwa setiap individu memiliki pengalaman dan persepsi yang unik, dan oleh karena itu subjektif well-being dapat bervariasi antara mahasiswa yang bekerja. Namun, secara umum, ada beberapa aspek yang dapat mempengaruhi *subjektif well-being* mereka. Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjektif well-being* mahasiswa yang bekerja adalah keseimbangan antara bekerja dan berkuliah. Mahasiswa yang bekerja mungkin menghadapi tantangan dalam mengatur waktu mereka antara pekerjaan dan tuntutan akademik. Jika mereka merasa terlalu banyak tekanan atau kelelahan karena bekerja, hal ini dapat berdampak negatif pada *subjective well-being* mereka. Sebaliknya, jika mereka dapat mengelola waktu mereka dengan baik dan merasa memiliki kontrol atas jadwal mereka, mereka mungkin merasa lebih puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan.

Selain itu, faktor-faktor seperti dukungan sosial, hubungan interpersonal, dan dukungan dari teman, keluarga, atau rekan kerja juga dapat berpengaruh terhadap subjektif well-being mahasiswa yang bekerja. Dukungan emosional dan dukungan praktis dalam menghadapi tantangan pekerjaan dan akademik dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup mereka.

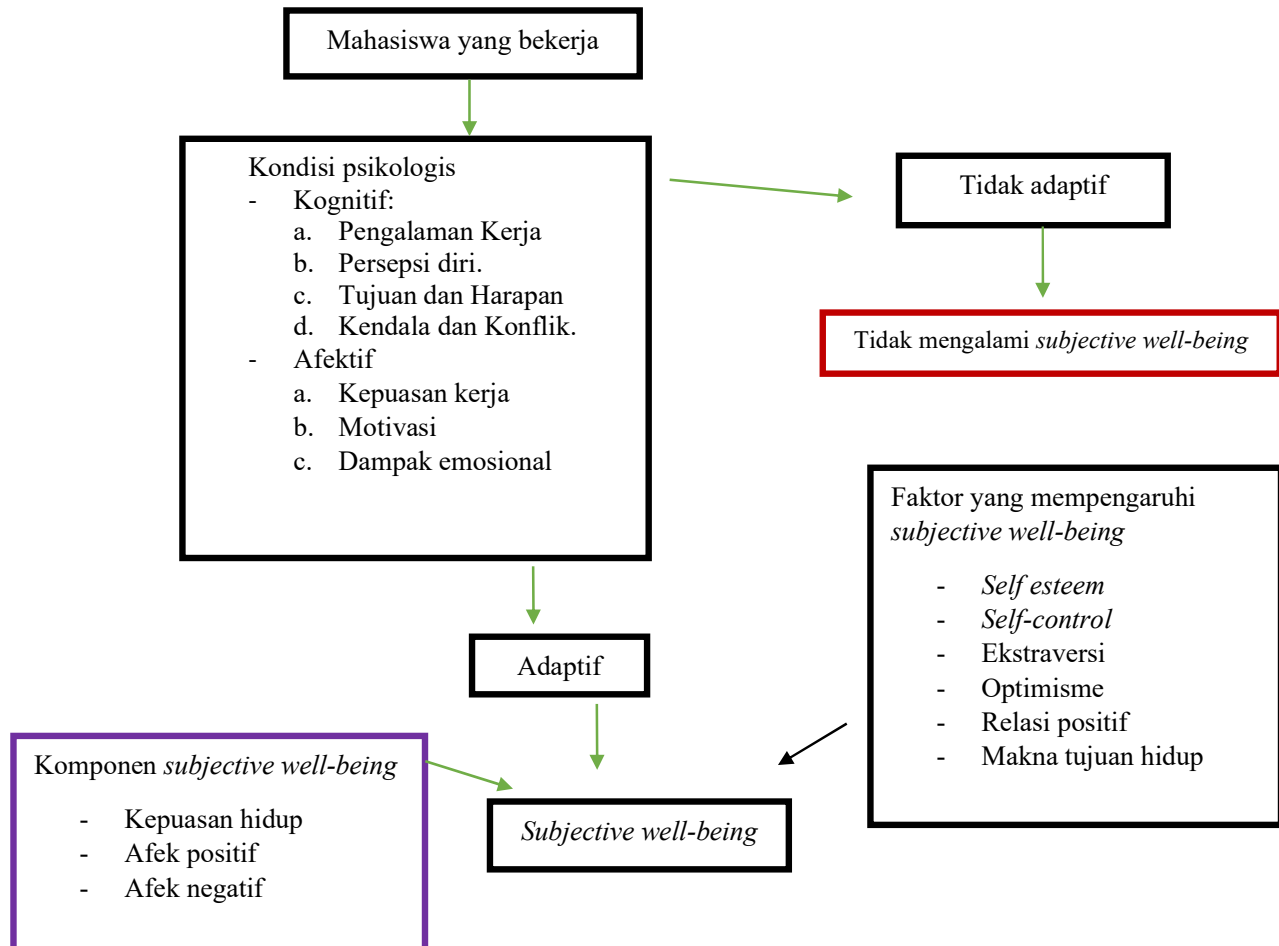
Selain faktor-faktor tersebut, penting juga untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi subjektif well-being mahasiswa yang bekerja, seperti tingkat gaji, tingkat kepuasan dengan pekerjaan mereka, dan persepsi mereka tentang kemajuan karier mereka. Semua faktor ini dapat berkontribusi pada bagaimana mahasiswa yang bekerja mengevaluasi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Dalam menyimpulkan, *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja adalah penilaian subjektif mereka tentang kehidupan mereka secara keseluruhan, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti keseimbangan antara pekerjaan dan studi, dukungan sosial, dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepuasan hidup dan kebahagiaan mereka. Penting bagi

mahasiswa yang bekerja untuk mengelola waktu mereka dengan baik, mencari dukungan dari lingkungan sosial mereka, dan mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjektif well-being* mereka untuk mencapai kesejahteraan yang lebih baik secara keseluruhan.

Skema 2.1

Skema Subjective Well-Being Mahasiswa yang Bekerja



Keterangan:

→ : Fokus kajian (*subjective well-being* mahasiswa yang bekerja)

■ : Variabel yang tidak diteliti

← : Batas Kajian

■ : Komponen terbentuknya *subjective well-being*

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, digunakan jenis penelitian kualitatif yang memberikan perhatian lebih terhadap deskripsi dan analisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, dan pemikiran individu atau kelompok (Sukmadinata, 2012). Metode penelitian yang dipilih memiliki peranan yang sangat penting dalam penelitian karena dapat mempengaruhi efektivitas dan efisiensi penelitian itu sendiri. Pemilihan jenis penelitian yang sesuai dengan objek penelitian dan tujuan yang ingin dicapai juga menjadi faktor yang sangat penting. Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk menggali dan memahami secara mendalam konteks dan makna dibalik fenomena yang diteliti. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat menghasilkan deskripsi yang detail dan analisis yang mendalam terkait dengan fenomena yang sedang dipelajari.

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk memahami dan menggambarkan makna dalam peristiwa yang dialami oleh individu dalam situasi tertentu. Pendekatan fenomenologi merupakan suatu kerangka teoritis yang menekankan pengamatan langsung dan deskripsi mendalam tentang pengalaman subjektif individu, dengan fokus pada pemahaman dan interpretasi mereka terhadap dunia yang mereka alami. Menurut David Woodruff Smith, fenomenologi merupakan studi tentang struktur- struktur kesadaran sebagaimana dialami oleh individu dalam sudut pandang orang pertama (Kahija, 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti berusaha untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman individu dalam situasi tertentu. ketertarikan untuk memahami bagaimana individu memberikan makna terhadap peristiwa atau situasi yang dialami secara pribadi.

Pendekatan fenomenologi mengakui pentingnya sudut pandang orang pertama, yaitu memahami pengalaman subjektif melalui perspektif individu yang mengalaminya.

Dalam pendekatan fenomenologi, peneliti berupaya untuk mendapatkan data yang kaya melalui interaksi langsung dengan subjek penelitian. Teknik pengumpulan data yang umum digunakan dalam penelitian fenomenologi termasuk wawancara mendalam, pengamatan partisipatif, pencatatan reflektif, dan analisis dokumen yang relevan. Melalui penggunaan teknik-teknik ini, peneliti dapat mengumpulkan data yang spesifik dan mendetail tentang pengalaman individu, pemikiran, emosi, dan persepsi mereka terhadap peristiwa yang sedang diteliti.

Penelitian Fenomenologi Deskriptif (PFD) yang dikembangkan oleh Amedeo Giorgi merupakan suatu pendekatan penelitian yang memfokuskan pada pendeskripsian mendalam dan detail mengenai pengalaman subjek (Kahija, 2017). Metode ini bertujuan untuk menggambarkan secara holistik *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja secara mendalam dan jelas. Dalam penelitian PFD, peneliti akan melakukan analisis yang mendalam terhadap data yang dikumpulkan, termasuk wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi, untuk mengungkapkan makna dan struktur dari pengalaman yang diamati. Pendekatan deskriptif dalam PFD memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi nuansa, emosi, dan faktor kontekstual yang mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja secara menyeluruh.

Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi dan metode PFD, peneliti berharap dapat memperoleh pemahaman yang kaya dan mendalam tentang pengalaman subjektif individu dalam situasi tertentu. Pada konteks ini pengalaman subjektif individu tersebut adalah bagaimana *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja. Pendekatan ini dianggap cocok untuk digunakan dalam mengeksplorasi pengalaman individu dalam berinteraksi terhadap lingkungannya.

D. Sumber dan Jenis Data

Sumber data yang dipakai oleh peneliti untuk menjadi landasan dalam penelitian ini ada 2 sumber, yaitu:

1. Data primer, mengacu pada data yang didapatkan peneliti berasal langsung dari lapangan yang berbentuk data verbal atau kata-kata yang disampaikan secara lisan dari hasil observasi serta wawancara.
2. Data sekunder, berasal dari data peneliti yang didapatkan melalui sumber data tidak langsung seperti, dokumen, gambar atau foto, klip video, catatan, arsip untuk mengoptimalkan data dan memperkuat data primer yang telah didapatkan (Arikunto, 2010).

E. Fokus Penelitian

Dalam konteks penelitian ini, penting untuk membatasi cakupan agar dapat secara lebih mendalam memfokuskan diri pada eksplorasi dan pemahaman yang komprehensif tentang pengalaman *Subjective well-being* mahasiswa yang sedang bekerja. Dengan membatasi cakupan, penelitian ini akan mencoba memperoleh wawasan yang lebih terperinci dan menyeluruh mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* mereka dalam konteks akademik dan pekerjaan, serta bagaimana pengalaman mereka dalam berbagai aspek kehidupan yang relevan. Dengan demikian, pemilihan cakupan yang terfokus ini akan membantu mencapai tujuan penelitian untuk memahami secara mendalam realitas subjektif mahasiswa yang bekerja dalam konteks kesejahteraan mereka.

F. Teknik Pemilihan Subjek

Penulis dalam melakukan pemilihan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode ini merupakan suatu strategi pengambilan sampel yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu, dengan tujuan untuk memilih sampel yang paling relevan dan representatif dalam konteks penelitian yang sedang dilakukan.

Dalam hal ini, penulis memilih sampel berdasarkan pertimbangan yang spesifik sesuai dengan tujuan penelitian. Penulis memilih subjek penelitian berdasarkan karakteristik tertentu yang dianggap relevan dengan topik penelitian yang sedang diteliti. Pertimbangan ini mencakup aspek-aspek seperti pengetahuan, pengalaman, keterampilan, keahlian, atau posisi sosial yang dapat memberikan wawasan yang paling relevan terhadap topik penelitian. Sugiyono menjelaskan bahwa teknik *purposive sampling*

melibatkan proses pemilihan sampel sebagai sumber data dengan mempertimbangkan faktor tertentu. Dalam proses ini, sampel yang dipilih diharapkan dapat memberikan informasi yang paling maksimal dan relevan terhadap tujuan penelitian (Rusdewanti & Gafur 2014). Dengan Teknik ini, peneliti membutuhkan kriteria bahwa narasumber merupakan mahasiswa semester 12 - 14 yang bekerja dan berstatus mahasiswa di UIN Walisongo Semarang Jawa Tengah.

Penelitian ini mengambil sebanyak 3 mahasiswa yang bekerja yang dilakukan peneliti untuk menjadi narasumber. Menurut Jonathan A. Smith et al (2010) Narasumber penelitian kualitatif fenomenologi dianjurkan berjumlah 3 hingga 5 individu dikarenakan jika penggunaan narasumber yang terlalu banyak akan berdampak pada peneliti yang mendapatkan terlalu banyak data dan interpretasi terlalu meluas (Kahija, 2017). Dalam penelitian berdasarkan PFD fokus penelitian pada kualitas dari narasumber dan kedalaman data, bukan terletak pada kuantitas narasumber yang diteliti, sehingga ukuran sampel yang kecil diperlukan. Peneliti berharap dengan menggunakan Teknik ini menghasilkan Analisa yang komprehensif pada setiap subjek yang telah dipilih.

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahap yang krusial dalam penelitian, karena keberhasilan penelitian sangat bergantung pada kualitas dan validitas data yang dikumpulkan. Data yang diperoleh akan menjadi dasar untuk tahap-tahap penulisan penelitian, analisis, dan penarikan kesimpulan. Berbagai metode pengumpulan data dapat digunakan sesuai dengan kebutuhan dan sifat penelitian yang dilakukan.

Salah satu metode yang umum digunakan adalah wawancara. Melalui wawancara, peneliti dapat memperoleh data secara langsung dari responden atau subjek penelitian. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur, yaitu dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya, atau dapat pula dilakukan secara tidak terstruktur yang mana peneliti memberikan kebebasan kepada partisipan untuk berbicara dan

mengekspresikan pendapat mereka. Hasil wawancara direkam dalam alat rekam untuk kemudian dianalisis lebih lanjut.

Wawancara merupakan suatu bentuk percakapan yang dilakukan oleh dua pihak dengan tujuan khusus untuk mendapatkan informasi secara objektif dari narasumber. Dalam penelitian ini, metode wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah jenis wawancara yang digunakan untuk mengeksplorasi permasalahan dengan lebih fleksibel yang mana narasumber atau subjek penelitian diharapkan dapat mengungkapkan pendapat, ide, dan pandangannya secara terbuka (Sugiyono, 2010).

Tabel 3.1. Blueprint Panduan Wawancara

ASPEK	HAL YANG INGIN DIUNGKAP
Afek Positif	<ul style="list-style-type: none"> - Penggalian tentang perasaan subjek tentang peran ganda menjadi mahasiswa dan pekerja. - Sesuatu yang memicu semangat, gembira dan kesenangan subjek. - Cara subjek mendapatkan ketenangan. - Hambatan atau kesulitan yang dihadapi.
Afek Negatif	<ul style="list-style-type: none"> - Pengalaman stres yang dialami subjek. - Mengetahui kapan subjek merasa cemas. - Cara subjek mengatasi rasa kecewa. - Sosok tempat berbagi masalah hidup.
Kepuasan Hidup	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek memandang tingkat kepuasan hidup dengan peran ganda menjadi mahasiswa dan pekerja. - Mengetahui sesuatu yang menjadi kepuasan hidup dan kesenangan subjek - Sesuatu yang dianggap penting bagi subjek dalam mencapai kepuasan hidup.
<i>Self-Esteem</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian subjek terhadap harga diri subjek

	<ul style="list-style-type: none"> - Sesuatu yang membuat tingkat <i>self-esteem</i> baik dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. - Cara subjek mempertahankan dan meningkatkan <i>self-esteem</i>.
<i>Self-Control</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek mengelola waktu dan energinya dalam tuntutan pekerjaan dan studi. - Strategi subjek untuk mengelola diri dalam mengemban peran ganda. - Pengendalian subjek dalam pencapaian dan kepuasan hidup subjek.
Ekstraversi	<ul style="list-style-type: none"> - Memahami perasaan dan pengelolaan subjek dalam interaksi sosial subjek. - Tantangan yang dialami subjek dengan peran ganda subjek. - Cara subjek menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial subjek.
Optimisme	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek memandang masa depan subjek. - Strategi subjek dalam mempertahankan sikap optimis. - Pengaruh sikap optimis subjek dalam kesejahteraan mental dan performa dalam peran ganda subjek.
Relasi Positif	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek berhubungan dengan rekan dalam kehidupan sosial subjek. - Cara subjek membangun relasi positif subjek. - Pengaruh relasi positif lingkungan terhadap subjek.
Makna Tujuan Hidup	<ul style="list-style-type: none"> - Pemaknaan hidup subjek. - Sesuatu yang membuat hidup subjek bermakna. - Nilai dan keyakinan subjek yang membantu memaknai kehidupan subjek.

Selain wawancara, observasi juga merupakan metode yang penting dalam pengumpulan data. Melalui observasi, peneliti dapat mengamati secara

langsung perilaku, interaksi, atau kejadian yang relevan dengan penelitian. Observasi dapat dilakukan dengan kehadiran peneliti secara langsung di lapangan atau menggunakan alat seperti kamera atau rekaman video untuk merekam situasi yang diamati. Data hasil observasi kemudian dapat dianalisis dan diinterpretasikan.

Metode pengumpulan data lainnya yang dapat digunakan antara lain adalah diskusi kelompok terfokus yang mana sekelompok partisipan yang memiliki pengetahuan atau pengalaman dalam topik penelitian diberikan kesempatan untuk berbagi pandangan dan pengalaman mereka. Analisis terhadap karya seperti film atau karya seni lainnya juga dapat menjadi sumber data, di mana peneliti menganalisis konten atau pesan yang terkandung dalam karya tersebut.

Selain itu, analisis dokumen, analisis catatan pribadi, studi kasus, dan studi riwayat hidup juga dapat digunakan sebagai metode pengumpulan data. Analisis dokumen melibatkan penelitian terhadap dokumen tertulis seperti laporan, artikel, atau catatan-catatan yang relevan dengan penelitian. Analisis catatan pribadi mencakup penelitian terhadap catatan atau jurnal pribadi seseorang yang berkaitan dengan topik penelitian. Studi kasus melibatkan pengumpulan data secara mendalam terhadap satu kasus atau objek penelitian tertentu, sedangkan studi riwayat hidup melibatkan penelitian terhadap sejarah atau perjalanan hidup individu untuk memahami pengaruhnya terhadap topik penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara sebagai metode utama pengumpulan data. Wawancara direkam menggunakan alat rekam agar tidak terlewatkan informasi penting, dan hasil rekaman tersebut akan dijalankan proses *coding* untuk mengorganisir dan menganalisis data yang telah diperoleh. Dengan demikian, diharapkan peneliti dapat memperoleh data yang relevan dan mendalam sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

H. Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul harus diolah atau dianalisis terlebih dahulu sebelum sebuah kesimpulan dapat ditarik. Analisis data melibatkan pengaturan data dalam urutan yang teratur, pengorganisasian dalam pola, kategori, dan unit

dasar untuk mengidentifikasi tema dan merumuskannya menjadi hipotesis berdasarkan data (Afifuddin & Saebani, 2012). Analisis data kualitatif melibatkan upaya untuk bekerja dengan data, mengorganisasikannya, memilah-milahnya menjadi unit yang dapat dikelola, menyintesisnya, mencari pola, menemukan informasi yang penting, dan menentukan apa yang dapat disampaikan kepada orang lain (Moleong, 2017). Dalam konteks ini, peneliti melakukan proses analisis data setelah mendapatkan data dari partisipan melalui wawancara, observasi, serta dokumentasi seperti gambar dan foto.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah cara melakukan *coding* terhadap hasil transkrip wawancara yang telah dijabarkan dalam verbatim. Peneliti menggunakan prosedur analisis data versi Moustakas yang dapat dilakukan dalam menjalankan analisis data versi PFD.

Terdapat 4 langkah analisis dalam prosedur PFD Moustakas (Kahija, 2017) yang disajikan sebagai berikut:

1. Menjalankan *epoche*. Dalam *epoche* peneliti diharuskan untuk menyingkirkan prasangka, pandangan teoritis dan penilaian tentang fenomena yang telah terbentuk.
2. Menjalankan reduksi fenomenologis. Terdapat 4 tahap dalam proses ini yang disajikan oleh Moustakas. Tahap- tahap tersebut ialah,
 - a. Membaca berulang-ulang transkrip yang sudah disusun dengan menjalankan *epoche*.
 - b. Menjalankan horisonalisasi dengan pandangan bahwa seluruh pernyataan partisipan sama pentingnya.
 - c. Mengklasifikasikan horison-horison tersebut menjadi tema-tema.
 - d. Membuat deskripsi tekstual terhadap tema-tema yang diperoleh.
3. Menjalankan variasi imajinatif. Peneliti mengubah deskripsi tekstual tersebut menjadi deskripsi struktural dengan menjalankan variasi imajinatif. Dengan variasi imajinatif peneliti memandang deskripsi tekstual dari berbagai sudut pandang dan probabilitas sehingga menghasilkan makna struktural.

4. Membuat sintesis deskripsi tekstual dan deskripsi struktural. Peneliti menggabungkan deskripsi tekstual dan deskripsi struktural yang telah diperoleh dari subjek dan berupaya menunjukkan benang merah dari seluruh subjek.

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa proses analisis data melibatkan serangkaian langkah. Langkah awal adalah menyajikan transkrip hasil wawancara yang telah diperoleh dari narasumber. Setelah itu, dilakukan langkah-langkah yang runtut agar menghasilkan data yang mendalam dari subjek penelitian.

Unit analisis data juga memiliki prosedur pengambilan sampel yang memiliki beberapa karakteristik. Menurut Sarantakos prosedur pengambilan sampel dalam penelitian kualitatif umumnya menunjukkan ciri-ciri berikut: Pertama, tidak fokus pada jumlah sampel yang besar, melainkan pada kasus-kasus yang representatif sesuai dengan kekhususan masalah penelitian. Kedua, pengambilan sampel tidak ditetapkan secara kaku sejak awal, tetapi dapat berubah baik dalam jumlah maupun karakteristik sampelnya. Ketiga, pengambilan sampel tidak dilakukan dengan tujuan mencapai representasi (dalam arti jumlah atau kejadian acak), melainkan lebih pada kesesuaian dengan konteks penelitian. Semua ciri ini berkaitan dengan penjelasan tentang unit analisis (Poerwandari, 1998).

I. Keabsahan Data

Pemeriksaan keabsahan data merupakan tahap kritis dalam penelitian kualitatif yang tidak dapat dipisahkan. Hal ini penting untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan relevan, akurat, dan dapat dipercaya. Dalam uji keabsahan data, peneliti menggunakan metode triangulasi data, yang memanfaatkan sumber-sumber data tambahan untuk memverifikasi dan melengkapi temuan yang diperoleh (Moleong, 2017).

Metode triangulasi terdiri dari empat macam, yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode, triangulasi peneliti, dan triangulasi teori. Pertama, triangulasi sumber dilakukan dengan mendapatkan data dari berbagai sumber yang berbeda, namun menggunakan teknik penelitian yang sama. Hal ini

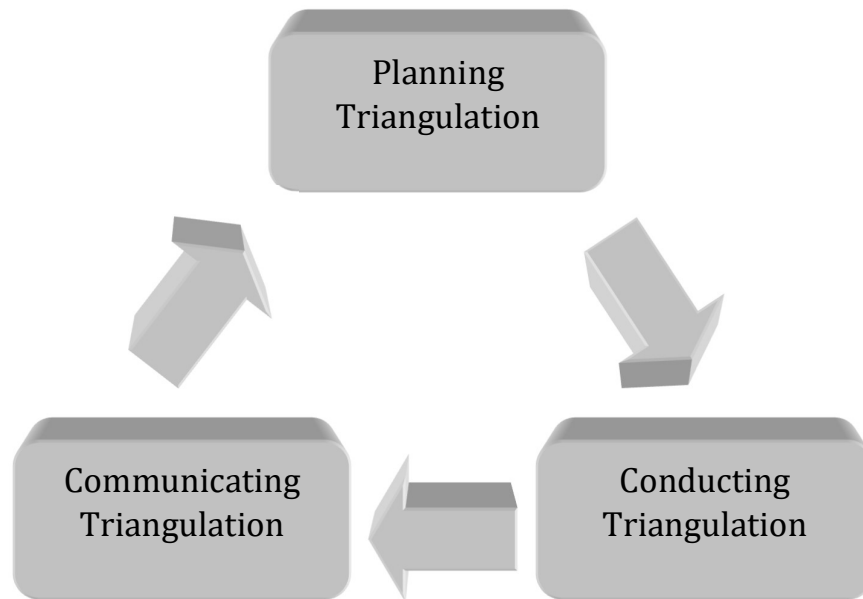
bertujuan untuk mengurangi bias yang mungkin timbul dari satu sumber data saja dan memperkuat validitas hasil penelitian. Misalnya, peneliti dapat mengumpulkan data melalui wawancara dengan berbagai responden yang memiliki latar belakang dan perspektif yang beragam.

Kedua, triangulasi metode dilakukan dengan menggunakan teknik penelitian yang berbeda untuk mengumpulkan data dari sumber yang sama. Dengan membandingkan temuan yang diperoleh dari metode-metode yang berbeda, peneliti dapat memastikan bahwa data yang diperoleh konsisten dan dapat diandalkan. Sebagai contoh, selain melakukan wawancara, peneliti juga dapat menggunakan observasi langsung untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang diteliti.

Ketiga, triangulasi peneliti melibatkan kolaborasi antara peneliti dengan peneliti lain atau ahli dalam bidang yang relevan. Dalam hal ini, peneliti dapat meminta pendapat atau masukan dari pihak lain untuk memvalidasi temuan yang telah diperoleh. Hal ini berguna untuk menghindari bias peneliti dan memperluas perspektif yang ada.

Keempat, triangulasi teori melibatkan penggunaan berbagai teori yang berbeda untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan sudah memenuhi standar yang ditetapkan. Dengan menerapkan berbagai pendekatan teoretis, peneliti dapat memperkuat keabsahan dan kepercayaan terhadap temuan yang diperoleh (Afifuddin & Saebani, 2012).

Skema 3.1
Paradigma Triangulasi



Dalam penelitian ini, digunakan teknik triangulasi data yang melibatkan penggunaan berbagai sumber data, seperti wawancara, observasi, dan partisipan yang memiliki sudut pandang yang berbeda, untuk memperkuat validitas data yang diperoleh. Dengan melakukan pemeriksaan keabsahan data melalui triangulasi data, diharapkan data yang diperoleh akan memiliki validitas yang tinggi. Pernyataan dan temuan yang dihasilkan akan lebih dapat dipercaya karena telah melalui proses pengecekan dan perbandingan yang teliti. Kepercayaan terhadap hasil penelitian akan diperoleh jika partisipan merasa bahwa temuan tersebut mampu menggambarkan realitas yang dialami.

Dengan demikian, peneliti dapat mempertanggungjawabkan dan mengandalkan hasil penelitiannya secara ilmiah (Moleong, 2017). Dalam penelitian ini, peneliti mengadopsi paradigma triangulasi sebagaimana tergambar dalam bagan di atas guna memperoleh hasil penelitian yang benar-benar valid dan reliabel (Bachri, 2010). Tahap pertama adalah *planning triangulation* meliputi identifikasi kata kunci, memastikan pertanyaan dapat dijawab dan ditindaklanjuti, mengidentifikasi sumber data, mengumpulkan informasi latar belakang subjek, serta menyaring pertanyaan yang relevan

dalam proses pengambilan data. Tahap kedua *conducting triangulation*, mencakup pengumpulan data/laporan, observasi terhadap data yang diperoleh dari partisipan, pencatatan tren-tren yang muncul dari data yang diambil, pengembangan hipotesis berdasarkan tren data tersebut, pengujian hipotesis dan identifikasi data tambahan yang akan dikumpulkan, serta penyusunan ringkasan temuan dan penarikan kesimpulan. Tahap ketiga adalah *communicating triangulation* melibatkan penyajian hasil dan rekomendasi penelitian, serta penjelasan langkah-langkah selanjutnya berdasarkan temuan yang telah ditemukan.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Partisipan

1. Partisipan 1

a. Identifikasi partisipan

Nama : MK
Tempat, tanggal lahir : Jepara, 17 Desember 1998
Usia : 24 tahun
Jenis kelamin : Laki-laki
Semester : 14

b. Latar belakang partisipan

Partisipan merupakan anak pertama dari 3 bersaudara yang memiliki jarak umur 4 tahun dan 12 tahun dengan yang bungsu. Partisipan berstatus mahasiswa semester 14 saat penelitian dilakukan di UIN Walisongo Semarang dengan program studi Komunikasi Penyiaran Islam. Kesibukan partisipan selain sebagai mahasiswa juga sebagai karyawan di salah satu jasa pelayanan servis laptop di daerah Ngaliyan kota Semarang. Partisipan sendiri adalah teman sejawat peneliti dalam pekerjaan dan mahasiswa di UIN Walisongo Semarang.

Sebelum memasuki bangku perkuliahan, pada masa sekolah menengah partisipan juga pernah bekerja *freelance* seperti pembuatan dan percetakan undangan dan jual beli gawai bekas di forum-forum sosial media seperti *Facebook* dan *Kaskus*. Selain itu, partisipan juga membuka jasa percetakan undangan pada masa sekolah menengah tersebut.

Latar belakang ekonomi keluarga partisipan yang termasuk menengah ke bawah menjadikan partisipan harus tetap bisa menjalani hidup lebih kreatif dan inovatif agar tetap bisa bertahan dalam pemenuhan kebutuhan pribadi dan kebutuhan pendidikannya dan juga membantu perekonomian keluarga.

Secara pendidikan partisipan sudah dipesantrenkan dari masa sekolah dasar hingga masa sekolah menengah sehingga dalam kemandirian, partisipan merasa cukup mendapatkan kemampuan tersebut, terlebih juga menjadi santri yang membantu di dalam keluarga pengasuh pesantrennya yang umum disebut *abdi dalem* pesantren. Pengalaman kehidupan partisipan yang sudah terbiasa mengemban peran ganda ini menjadikan peneliti cukup tertarik dengan proses *subjective well-being* partisipan sehingga bisa berdamai dengan kondisi yang sudah dijalannya selama lebih dari 10 tahun dan faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* partisipan dalam pengalaman hidupnya ini.

Wawancara yang dilakukan dengan partisipan terjadi pada tanggal 10 Juni 2023 di salah satu *angkringan* yang berada wilayah Ngaliyan Kota Semarang. Waktu dilaksanakannya wawancara partisipan pertama pukul 21.00 WIB sampai dengan 21.45 WIB.

2. Partisipan 2

Nama : RU
 Tempat, tanggal lahir : Serang, 6 Maret 1998
 Usia : 25 tahun
 Jenis kelamin : Perempuan
 Semester : 12

Partisipan merupakan anak bungsu dari 4 bersaudara. Partisipan berstatus mahasiswa program studi Pendidikan Bahasa Inggris semester 12 ketika penelitian ini dilakukan. Partisipan berstatus mahasiswa di UIN Walisongo Semarang dengan kesibukan selain menjadi mahasiswa juga menjadi seorang pengajar di salah satu pesantren di Kabupaten Kendal. Partisipan memutuskan untuk bekerja ketika pandemi Covid-19 berlangsung dengan alasan sebagai salah satu mengisi kegiatan yang cukup banyak limitasi dalam mobilitas juga sebagai cara subjek mendapatkan kemandirian finansial juga sebagai pengalaman

dikarenakan status mahasiswa yang merantau juga sebagai mahasiswa pendidikan agar dapat memahami kondisi peserta didik di lapangan.

Partisipan sebelum memasuki bangku perkuliahan juga pernah memiliki kesibukan pekerjaan sebagai tenaga TU di salah satu pesantren di Kabupaten Brebes yang mana pesantren tersebut juga menjadi tempat pendidikannya dimasa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Dalam segi ekonomi, partisipan bukan termasuk dalam ekonomi bawah tapi juga bukan dalam ekonomi atas, ekonomi keluarga partisipan bisa diklasifikasikan ke dalam kategori menengah, sehingga sebenarnya keputusan partisipan untuk bekerja lebih ke arah mengisi kekosongan kegiatan dan kemandirian dalam finansial juga pengalaman sebagai pendidik.

Relasi peneliti dengan partisipan sendiri adalah satu almamater ketika berada di masa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di salah satu pesantren di Kabupaten Brebes, juga satu almamater di UIN Walisongo dengan perbedaan program studi. Partisipan sendiri ketika penelitian ini berlangsung juga sedang melaksanakan tugas akhir sebagai mahasiswa juga sebagai tenaga pengajar di salah satu pesantren di Kabupaten Kendal.

Wawancara yang dilakukan dengan partisipan terjadi pada tanggal 11 Juni 2023 di Talk Kopi yang berada di daerah Kabupaten Kendal. Waktu dilaksanakannya wawancara partisipan pertama pukul 14.15 WIB sampai dengan 15.00 WIB.

3. Partisipan 3

Nama : MI
 Tempat, tanggal lahir : Kudus, 12 Oktober 1998
 Usia : 24 tahun
 Jenis kelamin : Laki-laki
 Semester : 14

Partisipan adalah anak kedua dari 4 bersaudara di salah satu keluarga di wilayah Kudus. Partisipan merupakan mahasiswa Fakultas Syariah

dan Hukum di UIN Walisongo Semarang dengan program studi Ilmu Falak. Sebelum memutuskan untuk bekerja, partisipan berada di salah satu asrama pesantren di wilayah dekat kampus UIN Walisongo Semarang. Partisipan memulai pekerjaan dengan tetap menyandang status mahasiswa ketika memutuskan untuk tidak berada di asrama pesantren pasca menyelesaikan kegiatan KKN karena merasa kurangnya pemenuhan kebutuhan diri. pekerjaan awal partisipan dengan berjualan minuman di salah satu *outlet* minuman pinggir jalan dan sambil menjadi *driver* ojek *online*. Pada tahun 2020, partisipan diberi penawaran oleh teman dari salah satu kenalannya untuk ikut mengelola salah satu *cafe* di daerah Gunungpati, Semarang, sehingga partisipan memutuskan untuk fokus mengelola *cafe* tersebut dengan orang yang menawarinya.

Setelah 3 bulan berjalan *cafe* yang baru buka tersebut memutuskan untuk tutup karena adanya kesalahan dalam pengelolaan dan dampak pandemi Covid 19 yang terjadi sehingga akhirnya partisipan tidak memiliki pekerjaan. Karena kondisi yang tidak cukup baik ini akhirnya partisipan fokus untuk menjadi *driver* ojek *online* kembali. Sampai pada penelitian ini dilakukan. Wawancara yang dilakukan dengan partisipan terjadi di *homestay* partisipan pada tanggal 14 Juni 2023 pada pukul 20.15 WIB sampai 21.00 WIB.

Tabel 4.1

Rekap Waktu dan Tempat Pelaksanaan Wawancara Partisipan

Partisipan	Tempat	Hari	Waktu
MK	Angkringan	Sabtu, 10 Juni 2023	21.00 – 21.45 WIB
RU	Talk Kopi	Minggu, 11 Juni 2023	14.15 – 15.00 WIB
MI	<i>Homestay</i> Partisipan	Rabu, 14 Juni 2023	20.15– 21.00 WIB

B. Hasil Temuan dan Analisis Temuan

1. Deskripsi Hasil Temuan

Guna menyajikan deskripsi hasil temuan penelitian, dalam proses pengolahan temuan, langkah awal yang dilakukan oleh peneliti adalah membaca ulang dengan seksama data yang telah terorganisir. Selanjutnya, dilakukan penyaringan data untuk hanya memilih informasi yang penting dan relevan terkait dengan tujuan penelitian. Data-data yang dianggap penting tersebut dipisahkan, dan inilah saat peneliti melakukan proses horisonalisasi. Kemudian, data penting yang berasal dari pernyataan partisipan diidentifikasi dengan bantuan kutipan wawancara yang diberi kode unik untuk memudahkan pelacakan sumber datanya. Kutipan tersebut kemudian dicetak tebal dan ditulis dalam kolom khusus pada tabel horisonalisasi, dengan tujuan untuk menyoroti kepentingan data tersebut. Selanjutnya, peneliti bertugas untuk melakukan pengodean (kategorisasi data) dan menggali makna psikologis yang terkandung dalam data yang telah ditemukan (Kahija, 2017).

Berikut ini adalah hasil temuan yang didapatkan dari subjek penelitian.

a. Komponen *subjective well-being*

1) Afek positif

Afek positif adalah gambaran emosi dan suasana hati yang meliputi emosi positif. Dalam penelitian ini didapatkan hasil temuan afek positif dari partisipan. Berikut ungkapan dari ketiga partisipan tersebut.

Perasaan MK dengan kondisi peran gandanya sebagai mahasiswa yang bekerja cukup stabil,

“Ya, kalo ditanya perasaan sebagai mahasiswa yang bekerja sih, biasa-biasa aja sih, maklum kondisi udah dari dulu studi sambil kerja.” (MK,21-23)

Melihat pengguna jasa yang terbantu dengan pelayanan jasanya sebagai jasa servis laptop, MK merasa senang dan hal

ini menjadi salah satu pemicu kebahagiaannya, selain itu juga hasil pelayanannya yang berupa materi,

“kadang senang liat orang datang ke toko muka panik gegara laptopnya bermasalah pas lagi tugas akhir. Bisa bantu mereka. Kalo diitung bisa jadi ratusan ato ribuan yang udah ketolong. Itu bikin cukup bahagia, ya walo karena dibayar juga jadi senengnya” (MK,98-106)

RU merasa cukup senang dapat meringankan tanggung jawab keluarga karena dapat mendapatkan penghasilan sendiri. Hal ini terlihat pada pernyataan RU dalam:

“Perasaanku ya biasa saja sih, ya mungkin ada senengnya juga jadi bisa menghasilkan uang sendiri tanpa bergantung sama ortu, dapet pengalaman juga kan” (RU,41-45)

RU juga menjelaskan hal yang memicu afek positifnya berupa rasa bahagia dan rasa puasnyanya. Hal ini terungkap pada pernyataan RU sebagai berikut:

“kalo sama anak-anak didik sih ya senang, malah mereka jadi tempat kebahagiaanku karena gak tahu saja kalo ketemu mereka bawaannya senang, ya walo mesti kadang jengkel juga karena umur-umur segitu kan lagi aneh-anehnya”(RU,52-60)

Dalam pandangan MI secara jelas tidak memperlihatkan rasa senang dan bahagia dalam kondisinya sebagai individu yang memiliki peran ganda. Akan tetapi MI memberikan makna tersirat dalam pernyataan berikut, bahwa MI cukup positif perasaannya

“Cukup ok mas, secara bisa ngirim orang rumah walo gak banyak, bisa buat hidup juga. Paling tidak bisa cukup buat hidup juga” (MI,58-61)

Hal tersebut juga menjadi alasan MI menjalani peran yang diembannya. Dalam hal ketenangan MI menjelaskan bahwa mendapatkan hambatan dan cara subjek mendapatkan ketenangan dalam menghadapi hambatan tersebut. Hal ini terlihat pada pernyataan subjek,

“Walo agak kocar kacir rencana studiku. Tapi kan setiap keputusan ada konsekuensinya. Yang penting bersyukur dengan keadaan, jalani hidup malah jadi kenikmatan sendiri”(MI,65-70)

2) Afek negatif

Afek negatif merupakan sesuatu yang menjadi bagian yang tidak lepas dari *subjective well-being* yang mana menjadi faktor yang mengganggu tercapainya hal tersebut. Afek negatif sendiri meliputi berbagai hal seperti stres, rasa cemas, khawatir dan perasaan-perasaan negatif yang terjadi pada individu.

MK mengalami stres dan kekhawatiran Stres dan khawatir karena membandingkan kondisinya dengan kondisi teman-teman sejawatnya dan tidak memiliki kesempatan seperti umumnya mahasiswa dalam pengembangan diri,

“Kata siapa gak stres, cukup stres, apalagi pas masih semester-semester awal liat temen bisa aktif sana sini buat ngembangin diri, aku gini-gini aja, khawatir cuman statusnya mahasiswa tapi ilmunya sama aja, temen-temen udah bisa mencapai titik ini atau titik itu lah, aku masih disini aja, pokoknya stres, khawatir, gak nyaman ngumpul semua” (MK,86-106).

RU sendiri menyatakan bahwa mengalami stres dengan kondisi yang dialami sebagai mahasiswa yang bekerja. RU yang menjadi pengajar di salah satu institusi pendidikan kepesantrenan mengalami stres menghadapi peserta didik. Selain itu juga RU merasa *insecure* ketika mengemban peran ganda sehingga dalam aspek akademiknya terkendala kesibukan dan kondisi yang ada. Hal ini dinyatakan RU dalam:

“Stres pasti dong, kan harus menghadapi anak-anak sekolah, spesifiknya aku ngajar anak MTs. Ngerti ya gimana anak MTs. Antum juga pengalaman ini lah”(RU,46-50)

“Gak juga malah kadang-kadang sering insecure sendiri juga., ya taulah masalah sudah semester tua tapi gak lulus-lulus juga”(RU,93-96)

Berpindah ke MI yang merasakan stres karena kesulitan dalam pengaturan waktu sebagai mahasiswa dan pekerja. Hal ini diungkapkan MI dalam pernyataannya,

“Stres sih lebih pada waktu sih. Karena ngatur waktunya juga. Salah salah amburadul ahirnya planning yang ada” (MI,77-80)

Perasaan khawatir dan cemas MI terjadi ketika MI sedang berada dalam kondisi sendiri dan MI mencoba mengatasinya lewat cara berpikir positif dengan tidak membandingkan kehidupannya dengan kehidupan individu lain.

“Khawatir dan cemas sih pasti spesifik kadang pas lagi naik motor sambil mikir kok gini ya kok gitu ya. Kok gak bisa kaya yang lain step-stepnya bisa lancar-lancar saja. Tapi ya balik lagi urip sawang-sinawang bisa jadi usahaku aja yang kurang makanya yang tercapai gak sesuai ekspektasi” (MI,89-98)

3) Kepuasan hidup

Kepuasan hidup dalam *subjective well-being* mengacu pada penilaian subjektif individu terhadap keadaan keseluruhan kehidupan mereka. Konsep ini mencakup evaluasi pribadi terhadap kebahagiaan, kepuasan dengan berbagai aspek kehidupan, dan persepsi tentang kesejahteraan secara umum.

Dalam penilaian MK tentang kepuasan hidupnya adalah hal yang cukup sederhana bagi MK dan akan tetapi terasa sangat berpengaruh bagi MK dalam menjalani status yang sedang MK emban. Hal ini termuat dalam pernyataan MK sebagai berikut,

“Untuk sekarang akhirnya puas, kan ada hal yang pada akhirnya kita harus jalani atau kita harus ikhlaskan, kalo sampean nanya aku versi awal-awal kuliah ya gak puas, banyak hal-hal yang pengen tak lakuin tapi keadaan berkata lain, udah bagus lom rimanya, wkwk”(MK,145-153)

Dan pernyataan berikut juga,

“Sekarang cita-citaku simpel aja sih, diri sendiri aman, aman disini kaya finansial, pekerjaan dan hal-hal yang kudu dijalani setiap

hari, keluarga juga aman, sama nanti yang jadi partner idup juga bisa aman”(MK,154-160)

Dalam perspektif RU kepuasan hidup baginya adalah mandiri secara finansial dan tidak bergantung kepada orang tua RU. Selain itu juga sebagai pendidik RU merasa puas dengan hidupnya ketika bisa bercengkerama dengan anak-anak didiknya walaupun RU sendiri tetap menjalani peran ganda yang RU emban. Hal ini dinukil dari pernyataan RU,

“Perasaanku ya biasa saja sih, ya mungkin ada senengnya juga jadi bisa menghasilkan uang sendiri tanpa bergantung sama ortu, dapet pengalaman juga kan”(RU,41-45)

“Hubungan dengan orang lain, ini spesifiknya apa kak, kalo sama anak-anak didik sih ya seneng, malah mereka jadi tempat kebahagiaanku karena gak tahu saja kalo ketemu mereka bawaannya seneng, ya walo mesti kadang jengkel juga karena umur-umur segitu kan lagi aneh-anehnya”(RU,51-60)

Kepuasan hidup bagi MI, memandang bahwa setiap keputusan ada konsekuensinya, sehingga keputusan yang MI ambil dan berdampak pada hal lain tidak terlalu ia hiraukan dan tetap puas karena prioritas yang harus MI emban masih bisa tetap dijalani. Hal ini dinyatakan MI dalam pernyataan berikut,

“Puas enggaknya sih gimana ya, cukup puas sih. Paling gak prioritas pas itu kan bisa bertahan hidup saja. Walo agak kocar kacir rencana studiku. Tapi kan setiap keputusan ada konsekuensinya. Yang penting bersyukur dengan keadaan, jalani hidup malah jadi kenikmatan sendiri” (MI,62-70)

b. Faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*

1) *Self-Esteem*

Dalam proses mencapai *subjective well-being*, banyak faktor yang mempengaruhi individu, salah satunya adalah *self-esteem*. Dalam hal ini MK tidak terlihat memiliki *self-esteem* yang mumpuni, sehingga dalam hal ini *self-esteem* tidak menjadi

salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* dari MK.

Disisi lain, RU juga tidak memiliki cukup kuat dalam ranah *self-esteem*. Hal ini terlihat dari pernyataan dari RU bahwa RU merasa *insecure* dengan kondisi yang dialaminya.

“Gak juga malah kadang-kadang sering *insecure* sendiri juga., ya taulah masalah sudah semester tua tapi gak lulus-lulus juga, ya tapi balik lagi sih. Kudu bisa kuat”(RU,93-97)

Berbeda dengan MK dan RU, MI teridentifikasi memiliki *self-esteem* yang cukup bagus. Terlihat dalam pembawaan dari MI yang tidak mudah mempermasalahkan hal-hal yang MI anggap bukan masalah besar. Hal ini tertuang dalam pernyataan MI sebagai berikut,

“Pede-pede aja sih mas, kan orang lain gak bisa ngerasain apa yang kita alami, cuman bisa liat dari sisi yang berbeda. Mumpung masih muda juga tenaganya masih banyak”(MI,71-76)

2) *Self-control*

Selain *self-esteem*, *self-control* juga menjadi faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu. *Self-control* merupakan cara individu mengelola diri dalam menjalani kehidupan individu seperti pengelolaan individu pada waktu atau energi yang dimiliki, cara dan strategi mengelola hal dirinya dan cara pengendalian individu dalam mencapai hal yang ingin dicapai individu.

MK memiliki *self-control* baik. Hal ini terlihat dari beberapa pernyataan MK yang merefleksikan *self-control* miliknya dalam mengelola waktu, energi dan bagaimana strategi MK dalam mengelola diri serta MK mengendalikan diri demi mencapai kepuasan yang ingin dicapai. Berikut pernyataannya,

“Tapi ya kudu ngerti prioritas. Kaya gimana baginya. Awal-awal pas kerja sih fleksibel. Kalo ada kuliah ya ijin berangkat kuliah. Kalo dah beres balik kerja. Toko juga jadi tempat balik walo sebenarnya ada homestaynya tapi jauh di Wates. Cara ngaturnya ya gitu. Kalo

emang perlu banget aja balik ke wates. Kadang kerja juga bisa disambi tugas kuliah. Pokoknya fleksibel aja deh” (MK,44-55)

“Prioritasnya kan kerja buat bisa memenuhi kebutuhan hidup, studi juga prioritas, tapi yang benar-bener ada efek di keilmuan jurusanku dan dampak ke proses kuliah sampe lulus. Kalo kegiatan-kegiatan yang buang-buang waktu sebisa mungkin tak hindari” (MK,62-70)

“ya gampang lakuin apa yang kudu dilakuin, kaya kasusku studi harus dijalani, tapi kerja juga harus tetep dilakuin karena sama-sama menjadi tanggungjawabku”(MK,185-189)

RU sendiri mengelola dirinya dengan membuat rencana agar semua tanggung jawabnya bisa terselesaikan dengan cara mengatur waktu yang kosong untuk mengisi kegiatan yang harus RU lakukan. Hal tersebut termuat dalam pernyataan RU sebagai berikut,

“Rencana terdekat ya nyelesain skripsi kan sudah berjalan hampir setahun akhirnya sudah agak longgar tentang peraturan yang pandemi itu kan. Akhirnya data sudah kekumpul, tinggal lanjut saja ntar. Ohya kalo jangka panjang belum ada spesifik sih”(RU,29-36)

“Gak ada cara yang spesifik sih kak, paling kan namanya ngajar gak full 6 hari dalam 1 minggu. Pasti ada hari yang kosong, lah sekarang ketika hari-hari yang kosong biasanya tak laju ke kampus buat menyelesaikan penelitianku” (RU,75-82)

MI membuat *planning* dari hal yang memang sudah terlihat pada dirinya dan hal yang pasti harus dilakukan. Ini dijelaskan dalam pernyataan MI,

“Planningnya kalo gambaran planning seperti kata mas tadi, tentang mahasiswa yang bekerja, tetap lah ada planning ada pegangan sekian, terus nyicil penelitian. Tapi namanya rencana ya sebatas rencana pasti ada saja masalah yang ganggu” (MI,81-88).

3) Ekstraversi

Ekstraversi adalah salah satu aspek kepribadian dalam teori *Big Five* yang mencerminkan sejauh mana individu cenderung menjadi sosial, bersemangat, berani, dan aktif dalam hubungan dengan orang lain. Umumnya bahwa individu yang lebih ekstrover akan cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Mereka cenderung memiliki jaringan sosial yang luas, berinteraksi dengan orang lain secara aktif, dan merasa lebih puas dengan kehidupan sosial mereka. Ekstrover juga cenderung mengalami lebih banyak emosi positif, seperti kegembiraan dan kepuasan interpersonal, yang berkontribusi pada tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi.

Pada kondisi ini, MK memiliki cukup ekstrover dikarenakan dalam berhubungan dengan individu lain, MK termasuk bisa berkomunikasi secara aktif, walaupun bukan pada tingkat yang menjadi pusat dari lingkaran pertemanannya. Hal ini terlihat pada pernyataan MK,

“Kalo ditanya secara spesifik kayanya gak ada sih, dah jomblo juga, barangkali ada temen yang lowong dan cukup ok kenalin lah hehe, tapi kan manusia mahluk sosial, udah gitu anak komunikasi, kan bisa ngobrol sama siapa aja sebisa mungkin, khususnya yang statusnya kenalan atau teman lah, nanti dari obrolan-obrolan receh gak sadar biasanya masuk agak serius dan akhirnya yang dianggep permasalahan hidup tanpa sadar dapat solusi atau sekedar mengeluarkan uneg-uneg yang ada” (MK,107-122)

“Gak juga ah, kan kita sering kenal orang dengan entah latar belakang apapun dari kerjaan lah, teman kelas, teman Angkatan atau apapun, pas lagi senggang dan ngumpul sama temen kadang temen juga bawa temennya yang lain yang gak kita kenal, ngobrol-ngobrol gak sengaja jadi kenal dan seterusnya. Apalagi kerjaanku bidang jasa, kadang customer ada yang minta nomor pribadiku buat sekedar nanya permasalahan laptop, dari situ aja kan memperluas koneksi sama orang lain” (MK,123-138)

Hal ini juga terlihat pada RU yang tidak mudah akrab dengan orang lain, meskipun tetap biasa berinteraksi sosial dengan individu lain. Hal ini bisa didapatkan dalam pernyataan RU sebagai berikut,

“Hubungan dengan orang lain, ini spesifiknya apa kak, kalo sama anak-anak didik sih ya seneng, malah mereka jadi tempat kebahagiaanku karena gak tahu saja kalo ketemu mereka bawaannya seneng, ya walo mesti kadang jengkel juga karena umur-umur segitu kan lagi aneh-anehnya, kalo sama yang stay di pondok mah ya biasa-biasa saja sih, komunikasinya terjaga, dibilang akrab, ya semestinya orang hidup bareng”(RU,51-64)

“Aku sendiri gak terlalu mudah akrab sama orang, kaya kemaren kan antum tahu ada yang deketin juga aku membatasi banget, susah akrab saja, tapi kalo sama anak alumni DN mah gak tau kenapa gampang saja akrab, kaya sama antum juga sesama alumni, ngobrol ngalor ngidul juga nyambung-nyambung saja”(RU,65-74)

Berbeda halnya dengan MI yang mudah akrab dengan individu lain. MI menyatakan bahwa menurut teman-temannya MI adalah orang yang asyik dalam berinteraksi. Hal ini terungkap pada pernyataan MI sebagai berikut,

“Mungkin ekstrover ya, ya sekali ngumpul sama orang gampang akrab, ngobrol bentar ok. Kata teman-temenku sih aku orangnya asyik jadinya gampang akrab”(MI,109-113)

4) Optimisme

Optimisme adalah sikap positif dan keyakinan individu bahwa masa depan akan membawa hal-hal yang baik. Optimisme berhubungan erat dengan *subjective well-being*, karena individu yang optimis cenderung memiliki pandangan positif tentang kehidupan, mengharapkan hasil yang baik, dan mengatasi tantangan dengan lebih baik. Individu yang lebih optimis memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi, lebih tahan terhadap stres, dan cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik. Optimisme mempengaruhi

subjective well-being dengan memperkuat kebahagiaan, harapan, dan rasa kontrol atas kehidupan.

Dalam kasus MK, tingkat optimismenya tidak cukup terlihat dikarenakan hanya menyederhanakan apa yang ingin MK capai. Tapi pada titik ini MK tetap mengutarakan gambaran masa depan ingin dicapai. Hal ini ternukil dalam pernyataan MK sebagai berikut,

“Sekarang cita-citaku simpel aja sih, diri sendiri aman, aman disini kaya finansial, pekerjaan dan hal-hal yang kudu dijalani setiap hari, keluarga juga aman, sama nanti yang jadi partner idup juga bisa aman” (MK,154-160)

Berbeda dengan RU yang memandang pekerjaan yang sedang dijalani adalah gambaran keinginan di masa depan sebagai pendidik, karena seorang pendidik dianggap sebuah tugas yang mulia. Pernyataan ini diutarakan sebagai berikut,

“Cita-cita sih apa ya, mungkin jadi pendidik, ya dari pekerjaanku sekarang sama studiku kan nyambung” (RU,37-40)

“Agama adalah sebuah kewajiban, dengan menjadi pendidik, menjadi salah satu cita-citaku peran agama pasti cukup penting, terutama tentang keyakinan dalam Islam yang aku yakini bahwa menjadi mendidik adalah tugas mulia, dan belajar itu harus terus menerus. Deadline belajar ya kalo usia habis” (RU, 98-107)

Disisi lain, cara pandang MI terhadap cita-citanya cukup baik yang dinarasikan oleh MI sebagai seorang astronom Islam. Terlihat dalam pernyataanya sebagai berikut,

“Aku orangnya cukup ngalir saja sih, maksudnya ngalir kalo bikin rencana yang jelas-jelas mau dihadapi, tapi kalo pandangan jauh kedepan gak bisa spesifik ada. Ya secara umum untuk kedepannya cukup sesuai dengan prodiku sih ilmu falak. pengen jadi astronom Islam yang cukup mumpuni sih. Ya proses ini aku cukup optimis bisa lah walo secara waktu gak bisa secara jelas diperhitungin” (MI, 114-126).

5) Relasi positif

Relasi positif merujuk pada kualitas hubungan interpersonal yang memadai, penuh dukungan, dan positif. Kualitas hubungan yang baik dengan keluarga, teman, dan pasangan romantis memiliki dampak yang signifikan terhadap *subjective well-being* individu. Hubungan yang positif dapat memberikan dukungan emosional, dukungan sosial, dan rasa keterhubungan yang penting bagi kesejahteraan psikologis. Orang yang memiliki hubungan positif yang kuat cenderung merasa lebih bahagia, puas, dan memiliki dukungan dalam mengatasi tantangan hidup. Sebaliknya, kurangnya relasi positif atau adanya konflik interpersonal dapat menyebabkan stres dan berdampak negatif pada *subjective well-being*.

Dalam hal relasi positif, MK membangun relasi positif dengan kondisi sebagai mahasiswa dan pekerja yang secara tidak langsung menuntut untuk bertemu banyak orang dan tanpa sadar terseleksi sendiri. Hal ini diungkap dalam pernyataan MK sebagai berikut,

“Gak juga ah, kan kita sering kenal orang dengan entah latar belakang apapun dari kerjaan lah, teman kelas, teman Angkatan atau apapun, pas lagi senggang dan ngumpul sama temen kadang temen juga bawa temennya yang lain yang gak kita kenal, ngobrol-ngobrol gak sengaja jadi kenal dan seterusnya. Apalagi kerjaanku bidang jasa, kadang customer ada yang minta nomor pribadiku buat sekedar nanya permasalahan laptop, dari situ aja kan memperluas koneksi sama orang lain” (MK, 123-138)

“Ya, secara garis besar positif, gak sadar banyak kenalan, ada yang bisa ditanya hal-hal yang diluar pemahamanku juga, entah sekedar hal remeh sampe hal yang tentang kehidupan” (MK, 139-144)

RU membangun relasi positif dari pengalaman yang cukup homogen dalam latar belakangnya sebagai individu yang hidup

dari pesantren ke pesantren. Hal ini dinyatakan RU dalam pernyataannya sebagai berikut,

“Tidak ada adaptasi yang signifikan, kan sebelumnya stay di Ma’had Walisongo, habis itu pindah ke PPF. Ditambah sebelum kuliah juga pernah ngajar di almamater pondok dan MTs dan MAny, almamater antum juga sih DN. Paling yang penyesuaian dikit-dikit tentang peraturan kegiatan dan jam-jam yang perlu ditaati saja sih. Selain itu sama saja sih kaya kehidupan sebelumnya yang selalu di pesantren” (RU, 108-121)

MI memiliki proses yang cukup berbeda dikarenakan pembawaan MI yang lebih terbuka dengan individu lainnya. Hal ini terlihat pada pernyataan MI sebagai berikut,

“Mungkin ekstrover ya, ya sekali ngumpul sama orang gampang akrab, ngobrol bentar ok. Kata teman-temenku sih aku orangnya asyik jadinya gampang akrab” (MI,109-113)

6) Makna tujuan hidup

Makna dan tujuan hidup merepresentasikan pemahaman individu tentang tujuan dan arti dalam hidup mereka. Memiliki makna dan tujuan hidup yang jelas berkaitan dengan *subjective well-being* yang lebih tinggi. Ketika individu memiliki tujuan yang bermakna dan merasa bahwa tindakan mereka memiliki dampak dan arti yang positif, mereka cenderung merasa lebih puas dan bahagia. Memiliki tujuan hidup yang bermakna memberikan orientasi, motivasi, dan rasa keterhubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Hal ini dapat memberikan kepuasan psikologis yang penting untuk mencapai *subjective well-being* yang tinggi.

Dalam memaknai kehidupan ketiga partisipan memiliki cukup persamaan dalam perspektif keyakinan yang dianut mereka. Hal tersebut tertuang dalam pernyataan-pernyataan berikut yang diutarakan ketiganya,

“bagaimana memandang makna hidup, intinya jalani, walo gak taat-taat banget, sebisa mungkin kewajiban agama dilakuin, insyaallah ada aja jalannya”(MK, 167-178)

“Pastinya nilai agama dong, kalo secara spesifik dulu kata salah satu ustadku pas masih belajar di pesantren sih gini, al harokah barokah,, mau dapet berkah ya obah. Maksud obah atau bergerak disini ya gampang lakuin apa yang kudu dilakuin, kaya kasusku studi harus dijalani, tapi kerja juga harus tetep dilakuin karena sama-sama menjadi tanggungjawabku” (MK, 179-189)

“Agama adalah sebuah kewajiban, dengan menjadi pendidik, menjadi salah satu cita-citaku peran agama pasti cukup penting, terutama tentang keyakinan dalam Islam yang aku yakini bahwa menjadi mendidik adalah tugas mulia, dan belajar itu harus terus menerus. Deadline belajar ya kalo usia habis” (RU,98-107)

“Dikutip perkataan Pak Kyai Fadlolan, manusia hidup kalo gak belajar ya ngajar, kalo bisa dua-duanya kenapa tidak, apalagi mengamalkan ilmu di pesantren tidak bisa mengandalkan bayaran sama sekali, itu bisa jadi salah satu jalan biar jadi hamba yang mensyukuri nikmat Allah” (RU,122-130)

“Tujuan hidup kan kalo diliat dari peganganku, khoirun nas anfa'uhum lin nas, ya sebaik - baik manusia yang bermanfaat bagi manusia lainnya. Jadi selagi hidupku bisa bermanfaat yang lain ya jalani hidup saja. Toh pasti dari hal tersebut akan balik lagi kebaikannya pada kita. Tak nukil lagi dari dalil lain, in ahsantum, ahsantum lianfusikum, wa in asa'tum falaha. Makna gampangnya. Kalo kita baik, kebaikan itu akan balik kekita dan sebaliknya jika kita tidak baik” (MI, 138-152).

TABEL 4.2

Rangkuman Deskripsi Temuan Dimensi SWB Mahasiswa yang Bekerja

No	Komponen SWB	Indikator	Partisipan 1	Partisipan 2	Partisipan 3
1.	Afek Positif	Emosi, perasaan dan <i>mood</i> positif	MK,21-23 MK,98-106	RU,41-45 RU,52-60	MI,58-61 MI,65-70
2.	Afek Negatif	Emosi, perasaan dan <i>mood</i> negatif	MK,86-106	RU,46-50 RU,93-96	MI,77-80 MI,89-98
3.	Kepuasan Hidup	Refleksi diri dalam menilai sesuatu yang baik terjadi.	MK,145-153 MK,154-160	RU,41-45 RU,51-60	MI,62-70

TABEL 4.3

Rangkuman Deskripsi Temuan Faktor yang Mempengaruhi SWB Mahasiswa yang Bekerja

No	Faktor yang mempengaruhi SWB	Indikator	Partisipan 1	Partisipan 2	Partisipan 3
1.	<i>Self-Esteem</i>	penilaian diri positif, penerimaan diri, penghargaan diri, percaya diri, dan perawatan diri yang sehat		RU,93-97	MI,71-76
2.	<i>Self-Control</i>	Kemampuan untuk mengendalikan diri, menahan godaan, dan mengatur impuls dalam mencapai tujuan	MK,44-45 MK,62-70 MK,185-189	RU,29-36 RU,75-82	MI,81-88
3.	Ekstraversi	Tingkat keaktifan sosial, keberanian dalam berinteraksi, dan kecenderungan untuk menjadi pusat perhatian	MK,107-122 MK,123-138	RU,29-36 RU,65-74	MI,109-113
4.	Optimisme	Pandangan positif terhadap masa depan dan harapan yang tinggi	MK,154-160	RU,37-40 RU,98-107	MI,114-126

5.	Relasi Positif	Hubungan interpersonal yang saling mendukung, penuh kasih, dan membangun	MK,128-138 MK,139-144	RU,108-121	MI,109-113
6.	Makna Tujuan Hidup	Mengalami perasaan tujuan yang bermakna dan merasa terhubung dengan sesuatu yang lebih besar	MK,167-178 MK,179-189	RU,98-107 RU,122-130	MI,138-152

2. Analisis Hasil Temuan

Subjective well-being melibatkan dua komponen utama yang berkesinambungan satu dengan yang lain, yaitu:

- a. Kehidupan Yang Bahagia: Dimensi ini mencakup perasaan positif dan kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi akan merasa gembira, bersemangat, dan puas dengan keadaan mereka. Dalam hal ini faktor afek positif sangat berpengaruh dibandingkan afek negatif ketika individu ingin mencapai kehidupan yang bahagia.
- b. Kehidupan Yang Memuaskan: Dimensi ini melibatkan penilaian individu terhadap kepuasan mereka terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan interpersonal, pekerjaan, kesehatan, keuangan, dan kehidupan sosial. Tingkat kepuasan ini mencerminkan sejauh mana individu merasa memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan hidup yang diinginkan.

Dua komponen tersebut terbentuk dengan pengaruh dari berbagai faktor yang sudah dijelaskan dalam penjelasan sebelumnya. Dalam hal ini terlihat masing-masing partisipan memiliki cara yang berbeda dalam mencapai *subjective well-being*. Hal yang cukup kuat dengan 3 dimensi *subjective well-being* yang ada MI memiliki tingkat kepuasan hidup dan afek positif yang paling baik antara dua lainnya. MK dan RU cukup

baik dikarenakan dalam aspek afek positif tingkat keduanya tidak terlalu kentara, akan tetapi dalam kepuasan hidup mereka cukup terlihat.

Faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* dari masing-masing partisipan cukup berbeda yang mana MK didominasi dengan pemaknaan diri MK yang baik dan *self-control* yang MK miliki. Sedangkan untuk RU optimisme yang dimiliki lebih baik dibanding dua partisipan lainnya dan didukung dengan makna tujuan hidup yang RU miliki berkesinambungan dengan refleksi masa depan yang diinginkan. Bagi MI dampak terbesar dalam mencapai *subjective well-being* adalah ekstraversi dan relasi positif yang menjadi keunggulan MI. Dan makna tujuan hidup MI sebagai pendukung dari dua faktor tersebut.

Selain dari faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* para partisipan, ternyata ada faktor lain yang ditemukan peneliti yaitu tentang kondisi ekonomi yang mana bagi RU alasan bekerja ketika berstatus mahasiswa untuk mencari pengalaman dan mandiri dari keluarga dalam finansial. Tetapi bagi MK dan MI pilihan untuk bekerja lebih mengarah kepada kebutuhan hidup pribadi dan keluarga yang harus dipenuhi dengan cara bekerja walaupun masih berstatus sebagai mahasiswa aktif.

C. Pembahasan dan Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan kepada mahasiswa semester 12 dan 14 yang menempuh studi di UIN Walisongo Semarang dan juga berstatus sebagai pekerja. Data yang digali oleh peneliti didapatkan pada bulan Juni 2023 dengan teknik wawancara sebagai sumber primer.

Hasil penelitian menunjukkan setiap partisipan memiliki *subjective well-being* dalam menjalani peran ganda. Hal ini akan dijelaskan secara ringkas sebagai berikut, Partisipan 1 menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang cukup baik. Dalam aspek afek positif, partisipan ini menunjukkan kecenderungan untuk merasakan emosi positif secara konsisten. Partisipan 1 menyatakan adanya kegembiraan, kepuasan, dan perasaan positif lainnya

dalam kehidupan sehari-hari mereka. Namun, dalam aspek afek negatif, partisipan ini juga terlihat adanya beberapa pengalaman emosi negatif, meskipun tidak terlalu signifikan. Dalam hal kepuasan hidup, partisipan ini menyatakan bahwa mereka merasa cukup puas dengan keadaan hidup mereka secara keseluruhan.

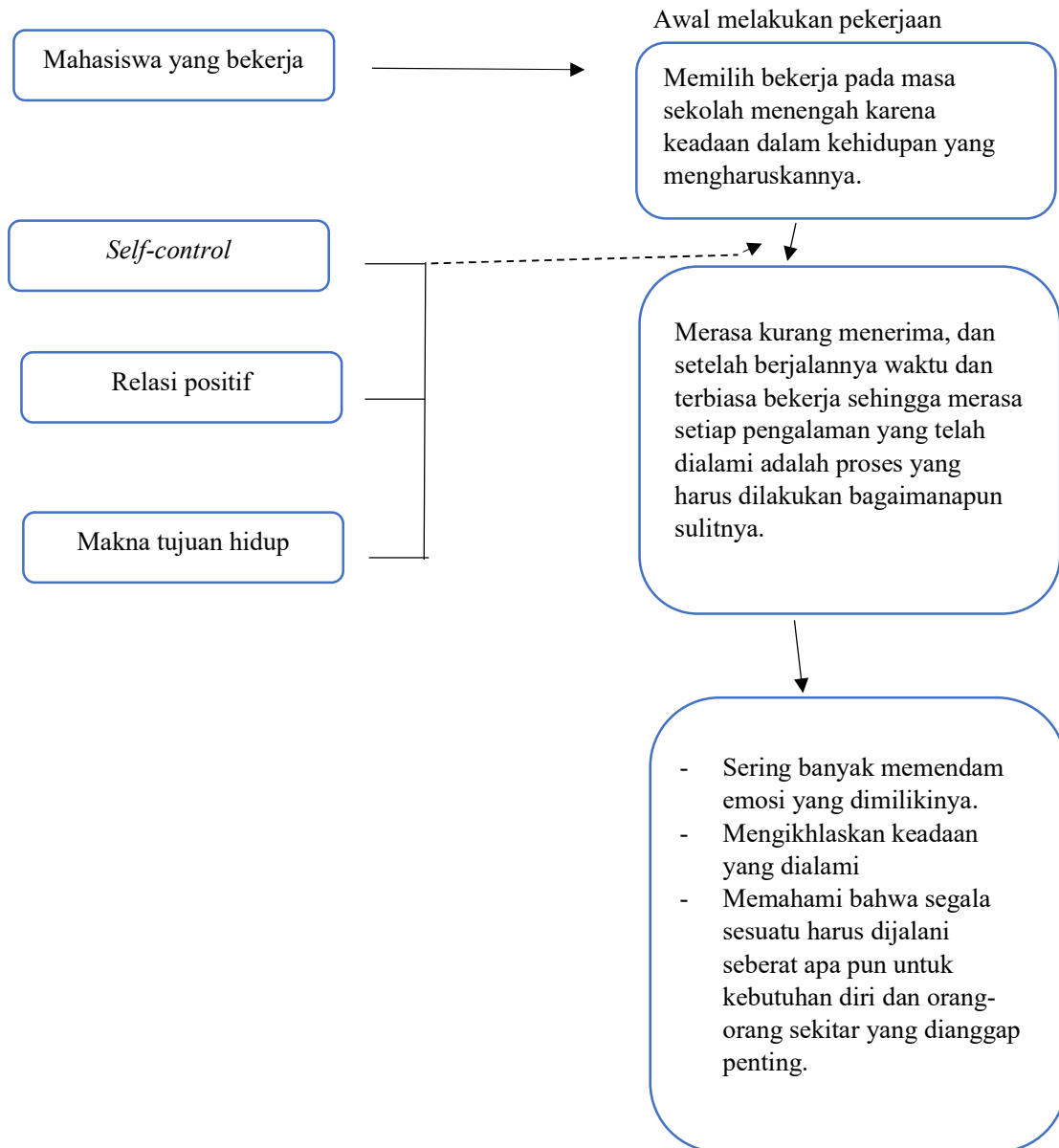
Partisipan 2 menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang baik. Partisipan 2 memiliki tingkat afek positif yang lebih tinggi daripada partisipan 1. Partisipan 2 sering mengalami emosi positif seperti kegembiraan, kepuasan, dan rasa bahagia dalam kehidupan sehari-hari. Dalam aspek afek negatif, partisipan ini diidentifikasi memiliki sedikit pengalaman emosi negatif yang tidak signifikan. Dalam hal kepuasan hidup, partisipan ini menyatakan bahwa mereka merasa baik-baik saja dengan keadaan hidup yang dijalani dan merasa cukup puas dengan pencapaian dan kegiatan yang dilakukan.

Partisipan 3 menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang sangat baik. Tingkat afek positif yang tinggi dan jarang mengalami emosi negatif. Partisipan ini cenderung merasa bahagia, puas, dan senang dalam kehidupan sehari-hari. Partisipan 3 terlihat memiliki tingkat kepuasan hidup yang sangat tinggi, merasa sangat puas dengan hubungan sosial dan kehidupan secara keseluruhan.

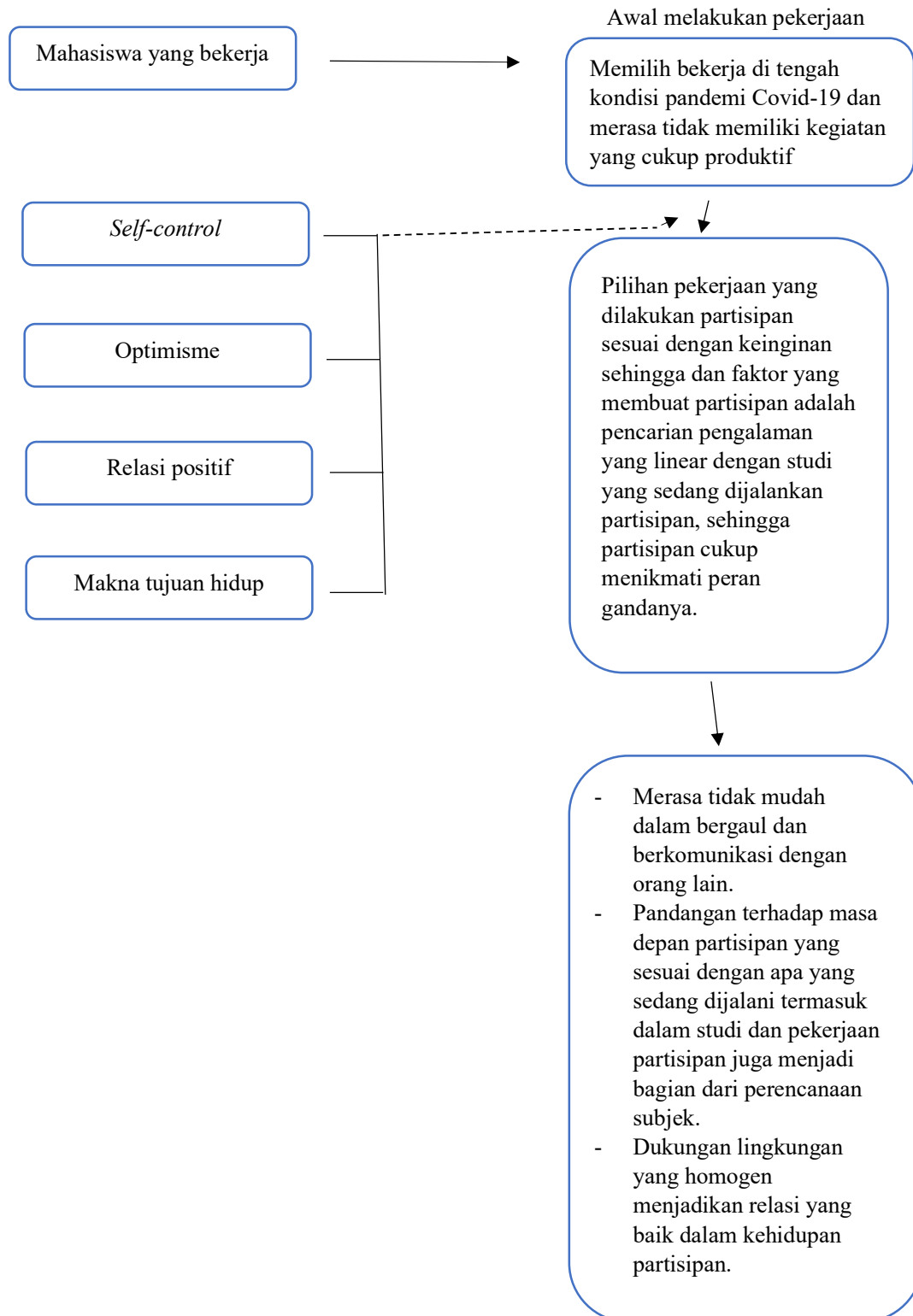
Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja dapat mencapai tingkat *subjective well-being* yang berbeda-beda. Partisipan 1 memiliki SWB yang cukup baik, sementara partisipan 2 memiliki *subjective well-being* yang baik, dan partisipan 3 memiliki *subjective well-being* yang sangat baik. Perbedaan ini mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor pribadi, situasional, dan pengalaman hidup masing-masing partisipan.

Skema 4.1

SWB Partisipan 1

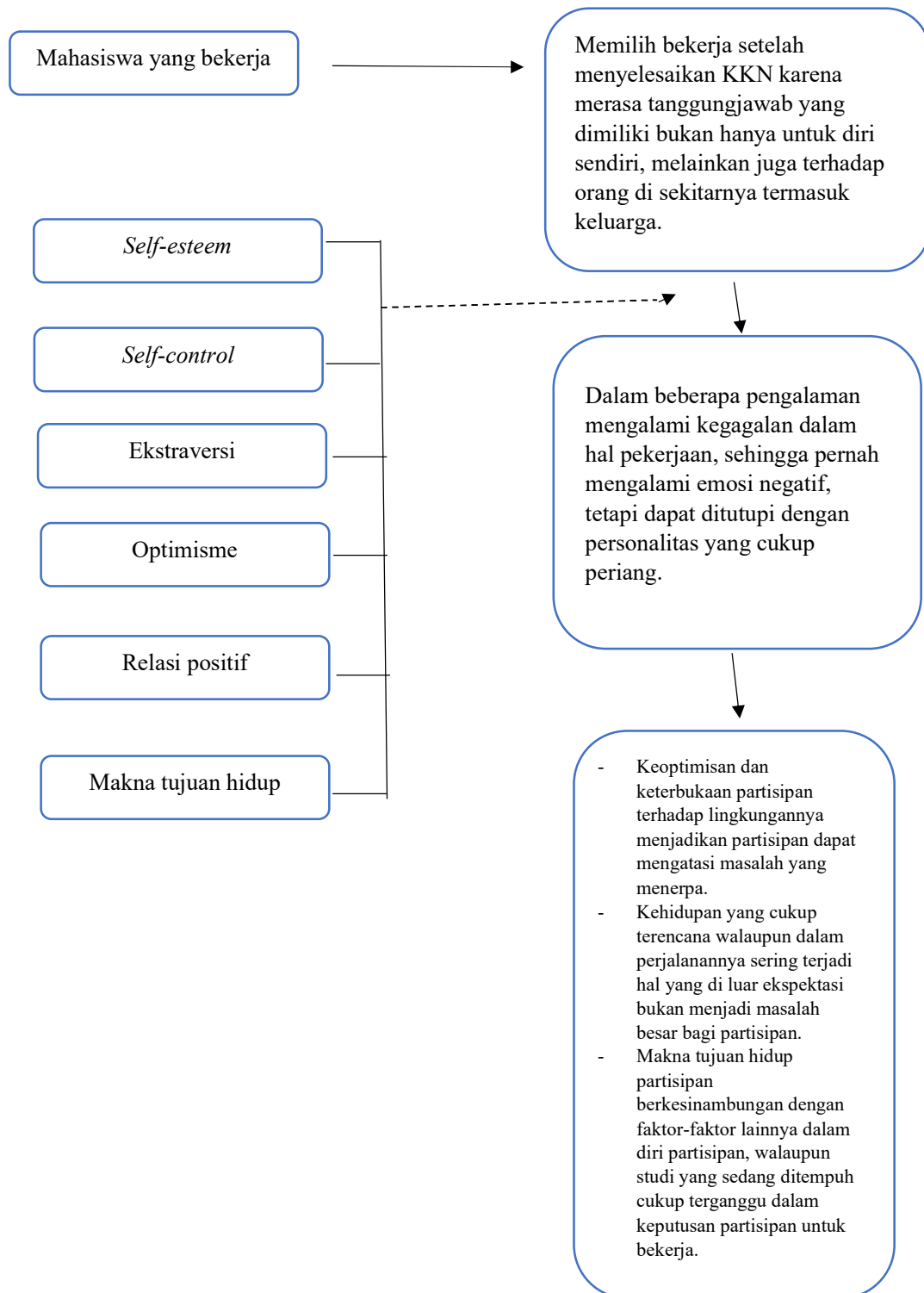


Skema 4.2
SWB Partisipan 2



Skema 4.3

SWB Partisipan 3



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan hasil dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa setiap partisipan memiliki *subjective well-being* yang beragam. Terdapat perbedaan dalam tingkat afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup antara partisipan yang diteliti. Partisipan 1 menunjukkan tingkat SWB yang cukup baik, partisipan 2 menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang baik, dan partisipan 3 menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang sangat baik.

Penelitian ini menyoroti pentingnya memperhatikan aspek afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup dalam memahami *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja. Faktor-faktor individu, situasional, dan pengalaman hidup masing-masing individu dapat memengaruhi tingkat *subjective well-being* yang mereka alami.

Hasil penelitian ini memberikan wawasan bagi para praktisi dan pihak terkait dalam pengembangan program atau intervensi untuk meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja. Upaya seperti manajemen stres, peningkatan kualitas hubungan sosial, dan pengembangan kepuasan hidup dapat menjadi fokus dalam program tersebut. Dengan demikian, diharapkan mahasiswa yang bekerja dapat mencapai tingkat *subjective well-being* yang lebih optimal dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya serta implikasi praktis yang dapat diambil dalam konteks *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja.

- a. Saran untuk Penelitian Selanjutnya. Melakukan penelitian dengan pendekatan longitudinal untuk melihat perubahan *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja seiring berjalannya waktu.
 - b. Memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan dari berbagai institusi pendidikan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih representatif tentang *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja.
 - c. Menyelidiki faktor-faktor kontekstual tambahan, seperti tuntutan akademik, beban kerja, dan persepsi terhadap kesempatan karier, yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja.
 - d. Meneliti peran strategi pengelolaan stres dan dukungan sosial dalam memoderasi hubungan antara pekerjaan dan SWB mahasiswa.
1. Implikasi Praktis
- a. Perguruan tinggi dan lembaga pendidikan dapat mempertimbangkan kebijakan yang memungkinkan mahasiswa yang bekerja untuk mengatur waktu kerja mereka secara fleksibel agar dapat menjaga keseimbangan antara kegiatan akademik dan pekerjaan.
 - b. Program pembinaan dan konseling dapat disediakan untuk membantu mahasiswa yang bekerja mengelola stres dan menemukan cara yang efektif untuk mengatasi tuntutan ganda dari pekerjaan dan studi.
 - c. Perusahaan dan organisasi tempat mahasiswa bekerja dapat mempertimbangkan inisiatif yang meningkatkan kualitas lingkungan kerja, memberikan dukungan sosial, dan mempromosikan keseimbangan kehidupan kerja yang sehat bagi mahasiswa karyawan.
 - d. Kesadaran tentang *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja dapat ditingkatkan melalui kampanye dan program yang mengedukasi masyarakat dan pemangku kepentingan tentang pentingnya mendukung kesejahteraan dan keseimbangan mahasiswa yang bekerja.

Dengan mengimplementasikan saran-saran ini, diharapkan pemahaman tentang *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja dapat diperdalam dan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan dari berbagai sisi sebagai faktor pendukungnya yang dapat dilakukan secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifuddin dan Saebani, Beni Ahmad. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia
- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). *Bahagia dalam Meraih Cita-cita: Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Teknik Arsitektur Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Efikasi Diri*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357>
- Arikunto. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryanur, Najla Lathifah. (2021). *Hubungan antara Subjective Well-Being dengan Organizational Citizenship Behaviour pada Karyawan PT. Mitra Beton Mandiri*.
- Compton, W.C. (2005) *An Introduction to Positive Psychology*. Thomson Wadsworth, Belmont
- Denim, Sudarwan. *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia, 2002.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2012. Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being*. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(1), 54. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15129>
- Gufron, M.N., & Risnawati, Rini.(2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). *Hubungan antara Amanah dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Perantau*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>
- Lyubomirsky, S. (2013). *The myths of happiness: What should make you happy but doesn't, what shouldn't make you happy but does*. Penguin Press.
- Maddux, J. E. (2018). *Subjective Well-Being And Life Satisfaction*. New York: Routledge.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2008). *Empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits*. Sage Handbook of personality theory and assessment. Vol. 1. Los Angeles, CA: Sage
- McLeod, S. A. (2018, Mei 21). *Maslow's hierarchy of needs*. Diakses dari <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>
- Moleong, L. J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). *Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 27–38. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10374>
- Na'imah, T., & Tanireja, T. (2017). *Student Well-being pada Remaja Jawa*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.979>
- Nana Syaodih Sukmadinata. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Oxford Advanced Learner's Dictionary*. (2005). Oxford: Oxford University Press
- Poerwandari, E. K. 1998. *Pendekatan Kualitatif Dalam penelitian Psikologi*. Jakarta : Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Primasani, G. D. (2005). *Subjective Well Being Relationships with Self-Confidence in Women Early adulthood is Not Married*. Gunadarma University Library. Jurnal penelitian.
- Ryff, C. D., Boylan, J. M., & Kirsch, J. A. (2021). *Eudaimonic and Hedonic Well-Being: An Integrative Perspective with Linkages to Sociodemographic Factors and Health*. Dalam M. T. Lee, L. D. Kubzansky, & T. J. VanderWeele (Ed.), *Measuring Well-Being* (1 ed., hlm. 92-C4.P285). Oxford University Press New York. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.003.0005>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). *Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Septarianda, E., Malay, M. N., & Ulfah, K. (2020). *Hubungan Forgiveness dengan Subjective Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan*. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1). <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2488>
- Schimmack, U. (2008). *The Structure of Subjective Well-Being*. Dalam M, Eid & R.J. Larsen (Eds) *The Science of Subjective Well-Being*. New York: Guilford Press
- Shaleh, A. R., Rahayu, A., Zubeir, A., & Istiqlal, A. (2020). *Gratitude and social support as predictors for fishermen's subjective well-being*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 75. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4859>
- Smith, Jonathan et al. 2010. *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method, and Research, Reprinted Edition*. London: Sage Publication

- Surijah, E. A., Prasad, G. H., & Saraswati, M. R. A. (2021). *Couple resilience predicted marital satisfaction but not well-being and health for married couples in Bali, Indonesia*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 13–32. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.6520>
- Stones, M. J., & Kozma, A. (1985). *Structural Relationships among Happiness Scales: A Second Order Factorial Study*. *Social Indicator Research*, Vol. 17, No. 1. 19-28.
- Syahrani, Mela. (2023, Maret 30). *Penduduk Indonesia Didominasi oleh generasi Muda*. Diakses dari <https://data.goodstats.id/statistic/melasyhrn/rentang-usia-20an-jadi-populasi-penduduk-indonesia-terbanyak-FZa2q>
- Ulya, Zuhrotul. (2019). *Studi Fenomenologis Subjective Well-Being Pada Klien Pemasarakatan Pengguna Narkoba Di Bapas Kelas I Semarang*.
- Yuliatun, I., & Karyani, U. (2022). *Improving the psychological well-being of nurses through Islamic positive psychology training*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 91–102. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10792>
- Zalafi, Z., Sjabadhyni, B., & Suyanto, H. (2019). *Increasing ethical decision making through flexible work arrangement*. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 157. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3043>

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Panduan wawancara subjek mahasiswa yang bekerja.*

PANDUAN WAWANCARA

No	Aspek	Informasi yang ingin diungkap	Item pertanyaan
1	Afek positif	<ul style="list-style-type: none"> - Penggalian tentang perasaan subjek tentang peran ganda menjadi mahasiswa dan pekerja. - Sesuatu yang memicu semangat, gembira dan kesenangan subjek. - Cara subjek mendapatkan ketenangan. - Hambatan atau kesulitan yang dihadapi. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana perasaan anda memiliki status mahasiswa dan menjadi pekerja? - Hal apa yang membuat Anda bersemangat, senang ataupun bergembira? - Langkah apa saja yang sudah anda lakukan untuk mendapatkan ketenangan? - Apa saja kesulitan yang dialami ketika proses mencapai hal tersebut?
2	Afek negatif	<ul style="list-style-type: none"> - Pengalaman stres yang dialami subjek. - Mengetahui kapan subjek merasa cemas. - Cara subjek mengatasi rasa kecewa. - Sosok tempat berbagi masalah hidup. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pernahkah anda merasakan stres ketika berperan ganda menjadi mahasiswa dan pekerja? - Situasi seperti apa yang membuat anda cemas? - Bagaimana anda mengatasi rasa kecewa? - Siapakah yang menjadi tempat berbagi masalah hidup Anda?
3	Kepuasan hidup	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek memandang tingkat kepuasan hidup dengan peran ganda menjadi mahasiswa dan pekerja. - Mengetahui sesuatu yang menjadi kepuasan hidup dan kesenangan subjek - Sesuatu yang dianggap penting bagi subjek dalam mencapai kepuasan hidup. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana cara anda menilai tingkat kepuasan hidup anda secara menyeluruh sebagai mahasiswa yang bekerja? - Hal apa yang membuat anda senang dengan kehidupan saat ini? - Hal apa yang anda anggap penting dalam mencapai kepuasan hidup anda?
4	<i>Self-esteem</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian subjek terhadap harga diri subjek 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda menilai tingkat harga diri anda saat ini?

		<ul style="list-style-type: none"> - Sesuatu yang membuat tingkat <i>self esteem</i> baik dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. - Cara subjek mempertahankan dan meningkatkan <i>self-esteem</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> - Apa yang membuat Anda merasa percaya diri dan dihargai dalam peran ganda Anda sebagai mahasiswa yang bekerja? - Apa yang Anda lakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan penghargaan diri Anda dalam situasi yang menantang?
5	<i>Self-control</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek mengelola waktu dan energinya dalam tuntutan pekerjaan dan studi. - Strategi subjek untuk mengelola diri dalam mengemban peran ganda. - Pengendalian subjek dalam pencapaian dan kepuasan hidup subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda mengelola waktu dan energi Anda dalam menghadapi tuntutan pekerjaan dan studi? - Apa strategi yang Anda gunakan untuk menghindari godaan atau distraksi yang dapat mengganggu kemajuan Anda dalam kedua peran tersebut? - Bagaimana pengendalian diri Anda berkontribusi terhadap pencapaian tujuan dan kepuasan dalam hidup Anda? -
6	Ekstraversi	<ul style="list-style-type: none"> - Memahami perasaan dan pengelolaan subjek dalam interaksi sosial subjek. - Tantangan yang dialami subjek dengan peran ganda subjek. - Cara subjek menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda merasakan dan mengelola interaksi sosial dalam lingkungan kerja dan akademik? - Apa manfaat dan tantangan yang Anda alami sebagai seorang mahasiswa yang bekerja? - Bagaimana Anda menyesuaikan diri dengan situasi sosial yang berbeda dan memastikan kebutuhan sosial Anda terpenuhi?

7	Optimisme	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek memandang masa depan subjek. - Strategi subjek dalam mempertahankan sikap optimis. - Pengaruh sikap optimis subjek dalam kesejahteraan mental dan performa dalam peran ganda subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda melihat masa depan dan menghadapi tantangan atau rintangan dalam peran ganda Anda? - Apa strategi yang Anda gunakan untuk mempertahankan sikap optimis dalam menghadapi tekanan atau kegagalan? - Bagaimana sikap optimis Anda mempengaruhi kesejahteraan mental dan performa Anda di tempat kerja dan studi?
8	Relasi positif	<ul style="list-style-type: none"> - Cara subjek berhubungan dengan rekan dalam kehidupan sosial subjek. - Cara subjek membangun relasi positif subjek. - Pengaruh relasi positif lingkungan terhadap subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda menjaga hubungan yang positif dengan rekan kerja, atasan, dan sesama mahasiswa? - Apa yang Anda lakukan untuk membangun dan memelihara hubungan yang saling mendukung dan menginspirasi? - Bagaimana hubungan sosial yang positif memengaruhi anda dalam peran ganda anda?

9	Makna Tujuan Hidup	<ul style="list-style-type: none"> - Pemaknaan hidup subjek. - Sesuatu yang membuat hidup subjek bermakna. - Nilai dan keyakinan subjek yang membantu memaknai kehidupan subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Anda memaknai tujuan hidup Anda sebagai seorang beragama yang juga mahasiswa dan pekerja? - Apa yang membuat hidup Anda memiliki makna dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi kepuasan dan kesejahteraan Anda? - Bagaimana nilai-nilai dan keyakinan agama Anda membantu Anda menjalani peran ganda dengan kesadaran diri dan tanggung jawab yang tinggi?
---	--------------------	---	--

VERBATIM

Lampiran 2. *Transkrip Wawancara*

Partisipan 1

Tempat : Angkringan
 Hari/tanggal : Sabtu, 10 Juni 2023
 Waktu : 21.00 – 21.45 WIB
 Inisial : MK
 Semester : 14

NO	Transkripsi orisinal	Komentar eksploratoris	Tema emergen
1 2 3 4 5 6	<p>Malem mas, langsung mulai saja ya, bisa ceritain tentangmu mas, latar belakang keluarganya begitu?</p> <p>Ohya saya asli Jepara dengan keluarga biasa saja, anak pertama dari 3 bersaudara adik yang pertama cowo sama yang terakhir cewe, jarak umurku sama mereka 4 tahun dan 12 tahun.</p> <p>Terus, sekarang kesibukannya apa mas?</p>	Menjelaskan tentang latar belakang narasumber.	Anak pertama dari 3 bersaudara.

7	Kesibukannya ya jadi	Menjelaskan status narasumber sebagai orang yang memiliki peran ganda.	Status mahasiswa yang bekerja.
8	mahasiswa juga sambil kerja.		
9	Ya paling cuman itu sih.		
	Jurusan apa mas semester berapa, terus kerja dimana?		
10	KPI UIN Walisongo, semester	Menjelaskan tentang kesibukan narasumber sebagai penyedia jasa servis laptop.	Penyedia jasa servis laptop.
11	mepet banget mas, semester 14,		
12	ya lagi proses nyelesain tugas		
13	akhir kaya awakmu juga. Kalo		
14	kerjanya sih di servis laptop		
15	Basscom depan kampus 1, tapi		
16	sekarang dipasrahi buat ngurus		
17	toko buka baru yang seberang		
18	Ngalliyon Square. 99com		
19	namanya.		
	Oh gitu tho mas, brarti staturse kuliah sambil kerja ya, atau kerja sambil kuliah, hehe.		
20	Dua-duanya sama aja lah mas.		
	gimana rasanya mas kuliah sambil kerja?		
21	Ya, kalo ditanya perasaan	Gambaran perasaan narasumber dengan status peran gandanya.	Biasa saja perasaan subjek.
22	sebagai mahasiswa yang		
23	bekerja sih, biasa-biasa aja sih, maklum kondisi udah dari dulu studi sambil kerja.		
	Emang sebelum kuliah udah kerja juga ya mas?		
24	Kalo dikatakan kerja secara	Gambaran pengalaman awal narasumber memiliki status sebagai pekerja sebelum menjadi mahasiswa dengan menjadi pekerja lepas percetakan undangan dan jual beli HP bekas.	Status pekerja yang berawal semenjak bangku SMA.
25	professional sih agak susah		
26	dikriteriain kaya gitu. Jaman		
27	SMA dulu udah biasa kerja		
28	jualan HP second lah, istilah TT		
29	BT paham mesti sampean,		
30	kadang kerja lepasan di percetakan undangan ikut orang.		
	Jadi istilahnya mas udah biasa dengan kondisi ini dan sudah terbiasa dengan peran ganda ini ya. Terus pas mulai kuliah itu sampean langsung kerja atau gimana mas?		
31	Oh dulu awal-awal jadi maba	Menjelaskan awal mula narasumber menjadi mahasiswa.	Status narasumber sebagai mahasiswa.
32	mah belum kerja. Masih		
33	meraba-raba dulu yang prospek		
34	apa gitu, alhamdulillahnya dulu		
35	ada senior lah yang nampung		
36	dan bantu-bantu beliau sedikit-		

37 38 39 40 41	<p>sedikit. Lah pas mulai semester 4, ada senior UIN yang ngajak buka jasa servis, suruh ngikut eksplor lagi hobi otak-atik hal begituan, ya dibawa sampe sekarang.</p>	Awal mula narasumber memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja	Awal menjadi mahasiswa yang bekerja.
42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55	<p>Lah bagi waktunya gimana tuh mas, kerja iya, kuliah iya, apa gak cape.</p> <p>Mas urip ki kesel, mau tiduran terus di kamar cape, kerja sana sini juga cape. Tapi ya kudu ngerti prioritas. Kaya gimana baginya. Awal-awal pas kerja sih fleksibel. Kalo ada kuliah ya ijin berangkat kuliah. Kalo dah beres balik kerja. Toko juga jadi tempat balik walo sebenarnya ada homestaynya tapi jauh di Wates. Cara ngaturnya ya gitu. Kalo emang perlu banget aja balik ke wates. Kadang kerja juga bisa disambi tugas kuliah. Pokoknya fleksibel aja deh.</p>	<p>Cara narasumber membagi waktunya sebagai mahasiswa dan pekerja dengan fleksibilitas pekerjaannya.</p>	<p>Fleksibilitas peran ganda.</p>
56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70	<p>Punya kesulitan gak pas kudu kerja sama kuliah</p> <p>Kalo ditanya kesulitan mesti ada, kaya yang tadi tak omongin sih, cape mas, udah waktu sama energi kekurus juga, kegiatan mahasiswa yang diluar ruang kelas kudu milih bener-bener biar gak keganggu juga. Prioritasnya kan kerja buat bisa memenuhi kebutuhan hidup, studi juga prioritas, tapi yang bener-bener ada efek di keilmuan jurusanku dan dampak ke proses kuliah sampe lulus. Kalo kegiatan-kegiatan yang buang-buang waktu sebisa mungkin tak hindari.</p>	<p>Hambatan yang dialami narasumber Ketika berperan ganda sebagai mahasiswa yang bekerja.</p> <p>Cara narasumber mengelola diri subjek Ketika berstatus sebagai mahasiswa yang bekerja.</p>	<p>Hambatan subjek dengan terkurasnya energi subjek.</p> <p>Pengelolaan diri subjek dengan mendahulukan prioritas hidupnya.</p>
71 72 73 74 75	<p>Tadi mas bilang kan kerja buat memenuhi kebutuhan hidup kan, emang masnya ada tanggungan selain buat diri sendiri mungkin?</p> <p>Lah kan aku anak pertama, walo bukan pemasukan utama keluarga tapi tetep bantu juga ekonomi keluarga apalagi punya adik 2 kan.</p>	Alasan narasumber berperan ganda dan gambaran status	Anak pertama yang membantu perekonomian keluarga.

<p>76 77 78 79 80 81 82 83 84 85</p>	<p>Bukannya kalo semesternya nambah kan kebutuhannya nambah, kok bisa sampean pol semester 14 mas, kalo boleh tau?</p> <p>Aku juga gak niat pol semester 14 mas, lawong penelitian yang jadi pembahasanku aja udah ada habis selesai KKN, tahun 2020an lah. Lah tau sendiri tahun itu ada apa kan, awal pandemi, kondisi kurang baik-baik saja, akhire harus muter otak kan. Jadi gak fokus penelitianku juga. Tapi tetep harus disyukuri lah.</p>	<p>narasumber dalam keluarga.</p> <p>Hambatan yang dialami narasumber Ketika berstatus mahasiswa yang bekerja.</p> <p>Bersyukur sebagai cara subjek menerima kondisi yang dialaminya.</p>	<p>Situasi tahun 2020 sebagai salah satu hambatan yang dialami.</p> <p>Bersyukur sebagai pengendalian diri mencapai kepuasan hidup.</p>
<p>86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106</p>	<p>Dari tadi kayanya sampean kaya gak ada stres-stresnya mas menyikapi kondisi sampean?</p> <p>Kata siapa gak stres, cukup stres, apalagi pas masih semester-semester awal liat temen bisa aktif sana sini buat ngembangin diri, aku gini-gini aja, khawatir cuman statusnya mahasiswa tapi ilmunya sama aja, temen-temen udah bisa mencapai titik ini atau titik itu lah, aku masih masih disini aja, pokoke stress, khawatir, gak nyaman ngumpul semua, tapi lama-lama juga nerima, malah kadang seneng liat orang dateng ke toko muka panik gegara laptopnya bermasalah pas lagi tugas akhir. Bisa bantu mereka. Kalo diitung bisa jadi ratusan ato ribuan yang udah ketolong. Itu bikin cukup bahagia, ya walo karena dibayar juga jadi senengnya hehe.</p>	<p>Stres dan khawatir karena membandingkan kondisinya dengan kondisi teman-teman sejawatnya dan tidak memiliki kesempatan seperti umumnya mahasiswa dalam pengembangan diri.</p> <p>Keterbatasan subjek dalam berperan sebagai mahasiswa yang ideal.</p> <p>Kebahagiaan subjek bisa membantu mengatasi masalah pelanggan yang perlu bantuan yang berhubungan dengan pekerjaannya.</p>	<p>Stres dan khawatir sebagai afek negatif.</p> <p>kebahagiaan membantu dengan <i>skill</i> subjek.</p>
<p>107 108 109 110 111</p>	<p>Lah kalo ngrasa lagi banyak masalah gitu, atau lagi stres, ada yang bisa jadi tempat sekedar ngobrol atau berbagi masalah solusi?</p> <p>Kalo ditanya secara spesifik kayanya gak ada sih, dah jomblo juga, barangkali ada temen yang lowong dan cukup ok kenalin lah hehe, tapi kan</p>	<p>Teman dan kenalan yang menjadi tempat <i>sharing</i> narasumber.</p>	<p>Teman sebagai tempat berbagi masalah.</p>

<p>112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122</p>	<p>manusia makhluk sosial, udah gitu anak komunikasi, kan bisa ngobrol sama siapa aja sebisa mungkin, khususnya yang statusnya kenalan atau teman lah, nanti dari obrolan-obrolan receh gak sadar biasanya masuk agak serius dan akhirnya yang dianggap permasalahan hidup tanpa sadar dapat solusi atau sekedar mengeluarkan uneg-uneg yang ada.</p>	<p>Pandangan narasumber tentang manusia sebagai makhluk sosial dan bagaimana cara narasumber berhubungan dengan lingkungannya.</p> <p>Salah satu cara narasumber mengatasi masalah yang dihadapi dengan <i>sharing</i>.</p>	<p>Fungsi manusia sebagai makhluk sosial.</p> <p><i>Sharing</i> sebagai cara mengatasi masalah.</p>
<p>123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138</p>	<p>Ngeliat respon sampean seperti itu, brarti sampean bisa dikatakan orang yang gampang akrab sama orang ya?</p> <p>Gak juga ah, kan kita sering kenal orang dengan entah latar belakang apapun dari kerjaan lah, teman kelas, teman Angkatan atau apapun, pas lagi senggang dan ngumpul sama temen kadang temen juga bawa temennya yang lain yang gak kita kenal, ngobrol-ngobrol gak sengaja jadi kenal dan seterusnya. Apalagi kerjaanku bidang jasa, kadang customer ada yang minta nomor pribadiku buat sekedar nanya permasalahan laptop, dari situ aja kan memperluas koneksi sama orang lain.</p>	<p>Cara narasumber membangun pertemanan dengan memadukan <i>circle</i> pertemanan 1 pada <i>circle</i> lainnya.</p>	<p>Memadukan beberapa lingkaran pertemanan sebagai cara membangun relasi positif.</p>
<p>139 140 141 142 143 144</p>	<p>Berarti hal yang bisa dibilang tidak terduga tersebut sampean anggep positif Ketika bisa berhubungan dengan orang lain?</p> <p>Ya, secara garis besar positif, gak sadar banyak kenalan, ada yang bisa ditanya hal-hal yang diluar pemahamanku juga, entah sekedar hal remeh sampe hal yang tentang kehidupan.</p>	<p>Berinteraksi dengan banyak orang sebagai salah satu cara mencari solusi permasalahan.</p>	
<p>145 146 147</p>	<p>Oke-oke mas, trus sampean puas gak dengan hidup kaya gini, jadi mahasiswa juga pekerja?</p> <p>Untuk sekarang akhirnya puas, kan ada hal yang pada akhirnya kita harus jalani atau kita harus</p>		<p>Puas dengan keadaan yang ada.</p>

148	ikhlas, kalo sampean nanya	Subjek merasa cukup	
149	aku versi awal-awal kuliah ya	puas dengan apa yang	
150	gak puas, banyak hal-hal yang	dialami subjek	Mengatasi afek
151	pengen tak lakuin tapi keadaan		negatif dengan
152	berkata lain, udah bagus lom	Ikhlas sebagai salah satu	ikhlas
153	rimanya, wkwk	faktor pengganggu	
	Jadi sampean untuk sekarang	mental subjek	
	punya cita-cita atau angan-		
	angan gak, mungkin dulu		
	juga gimana cita-citanya?		
154	Sekarang cita-citaku simpel aja		
155	sih, diri sendiri aman, aman		
156	disini kaya finansial, pekerjaan		Kemapanan
157	dan hal-hal yang kudu dijalani		pekerjaan sebagai
158	setiap hari, keluarga juga aman,	Ketercukupan	pandangan masa
159	sama nanti yang jadi partner	khususnya finansial dan	depan.
160	idup juga bisa aman.	pekerjaan sebagai	
	Kalo liat jawabannya	pandangan masa depan.	
	sampean kaya relijius banget	Faktor penting bagi	Keterjaminan
	mas, emang apa makna	subjek dalam kepuasan	kehidupan keluarga
	tujuan hidup bagi sampean	hidupnya.	subjek sebagai hal
	terlebih dari makna hidup		yang penting
	secara agama dalam		baginya.
	perspektif sampean?		
161	Relijius apaan, mungkin ya		
162	karena Tuhan mempertemukan		
163	sama orang-orang baik aja		
164	makanya vibenya positif terus,		
165	mungkin ini juga bisa mewakili		
166	pertanyaan sampean mas	Cara subjek mendapat	Ketenangan dan
167	bagaimana memandang makna	ketenangan dan	kebermaknaan hidup
168	hidup, intinya jalani, walo gak	pemaknaan hidup	subjek dengan
169	taat-taat banget, sebisa mungkin	subjek.	kepercayaan
170	kewajiban agama dilakuin,		terhadap Tuhan
171	insyaallah ada aja jalannya.		yang akan
	Kalo lagi stres ada hal yang		mempertemukan
	biasa dilakuin gak selain yang		orang yang
	berhubungan dengan agama,		dibutuhkan.
	kaya pelampiasannya gitu?		
172	Ya, kalo dibilang ada paling		
173	ngegame, ya mentok-mentok		
174	karena seneng ndaki biasanya		
175	kalo ada duit nabung buat		
176	healing kalo kata anak sekarang		
177	ya ndaki yang minim budget aja		
178	yang penting terjangkau	Cara subjek mengatasi	Bermain game dan
	biayanya.	afek negatif.	melakukan <i>hiking</i>
	Nilai-nilai seperti apa yang		
	sampean pegang Ketika		
	mengemban tanggungjawab		

179	sampean sebagai mahasiswa dan pekerja bersamaan?		
180	Pastinya nilai agama dong, kalo		
181	secara spesifik dulu kata salah		
182	satu ustadku pas masih belajar		
183	di pesantren sih gini, al harokah	Nilai dan keyakinan	Perspektif agama
184	barokah,, mau dapet berkah ya	subjek dalam memaknai	sebagai nilai yang
185	obah. Maksud obah atau	hidup.	diyakini.
186	bergerak disini ya gampang		
187	lakuin apa yang kudu dilakuin,		
188	kaya kasusku studi harus		
189	dijalani, tapi kerja juga harus		
	tetep dilakuin karena sama-		
	sama menjadi		
	tanggungjawabku.		
	Oke mas, secara garis besar sudah dapat data yang perlu tak dapetin dari sampean, makasih waktunya ya mas, monggo dilanjut ngopinya mas.		
190	Oke sama-sama		

Partisipan 2

Tempat : Talk Kopi
 Hari/tanggal : Minggu, 11 Juni 2023
 Waktu : 14.15 – 15.00 WIB
 Inisial : RU
 Semester : 12

NO	Transkripsi orisinal	Komentar eksploratoris	Tema emergen
1	Oke, kita mulai saja ya interviewnya, kaya ngobrol santai saja. Ok kak		
2	Bisa ceritakan tentang dirimu?		
3	Nama RU dari Cilegon anak	Subjek mendeskripsikan	Deskripsi singkat
4	terakhir dari 4 bersaudara,	dirinya.	subjek.
5	masih berstatus mahasiswa di		
6	UIN Walisongo jurusan Pendidikan Bahasa Inggris semester 12.		

7	Jadi masih mahasiswa ya, lah sekarang sibuknya apa selain ngerjain tugas akhir.		
8	Sekarang sibuk ngajar di salah	Kesibukan subjek	Pengajar sebagai
9	ponpes di daerah sini	sebagai pengajar.	pekerjaan subjek
10	kapan mulai ngajarnya? Sekitar tahun 2021.		
11	Kenapa malah ngajar, bukan fokus buat nyelesain skripsinya.		
12	Kan tempat penelitianku cukup	Alasan subjek memilih	pandemi sebagai
13	jauh dari Semarang kak, di	mengambil pekerjaan	faktor penghambat
14	Banten, tau sendiri efek covid	ketika masih berstatus	penelitian dan
15	kemaren agak ribet	mahasiswa	keputusan menjadi
16	mobilitasnya, terus		pengajar.
17	penelitiannya juga harus		
18	ketemu langsung, ya sudah		
19	ngajar saja. Dari pada waktu		
20	kosong juga gak ngapa-ngapain, toh malah jadi pengalaman apalagi sesuai sama studiku.		
21	oh berarti ngajar karena memanfaatkan waktu ya, bukan karena ekonomi.		
22	Gak begitu juga kak, ya walo	Keadaan ekonomi	Finansial bukan
23	keluarga juga masih mampu	keluarga subjek yang	alasan subjek
24	secara finansial, tapi tetap mau	bukan pada taraf hidup	bekerja.
25	mandiri secara finansial dan	ekonomi lemah.	
26	pengalaman juga. Kalo pengen		
27	apa-apa juga gak perlu	Alasan subjek untuk	Pengalaman dan
28	bergantung sama kakak-kakakku dan ortuku kak.	bekerja.	kemandirian
29	Ada rencana selanjutnya, rencana jangka pendek ataupun jangka panjang?		finansial.
30	Rencana terdekat ya nyelesain	Rencana subjek tentang	Menyelesaikan
31	skripsi kan sudah berjalan	tanggungjawab	penelitian sebagai
32	hampir setahun akhirnya sudah	akademik subjek.	rencana tempo dekat.
33	agak longgar tentang peraturan		
34	yang pandemi itu kan. Akhirnya		
35	data sudah kekumpul, tinggal		
36	lanjut saja ntar. Ohya kalo		
37	jangka panjang belum ada		
38	spesifik sih.		
37	Bagaimana dengan cita-citamu?		
38	Cita-cita sih apa ya, mungkin jadi pendidik, ya dari		

39 40	pekerjaanku sekarang sama studiku kan nyambung.		
	Bagaimana perasaanmu ketika menyangkut status mahasiswa yang bekerja?	Cita-cita subjek yang ingin dilakukan dan sedang dilakukan.	Pendidik sebagai cita-cita
41 42 43 44 45	Perasaanku ya biasa saja sih, ya mungkin ada senengnya juga jadi bisa menghasilkan uang sendiri tanpa bergantung sama ortu, dapet pengalaman juga kan.	Perasaan subjek sebagai mahasiswa yang bekerja	Rasa senang meringankan beban keluarga.
	Pernah stres dengan kondisi sebagai mahasiswa dan juga bekerja sebagai pengajar		
46 47 48 49 50	Stres pasti dong, kan harus menghadapi anak-anak sekolah, spesifiknya aku ngajar anak MTs. Ngerti ya gimana anak MTs. Antum juga pengalaman ini lah.	Pengalaman stres subjek ketika berperan ganda	Rasa stres menghadapi peserta didik yang memiliki keunikan masing-masing.
	Bagaimana hubunganmu dengan orang lain?		
51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64	Hubungan dengan orang lain, ini spesifiknya apa kak, kalo sama anak-anak didik sih ya seneng, malah mereka jadi tempat kebahagiaanku karena gak tahu saja kalo ketemu mereka bawaannya seneng, ya walo mesti kadang jengkel juga karena umur-umur segitu kan lagi aneh-anehnya, kalo sama yang stay di pondok mah ya biasa-biasa saja sih, komunikasinya terjaga, dibilang akrab, ya semestinya orang hidup bareng.	Sesuatu yang menjadi kepuasan subjek	Bersama dengan peserta didik menjadi salah satu faktor kebahagiaan dan kepuasan hidup subjek
	Bagaimana caramu mengelola diri dan perasaanmu ketika berinteraksi sosial?	Cara subjek menyesuaikan diri dalam bersosial.	Berkomunikasi dengan baik sebagai cara bersosial subjek.
65 66 67 68 69 70 71 72 73 74	Aku sendiri gak terlalu mudah akrab sama orang, kaya kemaren kan antum tahu ada yang deketin juga aku membatasi banget, susah akrab saja, tapi kalo sama anak alumni DN mah gak tau kenapa gampang saja akrab, kaya sama antum juga sesama alumni,	Tantangan dalam bersosial subjek.	Kesulitan dalam keakraban dengan orang lain menjadi tantangan subjek dalam bersosial.

<p>75</p> <p>76</p> <p>77</p> <p>78</p> <p>79</p> <p>80</p> <p>81</p> <p>82</p> <p>83</p> <p>84</p> <p>85</p> <p>86</p> <p>87</p> <p>88</p> <p>89</p> <p>90</p> <p>91</p> <p>92</p> <p>93</p> <p>94</p> <p>95</p> <p>96</p> <p>97</p> <p>98</p> <p>99</p> <p>100</p> <p>101</p> <p>102</p> <p>103</p> <p>104</p> <p>105</p> <p>106</p> <p>107</p>	<p>ngobrol ngalor ngidul juga nyambung-nyambung saja.</p> <p>Cara pengelolaan waktumu dan energimu sebagai mahasiswa dan bekerja?</p> <p>Gak ada cara yang spesifik sih kak, paling kan namanya ngajar gak full 6 hari dalam 1 minggu. Pasti ada hari yang kosong, lah sekarang ketika hari-hari yang kosong biasanya tak laju ke kampus buat menyelesaikan penelitianku.</p> <p>Gak cape?</p> <p>Dibilang cape mesti cape. Kan setiap keputusan mesti ada konsekuensinya. Keputusanku ambil ngajar ya harus menerima konsekuensi entah dari pembagian waktu dan jangka waktu kelulusan tidak senormal temenku yang lain, kan yang utama bisa selesai semua kewajiban. Ya disyukuri saja.</p> <p>Kamu cukup percaya diri ya bisa membagi waktu dan energi dengan tanggungjawab yang kamu emban.</p> <p>Gak juga malah kadang-kadang sering insecure sendiri juga., ya taulah masalah sudah semester tua tapi gak lulus-lulus juga, ya tapi balik lagi sih. Kudu bisa kuat.</p> <p>Bagaimana peran agama sebagai caramu memaknai tujuan hidup?</p> <p>Agama adalah sebuah kewajiban, dengan menjadi pendidik, menjadi salah satu cita-citaku peran agama pasti cukup penting, terutama tentang keyakinan dalam Islam yang aku yakini bahwa menjadi mendidik adalah tugas mulia, dan belajar itu harus terus menerus. Deadline belajar ya kalo usia habis.</p>	<p>Cara subjek mengatur waktu dan energi serta strategi yang dilakukannya.</p> <p>Hambatan yang dialami subjek dalam berperan ganda.</p> <p>Gambaran self esteem subjek</p> <p>Cara subjek mempertahankan optimisme</p>	<p>Membagi waktu kosong dalam mengajar menjadi strategi dan cara subjek mengatur waktu dan energi.</p> <p>Jangka waktu kelulusan yang terhambat karena menjadi pengajar dan belajar menjadi salah satu hambatan subjek.</p> <p>Rasa <i>insecure</i> subjek dengan kondisi akademik dan pekerjaannya.</p> <p>Keyakinan untuk tetap kuat dengan keputusan subjek.</p> <p>Pendidik adalah cita-cita subjek.</p>
---	--	---	--

<p>108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121</p> <p>122 123 124 125 126 127 128 129 130</p>	<p>Bagaimana adaptasimu ketika awal mula mengajar di tempat sekarang?</p> <p>Tidak ada adaptasi yang signifikan, kan sebelumnya stay di Ma'had Walisongo, habis itu pindah ke PPF. Ditambah sebelum kuliah juga pernah ngajar di almamater pondok dan MTs dan MAnya, almamater antum juga sih DN. Paling yang penyesuaian dikit-dikit tentang peraturan kegiatan dan jam-jam yang perlu ditaati saja sih. Selain itu sama saja sih kaya kehidupan sebelumnya yang selalu di pesantren.</p> <p>Punya pegangan hidup sebagai prinsip</p> <p>Dikutip perkataan Pak Kyai Fadlolan, manusia hidup kalo gak belajar ya ngajar, kalo bisa dua-duanya kenapa tidak, apalagi mengamalkan ilmu di pesantren tidak bisa mengandalkan bayaran sama sekali, itu bisa jadi salah satu jalan biar jadi hamba yang mensyukuri nikmat Allah.</p>	<p>Cara subjek memandang masa depan</p> <p>Cara subjek memaknai hidup.</p> <p>Strategi subjek dalam membangun hubungan dengan lingkungan.</p> <p>Nilai yang diyakini subjek serta hal yang membuat hidup subjek bermakna.</p>	<p>Menjadi pendidik adalah tugas mulia dalam pemaknaan hidup subjek.</p> <p>Strategi subjek dalam beradaptasi dengan lingkungannya berdasarkan pengalaman yang dialami subjek sebelumnya.</p> <p>Perkataan salah satu guru spiritual subjek yang menjadi nilai dan keyakinan subjek dalam hidup.</p>
---	---	---	--

Partisipan 3

Tempat : *Homestay* partisipan 3
 Hari/tanggal : Rabu, 14 Juni 2023
 Waktu : 20.15 – 21.00 WIB
 Inisial : MI
 Semester : 14

NO	Transkripsi orisinal	Komentar eksploratoris	Tema emergen
1 2 3	<p>Oke mas, suwun kopine, langsung saja ya wawancaranya agak testruktur aja ya biar lebih efisien waktunya, karena sampean lagi agak sibuk.</p> <p>Ok sih, gak sibuk-sibuk amat, tapi los ae wis sing penting data yang dibutuhin bisa didapetin sampean.</p>		
4 5 6 7 8 9	<p>Coba, bisa ceritakan latar belakangmu secara singkat saja?</p> <p>Saya berasal dari Kudus, dari keluarga yang biasa saja, anak kedua dari 4 bersaudara. Mahasiswa uin yang ini sudah tinggal beres sih kuliahnya. Ambil ilmu falak.</p>	Subjek menjelaskan secara singkat latar belakang dirinya.	Asal subjek dari kudus, anak kedua dari 4 bersaudara dan berstatus mahasiswa.
10 11 12 13	<p>Selain jadi mahasiswa apakah ada kesibukan lain?</p> <p>Ya kuliah sambil kerja sih. Buat sekarang sambil narik mas, mayan ojol buat tambah-tambahan pemasukan.</p>	Subjek menjelaskan kesibukannya.	Driver ojol sebagai kesibukannya sekarang.
14 15 16 17 18 19 20 21	<p>emang pemasukannya kurang mas?</p> <p>Mepet banget mas, dulu kan semester 8 kebawah dapet, beasiswa, niat awal mau cepet lulus karena tau pasti perlu uang, gak bisa bergantung banget sama orang rumah. Tapi dinamika mahasiswa akhir tahu sendiri aspek penganggunya banyak.</p>		

<p>22 23 24 25 26 27</p>	<p>Memang ada faktor pengganggu mas, ya sebagian kecilnya apa? Gak tahu yang salah aku atau dosen-dosen, tapi rasanya aku ngajuin judul susah banget, mungkin aku saja yang belum dapat poinnya saja maksud kenapa harus ganti judul.</p>	<p>Subjek menjelaskan secara singkat hambatan akademik subjek.</p>	<p>Kesulitan dalam pengajuan penelitian sebagai hambatan akademiknya.</p>
<p>28 29 30</p>	<p>Oke, lah mulai kapan memutuskan buat bekerja? Waktu tepatnya lupa aku, yang aku inget habis knn boyong dari pesantren terus cari kerja.</p>	<p>Subjek menceritakan kapan mulai memutuskan bekerja</p>	<p>Keputusan bekerja setelah melaksanakan kegiatan KKN.</p>
<p>31 32 33</p>	<p>Kalo boleh tahu boyong dari mana mas? Boyong dari pesantren, ya ngrasa kurang ada biaya buat ngover bayaran juga kalo gak tak sambil.</p>		
<p>34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46</p>	<p>Bisa ceritakan habis boyong itu langsung dapet kerja? Belum sih mas, paling ya sper waktunya 2 atau 3 minggu lah ahire dapat kerja, ya kerja jualan es pinggir jalan gitu. Habis itu pas 2020an mungkin 2 atau 3bulan habis kerja jualan es itu ada yang ngajak buka cafe di daerah Patemon, Gunungpati, jadi barista Tapi ya Cuma beberapa bulan saja karena ngrasa kaya dieksploitasi tapi gak dikasih kewajiban semestinya. Pas itu juga awal-awal pandemi jadi bisa alasan buat resign.</p>	<p>Subjek menceritakan awal mulai bekerja dan proses pengalaman pekerjaannya.</p>	<p>Awal pekerjaan subjek sebagai penjual es pinggir jalan. Setelah itu menjadi barista di salah satu kafe di daerah Gunugpati.</p>
<p>47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57</p>	<p>habis resign langsung kemana mas? Pulang kampung dulu mas sama mikirin penelitian, tapi karena tetap butuh dana ya ahire 1 atu 2 bulan kemudian narik ojol, walo ya pas pandemi dibilang cukup lumayan. Kan sebelum ikut buka kafe pernah daftar ojol tapi cuman buat selingan. Sekarang fokus saja penelitian dan narik, ya walo lebih fokus buat narik sih. Buat ngover biaya hidup juga.</p>	<p>Proses pengalaman pekerjaan subjek.</p>	<p>Keputusan subjek untuk menjadi driver ojol sampai saat ini.</p>

58	Bagaimana rasanya sebagai mahasiswa yang bekerja?		
59	Cukup ok mas, secara bisa ngirim		
60	orang rumah walo gak banyak,		
61	bisa buat hidup juga. Paling tidak bisa cukup buat hidup juga.		
62	Puaskah menjadi mahasiswa yang bekerja?	Subjek menjelaskan tentang kepuasannya tentang peran gandanya.	Prioritas utama untuk bisa bertahan hidup menjadi kepuasan subjek.
63	Puas enggaknya sih gimana ya,		
64	cukup puas sih. Paling gak		
65	prioritas pas itu kan bisa bertahan		
66	hidup saja. Walo agak kocar kacir	Hambatan yang dialami subjek ketika berperan ganda	Planning yang tidak tercapai karena keputusan bekerja.
67	rencana studiku. Tapi kan setiap		
68	keputusan ada konsekuensinya.		
69	Yang penting bersyukur dengan		
70	keadaan, jalani hidup malah jadi kenikmatan sendiri.	Cara subjek mendapatkan ketenangan.	Bersyukur menjadi cara subjek mendapatkan ketenangan.
71	Pede gak ketika harus mepet semester beres kuliahnya dan masih juga harus kerja?		
72	Pede-pede aja sih mas, kan orang		
73	lain gak bisa ngerasain apa yang	Kondisi self esteem subjek ketika berada di kondisi ini.	Self esteem subjek cukup bagus dalam memandang kondisi subjek.
74	kita alami, cuman bisa liat dari		
75	sisi yang berbeda. Mumpung		
76	masih muda juga tenaganya masih banyak.		
77	Pernah stres dengan kondisi sebagai mahasiswa yang bekerja?		
78	Stres sih lebih pada waktu sih.	Stres yang dialami subjek.	Pengaturan waktu yang dimiliki subjek menjadi salah satu faktor stres subjek.
79	Karena ngatur waktunya juga.		
80	Salah salah amburadul ahirnya planning yang ada.		
81	Memang planningnya apa mas?		
82	Planningnya kalo gambaran		
83	planning seperti kata mas tadi,	Cara subjek menngatur diri dan membuat strateginya.	Membuat rencana sebagai strategi subjek mengelola diri.
84	tentang mahasiswa yang bekerja,		
85	tetap lah ada planning ada		
86	pegangan sekian, terus nyicil		
87	penelitian. Tapi namanya rencana		
88	ya sebatas rencana pasti ada saja masalah yang ganggu.		
89	Dengan keadaan yang kadang tidak sesuai rencana, pernah khawatir, cemas atau hal-hal negatif?		
90	Khawatir dan cemas sih pasti	Waktu subjek cemas dan cara mengatasi rasa khawatirnya.	Waktu subjek merasa cemas dan khawatir.
91	spesifik kadang pas lagi naik motor sambil mikir kok gini ya		

92 93 94 95 96 97 98	<p>kok gitu ya. Kok gak bisa kaya yang lain step-stepnya bisa lancar-lancar saja. Tapi ya balik lagi urip sawang- sinawang bisa jadi usahaku aja yang kurang makanya yang tercapai gak sesuai ekspektasi.</p> <p>Bagaimana hubunganmu dengan orang sekitarmu, entah teman atau keluarga atau partner hidup kalo punya cewe mungkin?</p>		Cara subjek mengatasi hal tersebut.
99 100 101 102 103 104 105 106 107 108	<p>Cukup baik mas, gampangnya ya harus saling mahamin saja. Waktu sawung sama mereka minimal tanpa aku ngasih tau spesifik aku bagaimana mereka tau kondisiku. Kadang ada yang ngingetin tentang kerjaan atau penelitian. Kadang ada yang ngasih ide lah entah ide penelitian atau pekerjaan.</p> <p>Secara umum dengan pemahaman umum tentang ekstrover dan introver, menurutmu dirimu masuk kategori mana?</p>	<p>Gambaran relasi dengan lingkungan subjek</p> <p>Pengaruh relasi positif</p>	<p>Berhubungan baik dengan teman sebagai cara subjek bersosial</p> <p>Relasi positif pertemanannya menghasilkan dampak yang baik bagi subjek.</p>
109 110 111 112 113	<p>Mungkin ekstrover ya, ya sekali ngumpul sama orang gampang akrab, ngobrol bentar ok. Kata teman-temenku sih aku orangnya asyik jadinya gampang akrab.</p> <p>kalo pandanganmu di masa depan gimana?</p>	<p>Cara subjek dalam berinteraksi sosial</p>	<p>Asyik untuk berteman menjadi cara subjek berinteraksi sosial</p>
114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126	<p>Aku orangnya cukup ngalir saja sih, maksudnya ngalir kalo bikin rencana yang jelas-jelas mau dihadapi, tapi kalo pandangan jauh kedepan gak bisa spesifik ada. Ya secara umum untuk kedepannya cukup sesuai dengan prodiku sih ilmu falak. pengen jadi astronom Islam yang cukup mumpuni sih. Ya proses ini aku cukup optimis bisa lah walo secara waktu gak bisa secara jelas diperhitungin.</p> <p>Apa pandanganmu tentang pertemananmu?</p>	<p>Cara subjek menyesuaikan diri.</p> <p>Pandangan subjek terhadap masa depannya</p>	<p>Dengan mengalir dengan keadaan sebagai cara subjek menyesuaikan diri.</p> <p>Memandang masa depan sebagai astronom Islam sebagai masa depan subjek.</p>
127 128	<p>Teman ya tempat berbagi hal yang kadang aku bingung celah</p>	<p>Tempat berbagai sesuatu yang perlu</p>	<p>Teman sebagai tempat berbagi hal</p>

129	penyelesaian masalahnya	dipecahkan oleh	dan mencari
130	dimana, karena pasti temen-	subjek.	penyelesaian
131	temenku paham di salah satu		masalah hidup.
132	bidang atau pemikiran.jadi yang		
133	gak kepikiran bisa keluar dari		
	temanku		
	Menurutmu banyak kah teman yang kamu miliki?	Keoptimisan subjek	Optimis subjek
134	Cukup banyak ya mungkin.	dalam relasi	dalam memandang
135	Beberapa hal kalo butuh bisa	pertemanannya.	pertemanannya
136	gampang dapet teman yang buat		sebagai hal yang
137	<i>sharing</i> hal yang aku perluin.		mempengaruhi
	Terus, bagaimana dirimu memaknai hidupmu, terutama tadi seperti yang dijelaskan bahwa backgroundmu pesantren?		subjek dalam
			kehidupan.
138	Tujuan hidup kan kalo diliat dari	Cara subjek memaknai	Menjadi orang yang
139	peganganku, khoirun nas	hidupnya.	bermanfaat sebagai
140	anfa'uhum lin nas, ya sebaik - baik		makna tujuan hidup.
141	manusia yang bermanfaat bagi		
142	manusia lainnya. Jadi selagi	Sesuatu yang membuat	Bisa bermanfaat bagi
143	hidupku bisa bermanfaat yang	hidup subjek	orang lain sebagai
144	lain ya jalani hidup saja. Toh pasti	bermakna	hal yang membuat
145	dari hal tersebut akan balik lagi		hidup subjek
146	kebaikannya pada kita. Tak nukil	Nilai dan keyakinan	bermakna.
147	lagi dari dalil lain, in ahsantum,	yang menjadi	Bermanfaat bagi
148	ahsantum lianfusikum, wa in	pegangan subjek	orang lain dan
149	asa'tum falaha. Makna		melakukan kebaikan
150	gampangnya. Kalo kita baik,		dengan keyakinan
151	kebaikan itu akan balik kekita dan		kebaikan akan
152	sebaliknya jika kita tidak baik.		kembali kepada
	Dirimu cukup relijius ya memaknai hidup. Ada nilai dan keyakinan yang dimiliki?		orang yang
153	Seperti tadi yang dijelaskan itu		melakukan kebaikan
154	peganganku tentang hidup.		itu menjadi nilai dan
	Oke, mungkin cukup sekian ya yang ingin tak ketahui dari sampean mas. Makasih waktunya		keyakinan yang
155	Sama-sama mas. Seneng juga		dipegang subjek
156	bisa bantu. Moga cepet bisa		
157	selesai dan wisuda bareng ya		
	hehe.		

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Maftuh Aqil Al Fajri
2. Tempat & Tanggal Lahir : Kendal, 26 Mei 1996
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Alamat Rumah : Nawangsari Kec. Weleri Kab. Kendal Jawa Tengah
5. No. Handphone : +6287737398583
6. Email : maftuhaqil26@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. MI NU Weleri
2. MTs Darunnajat Pruwatan Bumiayu Brebes
3. MA Darunnajat Pruwatan Bumiayu Brebes

Semarang, 23 Juni 2023



Maftuh Aqil Al Fajri
NIM. 1607016060