

# Gambaran Subjective Well-Being pada Mahasiswa yang Bekerja pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala

Evi Rahmiyati<sup>1</sup>, Hida Yatul Izzah<sup>2</sup>, Abu Bakar<sup>3</sup>, Nurhasanah<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Universitas Syiah Kuala, Indonesia; evi.rahmiyati@usk.ac.id

<sup>2</sup> Universitas Syiah Kuala, Indonesia; Hidayatulizzah060@gmail.com

<sup>3</sup> Universitas Syiah Kuala, Indonesia; abubakar@usk.ac.id

<sup>4</sup> Universitas Syiah Kuala, Indonesia; nur.hasanah@usk.ac.id

---

## ARTICLE INFO

### Keywords:

Subjective Well-Being;  
Working Students

---

### Article history:

Received 2024-02-28

Revised 2024-04-20

Accepted 2024-06-05

---

## ABSTRACT

One of the factors that influences subjective well-being in working students is their ability to divide their time, attention and energy equally between studies, personal life and work. This research aims to determine the subjective well-being picture of students who work at the Faculty of Teacher Training and Education, Syiah Kuala University, Banda Aceh. This research is quantitative research. The population of this study were all FKIP students at Syiah Kuala University who studied while working. This research sample consisted of 73 students, with a sampling technique using total sampling. Data collection was carried out using a questionnaire consisting of 36 statement items. The results of the research show that the average subjective well-being picture for students working at the Faculty of Teacher Training and Education, Syiah Kuala University, Banda Aceh, is 50.7%, which is in the high category. So it can be concluded that the average student who works at the Faculty of Teacher Training and Education, Syiah Kuala University, Banda Aceh, already has a high subjective well-being.

*This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](#) license.*



---

## Corresponding Author:

Evi Rahmiyati

Universitas Syiah Kuala, Indonesia; evi.rahmiyati@usk.ac.id

---

## 1. PENDAHULUAN

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).

Adanya masalah-masalah yang mahasiswa hadapi antara lain; mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari

mengatur waktu, kedisiplinan, dan memperhatikan kondisi kesehatan fisik mereka baik itu dalam urusan perkuliahan maupun dalam pekerjaan, mereka harus membagi peran antara mahasiswa dan karyawan, terlebih lagi permasalahan dalam pergaulan, kurangnya interaksi dengan sesama temannya.

Menurut Putri (2016), mahasiswa memiliki banyak penyebab sumber stres antara lain; tekanan akademis, perubahan lingkungan dengan tanggung jawab baru, perubahan hubungan sosial, tanggung jawab finansial, menghadapi individu-individu baru dengan beragam ide, mulai membuat keputusan yang besar, mengenal identitas dan orientasi seksual dan mulai mempersiapkan kehidupan setelah kuliah. Kuliah sambil kerja merupakan usaha untuk mempersiapkan diri dalam dunia kerja karena akan mematangkan pola pikir seseorang untuk menghadapi dunia kerja, agar lebih mandiri, dan menghubungkan antara teori yang dipelajari di kampus dengan kenyataan di dunia kerja.

Banyak hal yang dijadikan dasar bagi mahasiswa untuk memilih kuliah sambil bekerja. Untuk meraih gelar yang lebih tinggi, banyak orang yang memutuskan untuk bekerja sambil belajar. Tentu saja keputusan ini bukannya tanpa alasan. Selain faktor ekonomi, ada faktor lain yaitu, ingin hidup mandiri agar tidak ketergantungan dengan orang lain ataupun orang tua, mencari pengalaman di luar perkuliahan.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakukan pada lima mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, yang saat ini sedang menjalani kuliah sambil bekerja, mengungkapkan alasan mereka bekerja untuk meringankan beban orang tua dalam biaya perkuliahan dan bekerja karena tuntutan ekonomi yang tidak stabil, sering kali sulit membagi waktu antara kuliah dan bekerja, tidak jarang ada saat dimana mereka merasakan lelah yang teramat sangat setelah bekerja dan kemudian lebih memilih untuk beristirahat dari pada harus belajar, beban kuliah dan beban kerja membuat subjek merasakan emosi negatif, merasa kurang puas dengan hidup yang dijalannya sekarang. Alasan lainnya kuliah sambil bekerja part-time adalah mengisi waktu luang, hidup mandiri dan mencari pengalaman, mereka tidak memungkiri bahwa terkadang mereka terlalu fokus bekerja sehingga kuliahnya terbengkalai, dan karna keterbatasan waktu bersosialisasi dengan teman-teman kuliah, sehingga merasa kurang akrab dan merasa kurang informasi mengenai tugas kuliah karna hanya mengandalkan informasi dari teman dekat saja.

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa mahasiswa mengalami subjective well-being yang rendah. Hal ini berkaitan dengan aspek afektif, dengan ciri subjek merasakan mood dan emosi yang tidak menyenangkan yaitu ada perasaan cemas, sedih dan khawatir serta terdapat efek negatif yang dialami sebagai reaksinya terhadap kehidupan, kesehatan, keadaan, perekonomian yang dirasakan sedangkan pada aspek positif yang dirasakan yaitu perasaan senang, dan membina hubungan baik dengan lingkungan sekitar. Namun dari efek positifnya, manfaat yang diperoleh dari kuliah sambil bekerja bagi mahasiswa, antara lainnya adalah mahasiswa diajarkan untuk disiplin terhadap waktu, dapat melatih fokus, memperluas relasi yang bermanfaat untuk kesuksesan di masa depan, menambah pengalaman, serta mandiri dalam mengelola keuangan.

Pada aspek kognitif, yaitu pada aspek *life satisfaction*, sebahagian mahasiswa pekerja mengaku puas atas ketercapaian yang diperoleh. Beberapa subjek mengaku kurang menerima keadaan hidupnya merasa tidak puas dan tidak bahagia karena beban yang dirasakan bertambah saat kuliah sambil bekerja, mengganggu konsentrasi saat kuliah dan bekerja. Dari *positive affect*, ada sebagian subjek mengaku menerima keadaan hidupnya dengan baik sebagai pelajaran, subjek menerima *positive affect*, perasaan aktif dan energi, sehingga membuat mahasiswa lebih produktif, selain itu mahasiswa pekerja mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa hidup dengan lebih baik. Pada *negative affect*, sebahagian mahasiswa merasakan stres, lelah dan adanya rasa cemburu terhadap mahasiswa yang tidak bekerja, adanya aspek negatif ini jelas sangat mempengaruhi kondisi subjective well-being individu.

*Subjective well-being* adalah proses penilaian seseorang terhadap hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup seseorang. Apabila individu lebih banyak merasakan emosi yang menyenangkan daripada emosi yang tidak

menyenangkan dapat dikatakan individu tersebut mempunyai subjective well-being yang tinggi. Ketika mereka telah merasa puas akan kehidupannya, terlibat dalam kegiatan yang menarik, mengalami banyak rasa senang dan sedikit rasa sakit (Purwanto, 2014).

Menurut Diener (Khairani, 2014), *subjective well-being* (SWB) terdiri dari dua aspek pembangun yaitu aspek kognitif dan aspek afeksi yang terdiri dari afek positif, afek negatif. Aspek kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup, yang didefinisikan sebagai penilaian dari kehidupan seseorang. Evaluasi ini terbagi menjadi dua yaitu secara global dan domain tertentu. Kepuasan hidup secara global merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya secara menyeluruh, kepuasan hidup domain adalah penilaian dalam mengevaluasi kehidupannya, seperti kesehatan fisik dan mental, pekerjaan, rekreasi, hubungan sosial dan keluarga. Sedangkan aspek afektif yang berupa evaluasi afektif individu terhadap kehidupannya. Aspek afektif ini ditunjukkan dengan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif yang dapat diketahui dari frekuensi individu merasakan afek positif dan afek negatif yang dialami individu setiap harinya.

Mahasiswa yang bekerja memiliki *subjective well-being* yang tidak stabil atau bahkan cenderung menurun karena dampak negatif yang dirasakan oleh mahasiswa yang akan memunculkan pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) mahasiswa bekerja. Dampak negatif yang dirasakan mahasiswa akan terwujud dalam bentuk afek negatif seperti stres misalnya, yang sangat jelas akan mempengaruhi *subjective well-being* karena afek negatif merupakan bagian penting yang turut berperan dalam menentukan kondisi *subjective well-being* individu.

## 2. METODE

Jenis penelitian deskriptif dipilih karena penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu. Penelitian deskriptif pada penelitian ini meliputi penyajian kesimpulan melalui pemaparan statistik untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, yaitu tentang gambaran subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala yang melakukan kuliah sambil bekerja sebanyak 73 orang.

*Subjective well-being* diukur berdasarkan komponen *subjective well being* dari Diener et al. (2013) yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif. Dalam penelitian ini peneliti mengambil aspek *life satisfaction* yang merupakan bagian dari dimensi kognitif, sedangkan dimensi afektif yang dinilai berdasarkan positive affect dan negative affect. Banyak metode yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian. Metode pengumpulan data pada prinsipnya berfungsi untuk mengungkapkan variabel yang akan diteliti. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner, yaitu teknik pengumpulan data dengan menyerahkan atau mengirimkan daftar pertanyaan untuk diisi oleh responden (Arikunto, 2017). Daftar pertanyaan tersebut disusun berdasarkan acuan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Butir pernyataan dalam skala modifikasi Likert terdiri dari pernyataan positif (*Favorable*) dan pernyataan negatif (*Unfavorable*). Butir pernyataan positif diberi skor 4,3,2,1 dan untuk butir pernyataan negatif diberi skor 1,2,3,4. Terdapat beberapa kategori respon yang dapat diungkapkan dari pernyataan skala deindividuasi yaitu sangat setuju (SS), setuju (SR), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk menganalisis gambaran subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif. Teknik analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui tingkat dari setiap variabel yang berlaku pada sampel penelitian. Metode ini digunakan karena cocok dengan tujuan penelitian yang ingin melihat skor kelompok secara umum. Data deskriptif diperoleh dari pendeskripsian hasil skor setiap instrumen penelitian. Hasil skor instrumen subjective well-being dalam penelitian ini dikategorikan dalam lima (5) tingkatan. Menurut Azwar (Hartanto & Kurniawan, 2015) kategori skor dibagi menjadi lima yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi.

Skor ideal Tertinggi (ST) dan skor Ideal Terendah (SR) diperoleh berdasarkan penilaian Likert (rentang skor 1 – 5 ), skor tertinggi 5 dan skor terendah dikalikan jumlah butir pertanyaan. Hasil dari perhitungan  $M_i$  dan  $S_{di}$  tersebut diklasifikasi gambaran subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja. Pada tabel dijelaskan rumus untuk menentukan kategori skor, sebagai berikut :

**Tabel 1.** Kategorisasi Skor Instrumen

Kategorisasi	Kriteria
Sangat Rendah	$X \leq M_i - 1,5 S_{di}$
Rendah	$M_i - 1,5 S_{di} < X \leq M_i - 0,5 S_{di}$
Sedang	$M_i - 0,5 S_{di} < X \leq M_i + 0,5 S_{di}$
Tinggi	$M_i + 0,5 S_{di} < X \leq M_i + 1,5 S_{di}$
Sangat Tinggi	$X > M_i + 1,5 S_{di}$

Keterangan:

$X$  = Skor Responden Penelitian

$M_i$  = Rata-rata populasi

$S_{di}$  = Standar Deviasi

Setelah didapatkan hasil persentase nilai skor per item jawaban kemudian diinterpretasikan menggunakan pedoman kategori nilai berdasarkan Arikunto (2017). Pedoman kategori nilai dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

**Tabel 2.** Pedoman Kategori Nilai

No.	Nilai Persentase	Kategori
1.	0%	Tidak Ada
2.	1% – 24%	Sebagian Kecil
3.	25% – 49%	Kurang Dari Setengahnya
4.	50%	Setengahnya
5.	51% – 74%	Lebih dari Setengahnya
6.	75% – 99%	Sebagian Besar
7.	100%	Seluruhnya

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Analisis Deskriptif *Subjective Well-Being* Mahasiswa yang Bekerja

Adapun hasil analisis deskriptif data penelitian pada variabel *Subjective Well-Being* mahasiswa yang berkerja ialah sebagai berikut.

**Tabel 3.** Data Hipotetik dan Empirik Variabel *Subjective Well-Being*

Data	N	Xmin	Xmax	Mean	SD
<b>Hipotetik</b>	73	36	144	90	18
<b>Empirik</b>	73	88	117	101	8

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui variabel *Subjective Well-Being* memiliki data hipotetik dan empirik yang berbeda dan berdasarkan data yang di peroleh Diketahui bahwa secara hipotetik variabel *Subjective Well-Being* memiliki skor Maksimal sebesar 144, skor Minimum sebesar 36, nilai rata-rata (Mean) 90, dan standar Deviasi 18. Sedangkan pada data empirik variabel *Subjective Well-Being* memiliki skor minimum sebesar 88, maksimal sebesar 117, dan nilai rata-rata (mean) sebesar 101, dan standar deviasi sebesar 8. Berdasarkan data hipotetik dan empirik dapat di ketahui bahwa nilai rata-

rata (*mean*) hipotetik lebih kecil dibandingkan dengan nilai rata-rata (*mean*) empirik. Selanjutnya, dari hasil uji deskriptif yang telah di dapatkan maka langkah selanjutnya subjek penelitian akan di kelompok kan menjadi lima katagori yang meliputi sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi. Data hipotetik di jadikan acuan dalam mengkatagorikan *Subjective Well-Being* mahasiswa bekerja di FKIP Universitas Syiah Kuala. Berikut ini merupakan tabel kategorisasi variabel *Subjective Well-Being*.

**Tabel 4.** Kategorisasi *Subjective Well-Being* Mahasiswa Bekerja

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 63$	0	0,0%
Rendah	$63 < X \leq 81$	0	0,0%
Sedang	$81 < X \leq 99$	36	49,30%
Tinggi	$99 < X \leq 117$	37	50,70%
Sangat Tinggi	$X > 117$	0	0,0%
<b>Total</b>		<b>73</b>	<b>100,0%</b>

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui bahwa kurang dari setengahnya mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh memiliki tingkat *subjective well-being* tergolong sedang 36 (49,30%) orang mahasiswa dan setengah dari mahasiswa yang bekerja termasuk dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 37 orang (50,70%), sedangkan tingkat *subjective well-being* dengan kategori sangat rendah, rendah dan sangat tinggi tidak ada. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh setengahnya berada pada kategori tinggi.

#### Analisis Deskriptif Dimensi *Subjective Well-Being*

Analisis data secara deskriptif bertujuan untuk memproyeksikan deskripsi data *subjective well-being* pada aspek *life satisfaction*, *positive affect* dan *negative affect*. Berdasarkan hasil analisis *descriptive statistic* dengan menggunakan SPSS dapat diketahui skor minimum, skor maksimum, rentang skor, serta nilai simpangan baku dari jawaban subjek terhadap skala ukur sebagai berikut.

**Tabel 5.** Data Statistik Deskriptif *Subjective Well-Being*

Aspek	Statistik	Data Hipotetik	Data Empirik
<i>Life Satisfaction</i>	Xmin	12	27
	Xmax	48	39
	Mean	30	32,47
	SD	6	2,6
<i>Positive Affect</i>	Xmin	12	16
	Xmax	48	45
	Mean	30	35,62
	SD	6	4,9
<i>Negative Affect</i>	Xmin	12	15
	Xmax	48	46
	Mean	30	32,70
	SD	6	7,4

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa ke tiga aspek dari *subjective well-being* memiliki skor yang sama untuk data hipotetik. Berdasarkan data hipotetik aspek *life satisfaction* memiliki skor minimum 12, skor maksimal sebesar 48, nilai rata-rata (*mean*) 30, dan standar deviasi sebesar 6. Pada aspek *positive affect* memiliki skor minimum 12, skor maksimal sebesar 48, nilai rata-rata (*mean*) 30, dan

standar deviasi sebesar 6. Selanjutnya pada aspek *negative affect* juga memiliki skor minimum 12, skor maksimal sebesar 48, nilai rata-rata (*mean*) 30, dan standar deviasi sebesar 6.

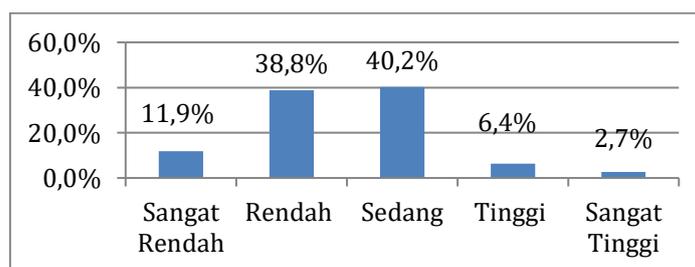
Sedangkan berdasarkan data empirik dapat dilihat pada aspek *life satisfaction* memiliki rentang skor (*range*) sebesar 12, skor terendah adalah 27 dan skor tertinggi adalah 39 dengan rata-rata (*mean*) 32,47 serta simpangan baku 2,6. Aspek *positive affect* rentang skor (*range*) sebesar 29, skor terendah adalah 16 dan skor tertinggi adalah 45 dengan rata-rata (*mean*) 35,62 serta simpangan baku 4,9. Disisi lain, aspek *negative affect* rentang skor (*range*) sebesar 31, skor terendah adalah 15 dan skor tertinggi adalah 46 dengan rata-rata (*mean*) 32,70 serta simpangan baku 7,4. Dari hasil tersebut maka subjek penelitian akan dikelompokkan menjadi lima kategori berdasarkan *subjective well-being*, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Untuk dapat mengelompokkan subjek ke dalam masing-masing kategori tersebut, maka disusun suatu kategori skor berdasarkan norma pada tabel di bawah ini:

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari setengahnya mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh memiliki tingkat *life satisfaction* pada *Subjective Well-Being* yang tergolong sedang sebanyak 53 orang (72,6%), sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori tinggi sebanyak 18 orang (24,7%) dan sebagian kecil mahasiswa yang bekerja kategori rendah sebanyak 2 orang (2,7%). Sedangkan dalam kategori *life satisfaction* pada *Subjective Well-Being* yang sangat rendah dan sangat tinggi tidak ada. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa *life satisfaction* dari dimensi *Subjective Well-Being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh lebih dari setengahnya berada pada kategori sedang.

Lebih dari setengahnya mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh memiliki tingkat *positive affect* pada *Subjective Well-Being* yang tergolong tinggi sebanyak 45 orang (61,6%), sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori sangat tinggi sebanyak 14 orang (19,2%), sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori sedang sebanyak 12 orang (16,4%) dan sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori sangat rendah sebanyak 2 orang (2,7%). Sedangkan responden dengan tingkat *positive affect* pada *Subjective Well-Being* yang rendah tidak ada. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa *positive affect* dari dimensi *Subjective Well-Being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh lebih dari setengahnya berada pada kategori tinggi.

Kurang dari setengahnya mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh memiliki tingkat *negative affect* pada *Subjective Well-Being* yang tergolong sedang sebanyak 23 orang (31,5%), kurang dari setengah mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori tinggi sebanyak 22 orang (30,1%), sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori sangat tinggi 12 orang (16,4%), sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori rendah sebanyak 12 orang (16,4%), dan sebagian kecil mahasiswa yang bekerja berada dalam kategori sangat rendah sebanyak 4 orang (5,5%). Hasil ini dapat disimpulkan bahwa *negative affect* dari dimensi *Subjective Well-Being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh kurang dari setengahnya berada pada kategori sedang.

Dari beberapa aspek yang telah dianalisis di atas yang terdiri dari aspek *life satisfaction*, *positive affect* dan *negative affect* maka dapat disimpulkan pada diagram berikut ini:



Gambar 1. Diagram Hasil Persentase Kategori Jawaban Responden

Berdasarkan dari hasil grafik tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kurang dari setengah mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh memiliki gambaran *subjective well-being* dalam kategori sedang.

## Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yang bekerja. Berdasarkan dari hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa gambaran *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh termasuk dalam kategori tinggi. Lebih dari setengahnya mahasiswa bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan memiliki tingkat *subjective well-being* yang tergolong tinggi sebanyak 37 (50,7%) mahasiswa, kurang dari setengah mahasiswa berada dalam kategori sedang sebanyak 36 (49,3%) sedangkan tingkat *subjective well-being* dengan kategori sangat rendah, rendah dan sangat tinggi tidak ada. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa rata-rata mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan memiliki tingkat *subjective well-being* pada kategori tinggi. *Subjective well-being* merupakan hal yang penting dalam hidup seseorang, berbagai cara akan dilakukan agar dapat merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Karena salah satu tujuan seseorang bersemangat menjalani hidup adalah kebahagiaan.

Menurut Diener & Lucas (2013) seseorang dideskripsikan mempunyai *Subjective Well-Being* yang tinggi apabila ia menilai kepuasan hidupnya tinggi, dan merasakan afek positif lebih sering dibandingkan afek negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung menilai kepuasan hidupnya baik, dan merasakan afek positif lebih sering dibandingkan afek negatif.

Selanjutnya berdasarkan nilai dimensi aspek *subjective well-being* menunjukkan bahwa gambaran *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari persentase kategori jawaban responden yang terbesar adalah sedang sebesar 40,2% dalam kategori tinggi 38,8%, sangat tinggi sebesar 11,9%, rendah sebesar 6,4%, sedangkan dalam kategori sangat rendah sebesar 2,7%. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wicaksana, et al (2019), yang menunjukkan bahwa tingkat *subjective well-being* generasi Y cenderung sedang. Jika seseorang merasakan *subjective well-being* yang sedang, ini dapat dianggap sebagai kondisi yang stabil diantara tingkat kebahagiaan dan ketidakpuasan.

*Subjective well-being* merupakan sebuah konsep yang luas mengenai bentuk evaluasi kehidupan seseorang atau pengalaman emosionalnya, yang merupakan gabungan dari tingginya kepuasan hidup (*life satisfaction*), tingginya afek positif (*positive affect*), dan rendahnya afek negatif (*Negative affect*). Faktor yang mempengaruhi adanya *subjective well-being* menurut Diener (dalam Cintantya & Nurtjahjanti, 2018) yaitu faktor genetik, kepribadian, kepuasan subjektif, tujuan, demografis, dan hubungan sosial. Tercapainya tujuan hidup dapat diindikasikan dari semakin terorganisir dan konsisten tujuan seseorang dengan lingkungannya, sehingga seseorang akan merasa lebih bahagia.

Mahasiswa yang memilih untuk kuliah sambil bekerja tentu merasakan tekanan baik di lingkup kegiatan akademik maupun di lingkup pekerjaan. Individu yang mampu mengelola tekanan yang dihadapi dan mengelola keseimbangan antara kehidupan perkuliahan dan pekerjaan maka dapat mengurangi resiko stres dan konflik lainnya. Hal tersebut dapat membantu meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih positif sehingga memiliki kemampuan untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif. Aktivitas yang dilakukan mahasiswa pada perkuliahan dan pekerjaan membutuhkan kemampuan untuk mengelola dan mengontrol agar keduanya dapat berjalan dengan baik. Kemampuan individu dalam mengelola dan melakukan evaluasi kognitif serta afektif disebut sebagai *subjective well-being*.

Hasil penelitian dari Astuti dan Nurwidawati (2022), menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *work life balance* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja sistem *part-time* di Kota Surabaya. Tanda positif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa

hubungan antara kedua variabel searah artinya jika *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja *part-time* tinggi maka *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa tersebut pun tinggi, begitupun sebaliknya semakin rendah *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja *part-time* maka semakin rendah *subjective well-being* yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut.

Kondisi keseimbangan antara dua atau lebih tuntutan peran yang dijalankan oleh individu adalah salah satu yang paling penting, khususnya ketika mempunyai kewajiban yang harus diselesaikan antara kedua peran. Seperti mahasiswa yang memilih untuk mengambil kuliah sambil bekerja. Dapat diartikan bahwa mahasiswa akan memiliki sedikit konflik ketika mahasiswa tersebut mampu untuk menyeimbangkan antara tanggung jawabnya pada pekerjaan dan non pekerjaan. Dalam hal ini, orang-orang yang menemukan keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan mereka akan merasakan kesejahteraan subjektif. Ketika mahasiswa dapat mengimbangi pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka, mereka dapat mencapai tingkat kepuasan hidup yang tinggi dan mengalami lebih banyak perasaan positif dan lebih sedikit perasaan negatif dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja adalah ketika ekspektasi mereka tidak tercapai didalam lingkungan pekerjaannya. Menurut Luntungan, Hubeis, Sunarti, dan Mulyana (2014) mahasiswa yang bekerja menghendaki lingkungan pekerjaan yang dapat memenuhi ekspektasi mereka, antara lain fleksibilitas dalam penggunaan waktu karena mementingkan hasil (*result oriented*) daripada sekedar *proses/time-line*, lingkungan kerja yang bersahabat yang dapat memberikan kenyamanan dalam diskusi dan kebebasan berpendapat (*frontal/tidak tersinggung*) dan adanya tantangan dalam pekerjaan untuk mencegah suasana kerja yang monoton dan sebagai sarana pembuktian diri.

Mahasiswa yang bekerja dikatakan telah memiliki *subjective well-being* ketika ia memiliki rasa semangat, mampu menyelesaikan masalah dan rintangan, mampu bersyukur, menerima apapun yang terjadi dalam hidupnya, menjalani rutinitas, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, dan tidak terpengaruh oleh orang lain dengan mudah sehingga yakin terhadap keputusan yang diambil oleh diri sendiri. *Subjective well-being* yang rendah pada mahasiswa ditunjukkan ketika individu tersebut merasakan mudah mengeluh karena kurangnya rasa kepuasan dalam hidup, merasakan jenuh dan lelah ketika bekerja, kesulitan mengatur waktu antara bekerja dan kepentingan pribadi, dan kurang dapat membangun hubungan yang baik dengan rekan kerja

Dukungan yang paling dibutuhkan oleh mahasiswa yang bekerja adalah dukungan emosional berupa kepedulian, empati, dan perhatian yang memberikan rasa nyaman serta merasa dicintai oleh orang-orang sekitar. Selain itu, dukungan informasi berupa pemberian nasehat maupun saran juga dibutuhkan oleh mahasiswa yang bekerja. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa yang bekerja maka semakin tinggi pula *subjective well being* pada mahasiswa yang bekerja, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah pula *subjective well being* pada mahasiswa yang bekerja.

#### 4. KESIMPULAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yang bekerja. Berdasarkan dari hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa gambaran *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya mahasiswa bekerja di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan memiliki tingkat *subjective well being* yang tergolong tinggi yaitu sebanyak 37 (50,7%).

## REFERENSI

- Anjani, W. 2020. *Hubungan Antara Rasa Syukur Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja Part-Time* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung). <http://repository.radenintan.ac.id/9678/1/SKRIPSI%20PERPUS.pdf>
- Arikunto. 2017. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, N. W., & Nurwidawati, D. (2022). *Hubungan Work Life Balance dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa yang Bekerja Part-Time di Surabaya*, *The Relationship between Work Life Balance and Subjective Well-Being in Students Who Work Part-Time in Surabaya*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54197>
- Cintantya, D., & Nurtjahjanti, H. 2018. *Hubungan antara work-life balance dengan subjective well-being pada sopir taksi PT. express transindo utama tbk di Jakarta*. *Empati*, 7(1), 339–344. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/20246>
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. 2013. *The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness*. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2354-4\\_4](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2354-4_4)
- Diener et al., 2013. *The evolving concepts of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness*. *Social Indicator Research Series*, 39, 67-100. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2354-4\\_4](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2354-4_4)
- Hartanto, E. W., & Kurniawan, J. E. 2015. *Hubungan antara iklim organisasi dengan subjective well-being pada karyawan di perusahaan X*. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 5(2), 70-80. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/view/1391>
- Khairani, E. 2014. *Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*. *Journal Of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*. Vol.3, No.2. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya. [https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling/article/view/564](https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/564)
- Luntungan, I., Hubeis, A. V., Sunarti, E., & Mulyana, A. 2014. *Strategi Pengelolaan Generasi Y di Industri Perbankan*. Vol. 13 No. 2, pp. 219-240. <https://media.neliti.com/media/publications/115927-ID-strategi-pengelolaan-generasi-y-di-indus.pdf>
- Putri, N. A. 2016. *Subjective Well Being Mahasiswa Yang Menggunakan Internet Secara Berlebihan*. *Calyptra*, 2(1), 1-16. <https://www.neliti.com/id/publications/184582/subjective-well-being-mahasiswa-yang-menggunakan-internet-secara-berlebihan>
- Wicaksana, S. A., Novasari, E. P., & Asrunputri, A. P. 2019. *Gambaran Subjective Well Being Pada Tenaga Kerja Generasi Y*. *JURISMA: Jurnal Riset Bisnis & Manajemen*, 9(2), 217-228. <https://ojs.unikom.ac.id/index.php/jurisma/article/download/2280/1763>

