



**GAMBARAN *ACADEMIC BUOYANCY* PADA MAHASISWA BEKERJA
DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR
(JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM DAN MANAJEMEN BISNIS SYARI'AH)**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Penyelesaian Studi (S-1)
Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
UIN Mahmud Yunus Batusangkar*

OLEH:

JUMIATI PUTRI

Nim : 2130306036

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR
2025**



**DESCRIPTION OF ACADEMIC BUOYANCY IN STUDENTS WORKING
AT ISLAMIC STATE UNIVERSITY MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR
(DEPARTMENT OF ISLAMIC PSYCHOLOGY AND SHARIA BUSINESS
MANAGEMENT)**

THESIS

*Submitted to Islamic Psychology Department
Ushuluddin, Adab, adn Da'wah Faculty, To fulfill one of Requirement
For Obtaining Bachelor Degree (S1) in Mahmud Yunus State Islamic
University Batusangkar*

By:

JUMIATI PUTRI

REG. NO. 2130306036

**DEPARTMENT OF ISLAMIC PSYCHOLOGY
FACULTY OF USHULUDDIN ADAB AND DAKWAH
STATE ISLAMIC UNIVERSITY OF MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR
2025**



الإسلامية يونس محمود جامعة في العاملين الطلبة لدى الأكاديمي الصمود تصوّر
ببتوسنغكار الحكومية
(الشرعية الأعمال وإدارة الإسلامي النفس علم قسم)

علمية رسالة

البكالوريوس درجة نيل متطلبات لاستكمال قُدِّمَت
الإسلامي النفس لعلم الدراسة برنامج في
والدعوة والأدب الدين أصول كلية
ببتوسنغكار "يونس محمود" الحكومية الإسلامية الجامعة

:الطالبة إعداد

بوتري جميعية
الرقم الجامعي: ٢١٣٠٣٠٦٠٣٦

الإسلامي النفس لعلم الدراسة برنامج
والدعوة والأدب الدين أصول كلية
ببتوسنغكار "يونس محمود" الحكومية الإسلامية الجامعة
م ٢٠٢٥

ABSTRAK

Jumiati Putri, Nim 2130306036 judul skripsi: “**Gambaran *Academic Buoyancy* Mahasiswa Yang Bekerja Di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari’ah)**”. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar, 2025.

Mahasiswa yang bekerja memiliki beban ganda, sehingga penting untuk memahami sejauh mana mereka mampu bertahan secara akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar. *Academic buoyancy* merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan akademik sehari-hari, seperti kegagalan nilai, tekanan tugas, dan keterbatasan waktu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam kepada tiga orang mahasiswa yang bekerja (data primer) dan empat orang informan pendukung (data sekunder). Teknik analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki *academic buoyancy* yang cukup baik. Hal ini tercermin dari lima dimensi utama: (1) *self-efficacy*, yakni keyakinan mereka terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan peran ganda; (2) *coordination*, yaitu kemampuan dalam menyusun perencanaan dan strategi waktu; (3) *commitment*, berupa ketekunan untuk menyelesaikan kuliah walaupun mengalami tekanan; (4) *composure*, yaitu kemampuan mengelola kecemasan secara spiritual dan sosial; serta (5) *control*, yaitu sikap tanggung jawab terhadap hasil akademik tanpa menyalahkan kondisi eksternal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa daya tahan akademik mahasiswa pekerja terbentuk dari kombinasi faktor internal seperti motivasi, religiusitas, dan manajemen diri, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar.

Kata kunci: *Academic buoyancy*, mahasiswa bekerja, *self-efficacy*, *commitment*, *composure*, *control*

ABSTRACT

Jumiati Putri, Student ID 2130306036 thesis title: "Academic Buoyancy Description Of Students Who Work At The State Islamic University Of Mahmud Yunus Batusangkar (Department Of Islamic Psychology And Sharia Business Management)". Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, UIN Mahmud Yunus Batusangkar, 2025.

This study aims to describe the description of academic buoyancy in students who work at the State Islamic University of Mahmud Yunus Batusangkar. Academic buoyancy is an individual's ability to face daily academic challenges, such as failing grades, assignment pressure, and time constraints. Students who work have a double burden, so it is important to understand the extent to which they are able to survive academically.

This study uses a descriptive qualitative approach with data collection techniques through in-depth interviews with three working students (primary data) and four supporting informants (secondary data). Data analysis techniques are carried out through data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

The results of the study show that working students have quite good academic buoyancy. This is reflected in five main dimensions: (1) self-efficacy, namely their belief in their ability to complete dual roles; (2) coordination, namely the ability to plan and strategize time; (3) commitment, in the form of perseverance to complete lectures despite pressure; (4) composure, namely the ability to manage anxiety spiritually and socially; and (5) control, namely an attitude of responsibility for academic results without blaming external conditions. This study concludes that the academic resilience of working students is formed from a combination of internal factors such as motivation, religiosity, and self-management, as well as external factors such as social support from family and the surrounding environment.

Keywords: Academic buoyancy, working students, self-efficacy, commitment, composure, control

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
BIODATA PENULIS	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSEMBAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
خلاصة	
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Sub Fokus Penelitian	6
D. Pertanyaan Penelitian	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
G. Definisi istilah.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. Landasan Teori	9
1. <i>Academic Buoyancy</i>	9
2. <i>Coordination (planning)</i>	12
3. Mahasiswa bekerja.....	18
B. Penelitian yang relevan.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis penelitian.....	28
B. Latar dan waktu penelitian	28
C. Subjek penelitian	28
D. Instrumen penelitian	28
E. Sumber data	29

F. Teknik pengumpulan data	29
G. Teknik Analisis Dan Interpretasi Data	30
H. Teknik Penjaminan Keabsahan Data.....	31
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Temuan Penelitian	32
B. Temuan Khusus Penelitian	39
C. Analisis Data.....	61
B. Pembahasan	65
BAB V PENUTUP.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Implikasi	76
C. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 <i>Self efficacy</i> mahasiswa yang bekerja	41
Table 4.2 <i>Planning</i> mahasiswa yang bekerja	45
Table 4.3 <i>Persistence</i> mahasiswa yang bekerja	50
Tabel 4.4 Low Anxiety mahasiswa yang bekerja.....	55
Table 4.5 <i>Low Uncertain Control</i> mahasiswa yang bekerja.....	58
Tabel 4.6 Reduksi Data.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Gambaran umum subjek.....	39
--------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia, sebagai negara berkembang, menghadapi berbagai tantangan dalam upaya mencapai kemajuan dan Pembangunan (Indonesia GO.ID,2024). Salah satu aspek penting yang berperan dalam hal ini adalah sistem pendidikan yang efektif (Patilah Rizki Bintang et al., 2022). Menurut Resetiana (2017) kemajuan suatu negara sangat dipengaruhi oleh kualitas dan efektivitas sistem pendidikannya. Pendidikan yang berkualitas akan membentuk individu yang kompeten, berkarakter, dan mampu bersaing dengan negara-negara lain. Implementasi pasal 31 UUD 1945 dalam sistem pendidikan nasional penting dalam menjamin hak setiap warga negara untuk mendapatkan pendidikan yang baik dan berkualitas. Rahman et al., (2022) menjelaskan bahwa pendidikan tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kecerdasan intelektual, tetapi juga untuk membentuk karakter, spiritualitas, kemandirian, serta etika yang baik. Semua aspek ini menjadi kebutuhan penting bagi individu maupun masyarakat. Pendidikan merupakan suatu usaha untuk memperoleh pengetahuan melalui proses pembelajaran (Ratnasari & Nugraheni, 2024).

Dalam konteks perguruan tinggi, kualitas mahasiswa menjadi salah satu faktor utama penentu keberhasilan sistem pendidikan. Hulukati & Djibran (2018) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan memiliki kemampuan berpikir kritis serta kecerdasan yang tinggi. Mahasiswa merupakan individu yang telah menyelesaikan pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dan kini sedang menempuh pendidikan tinggi di universitas, institut, atau akademi (Daldiyono, 2009). Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada tuntutan belajar yang lebih kompleks dibandingkan dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Mereka harus mampu mengatasi permasalahan dan kesulitan secara mandiri (Rusmono & Widyastika, 2024). Kemandirian

menjadi salah satu aspek penting bagi mahasiswa, khususnya dalam menyelesaikan tugas akademik untuk meraih gelar sarjana (Patilah Rizki Bintang et al., 2022)

Selain tuntutan akademik, kehidupan mahasiswa juga melibatkan berbagai tanggung jawab, baik dari diri sendiri, keluarga, teman, maupun lingkungan sosial. Tanggung jawab akademik mencakup kewajiban untuk menyelesaikan berbagai tugas perkuliahan, seperti tugas harian, pembuatan makalah, review jurnal, ujian, dan kegiatan akademik lainnya (Mardelina & Muhson, 2017). Tanggung jawab tersebut tidak hanya terbatas pada bidang akademik, tetapi juga mencakup peran sosial dan emosional yang harus dijalani mahasiswa selama masa perkuliahan.

Salah satu masalah yang signifikan adalah di lingkungan keluarga seperti permasalahan ekonomi, berdasarkan yang di nyatakan oleh Makalalag (2023) kehidupan perekonomian keluarga juga bisa menjadi satu faktor yang mempengaruhi minat siswa untuk melanjutkan pendidikannya kejenjang yang lebih tinggi. Keterbatasan finansial dapat menjadi halangan dalam kelancaran pendidikan mahasiswa. Mahasiswa sering kali menghadapi kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, seperti biaya makan, tempat tinggal, alat tulis, dan biaya kuliah lainnya. Oleh karena itu, banyak mahasiswa yang merasa perlu bekerja untuk mencukupi kebutuhan tersebut (Khadijah et al., 2024)

Menuru Sukardi et al (2022) Bekerja sambil kuliah menjadi pilihan bagi sebagian mahasiswa untuk mengimbangi dua kegiatan sekaligus, yaitu menjalani proses pembelajaran di kampus dan melaksanakan pekerjaan. Mardelina & Muhson (2017) menyatakan bahwa alasan mahasiswa bekerja paruh waktu antara lain adalah untuk mengatasi kesulitan keuangan, mencari pengalaman, dan hidup lebih mandiri.

“dulu tu acok bana paniang mikian biaya kuliah, alum biaya sehari-hari tambah lo piti kos yang tiok bulan nyo harus di bayia sedangkan posisi waktu itu amak sedang sakik adik masuk SMP lo. Ndk tau pangana ko apo lai dari pado ndk salasai kuliah takana lah untuk mancaru karajo sambilan, dek waktu itu jumat, sabtu minggu ndk masuk kuliah do, sampailah mancaru-cari karajo dan akhirnya dapek kironyo urang tu mintak nyo masuk satiok hari,

dek awak anak kuliah tapasolah mintak masuk karajo nyo dari jam 4 sampi tutuik kadai. Nah dari piti itu lah awak dapek piti lanjo, bayi kos jo biaya uang semester.” Dulu sering sekali saya memikirkan biaya kuliah, belum lagi biaya sehari-hari ditambah uang kos yang setiap bulan harus dibayar. Saat itu posisi saya cukup sulit, karena ibu sedang sakit dan adik baru masuk SMP. Tidak tahu lagi harus bagaimana, daripada kuliah tidak selesai akhirnya saya memutuskan untuk mencari pekerjaan sampingan. Waktu itu hari Jumat, Sabtu, dan Minggu tidak ada kuliah, jadi saya mencoba mencari-cari pekerjaan dan akhirnya dapat. Pemilik tempat kerja meminta saya masuk setiap hari, tetapi karena saya masih kuliah, saya minta izin untuk bekerja mulai pukul 4 sore sampai toko tutup. Dari uang itu saya bisa mendapat tambahan untuk biaya hidup, membayar kos, dan juga biaya semester. (Narasumber1)

“di samping itu sadonyo kan awak bisalo jadi mandiri dan membebani orang tuo bana lai” Di samping itu, semuanya membuat saya bisa menjadi lebih mandiri dan tidak terlalu membebani orang tua lagi. (narasumber 2)

“akak cuti patang ko, akak terkendala dek biaya jadi akak cari-cari caro bia ndk terbengkalai kuliah akak soal nyo patang tu kan akak lah semester 7 jadi nanggung gitu kalua kak barantian, jadi kak carilah karajo. Semester bisuak kak masuk baliak” akak sempat cuti kemaren itu, karena terkendala biaya jadi kakak mencari cara agar kuliah tidak terbengkalai. Soalnya waktu itu kakak sudah semester 7, jadi sayang sekali kalau berhenti di tengah jalan. Karena itu kakak mencari pekerjaan. Semester berikutnya kakak bisa kembali melanjutkan kuliah (Narasumber 3)

Namun, bekerja sambil kuliah juga membawa tantangan tersendiri, terutama dalam hal membagi waktu antara kuliah dan pekerjaan. Sukardi et al (2022) menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja harus menjalani dua peran secara simultan, yaitu sebagai mahasiswa dan pekerja. Hal ini sering kali menambah beban fisik dan mental mereka. Seperti yang diungkapkan oleh Rohinsa et al (2021) tantangan yang dihadapi mahasiswa, seperti kesulitan dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi ujian, dapat menambah beban mental mereka.

“Di awal emang susah bana menyesuaikan antaro waktu kuliah samo karajo kak, soalnya kan awak karajo sampai malam kan, jadi susah raso nyo di awal-awal untuk baa caronyo awak buek tugas tu kak, soalnya pulang karajo tu lah panek tambah lo mangantuak kak” Di awal memang cukup sulit menyesuaikan antara waktu kuliah dengan pekerjaan. Soalnya saya bekerja sampai malam, jadi terasa susah sekali di awal-awal bagaimana cara saya

mengerjakan tugas. Karena pulang kerja sudah lelah ditambah lagi mengantuk. (narasumber 1)

” kalau untuk masalah tugas di kampus kalau di kecek an susah iyo susah apo lagi kan awak pulang lah malam, jadi harus pandai-pandai mangojoan tugas ko, contoh nyo pulang karajo tu sebelum lalok atau pagi sebelum ka kampus atau bisa jadi pas ado jeda mato kuliah, yang penting tugas ko harus salosai” Kalau untuk masalah tugas di kampus, kalau dibilang susah memang iya, apalagi karena saya pulangny sudah malam. Jadi saya harus pandai-pandai mengatur waktu untuk mengerjakan tugas. Misalnya setelah pulang kerja sebelum tidur, atau pagi sebelum berangkat ke kampus, atau bisa juga saat ada jeda mata kuliah. Yang penting tugas itu harus selesai (narasumber2)

Terkait dengan tindakan mahasiswa yang memilih berkuliah sambil bekerja, kendala atau resiko pasti akan muncul dibelakangnya yaitu seperti jadwal kuliah bentrok dengan jadwal kerja atau kelelahan karena energi banyak terkuras akibat bekerja sehingga perkuliahan terganggu (Ummah, 2019). Mahasiswa yang bekerja tentunya mempunyai tantangan agar dapat menyelesaikan kedua tanggung jawabnya, yaitu tanggung jawab sebagai mahasiswa dan tanggung jawab sebagai pekerja. Sebagian mahasiswa menanggapi masalah tersebut dengan tenang, namun sebagian lagi menghadapi tantangan tersebut dengan ketakutan, ketegangan yang dapat membuat mahasiswa stress, cemas, khawatir, sedih dan lainnya.

“Dulu tu si T ko acok mambaok buku nyo nampak dek bunda, kalau urang langang balanjo nyo mambuek tugas nyo di belakang, tapi itu di awal-awal nampak dek bunda nyo” Dulu si T sering membawa bukunya terlihat oleh pemilik toko. Kalau sedang sepi pembeli, ia mengerjakan tugas di belakang. Namun itu hanya di awal-awal saja terlihat oleh pemilik toko. (Owner)

Untuk dapat mengatasi tantangan tersebut, mahasiswa membutuhkan kemampuan untuk bertahan dan mengelola kesulitan yang dihadapi dalam kehidupan akademik. Konsep *academic buoyancy* menjadi relevan dalam hal ini. Menurut Martin (2010) *academic buoyancy* adalah kemampuan individu dalam menghadapi rintangan yang sering muncul dalam kehidupan akademik, seperti tugas yang sulit, ujian yang mendesak, atau tekanan lainnya. Mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* tinggi cenderung mampu

mengatasi tantangan akademik dengan lebih baik, sementara mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* rendah sering kali kesulitan menghadapi tantangan tersebut, yang dapat berdampak negatif pada motivasi dan prestasi akademik mereka (Sukardi et al., 2022)

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa alasan mahasiswa bekerja dikarenakan ekonomi keluarga yang sulit, yang tidak dapat memenuhi kebutuhan mahasiswa, seperti biaya makan, tempat tinggal atau kos, uang spp tiap semester, alat tulis, biaya fotocopy, print, biaya praktek dan berbagai biaya lainnya yang sesuai tuntutan dari perguruan tinggi. Alasan lainnya yaitu ingin hidup mandiri dan tidak ingin membebani keluarga, ingin mencari pengalaman di lingkungan kerjanya, ingin menghabiskan waktu untuk bekerja sambil kuliah dan berbagai alasan lain. Dari data hasil wawancara yang saya dapatkan pada mahasiswa UIN Mahmud Yunus Batusangkar, alasan mereka memilih untuk bekerja sambil kuliah yaitu dikarenakan kesulitan keuangan dari keluarga, mereka memutuskan untuk bekerja agar dapat membantu pembiayaan selama perkuliahan.

Dari hasil wawancara peneliti pada mahasiswa yang bekerja, peneliti sangat tertarik untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana *academic buoyancy* mahasiswa bekerja. Peneliti memfokuskan penelitian ini sebagai Gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa bekerja di Universitas Islam Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah). Berdasarkan permasalahan dan semua pemaparan diatas, maka peneliti perlu melakukan penelitian mengenai perilaku. Dengan mengungkap perilaku maka diharapkan untuk berbagai kalangan dapat memahami sebagai sarana menambah ilmu pengetahuan. Maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih rinci mengenai "Gambaran *Academic Buoyancy* Pada Mahasiswa Bekerja Di Universitas Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah)"

B. Fokus Penelitian

Untuk mencapai hasil penelitian yang diinginkan akurat dan untuk menghindari perluasan pembahasan, penulis membatasi cakupan penelitian

ini pada fokus utama yaitu Gambaran *Academic Buoyancy* Pada Mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah)".

C. Sub Fokus Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas, dapat diketahui sub fokus penelitian sebagai berikut :

1. Keyakinan (*self-efficacy*) mahasiswa bekerja.
2. *Coordination (Planning)* mahasiswa bekerja.
3. *Commitment (persistensi)* mahasiswa bekerja .
4. *Coomposure (low anxiety)* mahasiswa bekerja.
5. *Control (Low Uncertain Control)*, mahasiswa bekerja.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka peneliti dapat menyusun beberapa pertanyaan penelitian yang akan diangkat, yaitu :

1. Bagaimana mahasiswa bekerja memandang kemampuan mereka untuk mengelola kedua peran sekaligus (sebagai pekerja dan mahasiswa) dan bagaimana mereka menilai kemampuan mereka untuk mengatasi konflik antara keduanya?
2. Apa saja rencana/rancangan mahasiswa bekerja dalam menyelesaikan tujuan *academic nya*?
3. Bagaimana *komitmen (persistensi)* mahasiswa yang bekerja mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengatasi kendala akademik?
4. Bagaimana mahasiswa bekerja mengelola kecemasan akademik mereka?
5. Bagaimana mahasiswa bekerja mengontrol hasil akademik dan menyikapi ketidakpastian dalam perkuliahan?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui secara mendalam bagaimana Gambaran *academic bouyancy* pada mahasiswa bekerja di

Universitas Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah)".

F. Manfaat Penelitian

Ada beberapa manfaat dari peneliti ini, baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat dari peneliti ini adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana *academic bouyancy* dapat mengembangkan strategi pembelajaran yang cocok untuk mahasiswa bekerja, dan bagaimana mahasiswa yang bekerja untuk tetap termotivasi dan berhasil dalam studi mereka.

2. Secara Praktis

Diharapkan karena adanya penelitian ini, mahasiswa yang bekerja dapat meningkatkan ketahanan, meningkatkan kinerja akademik, mengurangi stress, meningkatkan fokus dan produktivitas melalui strategi *academic bouyancy*.

3. Luaran penelitian

Hal yang diharapkan peneliti dalam penelitian ini adalah agar skripsi ini dapat di terima pada jurnal ilmiah dan agar dapat di jadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

G. Definisi istilah

Academic bouyancy adalah konsep psikologis yang merujuk pada kemampuan individu untuk tetap optimis, termotivasi dan mampu mengatasi tekanan serta tantangan akademik yang muncul selama proses belajar, seperti ujian, tugas, proyek, tanpa kehilangan semangat atau kepercayaan diri.

Mahasiswa yang bekerja adalah seseorang yang sedang mengejar pendidikan tinggi, seperti kuliah atau program sarjana sambil bekerja paruh waktu. Mereka menggabungkan upaya belajar akademik dengan tanggung jawab pekerjaan, yang bisa mencakup pekerjaan paruh waktu di luar kampus, magang, atau bahkan pekerjaan penuh waktu. Kehidupan

mahasiswa yang bekerja seringkali melibatkan pengaturan waktu yang kompleks dan tantangan unik dalam menjaga keseimbangan antara studi dan pekerjaan.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Academic Buoyancy*

a. Pengertian *academic buoyancy*

Martin dan Marsh (2008) menjelaskan bahwa *academic buoyancy* merupakan keberhasilan seorang siswa dalam menghadapi hambatan-hambatan yang terjadi dalam lingkungan akademik, misalnya hasil ujian yang tidak memuaskan, tugas yang dikejar waktu pengumpulan, tekanan akademik, tugas yang rumit, dan lain sebagainya. Selanjutnya, menurut psikologi positif, *academic buoyancy* di rancang sebagai sebuah konstruk yang menggambarkan kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi tantangan akademik yang muncul setiap hari Martin & Marsh (2008). Martin (2013) menambahkan bahwa *academic buoyancy* merupakan atribut dalam diri seseorang yang mencerminkan kemampuannya dalam mengatasi tekanan dan tantangan akademik dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Hutagalung et al (2022) *academic buoyancy* adalah kemampuan individu dalam menghadapi berbagai hambatan pembelajaran dan kegiatan sekolah; seperti keterampilan mengelola stres, kemampuan bangkit kembali dari tekanan belajar, menyelesaikan tugas secara mandiri, menyemangati diri sendiri, dan meningkatkan semangat belajar. Pendapat ini diperkuat oleh Putwain et al (2012) yang menyatakan bahwa *academic buoyancy* berkaitan dengan kemampuan memberikan respons yang positif dan konstruktif terhadap kesulitan akademik, serta kemampuan beradaptasi dengan berbagai tantangan. Mereka juga menekankan bahwa *academic buoyancy* sangat erat kaitannya dengan kecemasan

yang memengaruhi motivasi, keterlibatan, dan partisipasi dalam proses pembelajaran.

Putwain (2012) menggambarkan *academic buoyancy* sebagai perilaku siswa yang positif, responsif, dan adaptif ketika menghadapi tantangan akademik. Senada dengan itu, Saffana (2023) mengemukakan bahwa *academic buoyancy* mencerminkan ketahanan akademik sehari-hari yang berakar dari kerangka psikologi positif. Ketahanan ini memungkinkan individu untuk berhasil mengatasi kendala-kendala akademik yang sering muncul dalam kesehariannya. Comerford et al (2015) menegaskan bahwa *academic buoyancy* merupakan wujud keberhasilan individu dalam mengatasi tantangan yang berkaitan dengan lingkungan akademik. Anderson et al (2020) turut menjelaskan bahwa *academic buoyancy* mencakup kemampuan individu untuk menerima kegagalan; mengubahnya menjadi pelajaran berharga; serta bangkit dan mengatasi kesulitan akademik berikutnya.

Tingkat *academic buoyancy* pada setiap individu berbeda-beda; bergantung pada karakteristik pribadi, keterampilan, serta pengaruh lingkungan (Abdellatif, 2022). Proses ini berkembang melalui pengalaman sosial, kondisi emosional, dan kemampuan pengaturan diri dalam konteks pendidikan. Dengan demikian, *academic buoyancy* dipandang sebagai faktor positif yang mendukung siswa dalam menghadapi tantangan akademik secara berkelanjutan; serta menjadi elemen penting dalam membantu pelajar mengatasi hambatan dalam dunia pendidikan.

Menurut Bakhshae et al (2016) *academic buoyancy* adalah kemampuan untuk mempertahankan performa akademik dan beradaptasi secara positif terhadap berbagai tantangan yang muncul sepanjang perjalanan pendidikan. Hal ini mencakup keterampilan mempertahankan kompetensi akademik dan kemampuan menyesuaikan diri secara efektif terhadap kesulitan dalam proses

belajar. Selanjutnya, Rahayu et al (2024) menyatakan bahwa *academic buoyancy* merupakan kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi penurunan performa akademik serta menghadapi tantangan sehari-hari dalam lingkungan pendidikan.

Dari berbagai definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa *academic buoyancy* adalah kemampuan seorang siswa atau mahasiswa untuk tetap optimis, tegar, dan produktif di tengah-tengah tekanan akademik. Hal ini mencakup ketahanan mental, keyakinan diri, motivasi, serta kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan belajar dalam konteks pendidikan.

b. Dimensi *academic buoyancy*

Martin dan Mars (2010) menguraikan beberapa dimensi *academic buoyancy* pada seorang siswa, antara lain : "5C" yaitu, *Confidence* (dinilai melalui *selfefficacy*), *Coordination(Planning)*, *Commitment (persistence)*, *Composure (low anxiety, dan Control(Low uncertain control)*.

1. *Self-efficacy*

Merupakan suatu keyakinan pada diri sendiri bahwa ia memiliki kemampuan untuk menyelesaikan dan memahami tugas-tugas akademik dengan baik, memiliki kemampuan untuk menghadapi kesulitan, dan berusaha memaksimalkan kemampuan mereka. Individu dengan *confidence* dalam taraf tinggi akan lebih cenderung berusaha keras dalam menghadapi kesulitan dan permasalahan yang mereka hadapi, dan ia mampu untuk berusaha menahan diri agar dapat menyelesaikan tugas mereka sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya. Pada mahasiswa, *self-efficiency* dapat berupa keyakinan dengan kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan perkuliahan, mengerjakan tugas, mengatur aktivitas belajar yang efektif, dan memenuhi harapan dirinya sendiri dan orang lain (Martin et al., 2010).

Istilah *self-efficacy* merujuk pada tingkat keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan, sehingga mereka dapat memberikan dampak positif dalam kehidupan mereka. Mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi dapat terlihat dari keyakinan mereka terhadap kemampuan diri, di mana mereka percaya dapat menyelesaikan tugas dengan baik setelah melalui proses pembelajaran. Mahasiswa tersebut yakin bahwa mereka akan memahami materi dengan baik ketika mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dosen. Sementara mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* rendah akan terlihat ketika ia merasa tidak yakin bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas dan permasalahan yang ada, sehingga ia akan berusaha untuk menghindar (Flammer, 2018).

Jadi *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk memecahkan masalah dan dapat mencapai pencapaian yang diharapkannya. Dapat juga dilihat dari bagaimana individu dapat merasakan sesuatu, mampu berpikir dengan baik, mampu memotivasi diri sendiri dan berperilaku atau bersikap dengan baik.

2. *Coordination (planning)*

Koordinasi (perencanaan) berkaitan dengan sejauh mana seseorang merencanakan dan menyelesaikan tugas-tugas serta kegiatan belajar, serta bagaimana mereka mempertahankan dan memantau kemajuan yang telah dicapai sepanjang proses tersebut (Martin et al., 2012). Mahasiswa dengan tingkat *coordination (planning)* yang tinggi, mereka mampu menentukan tujuan yang hendak dicapainya, mereka akan selalu berusaha mengingatkan atau menyadarkan diri sendiri untuk terus belajar sesuai dengan target capaiannya dan melakukan evaluasi secara berkala.

Planning menurut Zimmerman (2008) adalah kemampuan seseorang untuk menentukan dan merancang langkah-langkah yang diperlukan dalam mencapai tujuan. Menurutnya *planning* terdiri dari dua komponen yaitu perencanaan tujuan (*goal setting*) dan perencanaan strategi (*strategic planning*). Bagaimana cara seseorang dapat menetapkan tujuan belajar mereka disebut sebagai *Goal setting*, seperti penetapan target nilai yang hendak dicapai pada tugas, kuis, dan juga ujian semester. Kemudian *strategic planning* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengelompokkan tujuan dengan tahapan dan langkah-langkah yang akurat dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

3. *Commitment (Persistensi)*

Komitmen (*persistensi*) merupakan seberapa kuat kegigihan individu untuk mencoba menyelesaikan dan memahami tugas mereka, walaupun tugas tersebut sangat sulit. Kemudian seberapa gigih individu tersebut untuk memperoleh solusi dari masalah yang sedang dihadapinya (Martin et al., 2012). Mahasiswa yang memiliki komitmen (*Persistence*) yang tinggi akan terus berusaha meskipun banyak tantangan dan kesulitan yang mereka temui selama proses belajar mereka. Kemudian ketika mahasiswa memiliki komitmen (*persistence*) dengan tingkat yang rendah maka mereka akan cenderung menyerah dan tidak memiliki kesungguhan dalam menyelesaikan tugas yang dirasa sulit.

4. *Composure (low anxiety)*

Perasaan cemas adalah hal yang normal dialami oleh setiap individu. Dalam konteks akademik, mahasiswa yang gagal dalam menyelesaikan tugas atau ujian sering merasa takut dan khawatir akan hasil yang tidak sesuai dengan harapan mereka. Menurut Martin et al (2012) kecemasan dapat dilihat

dari dua situasi, yaitu merasa khawatir dan gelisah. Dalam konteks akademik merasa gelisah dapat berupa, perasaan yang tidak bisa tenang ketika mereka memikirkan tugas ataupun ujian. Sedangkan rasa khawatir memiliki arti ketakutan yang dimiliki individu ketika mereka tidak berhasil menyelesaikan tugas dan ujian dengan maksimal. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan yang tidak nyaman dan menimbulkan kekhawatiran, serta kegelisahan pikiran yang dapat berupa solusi dan antisipasi kejadian yang tidak menyenangkan. Tingkat rasa cemas yang dirasakan individu berkaitan dengan bagaimana kinerjanya dalam penyelesaian tugas atau ujian (Hooda & Saini, 2017).

Mahasiswa dengan tingkat kecemasan rendah tidak akan merasa cemas atau khawatir tentang tugas atau ujian mereka, juga tidak akan terlalu memikirkan konsekuensi apa yang akan mereka dapatkan jika mereka gagal. Di sisi lain, mahasiswa dengan tingkat kecemasan tinggi akan merasakan kecemasan, takut gagal, dan selalu memikirkan konsekuensi apa yang akan mereka dapatkan jika gagal. Namun dalam pengerjaan tugas, mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah cenderung merasa tenang dan tidak memiliki kekhawatiran yang berlarut-larut terhadap hasil dari akademik yang akan didapatkannya. Sedangkan mahasiswa dengan kecemasan tinggi akan terus-menerus memikirkan dan mengkhawatirkan hasil yang akan mereka dapatkan, sehingga mereka merasa kesulitan untuk menyelesaikan tugasnya (Vitasari et al., 2010).

5. *Control (low uncertain control)*

Kontrol merupakan sebuah pemikiran yang dimiliki oleh individu bahwasanya mereka memiliki kemampuan untuk mengontrol hasil akademiknya. Antonim dari *control* adalah *uncertain control* yang merupakan sebuah ketidakmampuan

individu dalam merancang bagaimana mereka bisa menyelesaikan tugas dengan baik, dan berkaitan dengan sikap menghindari tugas (Collie et al., 2015). *Uncertainty* atau ketidakpastian dapat dilihat sebagai sebuah kesadaran bahwa rasa yakin dan hasil akademik tidak dapat diprediksi secara akurat di masa yang akan datang (Mushtaq et al., 2011).

Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi, akan mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin dan mencapai hasil akademik sesuai dengan yang diharapkan. Kontrol *academic buoyancy* terdiri atas dua dimensi, yaitu *locus internal* dan *controllability*. Kedua dimensi tersebut sangat berkaitan, dimana ketika individu merasa bahwa kemunduran akademik yang didapatkan merupakan suatu hal yang bersumber dari dalam diri mereka dan hal itu akan dikontrol dengan berusaha untuk memperbaiki proses belajar mereka, mereka akan menjadikan suatu kegagalan sebagai motivasi untuk melangkah lebih maju sehingga tidak mendapatkan hasil yang sama untuk kedepannya (Collie et al., 2015).

Sebaliknya, ketika mahasiswa merasa bahwa penyebab kemunduran akademiknya berasal dari luar dirinya atau eksternal, mereka merasa tidak mampu untuk mengontrolnya. Seperti pengajaran yang tidak maksimal dan hambatan tersebut membuat mereka tidak dapat untuk melakukan perubahan apapun, disebabkan hambatan yang didapatkan datang dari luar diri mereka atau orang lain yang tidak bisa mereka kontrol. Hal tersebut membuat mereka percaya bahwa mereka tidak memiliki kemampuan untuk melakukan perubahan dalam menghadapi tantangan yang akan datang. Mahasiswa yang menganggap bahwasanya mereka memiliki control atas berhasil atau gagal dalam akademiknya, mereka akan berusaha untuk lebih tekun lagi dalam menyikapi tugas akademiknya dan lebih gigih dalam

berusaha dibanding dengan mahasiswa yang percaya bahwa kontrol berasal dari luar diri mereka.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *academic buoyancy*

Academic buoyancy seseorang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor proksimal dan distal. Martin, Harry Nejad, Susan Colmar, dan Gregory Arief dalam (Resetiana, 2017) menguraikan beberapa faktor yang mempengaruhi *academic buoyancy* sebagai berikut :

1) Usia

Usia adalah salah satu yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola serta menghadapi masalah dalam kehidupan, namun kemampuan dalam menghadapi permasalahan pada orang dewasa dan anak-anak berbeda.

2) Jenis kelamin

Jenis kelamin dapat berdampak pada perkembangan dan pengaturan emosi, perilaku dan kognitif. Adanya perbedaan gender yang diungkapkan pada beberapa penelitian yang mengatakan bahwa perempuan cenderung memiliki perencanaan, pengelolaan tugas, dan ketekunan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

3) Status ekonomi

Status ekonomi dapat dilihat dari pekerjaan orangtuanya dan pendidikan yang didapat, status ekonomi dapat mempengaruhi kemampuan kognitif, afeksi dan behavior seseorang, ini tergantung kemampuan individu dalam mengelolanya.

4) Latar belakang bahasa

Latar belakang bahasa juga memiliki peran dalam menentukan dan membentuk cara orang berfikir, merasakan dan berperilaku.

Faktor proksimal terdiri dari:

- 1) Faktor-faktor yang berhubungan dengan psikologis, meliputi *self-efficacy* atau suatu keinginan untuk mencapai tujuan dan mendapatkan motivasi untuk belajar.
- 2) Faktor lingkungan keluarga, meliputi dukungan dan dorongan keluarga terhadap individu dalam menghadapi tantangan akademiknya.
- 3) Faktor teman sebaya, berkaitan dengan hubungan yang saling memberikan support antara sesama teman, dapat berupa memberikan motivasi dan memberikan pujian ketika teman sukses mencapai tujuan yang diinginkannya.
- 4) Faktor sekolah, merupakan terjalinnya hubungan yang baik dan positif antara mahasiswa dengan dosen, sehingga nantinya mahasiswa memiliki tingkat *buoyancy* yang baik ketika menghadapi tantangan yang sulit.

d. Ciri-Ciri Mahasiswa dengan *Academic Buoyancy* Tinggi (Menurut Teori Martin & Marsh)

1). *Confidence* (Kepercayaan Diri Akademik)

Percaya pada kemampuan sendiri dalam menghadapi tantangan akademik. Ciri-cirinya: Yakin mampu menyelesaikan tugas atau ujian, walau sebelumnya mengalami kegagalan, Tidak mudah merasa rendah diri karena nilai jelek, Aktif bertanya atau berdiskusi saat tidak memahami materi.

2). *Coordination* (Kemampuan Mengelola Waktu & Strategi Belajar)

Mampu merencanakan, mengatur prioritas, dan menyeimbangkan tanggung jawab. Ciri-cirinya: Terorganisir dalam mengatur jadwal kuliah, belajar, dan (jika ada) pekerjaan, Menggunakan strategi belajar yang efektif (misalnya: *time blocking, to-do list*), Tidak mudah stres karena tugas menumpuk, karena sudah punya perencanaan.

3). *Commitment* (Komitmen dan Ketekunan)

Semangat untuk terus maju meskipun menghadapi kesulitan akademik. Ciri-cirinya: Konsisten datang kuliah, menyelesaikan tugas, dan belajar mandiri, Tidak mudah menyerah saat menghadapi tekanan akademik, Tetap melanjutkan studi meski kondisi pribadi atau ekonomi sulit.

4). *Composure* (Kemampuan Mengelola Emosi & Stres)

Tetap tenang dan stabil secara emosional ketika menghadapi tekanan akademik. Ciri-cirinya: Tidak panik atau cemas berlebihan menjelang ujian atau presentasi, Mampu mengontrol emosi saat dapat kritik dari dosen atau nilai jelek, Menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental dan punya cara sehat untuk coping (misalnya: curhat, ibadah, meditasi, olahraga).

5). *Control* (Keyakinan bahwa Usaha Berpengaruh pada Hasil)

Percaya bahwa hasil akademik dipengaruhi oleh usaha pribadi, bukan nasib. Ciri-cirinya: Percaya bahwa nilai baik bisa dicapai lewat usaha, bukan semata bakat, Tidak menyalahkan orang lain atau keadaan saat gagal, Selalu berusaha mencari solusi jika mengalami kesulitan belajar.

3. Mahasiswa bekerja

a. Pengertian mahasiswa bekerja

Mahasiswa adalah individu yang secara aktif terlibat dalam kegiatan pendidikan di jenjang perguruan tinggi, seperti universitas, institut, sekolah tinggi, akademi, atau politeknik, dengan tujuan utama untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan keterampilan (Wiyoso & Sarajar, 2024). Mahasiswa menurut Morgan, (dalam Ulfah, 2010) adalah suatu era bagi mahasiswa untuk belajar lebih dalam sebelum dirinya masuk dalam dunia pekerjaan yang akan dijalaninya. Menurut Agung (2021) mahasiswa adalah generasi muda, sebagai penerus bangsa indonesia, diharapkan memiliki kepedulian tinggi serta aktif terlibat dalam proses pembangunan negara, hal ini bertujuan

supaya mereka mampu bertahan dan berkompetisi di tengah tantangan dunia yang semakin modern. Siti (2008) menjelaskan bahwa bekerja yaitu tindakan yang dilakukan agar dapat memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, atau kegiatan yang dikerjakan individu di suatu tempat bidang pekerjaan agar mendapatkan hasil berupa uang.

Sedangkan mahasiswa yang bekerja menurut Hipjillah (2018) ialah anak kuliah yang melakukan aktivitas untuk menambah skill dan mengejar gelar pada universitas tertentu, namun memilih untuk bekerja sambil kuliah, dengan tujuan agar dapat memiliki skill dan ilmu baru, serta agar mendapatkan imbalan berupa uang. Jadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bekerja adalah mahasiswa yang memiliki mimpi untuk mengejar gelar dan kariernya dalam dunia pendidikan dan memilih untuk melakukannya sambil bekerja, dengan berbagai tujuan yang tertanam dalam dirinya, seperti mencari skill baru di bidang pekerjaan, untuk memenuhi kebutuhan dan lain sebagainya.

b. Faktor yang mempengaruhi mahasiswa bekerja

Mahasiswa yang memilih untuk menjalani perkuliahan sambil bekerja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik itu faktor dari dalam dirinya maupun faktor yang dipengaruhi oleh lingkungan luar, berikut ini faktor yang mempengaruhi mahasiswa bekerja menurut Flippo (dalam Ulfah, 2010) diantaranya :

1) Gaji

Gaji merupakan salah satu bentuk imbalan yang digunakan individu untuk memenuhi beragam kebutuhan hidupnya. Kebutuhan tersebut meliputi kebutuhan fisiologis seperti makan, minum, dan tempat tinggal; kebutuhan akan rasa aman dan jaminan hidup; serta

kebutuhan ego yang berkaitan dengan harga diri, pengakuan, dan pencapaian pribadi.

2) Jaminan bekerja

Jaminan atau keamanan dalam pekerjaan merupakan salah satu prioritas utama bagi banyak karyawan maupun serikat pekerja. Hal ini menjadi semakin penting di tengah berbagai tantangan yang ditimbulkan oleh perubahan teknologi, seperti otomatisasi dan digitalisasi, yang berpotensi mengurangi kebutuhan tenaga kerja manusia di berbagai sektor.

3) Rekan kerja yang seru

Ketertarikan terhadap rekan kerja yang menyenangkan dapat menjadi salah satu dorongan sosial bagi individu untuk membangun interaksi yang positif serta menumbuhkan rasa diterima di lingkungan kerja. Kehadiran rekan kerja yang suportif tidak hanya menciptakan suasana kerja yang nyaman, tetapi juga memperkuat keterikatan sosial yang penting bagi kesejahteraan psikologis karyawan.

4) Pengakuan terhadap kinerjanya

Keinginan untuk mendapatkan pengakuan atas kinerjanya muncul sebagai dorongan intrinsik yang berasal dari kebutuhan ego individu. Dorongan ini merupakan bagian dari motivasi internal yang mendorong seseorang untuk merasa dihargai, diakui keberadaannya, serta memperoleh kepuasan atas usaha dan pencapaian yang telah dilakukan.

5) Potensi kemajuan

Tidak semua pekerja memiliki ambisi untuk maju, sebagian merasakan kebutuhan akan pemenuhan egoistik. Meski demikian, sebagian besar karyawan menginginkan

jaminan bahwa kesempatan untuk kemajuan tersedia jika mereka memilih untuk mengambilnya.

6) Situasi pekerjaan yang menyenangkan

Kemauan untuk memperoleh pekerjaan yang menyenangkan muncul sebagai bentuk upaya individu dalam memenuhi kebutuhan akan rasa aman. Kebutuhan ini mencakup keinginan untuk berada dalam lingkungan kerja yang stabil, nyaman, serta bebas dari tekanan berlebihan, sehingga individu dapat merasa terlindungi secara fisik maupun psikologis dalam menjalankan aktivitasnya

7) Pekerjaan yang memiliki makna

Keinginan untuk memiliki pekerjaan yang bermakna muncul dari perpaduan antara kebutuhan akan penghargaan dan dorongan untuk mencapai aktualisasi diri. Individu yang memiliki motivasi ini cenderung mencari pekerjaan yang tidak hanya memberikan imbalan materi, tetapi juga memberikan kepuasan batin, kesempatan untuk berkembang, serta ruang untuk menunjukkan kompetensi dan pencapaian pribadi secara optimal.

8) Kepemimpinan yang kompeten dan adil

Harapan terhadap kepemimpinan yang kompeten dan adil dapat muncul sebagai respons terhadap pemenuhan kebutuhan dasar, seperti kebutuhan fisiologis dan rasa aman. Kepemimpinan yang efektif menciptakan lingkungan kerja yang tertata, stabil, dan terorganisasi dengan baik, sehingga individu merasa terlindungi dari ketidakpastian, tekanan, maupun perlakuan yang tidak adil. Dengan demikian, keberadaan pemimpin yang adil dan mampu mengambil keputusan secara bijaksana

berperan penting dalam membentuk rasa aman dan kenyamanan dalam menjalankan tugas.

9) Petunjuk dan arahan yang logis

Petunjuk dan arahan yang logis merupakan instruksi yang disampaikan secara sistematis dan rasional untuk mendukung pencapaian tujuan organisasi. Arahan berfungsi sebagai panduan bagi individu dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya, serta membantu menelaraskan tindakan personal dengan kepentingan organisasi secara keseluruhan. Dengan adanya arahan yang jelas dan terstruktur, individu dapat memahami langkah-langkah yang harus dilakukan, sehingga meminimalisasi kesalahan dan meningkatkan efisiensi kerja.

10) Organisasi yang memiliki relevansi dalam konteks sosial

Organisasi yang memiliki relevansi dalam konteks sosial adalah organisasi yang mampu menyesuaikan diri dengan dinamika dan perubahan nilai-nilai sosial di masyarakat. Perubahan tren sosial yang cenderung mengarah pada sektor swasta turut memengaruhi ekspektasi yang diberikan kepada para karyawan. Dalam konteks ini, karyawan tidak hanya dituntut untuk memenuhi target kerja, tetapi juga untuk menunjukkan kemampuan adaptasi, profesionalisme, dan kontribusi sosial yang selaras dengan nilai-nilai yang berkembang di lingkungan masyarakat.

Selain faktor-faktor tersebut, beberapa penelitian juga mengidentifikasi penyebab mahasiswa bekerja dari konteks sosial dan ekonomi terkini:

1) Factor ekonomi

Menurut Zaini et al.,2025 kondisi finansial keluarga merupakan alasan paling utama mahasiswa memilih untuk bekerja. Tekanan ekonomi menjadi salah satu motivasi utama untuk mencukupi kebutuhan seperti, kebutuhan sehari-hari, kebutuhan kuliah dan membantu finansial keluarga.

2) Pengembangan diri dan kemandirian

Menurut Aprilia 2023, mahasiswa terdorong untuk menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab, kebanyakan dari mereka bekerja untuk mengasah soft skills, mencari pengalaman kerja serta untuk mempersiapkan diri menghadapi dunia pekerjaan setelah lulus.

3) Pemanfaatan waktu luang

Beberapa mahasiswa memilih untuk memanfaatkan waktu luang di luar jam perkuliahan untuk bekerja, terutama jika pekerjaan tersebut menawarkan fleksibilitas waktu dan dapat disesuaikan dengan jadwal akademik mereka. Pekerjaan dengan sistem waktu yang tidak kaku ini memungkinkan mahasiswa tetap fokus pada kewajiban akademik sembari memperoleh penghasilan. Jenis pekerjaan yang kerap dipilih mencakup aktivitas ekonomi berbasis platform digital seperti menjadi pengemudi ojek online, dropshipper atau reseller produk, pembuat konten digital (*content creator*), hingga *freelancer* dalam bidang desain grafis, penulisan, maupun jasa daring lainnya. Fenomena ini menunjukkan adanya pergeseran pola kerja di kalangan mahasiswa, dari pekerjaan konvensional ke arah pekerjaan fleksibel berbasis teknologi digital. Selain karena kemudahan akses, fleksibilitas tersebut juga memberi peluang bagi mahasiswa untuk mengembangkan

keterampilan digital dan jejaring profesional sejak dini (Zaini et al.,2025)

4) Dukungan social dan lingkungan

Dukungan dari teman sebaya, keluarga, maupun komunitas sosial memiliki peran yang signifikan dalam mendorong mahasiswa untuk berani mengambil keputusan bekerja sambil melanjutkan studi. Dukungan ini tidak hanya bersifat emosional seperti memberikan semangat, empati, dan rasa dimengerti

tetapi juga mencakup dukungan praktis seperti bantuan logistik, informasi peluang kerja, hingga fleksibilitas tanggung jawab rumah tangga. Ketika mahasiswa merasa didukung oleh lingkungannya, mereka cenderung lebih percaya diri dan termotivasi dalam menghadapi tantangan yang muncul dari peran ganda yang mereka jalani. Penelitian yang dilakukan oleh Wiyoso dan Sarajar (2024) menunjukkan bahwa keberadaan dukungan sosial yang kuat menjadi salah satu kunci dalam menjaga ketahanan semangat dan kestabilan psikologis mahasiswa pekerja. Dukungan tersebut memungkinkan mahasiswa untuk lebih mudah menyesuaikan diri, mengelola waktu, serta menyeimbangkan tuntutan akademik dan profesional yang mereka emban secara bersamaan.

B. Penelitian yang relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Cristina Hiunata dan Linda (2018) yang berjudul “*Academic Buoyancy* Pada Mahasiswa Yang Bekerja Dan Tidak Bekerja Di Jakarta”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu menggunakan teori yang sama yaitu teori Mars& Marten, sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan proposal ini menggunakan metode

kualitatif, serta penelitian ini menggunakan kusioner untuk mendapatkan data dan proposal ini menggunakan observasi wawancara untuk mendapatkan data. Berikutnya penelitian ini meneliti mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja pada subjek penelitiannya sedangkan proposal ini hanya meneliti mahasiswa yang bekerja saja, pada penelitian ini subjek penelitiannya mahasiswa di Jakarta, sedangkan penelitian yang akan dilakukan pada proposal ini subjeknya yaitu mahasiswa UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Erna Resetiana (2017) yang berjudul “*Academic Buoyancy* Pada Mahasiswa Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama membahas bagaimana *academic buoyancy* pada mahasiswa, sedangkan perbedaan pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada penelitian ini membahas mengenai *academic buoyancy* pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan membahas mengenai *academic buoyancy* pada mahasiswa bekerja dan penelitian ini menggunakan mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar yang bekerja sebagai subjek penelitiannya.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Danny ontario rusmono dan Astrid rizqa widyastika (2024). Yang berjudul “Perbandingan *Academic Buoyancy* Mahasiswa yang Bekerja dan Tidak Bekerja”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan penulis yaitu sama-sama membahas tentang *Academic buoyancy* dan perbedaan dari penelitian ini adalah penelitian ini membandingkan mahasiswa bekerja dan tidak bekerja yang mana dengan popilasi usia 18-24 tahun sedangkan penelitian ini hanya meneliti mahasiswa bekerja saja tanpa batasan umur.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Winny Puspasari Thamrin, Giga Putri, dan Amarilys Andaritidya (2024) yang berjudul “*Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Academic Buoyancy pada Mahasiswa yang Kuliah*

Sambil Bekerja”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan penulis yaitu Sama-sama membahas mengenai *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja. Fokus pada kelompok mahasiswa yang memiliki peran ganda sebagai pekerja dan mahasiswa aktif. Menggunakan teori *academic buoyancy* yang dikembangkan oleh Martin & Marsh sebagai landasan konseptual. Sama-sama membahas faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan bertahan menghadapi tantangan akademik. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan analisis statistik, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui wawancara mendalam. Variabel bebas pada penelitian Thamrin dkk kecerdasan emosi, sedangkan penelitian ini tidak membatasi pada satu variabel bebas, tetapi menggambarkan *academic buoyancy* secara umum melalui lima dimensi (*self-efficacy, coordination, commitment, composure, control*). Lokasi penelitian Thamrin dkk. tidak disebutkan secara spesifik pada konteks kampus Islam di Sumatera Barat, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Penelitian ini lebih menekankan pada deskripsi mendalam pengalaman mahasiswa bekerja, sedangkan Thamrin dkk. fokus pada hubungan statistik antarvariabel.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Destri Rahayu, Auliya Syaf, dan Itto Nesyia Nasution (2024) yang berjudul “*School Well-Being dengan Academic Buoyancy pada Mahasiswa Bekerja di Pekanbaru*”. Persamaan dengan penelitian ini Sama-sama membahas *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja. Menggunakan teori *academic buoyancy* Martin & Marsh sebagai landasan konsep. Menekankan pentingnya faktor pendukung eksternal dalam meningkatkan daya tahan akademik mahasiswa pekerja. Mengkaji kelompok mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pekerja dan mahasiswa aktif. Perbedaan dengan penelitian ini. Penelitian Rahayu dkk. (2024) menggunakan metode kuantitatif korelasional, sedangkan penelitian ini menggunakan

pendekatan kualitatif deskriptif. Variabel bebas pada penelitian Rahayu dkk. adalah *school well-being*, sementara penelitian ini tidak membatasi pada satu variabel bebas, tetapi memaparkan *academic buoyancy* secara komprehensif melalui lima dimensi (*self-efficacy, coordination, commitment, composure, control*). Lokasi penelitian Rahayu dkk. adalah Pekanbaru, sedangkan penelitian ini dilakukan di UIN Mahmud Yunus Batusangkar, Sumatera Barat. Penelitian ini lebih fokus pada pengalaman subjektif mahasiswa bekerja, sedangkan Rahayu dkk. fokus pada hubungan statistik antarvariabel.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis penelitian

Dalam penulisan skripsi ini Peneliti memilih penelitian deskriptif kualitatif dimana metode ini akan berusaha mengungkapkan fenomena dengan cara mengumpulkan data yang ada di lapangan. Instrument wawancara digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi secara langsung dan lebih banyak data juga mendalami tentang apa yang akan diteliti. Data dan informasi yang telah didapatkan kemudian dijabarkan secara rinci sesuai dengan apa yang ditemukan peneliti di lapangan. Penelitian ini menjelaskan bagaimana Gambaran *academic buoyancy* mahasiswa yang bekerja di Universitas Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah)".

B. Latar dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan oleh peneliti di kampus UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Penelitian ini berlangsung sejak bulan Desember 2024 sampai Mei 2025.

C. Subjek penelitian

Subjek dari penelitian ini adalah 3 orang mahasiswa Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar yaitu mahasiswa yang bekerja di salah satu tempat makan yang ada di Batusangkar. Dengan inisial L Jurusan Psikologi Islam, MP dan Tr jurusan Manajemen Bisnis Syari'ah, yang peneliti pilih berdasarkan kriteria subjek penelitian.

D. Instrumen penelitian

Yang menjadi instrumen penelitian pada penelitian kali ini yaitu peneliti sendiri. Peneliti membutuhkan beberapa alat pelengkap seperti pedoman wawancara berupa daftar pertanyaan, hal tersebut berguna untuk mendapatkan informasi dari mahasiswa yang bekerja. Instrumen penunjang sebagai perlengkapan dalam penelitian ini adalah buku catatan, pena, serta tape recorder (menggunakan handphone) dan kamera (handphone).

E. Sumber data

Dalam penelitian sumber data adalah hal yang sangat penting. Sari & Zefri,(2019) sumber data merupakan suatu hal yang dapat memberikan informasi mengenai data. Data penelitian kualitatif ada dua yaitu :

1. Data primer (utama)

Data primer yaitu data yang peneliti dapat dari sumber pertama atau data yang didapatkan secara langsung. Sumber data primer ialah sumber data utama dalam sebuah penelitian. Pada penelitian kali ini sumber data utamanya adalah data yang didapatkan dari narasumber atau subjek penelitian baik itu respon ataupun dari hasil pernyataan wawancara. Data diambil langsung dari responden untuk mendapatkan informasi yang dikumpulkan melalui interview kepada mahasiswa Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar yang bekerja sambil kuliah. Penelitian ini menggunakan data Primer sebanyak 3 orang subjek.

2. Data sekunder (pelengkap)

Data sekunder sama dengan data pelengkap dalam penelitian yang didapat dari literatur review, jurnal, atau informasi tambahan lainnya terkait dengan apa yang akan diteliti oleh peneliti. Seperti bentuk-bentuk tindakan subjek yang menggambarkan *academic buoyancy* yang dihadapi mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan data sekunder sebanyak 4 orang subjek yang merupakan, 3 orang teman kos dari masing-masing subjek dan 1 orang owner dari tempat bekerja subjek.

F. Teknik pengumpulan data

Pada penelitian kali ini peneliti menggunakan wawancara semiterstruktur dengan menyiapkan gayat wawancara yang telah direncanakan sebelumnya dan tetap fleksibel pada saat wawancara berlangsung.. Metode ini dipakai untuk mendapatkan data yang sesuai dengan

Gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa bekerja di Universitas Negeri Islam Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah)". Beberapa subjek akan diwawancarai mengenai bagaimana *academic buoyancy* dalam menjalankan kuliah dan bekerja.

G. Teknik Analisis Dan Interpretasi Data

Penelitian ini menggunakan teknik yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (1984) (dalam Sugiyono,2018) menyatakan kegiatan analisis data kualitatif dilaksanakan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenu, yang meliputi :

1. Tahap pengumpulan data

Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah mencari data sebelum penelitian dilakukan yaitu data yang sudah jadi untuk memfokuskan fokus penelitian. Data diambil dan dianalisis melalui proses wawancara.

2. Reduksi data

Reduksi data adalah rangkuman, mengambil data yang penting, lalu mengkategorikannya. Reduksi data dilakukan dengan menggabungkan data yang sudah dapat lalu dibuat menjadi sebuah kalimat yang sudah dianalisis dari ringkasan wawancara juga observasi dan dokumentasi yang sudah sesuai dengan format yang ditentukan.

3. Display data

Mengolah data yang setengah jadi kedalam bentuk kalimat. Menurut Miles dan Huberman menyajikan data dalam bentuk teks yang dideskripsikan.

4. Ringkasan atau verifikasi

Ringkasan yang tertuju pada respon pertanyaan yang diajukan dan menunjukkan data yang diperoleh dilapangan berdasarkan data yang telah dianalisis.

H. Teknik Penjaminan Keabsahan Data

Triangulasi pengujian kredibilitas maksudnya sebagai pemeriksaan dari banyak sumber, cara, dan waktu Wiliam Wiersma (1986) (dalam Sugiyono ,2018). Menurut moleong triangulasi dalam pengujian kredibilitas diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber data dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Menurut Moleong terdapat 4 macam triangulasi yaitu :

1. Triangulasi dengan Sumber

Triangulasi sumber dilakuakn dengan memeriksa data yang telah diperoleh dari berbagai sumber. Dengan ini peneliti dapat membandingkan data yang sudah di dapatkan dari sumber yang berbeda.

2. Triangulasi Metode

Triangulasi metode ialah pemeriksaan keabsahan data dengan memakai banyak teknik untuk mendapatkan data yang sama dengan penelitian.

3. Triangulasi Teknik

Menguji kreabilitas data dengan mencari berbagai data dan data yang serupa.

4. Tiangulasi Teori

Memanfaatkan banyak teori kemudian digabungkan. Oleh sebab itu perlunya rancangan penelitian, mencari data dan sebagainya untuk menunjang penelitian yang sudah lengkap dan memberikan hasil yang komperensif.

Berdasarkan penjabaran di atas, triangulasi metode menjadi pilihan peneliti untuk mendapatkan temuan penelitian yang memiliki hubungna dengan fenomena yang akan diteliti. Peneliti memeriksa temuan data dari berbagai macam sumber dengan wawancara mengenai Gambaran *academic buoyancy* mahasiswa bekerja di Universitas Mahmud Yunus Batusangkar.

BAB IV

TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian

Setelah melakukan penelitian dengan cara wawancara, maka peneliti dapat mendeskripsikan beberapa fakta yang ditemukan di lapangan yakni sebagai berikut:

1. Gambaran umum subjek penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, sebuah perguruan tinggi Islam negeri yang terletak di Kabupaten Tanah Datar, Provinsi Sumatera Barat. Universitas ini memiliki dua lokasi kampus yang masing-masing digunakan untuk penyelenggaraan kegiatan akademik dan administratif sesuai dengan program studi dan jenjang pendidikan tertentu.

Kampus I beralamat di Jalan Jenderal Sudirman No. 137, Kenagarian Lima Kaum, Kecamatan Lima Kaum, Kabupaten Tanah Datar. Kampus ini merupakan lokasi utama bagi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK). Sebagai fakultas yang fokus pada pendidikan dan keguruan, kampus ini menjadi tempat kuliah bagi mahasiswa yang menempuh program studi di bidang pendidikan Islam, seperti Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Bahasa Arab, Manajemen Pendidikan Islam, dan lainnya. Letaknya yang berada di pusat kota menjadikan kampus ini mudah diakses dan cukup strategis sebagai pusat aktivitas akademik.

Kampus II terletak di Jalan Raya Batusangkar–Padang Panjang Km. 7, Tabek, Kecamatan Pariangan, Kabupaten Tanah Datar. Lokasi ini menjadi pusat perkuliahan bagi mahasiswa dari beberapa fakultas lainnya, yaitu Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah (FUAD), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), serta Fakultas Syariah. Kampus ini berada di area yang lebih luas dan relatif tenang, sehingga memberikan suasana belajar yang kondusif dan mendukung proses

akademik maupun kegiatan praktikum mahasiswa dari berbagai disiplin ilmu non-kependidikan.

Kedua kampus ini menjadi bagian integral dalam mendukung proses pelaksanaan penelitian karena keberadaan mahasiswa dari berbagai program studi yang tersebar di kedua lokasi tersebut. Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa yang bekerja berasal dari berbagai latar belakang fakultas dan program studi, sehingga pelaksanaan penelitian dilakukan dengan menyesuaikan lokasi tempat kuliah subjek. Keberadaan dua kampus ini turut mencerminkan dinamika akademik dan sosial yang beragam di lingkungan universitas, yang relevan dengan fokus kajian penelitian mengenai *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data primer dan data sekunder sebagai sumber informasi utama untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

Sumber data primer diperoleh dari tiga orang mahasiswa yang secara aktif menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Ketiga subjek ini dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan fokus penelitian, yakni mahasiswa aktif yang terdaftar di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar dan memiliki pengalaman bekerja selama menempuh pendidikan.

Selain itu, peneliti juga melibatkan empat orang informan sebagai sumber data sekunder. Data sekunder ini diperoleh dari satu orang teman kos dari Subjek 1, satu orang teman kos dari subjek 2, satu orang teman kos dari subjek 3, dan satu orang pemilik (owner) tempat kerja yang menjadi tempat bekerja ketiga subjek penelitian.

Pemilihan teman kos sebagai informan sekunder bertujuan untuk memperoleh pandangan objektif dari orang-orang yang tinggal serumah dan menyaksikan langsung aktivitas, kebiasaan, serta tantangan yang dihadapi oleh subjek dalam menjalani aktivitas kuliah

dan kerja sehari-hari. Sementara itu, pemilik tempat kerja dipilih untuk memberikan perspektif dari sisi dunia kerja, termasuk penilaian terhadap kinerja, kedisiplinan, dan tanggung jawab subjek selama bekerja.

Seluruh data yang diperoleh, baik dari wawancara langsung dengan subjek utama maupun dari informan sekunder, dikumpulkan secara hati-hati dan diverifikasi untuk memastikan keakuratan informasi. Data tersebut kemudian diolah dan dianalisis sesuai dengan prinsip-prinsip penelitian kualitatif, sehingga dapat menggambarkan kondisi yang sebenarnya terjadi di lapangan dan mencerminkan realitas kehidupan mahasiswa yang bekerja.

a. Gambaran umum 3 orang subjek yang menjadi data primer penelitian ini, yaitu:

1) Subjek 1

Subjek pertama berinisial L, seorang mahasiswi UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang berasal dari jurusan Psikologi Islam, angkatan 2021. Saat ini, L telah memasuki semester 8 dalam masa studinya. Ia berasal dari Sawahlunto dan berjenis kelamin perempuan. L mulai bekerja sejak semester dua perkuliahan. Berdasarkan penuturannya, yang juga dikuatkan oleh keterangan dari IM (teman satu kosnya), L diketahui telah beberapa kali berganti pekerjaan. Ia pernah bekerja di Mie Padeh Bunda, kemudian berpindah ke Esteh selama beberapa bulan, lalu bekerja di D’Kriuk, dan juga sempat bekerja di Doyan Geprek, meskipun hanya dalam waktu yang singkat beberapa hari.

2) Subjek 2

Subjek kedua berinisial MP, seorang mahasiswi Program Studi Manajemen Bisnis Syariah di UIN Mahmud Yunus Batusangkar. MP berjenis kelamin perempuan dan berasal dari Solok, Sumatera Barat. MP mulai bekerja saat

berada di semester 7 dan 8. Ia sempat mengambil cuti kuliah karena alasan ekonomi, tepat setelah menyelesaikan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan magang. Setelah masa cutinya selesai, MP kembali melanjutkan studi untuk menyelesaikan skripsi. Saat ini, MP telah menyelesaikan studinya dan resmi menjadi alumni UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Selama masa kerjanya, MP menjalani dua pekerjaan dalam satu hari. Di pagi hari, ia menjual bubur bayi, sedangkan pada malam harinya, ia bekerja di Mie Padeh Bunda yang terletak di daerah Cubadak. Kedua pekerjaan tersebut dijalani secara bersamaan sebagai bentuk upaya memenuhi kebutuhan ekonomi. Dan untuk sekarang MP telah menjadi guru honorer di salah satu SD di kota Solok.

3) Subjek 3

Subjek ketiga diberi inisial TR, seorang mahasiswi Program Studi Manajemen Bisnis Syariah di UIN Mahmud Yunus Batusangkar. TR berasal dari Padang Panjang, Sumatera Barat, dan berjenis kelamin perempuan. Ia merupakan mahasiswa angkatan 2021 dan saat ini sedang berada di semester 8. TR mulai bekerja sambil menjalani kuliah, dengan pekerjaan pertamanya di Mie Padeh Bunda. Pekerjaan ini dijalani TR selama masa perkuliahannya sebagai upaya untuk membantu kebutuhan pribadi maupun mendukung kelancaran studinya.

b. Gambaran umum 4 orang subjek yang menjadi data sekunder penelitian ini, yakni:

1) Subjek IM

Merupakan informan sekunder dalam penelitian ini, yang berperan sebagai teman satu kos dari subjek utama berinisial L. IM adalah seorang mahasiswa aktif semester 8 di Universitas

Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar. Meskipun tinggal di satu rumah kos dengan L, keduanya menempati kamar yang berbeda.

Pada saat penelitian ini dilakukan, Subjek IM berusia 22 tahun, dan tinggal secara aktif di kos tersebut. Kehadiran IM sebagai informan dalam penelitian ini sangat relevan karena ia memiliki akses langsung terhadap kehidupan sehari-hari subjek L, baik dalam hal aktivitas perkuliahan maupun rutinitas kerja. Sebagai teman kos yang sering berinteraksi, IM dapat memberikan gambaran objektif mengenai kebiasaan, tantangan, serta cara L dalam mengelola waktu dan stres selama menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja.

Informasi yang diperoleh dari IM digunakan untuk memperkuat dan memperdalam data utama dari subjek L, serta menjadi pembanding atas informasi yang disampaikan oleh subjek utama secara langsung. Dengan demikian, peran IM sebagai informan sekunder sangat membantu dalam memastikan validitas dan keakuratan data yang dikumpulkan dalam penelitian ini.

2) Subjek P

Subjek P merupakan informan sekunder dalam penelitian ini yang berperan sebagai teman kos dari subjek utama berinisial MP. P adalah seorang alumni Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, yang berasal dari program studi Manajemen Bisnis Syariah. Pada saat penelitian ini dilakukan, P berusia 25 tahun dan telah menyelesaikan studinya, namun masih tinggal di kos yang sama dengan MP.

Keberadaan P sebagai informan dinilai penting karena ia memiliki pengalaman tinggal bersama subjek MP dalam waktu yang cukup lama, sehingga dapat memberikan pandangan yang objektif terkait kebiasaan, perilaku, dan keseharian MP selama

menjalani kuliah sambil bekerja. Meskipun telah lulus, P masih menjalin interaksi yang erat dengan MP, termasuk dalam aktivitas harian di lingkungan kos.

Saat peneliti melakukan pengumpulan data, P sedang berada di kos setelah kembali dari tempat kerjanya. Momen ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan wawancara secara langsung dan memperoleh informasi yang relevan mengenai bagaimana MP mengatur waktu, menghadapi tekanan akademik, serta menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja.

Informasi yang diberikan oleh P berfungsi sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan utama dari subjek MP, serta sebagai bahan triangulasi data agar hasil penelitian lebih akurat dan mendalam.

3) Subjek TP

Subjek TP merupakan informan sekunder dalam penelitian ini yang berperan sebagai teman kos sekaligus teman kuliah dari subjek utama berinisial TR. TP adalah mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar dan berasal dari jurusan yang sama dengan TR, yaitu Manajemen Bisnis Syariah. Pada saat penelitian dilakukan, TP berusia 22 tahun.

Sebagai teman kos dan rekan satu jurusan, TP memiliki interaksi yang cukup intens dengan TR, baik di lingkungan tempat tinggal maupun dalam aktivitas akademik di kampus. Kedekatan ini menjadikan TP sebagai sumber informasi yang relevan dan penting dalam memberikan gambaran nyata mengenai kehidupan sehari-hari TR, khususnya dalam hal pembagian waktu antara kuliah dan pekerjaan, cara menghadapi tekanan, serta respons TR terhadap tantangan akademik.

Pada saat pengumpulan data berlangsung, TP sedang berada di kampus, yang kemudian dimanfaatkan peneliti untuk melakukan wawancara langsung. Kehadiran TP dalam penelitian ini sangat membantu dalam menguatkan data primer, karena TP dapat memberikan pandangan dari sudut pandang rekan sebaya yang mengalami lingkungan belajar dan sosial yang sama dengan subjek utama.

Keterangan dari TP digunakan untuk menunjang dan memverifikasi informasi yang diberikan oleh TR, sehingga memperkuat validitas dan kredibilitas data dalam penelitian ini. TP turut memberikan wawasan tambahan terkait sikap, motivasi, serta cara TR dalam menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan dunia kerja.

4) Subjek MPB

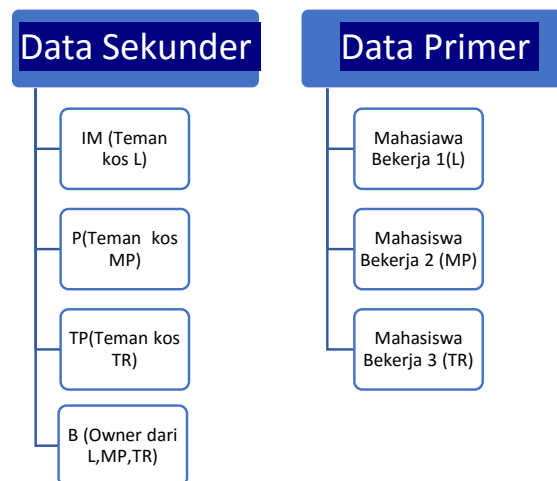
Subjek MPB merupakan informan sekunder dalam penelitian ini yang berperan sebagai pemilik (owner) dari café & resto tempat ketiga subjek utama yaitu L, MP, dan TR bekerja. MPB memiliki peran penting dalam penelitian ini karena berfungsi sebagai sumber informasi yang dapat memberikan gambaran langsung mengenai sikap kerja, kedisiplinan, tanggung jawab, serta keseimbangan antara pekerjaan dan studi akademik dari ketiga subjek penelitian.

Sebagai pemilik usaha tempat para subjek bekerja, MPB memiliki interaksi rutin dan pengamatan langsung terhadap perilaku kerja para mahasiswa yang menjadi karyawan paruh waktunya. Melalui wawancara yang dilakukan peneliti, MPB memberikan penilaian objektif mengenai bagaimana ketiga subjek mengelola waktu antara kuliah dan pekerjaan, serta bagaimana mereka menyikapi tekanan dan tantangan dalam dunia kerja.

Informasi yang diberikan oleh MPB sangat penting dalam memperkuat temuan dari sisi non-akademik, khususnya dalam menilai daya lenting akademik (*academic buoyancy*) subjek ketika berada dalam tekanan kerja yang nyata. Selain itu, pandangan MPB juga membantu menilai bagaimana pengalaman kerja berkontribusi terhadap pembentukan karakter, kemandirian, dan ketahanan belajar pada mahasiswa yang bekerja.

Gambar 4.1

Gambaran umum subjek



B. Temuan Khusus Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar (Jurusan Psikologi Islam Dan Manajemen Bisnis Syari'ah). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2025, dengan lokasi pengumpulan data di lingkungan UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari tiga orang mahasiswa aktif yang bekerja sambil kuliah, yang berfungsi sebagai sumber data primer. Selain itu, terdapat empat orang informan pendukung

yang menjadi sumber data sekunder, yang terdiri atas tiga orang teman kos dari masing-masing subjek utama serta satu orang pemilik tempat kerja tempat ketiga subjek bekerja.

Sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti terlebih dahulu menyusun pedoman wawancara sebagai instrumen utama dalam penelitian kualitatif ini. Pedoman tersebut telah melalui proses validasi oleh dua orang dosen ahli, yaitu Bapak Dian Erhan Saputra, S.Psi., Psikolog dan Ibu Hafiza Al Husna, S.Psi., M.A., yang bertindak sebagai validator. Proses validasi ini dilakukan untuk memastikan bahwa pertanyaan-pertanyaan dalam pedoman wawancara telah sesuai dengan tujuan penelitian dan tema kajian mengenai *academic buoyancy*.

Pedoman wawancara yang telah divalidasi tersebut kemudian digunakan oleh peneliti dalam proses pengumpulan data sebagai acuan sistematis dalam menggali informasi dari para subjek, agar data yang diperoleh sesuai dengan fokus dan kebutuhan penelitian.

Temuan dari penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap mahasiswa yang bekerja sambil menjalani perkuliahan. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa mahasiswa mampu bertahan dalam menghadapi tekanan kerja sekaligus tekanan akademik yang mereka alami. Beberapa faktor yang mendorong mahasiswa untuk bekerja antara lain adalah alasan ekonomi, keinginan untuk mencari pengalaman, serta pemanfaatan waktu luang untuk kegiatan yang dianggap positif dan produktif.

Kemampuan mahasiswa dalam bertahan menjalani dua tanggung jawab sekaligus, yaitu sebagai pekerja dan mahasiswa, didasari oleh kegigihan mereka untuk membahagiakan kedua orang tua serta tingkat spiritualitas yang tinggi. Subjek menunjukkan keyakinan diri bahwa mereka mampu menjalankan kedua peran tersebut secara seimbang. Dalam hal ini, subjek mengandalkan kemampuan manajemen waktu serta motivasi yang bersumber dari nilai-nilai spiritual. Mereka menyusun

jadwal kegiatan harian dengan cara menyesuaikan waktu kerja dengan jadwal kuliah, dan sebaliknya.

Selain itu, subjek juga menunjukkan komitmen yang kuat untuk tetap menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan meskipun harus menghadapi tanggung jawab pekerjaan. Komitmen ini tercermin dari usaha mereka untuk terus melanjutkan studi meskipun berada dalam kondisi yang melelahkan secara fisik maupun mental.

Temuan juga menunjukkan bahwa subjek memiliki cara tersendiri dalam mengelola tekanan yang mereka alami. Strategi yang digunakan antara lain dengan menangis sebagai bentuk pelepasan emosi, melakukan *healing* atau aktivitas penyegaran, berbagi cerita (curhat) dengan teman dekat, serta menjalankan aktivitas spiritual seperti salat yang diyakini dapat memberikan ketenangan dan ketentraman batin.

Adapun temuan lain dimana *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja dianalisis melalui sub focus penelitian berikut:

1. Keyakinan (*self-efficacy*) mahasiswa bekerja.

Terkait hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa yang bekerja seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.1

Self efficacy mahasiswa yang bekerja

Subjek	Indicator	Kutipan verbatim
L	Keyakinan menyelesaikan tantangan kuliah dan kerja	Aku tu berusaha coba menyeimbangkan meskipun susah di awalnya tapi tetap harus yakin bisa.
	Memiliki kepercayaan diri akan kemampuan multitasking (bekerja dan kuliah)	Kuliah paling 2 SKS, sebelum masuk kerja tugas diusahakan siap yang penting tugas ndak numpuk.

MP	Memiliki keyakinan menyelesaikan tantangan kuliah dan kerja	Akak memastikan aktivitas kuliah ndak terganggu mencari kerja yang sesuai waktu kuliah.
	Memiliki kepercayaan diri akan kemampuan multitasking (bekerja dan kuliah)	Kalau untuk akak ma atur waktu tu, kembalikan kepada diri sendiri harus disiplin dalam diri.
TR	Memiliki keyakinan menyelesaikan tantangan kuliah dan kerja	Percaya diri aja sih kak sama kemampuan sendiri, yakin juga pasti bisa
	Memiliki kepercayaan diri akan kemampuan multitasking (bekerja dan kuliah)	Harus tetap kuat dan optimis percaya aja sama Allah insyaAllah dimudahkan jalannya.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga subjek (L, MP, dan TR) memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri untuk menghadapi tantangan kuliah sambil bekerja. Mereka percaya bahwa selama ada niat dan kemauan kuat, tantangan yang muncul baik dari sisi akademik maupun pekerjaan akan bisa di hadapi dengan keyakinan dan usaha.

Sebagai contoh, subjek L menyatakan bahwa ia tetap berusaha untuk menyeimbangkan antara kuliah dan pekerjaan, meskipun di awal terasa sulit. Ia mengatakan:

"Aku tu berusaha coba menyeimbangkan meskipun susah di awalnya tapi tetap harus yakin bisa."(aku bisa coba menyeimbangkan meskipun di awalnya susah, tapi aku yakin tetap bisa)

Pernyataan ini mencerminkan sikap percaya diri dan optimisme terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan sebagai mahasiswa yang juga bekerja. Subjek menunjukkan bahwa meskipun menjalani peran ganda bukanlah hal yang mudah, ia tetap berkomitmen untuk menjalaninya dengan semangat dan keyakinan.

Salah satu strategi utama yang digunakan adalah manajemen waktu dan pengaturan tugas. Ketiga partisipan dalam penelitian ini menunjukkan adanya kemampuan dalam menyusun jadwal, menetapkan prioritas, serta menyesuaikan aktivitas harian agar tanggung jawab akademik dan pekerjaan dapat dijalankan secara seimbang. Hal ini mencerminkan adanya kesadaran dan keterampilan dalam mengelola peran ganda yang mereka jalani secara efektif.

Subjek MP, menekankan pentingnya menyesuaikan jadwal kerja dengan waktu kuliah:

”Akak memastikan aktivitas kuliah ndak terganggu”, “mencari kerja yang sesuai waktu kuliah.”(aku memastikan aktivitas kuliah tidak terganggu seperti mencari kerja yang sesuai dengan waktu kuliah)

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya kesadaran akan prioritas akademik dan kemampuan dalam mengelola waktu secara strategis agar pekerjaan tidak mengganggu proses belajar. Hal serupa juga disampaikan oleh subjek L, yang mengaku selalu mengerjakan tugas kuliah sebelum atau sesudah bekerja guna menghindari penumpukan tugas. Hal ini mencerminkan kemampuan mengatur prioritas dan tanggung jawab secara efektif.

Selain keterampilan dalam mengelola waktu, disiplin dan kesadaran diri juga menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan dalam menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Beberapa partisipan mengakui bahwa disiplin terhadap jadwal serta kesadaran akan tanggung jawab akademik dan profesional merupakan kunci dalam keberhasilan multitasking. Subjek MP, misalnya, menyatakan:

"Harus disiplin dalam diri."

Pernyataan tersebut menggambarkan pentingnya kemampuan manajemen diri (*self-management*) sebagai bagian dari *self-efficacy* mereka, yakni keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan mengarahkan perilaku agar tetap produktif di tengah tuntutan yang kompleks. Dengan demikian, strategi seperti perencanaan waktu, kedisiplinan, dan kesadaran akan tanggung jawab menjadi elemen penting dalam membangun *academic buoyancy* bagi mahasiswa yang bekerja.

Optimisme dan religiusitas sebagai penguat keyakinan diri juga menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Subjek TR mengaitkan kekuatan dirinya dalam menjalani perkuliahan dan pekerjaan dengan nilai-nilai spiritual yang dianutnya. Ia menyatakan:

"Harus tetap kuat dan optimis, percaya aja sama Allah, insyaAllah dimudahkan jalannya."

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa *self-efficacy* tidak hanya bersumber dari aspek psikologis, seperti kepercayaan terhadap kemampuan diri, tetapi juga dari aspek spiritual, yaitu keimanan kepada Tuhan. Bagi TR, kepercayaan terhadap pertolongan Allah menjadi sumber kekuatan batin yang mendorongnya untuk tetap tegar dan optimis dalam menghadapi tantangan akademik maupun pekerjaan.

Hal ini mengindikasikan bahwa spiritualitas dapat berperan sebagai penguat *academic buoyancy*, terutama dalam konteks mahasiswa yang memikul beban ganda. Dalam hal ini, nilai-nilai religius memberikan makna dan harapan, serta menjadi bentuk coping positif dalam mengelola stres dan tekanan hidup. Spiritualitas semacam ini membantu mahasiswa untuk tetap fokus pada tujuan, merasa tenang dalam menghadapi rintangan, dan meyakini bahwa setiap kesulitan dapat dihadapi dengan keteguhan hati dan doa.

Dari hasil wawancara, didapatkan bahwa mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar menunjukkan kemampuan *academic buoyancy* yang baik. Mereka percaya pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi tantangan kuliah sambil bekerja. Keyakinan ini membuat mereka tetap semangat dan optimis walaupun harus mengatur waktu antara kuliah dan pekerjaan yang tidak mudah. Selain itu, mereka memiliki cara yang terencana dalam mengatur waktu agar bisa menyelesaikan tugas kuliah dan pekerjaan dengan baik. Disiplin dan kesadaran diri juga membantu mereka agar tetap konsisten dalam menjalankan kedua peran tersebut. Tidak kalah penting Optimisme dan nilai religius sebagai sumber motivasi tambahan turut memperkuat kemampuan mahasiswa dalam mempertahankan keseimbangan dan menghadapi hambatan akademik dengan tenang dan percaya diri

2. *Coordination (Planning)* mahasiswa bekerja

Terkait hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa yang bekerja seperti data yang terdapat pada table di bawah ini

Table 4.2

Planning mahasiswa yang bekerja

Subjek	Indicator	Kutipan verbatim
L	Dapat menentukan target yang ingin di capai	Kalau bentrok antara jam kerja dan kuliah biasanyo izin ke bos digeser jam kerja nyo ke jam lain.
	Mahasiswa mampu membuat stategi kegiatan akademik	Kalau tugas-tugas, dikerjakan sebelum atau sesudah kerja tugas ndak boleh numpuk.
MP	Dapat menentukan target yang ingin di capai	Akak harus manajemen waktu nyusun jadwal akak

		stop kerja jam 9, jadi harus bisa atur waktu.
	Mahasiswa mampu membuat strategi kegiatan akademik	Akak mulai kerja setelah KKN dan magang kuliah cuman bimbingan dan nyusun skripsi, jadi bisa diselang-seling.
TR	Dapat menentukan target yang ingin di capai	Bisa sih kak, kek harus bikin plan dulu atau harus bisa manajemen waktu antara kuliah dan bekerja biar nggak ada yang terganggu.
	Mahasiswa mampu membuat strategi kegiatan akademik	Biasanya sih komunikasi aja sih kak sama yang punya tempat kerja nanti palingan masuknya setelah magrib.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki kemampuan untuk melakukan koordinasi dan perencanaan yang baik dalam menyelesaikan berbagai tuntutan akademik. Kemampuan ini tercermin dari upaya mereka dalam menyesuaikan jadwal kerja dengan jadwal kuliah, menyusun strategi belajar yang efektif, serta mengatur waktu secara fleksibel agar seluruh tanggung jawab akademik tetap dapat terpenuhi.

Mahasiswa yang bekerja umumnya menyadari pentingnya pembagian waktu yang seimbang antara dunia kerja dan pendidikan. Mereka melakukan penyesuaian kegiatan harian dengan cara menyusun prioritas, memanfaatkan waktu luang secara produktif, serta menghindari penundaan dalam menyelesaikan tugas kuliah.

Koordinasi semacam ini menjadi bentuk konkret dari keterampilan manajemen waktu dan perencanaan strategis, yang merupakan salah satu indikator dari dimensi *coordination (planning)* dalam *academic buoyancy*.

Fleksibilitas dalam mengatur jadwal menjadi strategi penting bagi mahasiswa yang bekerja guna menghindari benturan antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Subjek L menyampaikan bahwa ketika terjadi benturan antara jadwal kuliah dan waktu kerja, ia memilih untuk berdiskusi dengan atasan di tempat kerja agar jadwal kerjanya dapat disesuaikan. Hal ini menunjukkan adanya kemampuan adaptasi dalam menyesuaikan waktu:

“Kalau bentrok antara jam kerja dan kuliah, biasanya izin ke bos digeser jam kerjanya ke jam lain.” (L) (seandainya jam kerja dan kuliah bersamaan biasanya meminta izin ke bos untuk masuk agak telat)

Pernyataan serupa juga disampaikan oleh subjek TR. Ia mengungkapkan bahwa ketika jadwal kuliah dan kerja berpotensi bertabrakan, ia berinisiatif untuk berkomunikasi langsung dengan pemilik tempat kerja agar dapat masuk setelah waktu perkuliahan selesai:

“Biasanya sih komunikasi aja sih, Kak, sama yang punya tempat kerja. Nanti palingan masuknya setelah Magrib.” (TR)

Dari kedua pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan untuk bernegosiasi dan menyesuaikan jadwal merupakan bentuk fleksibilitas yang dimiliki mahasiswa bekerja. Fleksibilitas ini menjadi strategi utama dalam menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan profesional tanpa harus mengorbankan salah satu di antaranya.

Mahasiswa yang bekerja juga menunjukkan kesadaran tinggi terhadap pentingnya menyelesaikan tugas kuliah secara tepat waktu. Untuk menghindari penumpukan tugas, mereka berusaha memanfaatkan waktu di luar jam kerja, baik sebelum maupun setelah

bekerja, untuk menyelesaikan kewajiban akademik. Strategi ini tampak dalam pernyataan subjek L:

“Kalau tugas-tugas, dikerjakan sebelum atau sesudah kerja. Tugas ndak boleh numpuk.” (L) (biasanya tugas dikerjakan sebelum berangkat kerja atau sepulang dari bekerja, yang penting tugas tidak menumpuk).

Pernyataan tersebut mencerminkan adanya kedisiplinan dan manajemen waktu yang baik dalam menghadapi tuntutan ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja. Kesadaran ini menjadi kunci dalam menjaga performa akademik tetap optimal meskipun dihadapkan pada jadwal yang padat. Dengan strategi ini, mahasiswa mampu mengurangi tekanan akibat tenggat waktu serta menjaga kualitas hasil belajarnya.

Selain menggunakan jadwal harian, mahasiswa juga melakukan penyesuaian berdasarkan fase akademik yang sedang dijalani. Sebagai contoh, subjek MP mengungkapkan bahwa ia mulai bekerja setelah menyelesaikan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan magang, ketika jadwal perkuliahan menjadi lebih fleksibel:

“Akak mulai kerja setelah KKN dan magang, kuliah cuman bimbingan dan nyusun skripsi, jadi bisa diselang-seling.” (MP)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu membuat keputusan strategis dengan mempertimbangkan situasi akademiknya. Dengan demikian, dengan menunda pekerjaan hingga fase akhir perkuliahan, subjek dapat lebih leluasa membagi waktu antara bimbingan skripsi dan pekerjaan, tanpa mengganggu kelancaran studi. Penyesuaian ini merupakan bentuk adaptasi yang mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola peran ganda secara bijak.

Selanjutnya, kesadaran akan pentingnya perencanaan juga menjadi strategi yang diandalkan oleh mahasiswa dalam menjalani peran ganda sebagai pekerja dan pelajar. Subjek TR menunjukkan pemahaman bahwa perencanaan merupakan langkah awal yang penting untuk

menjaga keseimbangan antara dunia akademik dan pekerjaan. Hal ini tergambar dalam pernyataannya:

“Bisa sih, Kak, kek harus bikin plan dulu atau harus bisa manajemen waktu antara kuliah dan bekerja biar nggak ada yang terganggu.” (TR)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya bersikap reaktif terhadap situasi yang muncul, tetapi juga bersikap proaktif dalam merancang dan mengatur langkah ke depan agar tidak ada aspek kehidupan yang terabaikan. Oleh karena itu, kesadaran akan pentingnya perencanaan menjadi fondasi penting dalam upaya menjaga keseimbangan peran dan mencegah terjadinya konflik kepentingan antara tuntutan akademik dan pekerjaan.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar menunjukkan kemampuan *academic buoyancy* yang tercermin dari keterampilan koordinasi dan perencanaan dalam menghadapi tuntutan akademik. Mereka mampu menyesuaikan jadwal kerja dan kuliah dengan cara yang fleksibel, seperti berkomunikasi dan bernegosiasi dengan atasan agar jam kerja tidak bertabrakan dengan jadwal kuliah.

Mahasiswa juga memiliki kesadaran tinggi untuk menghindari penumpukan tugas dengan mengerjakan pekerjaan akademik sebelum atau sesudah jam kerja. Strategi pengelolaan waktu seperti menetapkan batas waktu kerja dan membagi waktu secara terencana menjadi cara yang efektif untuk menjaga keseimbangan antara kuliah dan pekerjaan. Selain itu, mereka melakukan penyesuaian berdasarkan fase akademik, misalnya mulai bekerja saat perkuliahan sudah lebih ringan seperti saat menyusun skripsi, sehingga pekerjaan tidak menghambat proses studi. Terakhir, mereka menunjukkan kemampuan perencanaan jangka pendek dan panjang yang membantu mereka mengatur dan

memanajemen waktu agar kedua peran penting ini dapat berjalan dengan baik tanpa saling mengganggu.

3. *Commitment (persistensi)* mahasiswa bekerja

Terkait hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa yang bekerja seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Table 4.3
Persistence mahasiswa yang bekerja

Subjek	Indicator	Kutipan verbatim
L	Mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan di lingkungan pekerjaan dan perkuliahan	Kalau disabuik bertahan kek nyo aku ndak sering ado fikiran untuk resign tapi karena kepepet, masuk karajo baliak
		Kembali ke motivasi awal karena ini keinginan dari diri sendir tanggung jawab harus sampai selesai
MP	Mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan di lingkungan pekerjaan dan perkuliahan	Tekanan dari dua pekerjaan bubur bayi tidak habis tekanan dari dosen pembimbing, dari keluarga ndak ado
		Jenuh sholat di sepertiga malam, curhat ke Allah pergi naik gunung, menikmati alam.
TR	Mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan di lingkungan pekerjaan dan	Pernah banget sih kak. Mumet tugas banyak kerjaan mendesak

	perkuliahan	capek gitu.
		Orang tua adalah motivasi terbesar kak.

Persistensi atau komitmen merupakan salah satu aspek penting dalam konsep *academic buoyancy*, terutama bagi mahasiswa yang menjalani dua peran sekaligus, yaitu sebagai mahasiswa dan pekerja. Ketekunan dan kemauan untuk terus bertahan menghadapi tekanan dari kedua peran tersebut menjadi indikator kemampuan individu dalam menghadapi tantangan akademik secara berkelanjutan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek L, MP, dan TR, ditemukan bahwa masing-masing memiliki cara dan alasan tersendiri untuk tetap bertahan di tengah beban kuliah dan pekerjaan. Meskipun menghadapi berbagai kendala, seperti kelelahan, keterbatasan waktu, hingga tekanan dari dua lingkungan berbeda, mereka tetap menunjukkan komitmen tinggi untuk menyelesaikan studi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keberhasilan mahasiswa dalam menjalani peran ganda tidak terlepas dari tingkat persistensi yang dimiliki. Komitmen inilah yang mendorong mereka untuk terus maju meskipun dalam kondisi yang tidak selalu ideal.

Subjek L menggambarkan Perasaan yang mudah berubah. Dalam beberapa kesempatan, ia mengungkapkan keinginan untuk berhenti bekerja karena merasa tidak sanggup menghadapi tekanan. Namun, faktor ekonomi menjadi alasan utama untuk terus melanjutkan. Meskipun demikian, subjek mampu mengaktifkan kembali motivasi internalnya sebagai penguat komitmen

“Kalau disabuik bertahan kek nyo aku ndak sering ado fikiran untuk resign tapi karena kepepet masuk karajo baliak” (L), “Kembali ke motivasi awal karena ini keinginan dari diri sendiri tanggung jawab harus samapai selesai” (L). (Kalau disebut bertahan, saya memang tidak jarang terpikir untuk mengundurkan diri, tetapi karena terdesak akhirnya masuk kerja Kembali. Kembali pada motivasi awal,

karena ini merupakan keinginan dari diri sendiri dan tanggung jawab yang harus diselesaikan).

Hal ini menunjukkan bahwa subjek L memiliki bentuk komitmen yang fleksibel, yaitu kemampuan untuk tetap bertahan karena menyadari tanggung jawabnya sendiri dan mau merenungkan kembali tujuannya.

Sementara itu, subjek MP menghadapi tekanan yang bersifat multidimensi. Tekanan tersebut tidak hanya berasal dari pekerjaan yang menuntut secara fisik, tetapi juga dari tuntutan akademik serta ketiadaan dukungan dari keluarga. MP secara jujur mengungkapkan bahwa ia kerap merasa terbebani oleh berbagai tuntutan tersebut:

“Tekanan dari dua pekerjaan, bubur bayi tidak habis. Tekanan dari dosen pembimbing, dukungan dari keluarga ndak ado.” (MP) (tekanan dari dua pekerjaan, bubur bayi jika jualan tidak habis. Tekanan dari dosen pembimbing, serta tidak adanya dukungan dari keluarga).

Namun demikian, subjek MP memiliki mekanisme coping yang bersifat spiritual. Ia mengandalkan aktivitas keagamaan, seperti sholat malam, serta melakukan kegiatan menyendiri di alam terbuka untuk menenangkan diri dan mengisi kembali energi mentalnya. Strategi ini menjadi cara efektif untuk memulihkan diri dan memperkuat ketahanan emosional:

“Jenuh. Sholat di sepertiga malam, curhat ke Allah. Pergi naik gunung, menikmati alam.” (MP) (Merasa jenuh. Shalat pada sepertiga malam, mengadu kepada Allah. Pergi mendaki gunung dan menikmati alam).

Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek MP menunjukkan bentuk *persistensi reflektif*, yaitu daya tahan yang dibangun melalui proses spiritual dan seringnya melakukan introspeksi diri. Pendekatan ini mencerminkan bahwa ketahanan tidak hanya berasal dari kekuatan fisik atau dukungan eksternal, tetapi juga dari koneksi batin yang kuat dengan nilai-nilai spiritual dan makna personal.

Di sisi lain, subjek TR mengalami tekanan khas yang umum dialami oleh mahasiswa bekerja, seperti beban tugas kuliah yang menumpuk bersamaan dengan tuntutan pekerjaan. Ia mengakui bahwa situasi tersebut sering kali membuatnya merasa kelelahan dan kewalahan:

“Pernah banget sih, Kak. Mumet, tugas banyak, kerjaan mendesak, capek gitu.” (TR)

Meskipun demikian, TR tetap melanjutkan aktivitasnya dengan semangat yang stabil. Hal ini didorong oleh motivasi yang kuat dari keluarga, khususnya dari orang tua yang menjadi sumber semangat utama:

“Orang tua adalah motivasi terbesar, Kak.” (TR)

Dengan demikian, TR menunjukkan *persistensi fungsional*, yaitu bentuk komitmen yang dibangun atas dasar rasa tanggung jawab terhadap keluarga serta kemampuan untuk mengelola kelelahan secara realistis. Komitmen ini tidak hanya bersumber dari dorongan internal, tetapi juga dari faktor eksternal berupa harapan dan dukungan moral dari lingkungan terdekat.

Hasil wawancara dengan tiga subjek, L, MP, dan TR, menunjukkan bahwa persistensi atau komitmen merupakan aspek penting dalam academic buoyancy bagi mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja. Ketiga subjek memiliki cara yang berbeda dalam mempertahankan komitmen mereka meski menghadapi berbagai tekanan. Subjek L mengakui adanya kondisi mental yang naik turun, bahkan sempat berpikir untuk berhenti bekerja karena tekanan yang berat. Namun, dorongan ekonomi menjadi alasan utama untuk terus bertahan. Selain itu, L mampu mengaktifkan kembali motivasi internal dan rasa tanggung jawab pribadinya untuk melanjutkan perjuangan, menunjukkan persistensi yang adaptif berdasarkan refleksi diri.

Subjek MP mengalami tekanan dari berbagai sisi, baik fisik, akademik, maupun minimnya dukungan keluarga. Untuk menghadapi hal ini, MP menggunakan strategi coping spiritual, seperti sholat malam dan menyendiri di alam, sebagai cara untuk menenangkan diri dan membangun kembali semangat. Hal ini menggambarkan persistensi yang bersifat reflektif, yang terbangun dari proses spiritual dan kontemplasi.

Sementara itu, subjek TR menghadapi beban tugas dan pekerjaan yang menumpuk, namun tetap berusaha melanjutkan aktivitas dengan semangat tinggi. Motivasi kuat dari keluarga, terutama orang tua, menjadi sumber kekuatan utama bagi TR. Hal ini menunjukkan persistensi yang fungsional, yakni komitmen yang dipelihara oleh tanggung jawab keluarga dan kemampuan realistis mengelola kelelahan

Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa: Ketiga subjek menunjukkan tingkat persistensi yang tinggi, meskipun latar belakang tekanan dan strategi yang digunakan berbeda, Motivasi internal dan eksternal (seperti faktor ekonomi dan keluarga) menjadi fondasi utama bagi mahasiswa untuk tetap bertahan, Mekanisme coping spiritual dan adaptasi waktu menjadi bagian dari upaya menjaga keberlanjutan perkuliahan dan pekerjaan, Persistensi bukan semata-mata keuletan, tetapi juga kemampuan untuk tetap berdiri meski berada dalam kondisi ketidakpastian dan tekanan multidimensi.

Persistensi atau komitmen mahasiswa yang bekerja sangat berperan dalam academic buoyancy mereka. Meski menghadapi berbagai tekanan dan tantangan, ketiga subjek mampu menunjukkan bentuk-bentuk ketahanan yang berbeda: adaptif melalui refleksi diri dan tanggung jawab pribadi, reflektif melalui kekuatan spiritual dan coping, serta fungsional melalui motivasi keluarga dan pengelolaan kelelahan. Komitmen ini memungkinkan mereka untuk tetap bertahan dan melanjutkan studi sekaligus pekerjaan, memperlihatkan bahwa

academic buoyancy bukan hanya soal kemampuan akademik, tetapi juga kemampuan bertahan secara mental dan emosional dalam menghadapi tekanan hidup sehari-hari.

4. *Coomposure (low anxiety)* mahasiswa bekerja.

Terkait hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa yang bekerja seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.4
Low Anxiety mahasiswa yang bekerja

Subjek	Indicator	Kutipan verbatim
L	Memiliki perasaan positif untuk mengatasi kesulitan perkuliahan dan pekerjaan	Kalau tugas atau ujian pastinya ndk tenang mungkin dengan ngerjain apa yang bisa dulu atau bawa nangis mungkin siap tu lalok.
MP	Memiliki perasaan positif untuk mengatasi kesulitan perkuliahan dan pekerjaan	Jujur untuk menghadapi itu semua pasti ada jenuh tapi akak bersyukur dan Ikhlas ngadu samo Tuhan.
TR	Memiliki perasaan positif untuk mengatasi kesulitan perkuliahan dan pekerjaan	Biasanya cerita sama teman-teman sih kak terus sama yang paling utama solat, ngadu sama Tuhan sih kak
		Kadang kek ada perasaan cemas gitu kak takut nggak kekejar waktunya

Berdasarkan hasil wawancara terhadap ketiga subjek, yaitu L, MP, dan TR, ditemukan adanya berbagai bentuk strategi pengelolaan stres, kecemasan, serta penguatan emosional yang mencerminkan kemampuan regulasi diri sebagai bagian dari *academic buoyancy*. Ketiga subjek menunjukkan bahwa meskipun tekanan akademik dan pekerjaan sering kali menimbulkan ketidaknyamanan psikologis,

mereka tetap berusaha mempertahankan kestabilan emosi agar dapat menjalani kedua peran secara optimal.

Subjek L, menunjukkan bentuk regulasi emosi yang sederhana namun cukup efektif untuk meredakan kecemasan akibat beban kuliah dan pekerjaan. Ketika merasa tidak tenang, ia cenderung melakukan respons emosional seperti menangis atau mulai mengerjakan sebagian tugas sebagai langkah awal untuk mengurangi beban pikiran:

“Kalau tugas atau ujian pastinya ndak tenang, mungkin dengan ngerjain apa yang bisa dulu atau bawa nangis, mungkin siap itu lalok.” (L) (Apabila terdapat tugas atau ujian, tentu merasa tidak tenang. Mungkin dengan mengerjakan bagian yang dapat dikerjakan terlebih dahulu atau menangis, kemudian setelah itu tidur).

Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa L menyadari tekanan yang sedang ia alami. Meskipun menangis merupakan respons emosional spontan, tindakan tersebut justru membantunya menyalurkan perasaan negatif sehingga ia bisa kembali fokus dan melanjutkan tugas secara bertahap. Hal ini mencerminkan adanya bentuk *coping* emosional dasar yang berfungsi untuk menjaga stabilitas diri dalam situasi penuh tekanan. Berbeda dengan L, subjek MP menunjukkan respons emosional yang lebih stabil dan terarah. Ia menyadari bahwa kejenuhan dan tekanan pasti akan muncul dalam kesehariannya, namun ia memilih untuk menyikapinya dengan rasa syukur dan sikap ikhlas. Pendekatan spiritual menjadi strategi utama yang ia gunakan untuk menenangkan diri dan menjaga kestabilan emosi:

“Jujur, untuk menghadapi itu semua pasti ada jenuh, tapi akak bersyukur dan ikhlas, ngadu samo Tuhan.” (MP)

Strategi ini menunjukkan bahwa MP memiliki kecenderungan untuk melakukan *coping* berbasis makna (*meaning-focused coping*), di mana tekanan diterima sebagai bagian dari proses yang harus dijalani dengan sabar. Dengan menjaga hubungan spiritual yang kuat, MP mampu mengontrol emosi negatif dan tetap melanjutkan aktivitasnya secara seimbang antara kuliah dan pekerjaan.

Sementara itu, subjek TR mengandalkan dua pendekatan utama dalam mengelola kecemasan, yaitu dukungan sosial dan spiritualitas. Ia memilih untuk bercerita kepada teman-temannya sebagai bentuk pelepasan emosi, sekaligus meningkatkan kenyamanan psikologis melalui kegiatan ibadah:

“Biasanya cerita sama teman-teman sih, Kak. Terus yang paling utama, solat, ngadu sama Tuhan sih, Kak.” (TR)

Meskipun telah memiliki strategi *coping*, TR mengakui bahwa ia tetap mengalami kecemasan akademik, terutama ketika menghadapi keterbatasan waktu untuk menyelesaikan tugas:

“Kadang kek ada perasaan cemas gitu, Kak, takut nggak kekejar waktunya.” (TR)

Hal ini menunjukkan bahwa dinamika emosional tetap terjadi, namun TR berusaha menyeimbangkannya dengan dukungan dari lingkungan sosial dan praktik keagamaan sebagai bentuk pemulihan emosi. Pendekatan ini merefleksikan kemampuan untuk menjaga ketenangan sekaligus tetap berfungsi secara produktif dalam tekanan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek menyadari adanya tekanan dan kecemasan, terutama ketika dihadapkan pada tumpukan tugas akademik yang bersamaan dengan pekerjaan. Masing-masing subjek memiliki mekanisme pengelolaan emosi yang berbeda: Subjek L menggunakan *coping* emosional yang bersifat spontan namun adaptif, seperti menangis dan mengerjakan tugas sedikit demi sedikit; subjek MP mengandalkan pendekatan spiritual untuk memperkuat ketenangan batin; sementara subjek TR memadukan dukungan sosial dan spiritual untuk menjaga keseimbangan emosionalnya.

Upaya-upaya ini mencerminkan adanya kemampuan untuk menjaga *composure* atau kestabilan emosi (*low anxiety*), yang merupakan salah satu aspek penting dalam *academic buoyancy*. Dengan memiliki regulasi emosi yang baik, mahasiswa mampu

mempertahankan performa akademik sambil menyelesaikan tanggung jawab pekerjaan secara beriringan, tanpa terjebak dalam tekanan yang berlarut-larut.

5. *Control (Low Uncertain Control)*, mahasiswa bekerja

Terkait hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa yang bekerja seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Table 4.5
Low Uncertain Control mahasiswa yang bekerja

Subjek	Indicator	Kutipan verbatim
L	Mampu mengetahui factor yang menyebabkan kegagalan dalam kegiatan ademic nya	Kalau hasil ndak sesuai usah pasti kecewa tapi aku akan intropeksi balik apo yang salah dari aku, dari yang kubuek.
		Kalau jenuh. di sircle sih support, cerito-cerito, healing ndk sih. supaya ndk jenuh
MP	Mampu mengetahui factor yang menyebabkan kegagalan dalam kegiatan ademic nya	akak ndk begitu maksimal untuk kuliah do kek mungkin akak dalam pembuatan skripsi mungkin takaja-kaja sampai mambuek pas bimbingan mungkin akak banyak salah, tapi akak akan berusaha tarui.
TR	Mampu mengetahui factor yang menyebabkan kegagalan dalam kegiatan ademic nya	Agak kecewa sedikit sih kak tapi kita harus tetap bangkit proses kita beda sama orang lain.

	<p>Kadang kek takut deg-degkan gitu tapi ya balik lagi semuanya harus bisa dilalui sendiri.</p>
--	---

Berdasarkan data wawancara dengan subjek L, MP, dan TR, ditemukan bahwa aspek *low uncertain control* dalam *academic buoyancy* berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam mengidentifikasi penyebab kegagalan akademik, melakukan refleksi diri, serta mempertahankan kontrol terhadap situasi akademik yang penuh ketidakpastian. Ketiga subjek menunjukkan kemampuan untuk mengelola tekanan akademik secara sadar melalui serangkaian strategi yang bersifat reflektif dan adaptif.

Subjek L, mengungkapkan bahwa ketika hasil akademik tidak sesuai dengan harapan, ia merasa kecewa. Namun ia segera melakukan introspeksi untuk menilai kesalahan yang mungkin dilakukan:

“Kalau hasil ndak sesuai usaha pasti kecewa, tapi aku akan introspeksi balik apo yang salah dari aku, dari yang kubuek.” (L)

Selain melakukan refleksi diri, L juga mengandalkan dukungan sosial dari teman-temannya untuk meredakan kejenuhan dan tekanan akademik:

“Kalau jenuh, di sircle sih support, cerito-cerito. Healing ndak sih, supaya ndak jenuh.” (L)

Kedua pernyataan ini menunjukkan bahwa subjek L mampu menjaga kendali diri dalam menghadapi situasi akademik yang tidak pasti, dengan mengombinasikan evaluasi personal dan pencarian dukungan eksternal sebagai bentuk keseimbangan emosional.

Sementara itu, subjek MP secara terbuka menyadari bahwa performa akademik yang kurang optimal disebabkan oleh ketidakefisienan dalam mengatur waktu antara kuliah dan pekerjaan. Namun, ia tidak berhenti pada kesadaran tersebut, melainkan segera mengambil langkah

konkret untuk memperbaiki situasi, yakni dengan mencari pekerjaan yang tidak berbenturan dengan aktivitas akademik:

“Nilai bisa ndak bagus karano ndak bisa atur waktu karjo samo kuliah, makanya akak carikan kerja yang ndak bentrok.” (MP)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MP tidak hanya memiliki kesadaran atas hambatan yang dihadapi, tetapi juga bersikap proaktif dalam menciptakan solusi yang realistis. Strategi ini mencerminkan kemampuannya dalam menguasai dan mengelola ketidakpastian akademik melalui penyesuaian yang bertanggung jawab.

Adapun subjek TR memperlihatkan sikap yang realistis terhadap dinamika proses akademiknya. Ia mengakui bahwa rasa kecewa sempat muncul ketika hasil akademik tidak sesuai ekspektasi, namun ia mampu memaknai kegagalan sebagai bagian dari proses yang tidak selalu sama antara satu individu dengan individu lainnya:

“Agak kecewa sedikit sih, Kak, tapi kita harus tetap bangkit. Proses kita beda sama orang lain.” (TR)

Selain itu, TR juga menunjukkan kemampuan untuk menghadapi tekanan akademik secara mandiri, walaupun sesekali masih diliputi kecemasan:

“Kadang kek takut, deg-degan gitu, tapi ya balik lagi, semuanya harus bisa dilalui sendiri.” (TR)

Hal ini mengindikasikan adanya kemandirian emosional dan ketahanan mental dalam mengelola tekanan. TR tidak bergantung pada pihak lain dalam menghadapi kesulitan, melainkan mengandalkan kontrol diri yang kuat sebagai bentuk pengelolaan terhadap ketidakpastian.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga subjek, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja menunjukkan karakteristik *low uncertain control* melalui serangkaian respons reflektif dan adaptif terhadap kegagalan akademik. Mereka mampu melakukan evaluasi diri secara sadar, memahami sumber permasalahan, serta menerapkan solusi yang sesuai dengan situasi masing-masing. Beberapa subjek juga

memadukan kemandirian dengan dukungan sosial untuk menjaga stabilitas mental dan performa akademik.

Kemampuan untuk mengelola ketidakpastian ini memperkuat dimensi *control* dalam *academic buoyancy*, yang berperan penting dalam mempertahankan keberhasilan akademik meskipun berada dalam tekanan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Kontrol diri yang baik memungkinkan mahasiswa untuk tidak hanya bertahan, tetapi juga bangkit dan berkembang dalam menghadapi berbagai tantangan akademik yang dinamis.

C. Analisis Data

1. Reduksi Data

Tabel 4.6
Reduksi Data

Aspek	Penjelasan
<i>Confidence (Self Efficacy)</i>	Mahasiswa menunjukkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan dua peran sebagai mahasiswa dan pekerja. Mereka percaya bahwa dengan pengaturan waktu yang baik dan sikap optimis, tantangan dapat diatasi. Dukungan religius juga menjadi penguat keyakinan diri.
<i>Coordination (Planning)</i>	Mahasiswa mampu mengatur jadwal kerja dan kuliah agar tidak saling bertabrakan. Mereka menerapkan strategi seperti membuat jadwal harian, menyelesaikan tugas lebih awal, dan memilih pekerjaan sesuai

	waktu luang. Perencanaan dilakukan jangka pendek maupun panjang.
<i>Commitment (Persistensi)</i>	Ketiga subjek menunjukkan komitmen kuat meskipun menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan. Subjek L menunjukkan komitmen adaptif, MP menunjukkan persistensi reflektif melalui coping spiritual, dan TR menunjukkan persistensi fungsional dengan dukungan motivasi keluarga.
<i>Composure (Low Anxiety)</i>	Mahasiswa berusaha tenang dalam menghadapi beban tugas dan ujian. Strategi pengendalian emosi yang digunakan meliputi coping spiritual, sosial, dan self-care. Meskipun kecemasan muncul, mahasiswa tetap bisa mengelolanya agar tidak berdampak besar pada akademik.
<i>Control (Low Uncertain Control)</i>	Mahasiswa mampu mengidentifikasi penyebab kegagalan akademik dan menjadikannya bahan refleksi. Mereka juga mencari solusi seperti mengganti jadwal kerja, menjaga komunikasi, dan meningkatkan kemandirian dalam menghadapi tekanan akademik.

2. Penyajian Data.

a. *Self-efficacy* (keyakinan diri)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap ketiga subjek utama, ditemukan bahwa mereka memiliki keyakinan diri yang cukup tinggi dalam menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja. Ketiganya menyadari bahwa peran ganda ini berat, namun mereka yakin dapat menyelesaikan studi mereka dengan usaha maksimal.

Subjek L menyampaikan bahwa meskipun pada awalnya merasa kewalahan, ia tetap yakin bisa menyeimbangkan antara kuliah dan bekerja. Subjek MP juga menyatakan bahwa kepercayaan diri penting untuk bisa menyelesaikan kuliah, sedangkan subjek TR menyatakan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri menjadi modal utama untuk terus maju.

b. *Coordination* (perencanaan dan manajemen waktu)

Dari hasil wawancara, ketiga subjek menyampaikan bahwa mereka telah membuat strategi dalam mengatur waktu antara kuliah dan pekerjaan. Mereka berusaha membuat jadwal yang fleksibel dan realistis agar tidak terjadi tumpang tindih antara tugas akademik dan pekerjaan.

Subjek MP menyusun jadwal kerja agar tidak mengganggu kuliahnya dan bahkan memilih bekerja setelah menyelesaikan KKN dan magang. Subjek TR menekankan pentingnya perencanaan harian agar aktivitas akademik dan pekerjaan dapat berjalan beriringan. Subjek L juga menyampaikan bahwa ia membuat skala prioritas dalam setiap harinya.

c. *Commitment* (komitmen dan ketekunan)

Ketiga subjek menunjukkan komitmen yang tinggi terhadap pendidikan mereka. Meskipun sering merasa lelah dan kewalahan, mereka tetap memiliki tekad untuk menyelesaikan pendidikan tinggi mereka. Subjek MP mengaku sempat merasa ingin

menyerah karena tekanan kerja dan kurangnya dukungan, tetapi tetap melanjutkan kuliah karena merasa itu tanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan keluarganya. Subjek TR menyatakan bahwa ia tetap kuliah walaupun harus bekerja setiap hari. Subjek L mengatakan bahwa motivasi untuk lulus dan membanggakan orang tua menjadi alasan utamanya untuk bertahan.

d. *Composure* (ketenangan dalam menghadapi tekanan)

Dalam menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan, subjek dalam penelitian ini menunjukkan kemampuan untuk mengelola kecemasan dan stres dengan berbagai strategi. Ada yang menggunakan pendekatan religius, ada juga yang mengandalkan dukungan social. Subjek MP menyampaikan bahwa ia sering mengatasi stres dengan salat dan curhat kepada Tuhan. Subjek TR merasa tenang ketika pulang ke rumah dan melihat senyum orang tua. Subjek L lebih memilih menangis dan istirahat sejenak untuk meredakan tekanan.

e. *Control* (control diri terhadap hasil akademik)

Seluruh subjek menunjukkan bahwa mereka memiliki kontrol terhadap proses dan hasil akademik mereka. Mereka menyadari bahwa keberhasilan akademik tergantung pada usaha yang dilakukan, meskipun dalam kondisi yang terbatas. Subjek TR mengatakan bahwa ia tidak bisa membandingkan dirinya dengan mahasiswa lain, yang penting adalah tetap menjalani kuliah. Subjek MP mengaku pernah mengalami penurunan nilai karena pekerjaan, tetapi kemudian mencari pekerjaan yang lebih fleksibel. Subjek L juga menekankan pentingnya tanggung jawab terhadap tugas akademik.

3. Penarikan Kesimpulan

Berdasarkan penyajian data di atas, dapat disimpulkan bahwa kelima dimensi *academic buoyancy* yaitu *self-efficacy*, *coordination*, *commitment*, *composure*, dan *control* terlihat pada mahasiswa yang

bekerja. Meskipun menghadapi tekanan dan tantangan dari pekerjaan serta akademik, subjek dalam penelitian ini tetap menunjukkan daya juang yang tinggi untuk mempertahankan keberlangsungan pendidikan mereka. Dukungan spiritual, sosial, serta perencanaan dan manajemen diri menjadi faktor penting yang memperkuat ketahanan akademik mereka.

B. Pembahasan

Penelitian ini mendeskripsikan Gambaran *Academic Buoyancy* Mahasiswa yang Bekerja, yaitu bagaimana ketahanan akademik dalam menghadapi tantangan perkuliahan sekaligus bekerja. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori *Academic Buoyancy* dari Martin dan Marsh (2010) yang mengkaji kemampuan individu dalam menghadapi tantangan akademik sehari-hari. Terdapat lima dimensi yang dikenal dengan istilah 5C, yaitu: *Confidence (self-efficacy)*, *Coordination (planning)*, *Commitment (persistence)*, *Composure (low anxiety)*, dan *Control (low uncertain control)*.

a. *Confidence (Self-Efficacy)*

Confidence merujuk pada keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan akademik dan pekerjaan. Berdasarkan hasil wawancara, seluruh subjek (L, MP, dan TR) menunjukkan *self-efficacy* yang baik. Ketiganya menegaskan bahwa keyakinan terhadap diri sendiri menjadi modal utama dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja.

Subjek L menyatakan,

"Aku tu berusaha coba menyeimbangkan meskipun susah di awalnya tapi tetap harus yakin bisa."

Hal ini menggambarkan optimisme dan keteguhan dalam menjalani dua peran. MP menekankan pentingnya disiplin diri, sedangkan TR mengaitkan keyakinan tersebut dengan nilai religiusitas:

"Harus tetap kuat dan optimis. percaya aja sama Allah"

الْمُؤْمِنُونَ فَلْيَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَوْلَانَا هُوَ الَّذِي كَتَبَ مَا لَنَا مِنْ قَدَرٍ وَإِلَّا يَصِيبُنَا لَنْ نُقَلِّ

"Katakanlah: Tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami. Dialah pelindung kami, dan hanya kepada Allah hendaknya orang-orang yang beriman bertawakal." (QS. At-Tawbah: 51)

Temuan ini diperkuat oleh Cristina Hiunata dan Linda (2018) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja menunjukkan *academic buoyancy* yang lebih stabil apabila memiliki *self-efficacy* tinggi. Keyakinan diri tersebut memudahkan mereka mengelola tekanan studi dan pekerjaan secara bersamaan. Dukungan hasil ini juga diperlihatkan oleh Dewi et al. (2022), yang menyimpulkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *academic buoyancy* yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang kuat dalam menyelesaikan tugas akademik, mengatasi kegagalan, dan bangkit kembali dengan cepat setelah menghadapi tekanan belajar.

Lebih lanjut, *confidence* sebagai aspek dari *academic buoyancy* turut diperkuat oleh penelitian Nur et al. (2024), yang menemukan bahwa *academic self-efficacy* memiliki kontribusi sebesar 74,9% terhadap *academic buoyancy*. Mahasiswa yang percaya pada kemampuan dirinya untuk mengelola peran ganda sebagai pelajar dan pekerja terbukti mampu merespon tekanan akademik dengan cara yang adaptif dan resilien

b. *Coordination (planning)*

Aspek ini merujuk pada kemampuan mahasiswa dalam merencanakan dan mengelola waktu antara kuliah dan pekerjaan. Berdasarkan hasil wawancara, seluruh subjek menunjukkan strategi yang matang dalam mengatur aktivitas mereka. Subjek TR menyatakan,

"Harus bikin plan dulu atau bisa manajemen waktu antara kuliah dan bekerja biar nggak ada yang terganggu."

Subjek MP menyusun waktu kerja agar tidak bentrok dengan jadwal akademik, dengan menyampaikan,

"Akak mulai kerja setelah KKN dan magang, jadi bisa diselang-seling"

Subjek L menambahkan bahwa ia membuat skala prioritas harian agar tugas tidak menumpuk. Penelitian oleh Danny Ontario Rusmono dan Astrid Rizqa Widyastika (2024) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki perencanaan waktu yang lebih matang dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Hal ini memperkuat temuan bahwa koordinasi waktu merupakan aspek penting dari *academic buoyancy* mahasiswa bekerja

Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa melakukan *time management*, negosiasi waktu dengan atasan, serta menyusun strategi belajar dan kerja secara fleksibel. Hal ini sejalan dengan teori regulasi diri yang dikemukakan oleh Zimmerman (2008) yang menyatakan bahwa perencanaan merupakan komponen penting dari proses belajar yang efektif, melalui penetapan tujuan (*goal setting*) dan strategi pelaksanaannya (*strategic planning*).

Martin et al. (2012) juga menyebutkan bahwa dimensi *coordination (planning)* dalam *academic buoyancy* mencerminkan kemampuan individu dalam menyusun target belajar, mengevaluasi kemajuan, serta mempertahankan konsistensi dalam proses akademik meskipun menghadapi tekanan eksternal, seperti pekerjaan.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Firdaus et al (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa pekerja menggunakan strategi perencanaan seperti membuat jadwal

harian, menyusun prioritas, dan memanfaatkan alat bantu seperti kalender atau aplikasi digital. Mereka yang menerapkan strategi ini cenderung lebih mampu mengelola waktu, menghindari stres, dan menyelesaikan tugas tepat waktu.

Penelitian Chian & Rostiana (2024) juga mengungkap bahwa manajemen waktu memiliki korelasi positif sedang ($r = 0,483$; $p < 0,001$) dengan keseimbangan hidup mahasiswa yang bekerja. Semakin baik perencanaan waktu, semakin baik pula mahasiswa menyeimbangkan peran akademik dan pekerjaan, tanpa mengorbankan salah satunya.

Selain itu, Puspita (2023) menemukan bahwa efektivitas manajemen waktu memengaruhi prestasi akademik mahasiswa bekerja. Mahasiswa yang mampu membuat rencana harian, menyelesaikan tugas lebih awal, serta melakukan penyesuaian antara jam kerja dan kuliah memiliki IPK yang lebih stabil dibanding mereka yang tidak memiliki sistem perencanaan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan koordinasi atau perencanaan bukan hanya sekadar teknik pengelolaan waktu, tetapi merupakan bentuk strategi adaptif yang penting dalam menjaga *academic buoyancy* mahasiswa yang bekerja. Perencanaan yang baik memungkinkan mahasiswa menjaga keseimbangan antara dunia akademik dan pekerjaan, serta mengurangi stres yang dapat mengganggu pencapaian akademik.

c. *Commitment (Persistensi)*

Komitmen atau persistensi merujuk pada kegigihan mahasiswa untuk tetap menjalani perkuliahan meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan. Seluruh subjek menyampaikan bahwa mereka pernah mengalami keinginan untuk menyerah. Namun, motivasi internal seperti keinginan menyelesaikan kuliah, membanggakan keluarga, atau meraih

masa depan yang lebih baik menjadi faktor pendorong utama yang membuat mereka tetap bertahan.

Salah satu subjek MP, menghadapi tekanan dari dua pekerjaan sekaligus, kurangnya dukungan keluarga, serta kesulitan akademik. Namun demikian, ia menggunakan strategi coping spiritual sebagai mekanisme untuk mempertahankan ketekunannya, dengan menyatakan,

"Salat di sepertiga malam, curhat ke Allah, pergi naik gunung, menikmati alam."

Pernyataan ini menunjukkan bahwa persistensi mahasiswa pekerja tidak hanya ditopang oleh motivasi akademik, tetapi juga oleh aspek spiritual dan sosial.

Ketekunan serta kebermaknaan tujuan hidup menjadi faktor yang memperkuat daya tahan akademik mereka. Hal ini sesuai dengan temuan Martin et al. (2012) yang menegaskan bahwa persistensi merupakan salah satu prediktor utama dari *academic buoyancy*, yaitu kemampuan untuk tetap bertahan meskipun menghadapi tekanan akademik yang berulang dan intens. Dalam dimensi komitmen, subjek menunjukkan persistensi meskipun menghadapi tekanan emosional, beban kerja, dan minimnya dukungan sosial. Ini selaras dengan penelitian Erna Resetiana (2017), yang menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat *academic buoyancy* tinggi menunjukkan daya juang yang kuat, serta mampu bertahan dalam situasi sulit dengan motivasi intrinsik yang tinggi, terlepas dari perbedaan gender. Selain itu, Rohinsa et al. (2021) juga menemukan bahwa motivasi internal serta dukungan orang tua memiliki peran penting dalam membentuk ketahanan akademik mahasiswa, khususnya bagi mereka yang menjalani kuliah sambil bekerja.

Pernyataan MP yang berbunyi,

"Kalau sudah komit, harus lanjut masa kuliah,"
mencerminkan tekad dan keteguhan untuk menyelesaikan

pendidikan meskipun sering mengalami kelelahan akibat beban peran ganda. Temuan ini diperkuat oleh studi Rusmono dan Widyastika (2024) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki skor persistensi lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Para peneliti mengaitkan hal ini dengan pengalaman kerja yang memperkuat dorongan menyelesaikan pendidikan. Mereka menyimpulkan bahwa "*pengalaman dari bekerja meningkatkan kegigihan dalam kehidupan akademiknya.*"

Burrus et al. (2013) turut menegaskan bahwa pengalaman di luar kampus merupakan faktor pendukung penting dalam meningkatkan persistensi mahasiswa, karena membentuk tujuan dan perencanaan jangka panjang yang lebih matang. Hal ini konsisten dengan temuan Izzulhaq et al. (2023) dan Mangala (2022) yang menyebut bahwa kegigihan mahasiswa pekerja dapat mendorong peningkatan prestasi akademik, terutama jika didukung oleh perencanaan yang baik dan disiplin yang tinggi.

Selanjutnya, penelitian oleh Putri dan Aiyuda (2024) menunjukkan bahwa *self-regulation* yang mencakup aspek commitment dan planning merupakan prediktor utama dari *academic buoyancy*. Mahasiswa dengan komitmen yang tinggi cenderung menetapkan target yang jelas serta melakukan evaluasi terhadap capaian akademik mereka secara konsisten.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa komitmen atau persistensi merupakan elemen penting dalam strategi adaptif mahasiswa, khususnya dalam konteks *academic buoyancy*. Komitmen yang tinggi mendorong mahasiswa untuk tetap fokus dan menyelesaikan kuliah meskipun dihadapkan dengan berbagai hambatan, asalkan didukung oleh perencanaan, kedisiplinan, dan tujuan yang bermakna. Hal ini selaras dengan

model yang dikemukakan oleh Martin dan Marsh (2010) yang menyebut *Commitment* sebagai salah satu dari lima dimensi utama pembentuk *academic buoyancy*. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa persistensi mahasiswa yang bekerja tidak hanya dipengaruhi oleh tekanan akademik, tetapi juga oleh beragam sumber motivasi lainnya, seperti tanggung jawab pribadi, tuntutan ekonomi, nilai-nilai religius, dan harapan keluarga. Komitmen yang mereka tunjukkan mencerminkan ketahanan menyeluruh baik secara akademik, emosional, maupun spiritual yang memungkinkan mereka menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja secara berkelanjutan.

d. *Composure (Low Anxiety)*

Composure mengacu pada ketenangan dalam menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan. Sebagian subjek dalam penelitian ini mengalami kecemasan saat menghadapi tenggat tugas sambil bekerja, namun mampu mengelolanya dengan berbagai cara. Subjek TR, misalnya, menyampaikan bahwa ia merasa cemas saat waktu terbatas untuk menyelesaikan tugas, namun ia mengandalkan dukungan sosial dan spiritual untuk mengatasinya:

"Biasanya cerita sama teman-teman sih kak, terus yang paling utama solat, ngadu sama Tuhan sih kak."

Subjek MP memilih coping spiritual dengan menyatakan, *"Akak bersyukur dan ikhlas, ngadu samo Tuhan."*

Sementara itu, subjek L menunjukkan coping sederhana seperti menangis dan mengerjakan tugas secara bertahap untuk mengurangi beban pikiran.

Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengelola rasa cemas dengan pendekatan yang sesuai dengan karakter dan sumber daya psikologis

masing-masing. Hal ini sejalan dengan Martin et al. (2012) yang menyebutkan bahwa *composure* merupakan kemampuan individu untuk tetap tenang dan tidak panik dalam tekanan akademik, sehingga mampu mempertahankan performa belajar secara optimal.

Kemampuan mahasiswa dalam meredam kecemasan dan mengelola emosi, baik melalui coping spiritual, sosial, maupun tindakan emosional seperti menangis, menunjukkan bahwa mahasiswa tetap menjaga kestabilan emosi untuk mempertahankan performa akademik. Ini sejalan dengan Cristina Hiunata dan Linda (2018), yang menyebutkan bahwa mahasiswa dengan *composure* yang baik akan lebih mampu menghadapi tekanan akademik tanpa kehilangan semangat belajar.

Selain itu, Hooda & Saini (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecemasan rendah cenderung memiliki kinerja akademik yang lebih stabil, karena mereka tidak terlalu terbebani oleh kekhawatiran terhadap hasil yang akan dicapai. Hasil ini selaras dengan penelitian Putwain et al. (2012) yang menyatakan bahwa individu dengan *composure* yang tinggi mampu meredam kecemasan akademik dan mengalihkannya menjadi motivasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *composure* memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan mental mahasiswa pekerja. Ketika kecemasan dapat dikendalikan, mahasiswa cenderung lebih produktif, mampu membuat keputusan yang baik, dan tetap tenang dalam menyelesaikan beban akademik maupun pekerjaan.

e. *Control (Low Uncertain Control)*

Dimensi terakhir adalah kontrol terhadap hasil akademik. Seluruh subjek menunjukkan bahwa mereka memiliki sense of

control meskipun dalam keterbatasan. Subjek TR, misalnya, menyadari bahwa ritme hidupnya berbeda dengan mahasiswa lain, namun tetap menjadikan kuliah sebagai prioritas utama: "*Ngak bisa samakan proses kita sama yang lain, yang penting kita ngk ninggalin kuliah.*"

Mahasiswa menunjukkan bahwa meskipun hasil tidak selalu sesuai harapan, mereka tidak kehilangan rasa tanggung jawab, dan tetap mengerahkan usaha yang terbaik. Ini menunjukkan bahwa mereka memiliki *internal locus of control* yang kuat.

Menurut Collie et al. (2015) kontrol merupakan faktor penting dalam academic buoyancy karena membantu mahasiswa merasa bertanggung jawab terhadap pencapaiannya, bukan menyalahkan keadaan.

Putwain et al. (2012) juga menekankan bahwa mahasiswa dengan kontrol yang baik dapat mengelola tekanan dan ketidakpastian secara lebih efektif karena mereka merespons kegagalan dengan adaptasi, bukan dengan penghindaran atau keputusan. Mereka menganggap hambatan sebagai bagian dari proses yang dapat dihadapi dengan strategi yang sesuai. Mahasiswa mampu mengidentifikasi penyebab kegagalan akademik, melakukan refleksi, dan mengambil tindakan korektif. Hal ini didukung oleh temuan dari Rusmono dan Widyastika (2024), yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung lebih realistis dan solutif dalam mengelola hambatan akademik dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Mereka memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dalam menyikapi ketidakpastian akademik

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dimensi *control* berperan penting dalam menjaga kestabilan mental dan keberlangsungan akademik mahasiswa yang bekerja. Kontrol

yang kuat memungkinkan mahasiswa untuk bersikap reflektif, bertanggung jawab terhadap hasil akademik, serta mampu mengambil tindakan konkret untuk memperbaiki situasi ketika menghadapi tekanan, baik dari sisi kuliah maupun pekerjaan.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan pekerja tetap mampu menunjukkan daya tahan akademik yang baik. Hasil temuan penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa bekerja juga di sebabkan oleh beberapa factor di antaranya, permasalahan ekonomi, pengisi waktu luang, dan untuk menambah pengalaman. *Academic buoyancy* dalam penelitian ini dianalisis melalui lima subfokus utama berdasarkan teori Martin dan Marsh, yaitu *self-efficacy* (keyakinan diri), *coordination* (perencanaan), *commitment* (komitmen), *composure* (ketenangan), dan *control* (pengendalian diri).

1. *Self-efficacy*

Mahasiswa memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas kuliah dan tanggung jawab kerja secara bersamaan. Kepercayaan diri ini didukung oleh optimisme, manajemen waktu, disiplin, dan juga nilai-nilai religius yang membantu mereka untuk tetap semangat menjalani dua tanggung jawab besar sekaligus.

2. *Coordination*

Mahasiswa mampu menyusun perencanaan dan strategi yang baik dalam menjalani aktivitas perkuliahan dan pekerjaan. Mereka menunjukkan fleksibilitas dalam jadwal, membuat skala prioritas, dan melakukan penyesuaian antara tanggung jawab akademik dengan aktivitas kerja.

3. *Commitment*

Komitmen mahasiswa ditunjukkan melalui ketekunan dan kegigihan mereka untuk tetap melanjutkan kuliah meskipun sering merasa lelah, jenuh, dan tertekan. Motivasi internal, dukungan orang tua, serta spiritualitas menjadi sumber kekuatan untuk mempertahankan komitmen tersebut.

4. *Composure*

Mahasiswa tetap berusaha tenang dalam menghadapi tekanan akademik maupun pekerjaan. Strategi coping yang digunakan meliputi dukungan sosial dari teman atau keluarga, serta pendekatan religius seperti doa dan refleksi diri yang dapat meredakan kecemasan.

5. *Control*

Mahasiswa menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap hasil akademik mereka. Mereka memiliki *internal locus of control*, yaitu keyakinan bahwa keberhasilan bergantung pada usaha sendiri, bukan semata-mata kondisi atau hambatan eksternal.

Secara keseluruhan, mahasiswa yang bekerja tetap mampu menjaga keseimbangan antara kuliah dan pekerjaan dengan menunjukkan berbagai bentuk ketangguhan akademik. Meskipun menghadapi tekanan, mereka tetap berupaya untuk menyelesaikan studi dengan baik melalui manajemen diri yang kuat, dukungan sosial, serta pendekatan spiritual.

B. Implikasi

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi ilmiah mengenai pentingnya *academic buoyancy* dalam mendukung keberhasilan studi mahasiswa, khususnya bagi mahasiswa yang bekerja.
2. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan pertimbangan oleh pihak kampus dalam memberikan kebijakan,

bimbingan, atau layanan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa pekerja.

3. Penelitian ini menegaskan bahwa dimensi-dimensi dalam *academic buoyancy* dapat menjadi indikator penting dalam mengidentifikasi dan menguatkan daya tahan belajar mahasiswa terhadap tekanan akademik.

C. Saran

1. Bagi Mahasiswa yang Bekerja

Diharapkan dapat terus meningkatkan *self-efficacy*, menyusun perencanaan yang matang, dan menjaga ketenangan diri dalam menghadapi tekanan akademik maupun pekerjaan. Mengelola waktu, menjaga komitmen, serta membangun *support system* dari keluarga dan teman sangat penting untuk mempertahankan keberhasilan studi.

2. Bagi Institusi Perguruan Tinggi

Sebaiknya memberikan perhatian lebih kepada mahasiswa yang bekerja melalui bimbingan akademik, konseling, atau pelatihan manajemen waktu dan stres. Pihak kampus juga dapat membuka fleksibilitas dalam sistem perkuliahan agar tidak menghambat mahasiswa yang memiliki tanggung jawab kerja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk mengembangkan penelitian ini lebih lanjut dengan metode kuantitatif atau campuran, serta melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak. Peneliti juga dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi *academic buoyancy* seperti lingkungan kampus, dukungan teman sebaya, atau kepribadian mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdellatif, M. (2022). Academic buoyancy of university students and its relationship with academic average in light of some demographic variables. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 17(7), 2361–2370.
- Agung Setiawan, B. (2021). Kerja paruh waktu mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya*, 1–15.
- Anderson, R. C., Beach, P. T., Jacovidis, J. N., & Chadwick, K. L. (2020). Academic buoyancy and resilience for diverse students around the world. *Inflexion*, August, 56. <https://ibo.org/globalassets/publications/ibresearch/policy/academic-resilience-policy-paper-en.pdf>
- Aprilia. (2023). *Faktor-faktor yang mendorong mahasiswa FKIP Universitas Syiah Kuala bekerja part-time*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Ekonomi*, 8(1). Diakses dari <https://jim.usk.ac.id/pendidikan-ekonomi/article/view/14923>
- Bakhshae, F., Hejazi, E., & Dortaj, F. (2016). The modeling of school climate perception and positive youth development with academic buoyancy. *Journal of Current Research in Science*, 5(1), 94–100. <https://www.researchgate.net/publication/302025911>
- Burrus, J., Elliott, D., Brenneman, M., Markle, R., Carney, L., Moore, G., Betancourt, A., Jackson, T., Robbins, S., Kyllonen, P., & Roberts, R. D. (2013). Putting and keeping students on track: Toward a comprehensive model of college persistence and goal attainment. *ETS Research Report Series*, 2013(1), i–61. <https://doi.org/10.1002/j.2333-8504.2013.tb02321.x>
- Chian, L. S., & Rostiana. (2024). Hubungan manajemen waktu dengan keseimbangan kehidupan kerja pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(1), 100–105. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.27176>
- Collie, R. J., Martin, A. J., Malmberg, L. E., Hall, J., & Ginns, P. (2015). Academic buoyancy, student achievement, and the linking role of control: A cross-lagged analysis of high school students. *British Journal of Educational Psychology*, 85(1), 113–130. <https://doi.org/10.1111/bjep.12066>
- Comerford, J., Batteson, T., & Tormey, R. (2015). Academic buoyancy in second level schools: Insights from Ireland. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 197, 98–103. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.07.061>

- Daldiyono. (2009). *How to be a real and successful student (Buku panduan untuk menjadi sarjana yang sadar dan berpikir)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dewi, R., Nirmala, A., & Syafitri, Y. (2022). Self-efficacy mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 45–52. <https://doi.org/10.26858/jppk.v8i1.30278>
- Firdaus, I., Ramadan, J. A., Sulastrri, L., Miftahul F., R., & Prastyo, Y. (2023). Strategi manajemen waktu bagi mahasiswa yang bekerja paruh waktu (studi kualitatif). *Jurnal Ilmiah Research Student*, 2(2), 62–70. <https://doi.org/10.61722/jirs.v2i2.4740>
- Flammer, A. (2018). Self-efficacy. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (2nd ed., pp. 13812–13815). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/01726-5>
- Hiunata, C., & Linda, L. (2018). Academic buoyancy pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Jakarta. *Psibernetika*, 11(2), 91–100. <https://journal.ubm.ac.id/index.php/psibernetika/article/view/1434>
- Hipjillah, A. (2018). Mahasiswa bekerja paruh waktu: Antara konsumsi dan prestasi akademik. *Jurnal Ilmiah*, 88, 1–12.
- Hooda, M., & Saini, A. (2017). Academic anxiety: An overview. *Educational Quest: An International Journal of Education and Applied Social Science*, 8(3), 807–810. <https://doi.org/10.5958/2230-7311.2017.00139.8>
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik: Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik*, 2(1), 73–80. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Hutagalung, J. B., Saija, A. F., & Noiija, S. (2022). Academic buoyancy mahasiswa Fakultas Kedokteran ditinjau berdasarkan jalur masuk perguruan tinggi di Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 14(2), 91–96. <https://doi.org/10.30598/molmed.2021.v14.i2.91>
- Indonesia GO.ID. (2024). *Indonesia di Jalan Menuju SDGs 2030: Tantangan dan Komitmen Pembangunan Berkelanjutan*. Diakses dari <https://www.indonesia.go.id>
- Izzulhaq, M., Syafitri, Y., & Isnaini, R. (2023). Hubungan antara motivasi berprestasi dan ketekunan belajar dengan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. *Jurnal Psikologi*, 19(1), 12–23. <https://doi.org/10.24036/psikologi.v19i1.4786>

- Khadijah, S., Dhanty, K. F., & Sambas, R. A. (2024). Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5, 3626–3633.
- Makalalag, D., Arham, M. A., Saleh, S. E., & Sudirman, S. (2023). Pengaruh kondisi sosial ekonomi keluarga dan motivasi belajar terhadap minat melanjutkan studi mahasiswa angkatan 2022. *Journal of Economic and Business Education*, 1(2), 211–224. <https://doi.org/10.37479/jebe.v1i2.19770>
- Mangala, N. A. (2022). Dampak peran ganda terhadap prestasi akademik mahasiswa pekerja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(2), 133–141. <https://doi.org/10.26858/jppk.v8i2.28999>
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa Bekerja Dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar Dan Prestasi Akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring “everyday” and “classic” resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488–500.
- Martin, A. J., Nejad, H., Clomar, S., & Arief D, G. (2012). *Adaptability : Conceptual and Empirical Perspectives on Responses to Change , Novelty and Uncertainty*. 58–81. <https://doi.org/10.1017/jgc.2012.8.0>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students’ everyday academic resilience. *Journal of School Psychology*, 46(1), 53–83. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2007.01.002>
- Martin, A. J., Colmar, S. H., & Davey, L. A. (2010). Longitudinal modeling of academic buoyancy and motivation: Do the 5Cs hold up over time? *British Journal of Educational Psychology*, 80(1), 1–21. <https://doi.org/10.1348/000709910X486376>
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring “everyday” and “classic” resilience in Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring “everyday” and “classic” resilience in the face of academic adversity. *School Psychology . School Psychology International*, 34(5), 488–500. <https://doi.org/10.1177/0143034312472759>

- Mushtaq, F., Bland, A. R., & Schaefer, A. (2011). Uncertainty and cognitive control. *Frontiers in Psychology*, 2, Article 249. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00249>
- Nur, H., Rahman, N. N., & Ramadhani, A. (2024). The influence of student adaptability and academic self-efficacy on academic buoyancy. *Eduvest: Journal of Universal Studies*, 4(12), 12231–12237. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v4i12.50203>
- Nurafifah, F., Hartana, G., & Primana, L. (2022). Self-efficacy sebagai mediator pada hubungan gaya identitas dengan academic buoyancy. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 43–55. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/2141>
- Patilah Rizki Bintang, M. R. F., & Santoso, G. (2022). Perspektif implementasi Pasal 31 UUD 1945 dalam sistem pendidikan negara Republik Indonesia. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 1(3), 195–199.
- Puspita, W. A. (2023). Manajemen waktu berpengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu. *Jurnal Karimah Tauhid*, 2(4), 1049–1057. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v2i4.8879>
- Putri, R. E., & Aiyuda, N. (2024). Predictor of academic buoyancy factor in students. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 5(1), 75–84. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/psisula/article/view/42809>
- Putwain, D. W., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2012). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress & Coping*, 25(3), 349–358. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.582459>
- Rahayu, D., Syaf, A., & Nasution, I. N. (2024). School well-being dengan academic buoyancy pada mahasiswa bekerja di Pekanbaru. *Jurnal Psikologi Humaniora*, 11(1), 48–57.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian pendidikan, ilmu pendidikan dan unsur-unsur pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Ratnasari, D. H., & Nugraheni, N. (2024). Peningkatan kualitas pendidikan di Indonesia dalam mewujudkan program Sustainable Development Goals (SDGs). *Jurnal Citra Pendidikan*, 4(2), 1652–1665. <https://doi.org/10.38048/jcp.v4i2.3622>
- Resetiana, E. (2017). Academic buoyancy pada mahasiswa psikologi ditinjau dari jenis kelamin. (Skripsi tidak diterbitkan).

- Rohinsa, M., Gunawan, G., & Kadiyono, A. L. (2021). Penerapan Self Determination Theory: Peran dukungan orangtua terhadap academic buoyancy siswa menjalani pembelajaran jarak jauh. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 278–292. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i2.1806>
- Rusmono, D. O., & Widyastika, A. R. (2024). Perbandingan academic buoyancy mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja. *Wacana*, 16(1), 1–14. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i1.79744>
- Saerom, Y., Phil, H., & Ali, H. A.-H. (2018). Academic buoyancy: Exploring learners' everyday resilience in the language classroom. *Studies in Second Language Acquisition*, 40(4), 805–830. <https://doi.org/10.1017/S0272263118000037>
- Saffana, N. A. (2023). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan academic buoyancy mahasiswa baru Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. (Skripsi tidak diterbitkan).
- Sari, M. S., & Zefri, M. (2019). Pengaruh akuntabilitas, pengetahuan, dan pengalaman pegawai negeri sipil beserta kelompok masyarakat (Pokmas) terhadap kualitas pengelola dana kelurahan di lingkungan Kecamatan Langkapura. *Jurnal Ekonomi*, 21(3), 311.
- Siti, N. (2008). Pengaruh ibu bekerja dan peran ayah dalam coparenting terhadap prestasi belajar anak. *Jurnal Soul*, 1(2), 2–14.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, S., Santoso, L. H., & Darmadi, E. A. (2022). Dampak kuliah sambil bekerja terhadap aktivitas belajar mahasiswa di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>
- Wiyoso, A. I. I., & Sarajar, D. K. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan prestasi belajar mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja di Kota Salatiga. *Jurnal Psikologi Revolusioner*, 8(10),
- Ulfah, S. H. (2010). Efikasi diri mahasiswa yang bekerja pada saat penyusunan skripsi. (Skripsi tidak diterbitkan).
- Ummah, M. S. (2019). Kerja paruh waktu mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (Studi fenomenologi pada pengemudi ojek online OMAHKU “ojek mahasiswa Ketintang UNESA”). *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.

- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 8, 490–497. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.067>
- Zaini, M., Miladiyah, F., & Salim, A. (2025). Eksplorasi faktor pendorong mahasiswa untuk terlibat dalam aktivitas ekonomi berbasis platform digital (gig economy). *Balance: Jurnal Akuntansi dan Manajemen*, 4(1), 322–331. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10625169>
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>