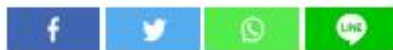


Universitas Pembangunan Jaya

Kuliah Sambil Kerja, Mengapa Tidak?

🕒 26-08-2017 Universitas Pembangunan Jaya



Banyaknya universitas di Indonesia, khususnya di Jakarta yang membuka kelas karyawan dari berbagai macam fakultas dan jurusan membuktikan bahwa aktivitas kuliah sambil bekerja banyak dilakukan oleh masyarakat. Sayangnya, kuliah sambil bekerja justru memberikan tuntutan yang besar bagi orang-orang yang menjalankan aktivitas tersebut. Pada kenyataannya, mahasiswa bekerja dituntut untuk dapat menyeimbangkan peran sebagai mahasiswa maupun pekerja. Nah, sebagai mahasiswa bekerja biasanya kita sulit untuk menyeimbangkan hal tersebut dan cenderung mengalami konflik peran yang dikenal dengan istilah *work-study conflict*.



Dampak dari *work-study conflict* bermacam-macam, seperti tidak fokus kuliah, menunda penyelesaian tugas kuliah, menurunnya motivasi kuliah, tidak mengikut kelas, dan bahkan ada juga loh yang tidak melanjutkan kuliah. Hal ini membuktikan bahwa ada beberapa hal yang harus untuk dilakukan oleh mahasiswa bekerja agar dapat menghadapi *work-study conflict*.

Kira-kira apa ya yang harus dilakukan oleh mahasiswa bekerja untuk menghadapi *work-study conflict*? Bagaimana caranya untuk dapat bertahan dan mampu mengatasi *work-study conflict*? Anda tidak perlu khawatir ataupun takut, Anda hanya perlu persiapan diri yang matang sebelum Anda memutuskan untuk kuliah sambil bekerja. Persiapan diri yang Anda lakukan ini merupakan bentuk antisipasi Anda dalam menghadapi konflik yang sudah Anda prediksi sebelumnya.

Ketika Anda memutuskan untuk kuliah sambil bekerja, Anda harus mengetahui konsekuensi yang akan Anda hadapi nantinya, termasuk *work-study conflict* ini. Anda harus mengantisipasi diri Anda yaitu dengan cara meyakinkan diri pada kemampuan agar Anda dapat menghadapi *work-study conflict*. Keyakinan pada kemampuan diri untuk menghadapi konflik biasanya disebut dengan *conflict self-efficacy*.

Conflict self-efficacy ternyata memiliki peranan agar kita mampu menghadapi konflik. Melalui *conflict self-efficacy* kita mampu menentukan seberapa banyak usaha yang akan kita lakukan untuk menghadapi tantangan atau konflik yang terjadi. *Conflict self-efficacy* juga membantu kita untuk menentukan seberapa mampu kita bertahan saat dihadapkan pada rintangan atau masa sulit. Tidak hanya itu, *conflict self-efficacy* membantu kita memprediksi

beberapa perilaku penting untuk dapat menghadapi *work-study conflict*. Perilaku penting dalam hal ini adalah keterlibatan kita dalam pekerjaan. Pasti Anda mampu kan?



Anda juga penting nih untuk memilikidan melakukan beberapa hal lain untuk menghadapi *work-study conflict*. Selain *conflict self-efficacy*, Anda perlu melakukan strategi dalam mengatasi stres, seperti memberikan waktu pada diri kita untuk bersenang-senang ataupun melakukan aktivitas personal yang menyenangkan tanpa merasa bersalah.

Anda tidak perlu merasa takut untuk melakukan aktivitas kuliah sambil bekerja karena pada dasarnya hal tersebut untuk perkembangan diri dan karir kita. Jadi, tidak ada salahnya kan jika Anda memutuskan untuk kuliah sambil bekerja? Anda cukup melakukannya dengan melakukan hal-hal di atas dan tetap positif. Well, good luck!

Tim Penulis:

Tirza Kalesaran, Clara Moningka, S.Psi, M.Si dan

Yulius Francisco Angkawijaya, M.Psi, Psi

Staf Pengajar Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya

Daftar Referensi:

Cinamon, R.G. (2006). Anticipated work-family conflict: effects of gender, self-efficacy and family background. *The Career Development Quarterly* 54(3), 202-215. Doi: 10.1002/j.2161-0045.2006.tb00152.

Hennessy, K., D. (2005). Work-family conflict self-efficacy: A scale validation study. Diakses dari <http://dum.lib.umd.edu/bitstream/handle/1903/2526/umi-umd2410.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mariana, R. (2013). Hubungan antara optimisme dengan coping stress pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja part time dalam menghadapi krisis. Diakses dari: <http://psikologi.uib.ac.id/wpcontent/uploads/2013/10/JURNAL3.pdf>

Mills, A., Lingard, H., & Wakefield, R. (2007). Work-study conflict: Managing the demands of work and study in built environment undergraduate education. *Inaugural Construction Management and Economics Conference*, 981-992. Diakses dari <http://rodeakin.edu.au/view/DU:30037068>

Octavia, E., & Nugraha, S. P. (2013). Hubungan antara adversity quotient dengan work-study conflict pada mahasiswa yang bekerja. 44-51. Diakses dari <http://jurnal.uin-suka.ac.id/isoshum/P/article/view/262/243>

Pajares, F. (1997). Current directions in self-efficacy research. *Advances in Motivation and Achievement*, 20, 1-49. Greenwich, CT: JAI Press.

Steele, B., & Koelmoer, E. (2011). Conflict between work and non-work roles of employees in the mining industry: Prevalence and differences between demographic groups. *Journal of Human Resources Management*, 9(1). doi:10.4102/sajhrmvr9i1277

Berita Terkait: