

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar Belakang Masalah

Pada era modern, persaingan terjadi di berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam dunia kerja. Indonesia sebagai negara dengan jumlah penduduk yang besar menghadapi tantangan serius karena ketersediaan lapangan pekerjaan tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja yang membutuhkan pekerjaan. Kondisi tersebut menyebabkan kompetisi dalam memperoleh pekerjaan menjadi semakin ketat. Menurut Hadianto dan Johan (2011) menyatakan bahwa peluang untuk mendapatkan pekerjaan cenderung lebih tinggi apabila seseorang memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik. Pendidikan dipandang sebagai sarana penting untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Oleh karena itu, banyak individu terdorong untuk melanjutkan studi hingga jenjang perguruan tinggi. Pendidikan tinggi yang berkualitas dan mampu menghasilkan capaian akademik yang baik merupakan harapan bagi setiap mahasiswa. Namun, di tengah kondisi perekonomian yang tidak stabil dan biaya pendidikan yang semakin meningkat, bahwa sebagian mahasiswa memilih untuk menjalani perkuliahan sambil bekerja guna memenuhi kebutuhan finansial mereka (Uma., dkk 2022).

Mahasiswa pada umumnya merupakan individu yang berstatus sebagai peserta didik di perguruan tinggi. Pada dasarnya, setiap mahasiswa memiliki tujuan utama untuk belajar dan mengikuti proses pendidikan guna mencapai target akademik yang telah ditetapkan. Proses pembelajaran tersebut berpengaruh terhadap pencapaian indeks prestasi sehingga memungkinkan mahasiswa menyelesaikan studi tepat waktu. Saat ini, mahasiswa yang menempuh pendidikan sambil bekerja semakin sering dijumpai, terutama di wilayah yang didominasi oleh sektor industri. Selain berfokus pada kegiatan akademik, sebagian mahasiswa juga memilih untuk bekerja, baik untuk memenuhi kebutuhan ekonomi maupun untuk

memperoleh pengalaman tambahan selama masa studi (Pandiangan., dkk 2025).

Sebagai individu yang menempuh pendidikan tinggi, mahasiswa memiliki berbagai kebutuhan sosial yang harus dipenuhi. Namun, tidak semua mahasiswa berada pada kondisi ekonomi yang memadai untuk mencukupi kebutuhan hidup tersebut. Situasi ini mendorong sebagian mahasiswa untuk mencari pekerjaan yang dapat memberikan manfaat sekaligus membantu menambah penghasilan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2020 terdapat 6,98% pelajar berusia 10 hingga 24 tahun yang menjalani kegiatan sekolah sambil bekerja, dengan rincian 6,74% berada di wilayah perdesaan dan 7,15% di wilayah perkotaan. Menurut BBC Indonesia, 2015 Mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja banyak dijumpai di berbagai Negara. Hal ini terjadi baik di negara berkembang maupun di negara maju yang telah mapan secara ekonomi. Contohnya di Inggris, sebanyak 87% dari mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja mengatakan bahwa mereka bekerja untuk menambah keterampilan, selebihnya alasan mahasiswa yaitu untuk menambah biaya perkuliahan dan hanya sekedar mengisi waktu luang atau hobi semata (Anjani, 2020).

Menurut Izzah (2022) di Indonesia, sebagai negara berkembang dengan kondisi ekonomi yang masih menantang bagi sebagian masyarakat, fenomena mahasiswa yang kuliah sambil bekerja cukup umum terjadi. Beberapa mahasiswa mengambil langkah ini sebagai salah satu strategi *coping* untuk menghadapi tekanan atau keterbatasan ekonomi (Hidayat., dkk 2023) . Menunjukkan bahwa peran mahasiswa semakin berkembang, di mana kegiatan belajar bukan lagi satu-satunya fokus utama. Banyak mahasiswa kini turut aktif dalam organisasi intra maupun ekstrakampus, bahkan memilih untuk bekerja sambil tetap mengikuti proses perkuliahan, (Widiasih, dkk 2024). Individu dapat mengurangi tekanan maupun permasalahan apabila mampu mencapai kondisi kesejahteraan psikologis, yaitu keadaan hidup yang positif dan seimbang. Beragam tuntutan serta

tekanan akademik yang dialami mahasiswa menjadikan perhatian terhadap kesejahteraan psikologis semakin penting.

Mahasiswa yang bekerja mereka memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja menghadapi berbagai tuntutan, seperti membagi waktu antara perkuliahan dan pekerjaan, menjaga kedisiplinan, memenuhi tanggung jawab akademik maupun pekerjaan, serta mempertahankan kondisi kesehatan fisik. Berbagai tuntutan tersebut berpotensi menyebabkan kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi kurang stabil atau menurun. Dampak yang muncul, seperti stres dan berbagai afek negatif lainnya, dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis karena afek negatif merupakan salah satu aspek yang berperan dalam menentukan kondisi kesejahteraan psikologis individu (Rahmiyati., dkk 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian (Ramadhani & Ardelia, 2025) yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu menghadapi tuntutan ganda dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja. Tuntutan tersebut berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan tersebut diperkuat oleh (Wulandari, 2024) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang menjalankan peran ganda dituntut mampu menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan pekerjaan agar kedua peran dapat dijalankan secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniasari, (2019) kesejahteraan psikologis pada mahasiswa pendidikan akuntansi Universitas Pendidikan Indonesia sekitar 16% berada pada kategori tinggi, kemudian sekitar 46% berada pada kategori sedang, dan sekitar 38% berada pada kategori rendah (Anjani, 2020). Namun, pada kenyataannya kesejahteraan psikologis yang tinggi masih sangat sulit untuk dimiliki oleh para mahasiswa. Menurut penelitian Hardjo dan Novita (2019) yang melibatkan mahasiswa dari 79 perguruan tinggi di Indonesia, diketahui bahwa terdapat 38% mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis rendah, 46% mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis sedang, dan 16% dalam

kategori tinggi (Siti., dkk 2023). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Choirunnisa, 2024) terhadap 210 mahasiswa yang bekerja, diperoleh hasil bahwa 2,9% responden memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori rendah, 72,4% berada pada kategori sedang, dan 24,8% berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori sedang, sehingga masih terdapat ruang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Untuk mengetahui bagaimana kondisi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja, peneliti melakukan studi awal *preliminary* dengan mewawancarai 10 mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam 45, Kota Bekasi pada tanggal 8–11 November 2025. Hasil dari wawancara dengan 10 mahasiswa tersebut dijelaskan sebagai berikut

Tabel 1. Hasil preliminary Kesejahteraan Psikologis

NO	ASPEK	JUMLAH /PRESENTASE
1.	Penerimaan diri	7(70%)
2.	Hubungan positif dengan orang lain	7(70%)
3.	Otonomi	6(60%)
4.	Penguasaan lingkungan	5(50%)
5.	Tujuan dalam hidup	6(60%)
6.	Pertumbuhan Personal	5(50%)

(Sumber: diolah oleh peneliti lampiran 10, 2026)

Dari hasil *preliminary* dengan wawancara, pada aspek penerimaan diri, diketahui bahwa 7 dari 10 responden masih merasa belum sepenuhnya bisa menerima diri mereka apa adanya. Banyak dari mereka mengaku masih sering merasa kurang puas dengan keadaan atau kemampuan yang dimiliki. Beberapa responden juga menyampaikan bahwa mereka merasa belum mencapai standar pribadi yang diinginkan sehingga muncul rasa kurang percaya diri dan tekanan untuk selalu menjadi lebih baik.

Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, 7 dari 10 responden juga mengungkapkan bahwa mereka mengalami kendala dalam menjalin hubungan sosial yang dekat dan nyaman. Mereka menyebutkan bahwa interaksi dengan orang lain sering kali terbatas karena faktor waktu, energi, atau kecenderungan untuk menarik diri saat sedang stres. Akibatnya, relasi

yang mereka miliki tidak berkembang terlalu jauh dan hanya sebatas komunikasi yang diperlukan saja. Selanjutnya, pada aspek otonomi, 6 dari 10 responden merasa bahwa mereka belum sepenuhnya bisa membuat keputusan berdasarkan keinginan pribadi. Mereka masih mudah terpengaruh oleh tekanan atau pendapat orang lain dalam menentukan pilihan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden masih butuh penguatan dalam hal kemandirian dan keberanian menentukan langkah sendiri. Pada aspek penguasaan lingkungan, 5 dari 10 responden menyampaikan bahwa mereka masih kesulitan dalam mengelola aktivitas sehari-hari. Mereka merasa belum bisa mengatur waktu secara efektif, sehingga beberapa tugas sering menumpuk atau tidak terselesaikan sesuai rencana. Hal ini menunjukkan bahwa hanya sebagian responden yang sudah bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan dengan baik.

Untuk aspek tujuan hidup, 6 dari 10 responden mengaku bahwa arah hidup mereka masih belum jelas. Mereka merasa tujuan yang dulu sudah direncanakan jadi berubah atau makin kabur seiring berjalannya waktu. Berbagai tuntutan dan kondisi yang tidak menentu membuat mereka bingung mengenai langkah yang harus diambil ke depan. Terakhir, pada aspek pertumbuhan personal, 5 dari 10 responden merasa bahwa perkembangan diri mereka belum begitu terlihat. Mereka kesulitan memanfaatkan peluang untuk meningkatkan kemampuan atau menambah pengalaman baru. Rutinitas dan tekanan sehari-hari membuat mereka tidak punya cukup ruang untuk fokus pada pengembangan diri.

Berdasarkan keseluruhan, hasil *preliminary* dengan wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih menghadapi berbagai tantangan dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Hambatan paling banyak terlihat pada aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi dan tujuan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa masih diperlukan penguatan dalam memahami diri, membangun relasi sosial yang sehat, serta memperjelas arah hidup agar kesejahteraan psikologis mereka dapat meningkat.

Kesejahteraan psikologis memiliki faktor-faktor yang mempengaruhinya dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Ryff, (1995) faktor-faktor dari kesejahteraan psikologis demografis, dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, *Locus of Control*. Dukungan sosial mengacu pada ketersediaan sumber daya yang dapat diberikan lingkungan kepada seorang individu untuk membantu mereka mengatasi masalah. Selain itu dukungan sosial juga bisa mencakup pemberian informasi verbal maupun nonverbal, bantuan tingkah laku atau pemberian materi yang membuat individu merasa disayang, diperhatikan dan bernilai (Nasution., dkk 2025). Dukungan sosial dianggap sebagai salah satu faktor utama yang menunjang kesejahteraan psikologis individu. Dukungan ini dirasakan ketika individu memandang perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterimanya dengan sikap positif serta merasa tenang. Sumber dukungan sosial dapat berasal dari orang tua, anak, keluarga lainnya, teman, atau komunitas di sekitarnya (Indra dkk., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Major, Zubek, Cooper, Cozzarelli, dan Richards yang menyebutkan bahwa persepsi seseorang terhadap adanya dukungan sosial yang diterima dapat membuat kondisi kesejahteraan psikologis menjadi lebih baik. Memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu melakukan penguasaan lingkungan, serta memiliki tujuan hidup merupakan indikator seorang individu memiliki Tingkat kesejahteraan psikologis yang baik (Furqon & Siwi, 2024). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Adyani., dkk 2019) yang juga menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Nurhidayah dkk., 2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitarnya cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Berikut tabel hasil *preliminary* dengan wawancara mengenai dukungan sosial terhadap 10 mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam 45, Kota Bekasi.

Tabel 2. Hasil preliminary Dukungan Sosial

NO	ASPEK	JUMLAH /PRESENTASE
1.	Dukungan Emosional	7(70%)
2.	Dukungan Penghargaan	7(70%)
3.	Dukungan Instrumental	6(60%)
4.	Dukungan Informasi	6(60%)

(Sumber: diolah oleh peneliti lampiran 10, 2026)

Berdasarkan hasil *preliminary* dengan wawancara, pada aspek dukungan emosional, sebanyak 7 dari 10 responden merasa bahwa mereka belum mendapatkan dukungan emosional yang cukup dari orang-orang terdekat. Banyak dari mereka mengungkapkan bahwa ketika sedang menghadapi masalah atau tekanan, hanya sedikit orang yang benar-benar bisa mereka ajak bicara. Beberapa responden juga menyampaikan bahwa mereka sering memendam perasaan karena merasa tidak ingin membebani orang lain, sehingga kebutuhan akan kenyamanan emosional belum terpenuhi dengan baik. Pada aspek dukungan penghargaan, 7 dari 10 responden menyatakan bahwa mereka masih kurang mendapatkan apresiasi atau pengakuan atas usaha yang mereka lakukan. Mereka merasa bahwa pencapaian atau upaya yang sudah diberikan sering kali tidak dihargai secara maksimal. Hal ini membuat sebagian responden merasa kurang termotivasi dan muncul keraguan terhadap kemampuan diri karena minimnya dorongan positif dari lingkungan sekitar.

Selanjutnya, pada aspek dukungan instrumental, 6 dari 10 responden mengaku bahwa bantuan nyata berupa tenaga, waktu, atau fasilitas dari orang lain masih belum optimal. Mereka menyampaikan bahwa ketika menghadapi tugas atau tanggung jawab yang berat, dukungan dalam bentuk bantuan langsung sering kali tidak tersedia. Kondisi ini membuat mereka harus menyelesaikan segala sesuatunya sendiri meskipun sedang berada dalam situasi yang cukup menekan. Pada aspek dukungan informasi, 6 dari 10 responden merasa bahwa mereka masih kurang memperoleh arahan,

saran, atau informasi yang membantu dalam mengambil keputusan. Responden menyebutkan bahwa informasi yang dibutuhkan, baik terkait tugas, kegiatan, maupun hal-hal penting lainnya, sering kali tidak mereka dapatkan secara jelas. Akibatnya, mereka harus mencari tahu sendiri dan terkadang merasa bingung dalam menentukan langkah terbaik.

Berdasarkan keseluruhan, hasil *preliminary* dengan wawancara dari keempat aspek dukungan sosial menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih merasakan keterbatasan dalam menerima dukungan dari lingkungan sekitar. Dukungan emosional dan penghargaan menjadi aspek yang paling banyak menunjukkan kekurangan, diikuti oleh dukungan instrumental dan informasi. Kondisi ini menggambarkan bahwa responden membutuhkan lingkungan yang lebih suportif, baik dalam bentuk perhatian, apresiasi, bantuan nyata, maupun arahan agar dapat menghadapi berbagai tuntutan kehidupan dengan lebih kuat dan percaya diri.

Selain itu, kesejahteraan psikologi memiliki Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu efikasi diri. individu diantaranya usia, jenis kelamin, status ekonomi dan budaya, evaluasi pengalaman hidup, *locus of control*, *religiusitas* efikasi diri, *optimisme*, dan dukungan sosial (Ramadhiani, 2022) . Hal ini sesuai dengan penelitian Fikri Prayogi & Muslihati (2017) memaparkan beberapa faktor yang memiliki kemungkinan besar dalam memberi pengaruh pada kesejahteraan psikologis diantara efikasi diri, *optimism*, dan dukungan sosial. Efikasi diri merupakan salah satu dari faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Faktor pertama yang memiliki hubungan terhadap kesejahteraan psikologis adalah efiaksi diri. Efikasi diri dipilih karena memiliki keyakinan yang ada dalam diri. Faktor kedua, *optimism*, Rasa optimis sebuah keadaan yang akan membawa peserta pada harapan dan kesuksesan dalam hidupnya, oleh karena itu *optimism* diyakini berhubungan terhadap tujuan hidup untuk mencapai kesejahteraan psikologis (Nasution., dkk 2025).

Bandura (1997) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis. Keyakinan yang dimiliki

mahasiswa paruh waktu dalam kemampuan dirinya membuat mereka mampu mencapai prestasi, beradaptasi dengan baik, serta menjalankan berbagai fungsi dalam aktivitas belajar, bekerja, olahraga, kesehatan, dan penyesuaian diri, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis yang baik sangat penting karena mempengaruhi kemampuan individu dalam menemukan solusi, mengatasi permasalahan, dan menghadapi konflik. Temuan ini didukung oleh penelitian (Nasution., dkk 2025) yang menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, serta diperkuat oleh penelitian (Safira dkk, 2024) yang menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan salah satu prediktor penting dalam menentukan tingkat kesejahteraan psikologis individu. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Assyva & Hanoum, 2022) yang menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri, maka kesejahteraan psikologis individu juga cenderung semakin rendah.

Berikut tabel hasil *preliminary* dengan wawancara mengenai efikasi diri terhadap 10 mahasiswa yang bekerja di Universitas Islam 45, Kota Bekasi.

Tabel 3. Hasil preliminary Efikasi Diri

NO	ASPEK	JUMLAH /PRESENTASE
1.	Level (<i>Magnitude</i>)	7(70%)
2.	Kekuatan (<i>Strength</i>)	7(70%)
3.	Luas Bidang Perilaku (<i>Generally</i>)	6(60%)

(Sumber: diolah oleh peneliti lampiran 10, 2026)

Berdasarkan hasil *preliminary* dengan wawancara, pada aspek level (*magnitude*), sebanyak 7 dari 10 responden menunjukkan bahwa mereka masih merasa kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas yang memiliki tingkat kesulitan tertentu. Banyak dari mereka mengungkapkan bahwa tugas yang dianggap terlalu sulit membuat mereka ragu apakah mampu menyelesaikannya. Sebagian responden juga menyampaikan bahwa mereka

sering memilih menghindari tantangan karena merasa kemampuan yang dimiliki belum cukup untuk memenuhi tuntutan tersebut.

Pada aspek kekuatan (*strength*), 7 dari 10 responden mengaku bahwa keyakinan mereka terhadap kemampuan diri masih belum stabil. Mereka menyebutkan bahwa rasa percaya diri mudah goyah ketika menghadapi hambatan atau kegagalan kecil. Beberapa responden mengatakan bahwa mereka sudah berusaha untuk tetap yakin dengan kemampuan yang dimiliki, tetapi tekanan dari lingkungan atau pengalaman negatif sebelumnya membuat mereka cepat meragukan diri sendiri.

Selanjutnya, pada aspek luas bidang perilaku (*generality*), 6 dari 10 responden merasa bahwa keyakinan mereka dalam menghadapi berbagai macam situasi belum merata. Mereka mengaku hanya percaya diri pada situasi tertentu saja, sedangkan pada konteks lain mereka merasa kurang mampu. Misalnya, ada responden yang percaya diri ketika mengerjakan tugas akademik, tetapi mudah ragu ketika harus menghadapi situasi sosial atau problem baru yang belum pernah dialami sebelumnya.

Berdasarkan keseluruhan, hasil *preliminary* dengan wawancara pada ketiga aspek efikasi diri menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih menghadapi hambatan dalam meyakini kemampuan pribadi. Tantangan paling terlihat pada aspek level dan Kekuatan, di mana responden sering ragu ketika menghadapi tugas sulit dan mudah kehilangan keyakinan diri ketika menghadapi tekanan. Hal ini menunjukkan bahwa penguatan efikasi diri, baik dalam menghadapi kesulitan, mempertahankan kepercayaan diri, maupun memperluas keyakinan pada berbagai situasi, masih sangat diperlukan agar responden dapat berfungsi secara lebih optimal dalam aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang permasalahan dari fenomena secara umum dan juga hasil *preliminary* pada mahasiswa yang bekerja, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja. peneliti tertarik

melakukan penelitian dengan judul “Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa yang Bekerja”.

B Rumusah Masalah

1. Bagaimana gambaran dukungan sosial, efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja?
2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja?
3. Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja?
4. Apakah ada pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja?

C Tujuan

1. Mengetahui gambaran dukungan sosial, efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.
2. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.
3. Mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.
4. Mengetahui pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.

D Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian teoretis mengenai peran dukungan sosial dan efikasi diri sebagai variabel yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan ilmiah bagi penelitian berikutnya yang ingin mengkaji variabel serupa atau mengembangkan model teoretis terkait kesejahteraan psikologis, khususnya dalam konteks mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Memberikan gambaran mengenai pentingnya dukungan sosial dan efikasi diri dalam membantu mahasiswa mempertahankan kesejahteraan psikologis ketika menjalankan peran ganda sebagai pekerja sekaligus sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi.

b. Mahasiswa

Menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling mahasiswa, serta berbagai program pendukung lainnya yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang menjalankan peran sebagai pekerja.

c. Instansi

Memberikan pemahaman mengenai pentingnya menciptakan lingkungan kerja yang suportif bagi mahasiswa pekerja, sehingga mereka mampu menjalankan tanggung jawab akademik dan pekerjaan secara lebih seimbang.