

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa adalah sebutan bagi individu yang sedang menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Pada dasarnya tujuan utama mahasiswa adalah untuk belajar dan mengembangkan pola pikir, untuk itu mahasiswa harus menjalankan semua proses dalam sebuah perguruan tinggi untuk mencapai tujuan belajar mereka, agar mendapatkan indeks prestasi yang baik dan menyelesaikan kuliah mereka tepat waktu (Dirmantoro, 2015).

Menurut Purwanto, et al., (2013), keberhasilan belajar mahasiswa dipengaruhi oleh faktor kondisi internal dan eksternal dalam proses perkuliahan. Kondisi internal mencakup kondisi fisik, kondisi psikis dan kondisi sosial sedangkan pada kondisi eksternal mencakup lingkungan. Selain itu terdapat kemungkinan faktor pengaruh kekurangan biaya pendidikan, keinginan mahasiswa untuk mencari pengalaman serta mengisi waktu luang menyebabkan mahasiswa memilih untuk kuliah sambil bekerja. Mahasiswa bekerja adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi dan berstatus aktif, yang juga menjalankan usaha atau sedang berusaha mengerjakan suatu tugas

yang diakhiri dengan buah karya yang dapat dinikmati oleh orang yang bersangkutan (Dudija, 2011).

Dewasa ini, fenomena mahasiswa yang kuliah sambil bekerja bukanlah suatu hal yang baru. Bahkan ada beberapa perguruan tinggi yang menyediakan program kelas khusus bagi mahasiswa yang telah bekerja yang biasa disebut dengan kelas karyawan, salah satunya ialah Universitas Esa Unggul (UEU) dan hingga saat ini diketahui ada sekitar 4322 mahasiswa kelas karyawan yang aktif (DAA, 2017). Kelas karyawan memiliki waktu kuliah yang dapat disesuaikan dengan ketersediaan waktu mahasiswa mengikuti kuliah tatap muka, program kelas karyawan diadakan diluar waktu kerja yaitu pada sore hingga malam hari, adapun waktu kuliah pagi biasanya diadakan pada hari sabtu dan minggu ([waw.esaunggul.ac.id](http://waw.esaunggul.ac.id)).

Memilih untuk mengikuti kelas karyawan dengan waktu yang lebih fleksibel bukan berarti bahwa aktivitas perkuliahan akan lebih mudah dijalani. Sama seperti halnya dengan mahasiswa reguler, mahasiswa kelas karyawan Universitas Esa Unggul juga akan dihadapkan oleh beragam tuntutan akademik dan non akademik, yaitu mengikuti perkuliahan minimal 75% kehadiran, menyelesaikan tugas-tugas dan membuat laporan, mengikuti ujian tengah semester dan ujian akhir semester, selain mahasiswa kelas karyawan Universitas Esa Unggul juga harus mengikuti kelas TOEFL 1 dan 2 dengan nilai kelulusan yang telah ditentukan, tidak hanya itu, keikutsertaan dalam kegiatan seminar juga menjadi syarat kelulusan mahasiswa kelas karyawan. Standar kelulusan yang diterapkan untuk menghasilkan lulusan yang mempunyai kompetensi dan

berdaya saing global nampaknya menjadi tantangan tersendiri bagi setiap mahasiswa kelas karyawan Universitas Esa Unggul.

Disamping itu dalam menjalani peran sebagai seorang pekerja maka tentunya mahasiswa kelas karyawan juga harus berusaha menjalankan dan menyelesaikan semua tugas dan berbagai tuntutan di tempat mereka bekerja, akibatnya mereka akan lebih banyak menghabiskan waktu dan tenaga baik fisik maupun pikiran. Melihat kondisi seperti ini peneliti menilai bahwa tuntutan untuk mampu melakukan manajemen diri pada mahasiswa kelas karyawan Universitas Esa Unggul tampaknya menjadi lebih besar. Kemampuan manajemen diri semata-mata ditujukan agar tercapai keseimbangan antara kehidupan di dunia kerja dan akademis yang mereka jalani (Juriana, 2000). Dengan kata lain, sebagai pekerja ia harus bekerja secara profesional namun disisi lain ia juga tidak terlena hingga melalaikan tanggung jawabnya sebagai seorang mahasiswa.

Mardelina & Muhson (2017) dalam hasil penelitiannya pada mahasiswa yang bekerja, menunjukkan bahwa aktivitas belajar pada mahasiswa yang bekerja cenderung lebih rendah daripada mahasiswa yang tidak bekerja, selain itu juga diperoleh hasil bahwa prestasi akademik pada mahasiswa yang bekerja lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Hal ini mengindikasikan bahwa akibat kegiatan kerja, fokus belajar pada mahasiswa untuk belajar menjadi terpecah. Sehingga berpengaruh pada pencapaian prestasi akademik. Demikian pula yang terjadi di Universitas Esa Unggul, berdasarkan pengamatan peneliti kegiatan bekerja pada mahasiswa kelas karyawan juga mempengaruhi aktivitas belajar mereka. Misalnya, terkadang ditemui mahasiswa

yang seringkali absen dalam mengikuti perkuliahan, baik karena sibuk dalam urusan pekerjaan maupun karena berbagai kesibukan lain yang menyangkut pribadi mereka, terkadang pula dijumpai mahasiswa yang sering menunda-nunda mengerjakan tugas-tugas kuliah yang berujung pada kelalaian sehingga tidak mengumpulkannya, ada pula mahasiswa yang mengaku bahwa akibat kegiatan kerja ia menjadi kurang konsentrasi saat belajar di kelas, bahkan tidak jarang pula dijumpai mahasiswa yang tidak bisa mengatur waktunya dan menentukan prioritas pekerjaan yang harus ia selesaikan terlebih dahulu, sehingga mereka cenderung melakukan pekerjaan yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal-hal tersebut disebabkan oleh rendahnya kemampuan mahasiswa dalam manajemen diri.

Kemampuan manajemen diri merupakan hal yang harus dimiliki setiap individu, terutama mahasiswa yang menjalani kuliah sekaligus bekerja. Menurut Gie (dalam Jazimah, 2014) Manajemen diri adalah segenap langkah dan tindakan untuk mengatur dan mengelola diri dengan sebaik-baiknya. Selain itu, manajemen diri juga bisa berarti mengatur semua unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan yang sempurna. Dalam kaitannya dengan penelitian ini maka manajemen diri yang dimaksud ialah mengacu pada bagaimana seorang mahasiswa berstatus kuliah sambil bekerja mengatur dirinya sebab mereka memiliki tanggung jawab dan peran ganda, yaitu sebagai mahasiswa dan pekerja dengan tugas yang berbeda.

Macan (1990) menguraikan bahwa individu yang memiliki kemampuan manajemen diri dapat mengatur dan mengorganisasikan waktu dengan teratur sehingga akan mampu menyelesaikan tugas pekerjaan dan dapat mengambil keputusan dengan tepat. Dengan adanya manajemen diri maka mahasiswa akan lebih mampu mengurangi dan mengontrol hal-hal yang dapat menghambat dalam belajar ataupun dalam pencapaian prestasi (Ayuningtyas, 2015). Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mampu melakukan manajemen diri dengan baik maka akan ada kecenderungan bahwa mereka tidak mampu mengarahkan dan mengatur dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya, serta merasa kesulitan dalam mengatur waktunya, sehingga mereka cenderung mengabaikan tugasnya sebagai seorang mahasiswa untuk belajar serta mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen.

Permasalahan terkait manajemen diri yang dialami oleh salah satu mahasiswi kelas karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat berinisial SA dapat dilihat pada kutipan wawancara dibawah ini :

*“gue kerja baru satu setengah tahun, ada perbedaan ketika gue kuliah aja sama kuliah sambil kerja, kalau kita kuliah sambil kerja itu ada konflik kepentingan, kuliah dan kerja dua hal yang sama-sama penting, tapi yang nggak bisa kita hindari itu kalau dua-duanya bentrok dan harus dikerjain saat itu juga, kalau udah gitu, salah satunya pasti ada yang dikorbanin. makanya selama gue kerja, kuliah gue jadi amburadul. Pas pulang kerja juga paling banyak godaannya, diajakin temenlah main, ngantuk, bawaannya males,, hmmm kadang juga kalau stress gue habis waktu buat nonton dan nggak ngerjain tugas. (wawancara personal tanggal 2 Mei 2017)*

Wawancara berikutnya terkait dengan permasalahan manajemen diri juga dialami oleh mahasiswa Esa Unggul kelas karyawan yang berinisial M Fakultas Hukum, berikut kutipan wawancaranya :

*“yang gue rasain kerja nyambi kuliah itu capek pastinya, nggk fokus kalau belajar, abis itu tugas keteteran, absen banyak yang bolong, nilai nggk usah ditanya lagi... Sebenarnya itu bukan kemauan gue, tapi ngatur waktunya itu yang sulit. Masalah suasana hati kita juga ngaruh banget, gue pernah telat masuk kelasnya dosen killer, gue udah jelasin sebab gue telat, lu tau, gue ttp aja diusir. Imbasnya yah gue jadi ogah-ogahan aja masuk kuliahnya lagi dan nggk semangat. Manajemen diri itu lebih ke masalah komitmen ke diri kita dan gue tuh orgnya nggk suka ribet, semuanya serba diatur, pokoknya jalanin aja”(wawancara personal tgl 4 Mei 2017)*

Sementara itu, wawancara lain mengenai manajemen diri pada mahasiswi kelas karyawan Esa Unggul yang berinisial TW Jurusan Keperawatan, sebagai berikut :

*“ Kalau menurut saya sih manajemen diri itu lebih berasal dari mindset kita, kalau kita berpikir bisa , kita pasti bisa. Tiap malem tuh saya mesti sudah ngatur apa-apa yang besok harus saya kerjakan, di rumah sakit harus optimal ngerawat pasien, terkadang juga bawa beberapa buku buat baca, tugas kuliah ngerjainnya nyicil biar nggk numpuk, kalau ada masalah saya biasanya sharing keteman-teman, semuanya support aku, yang paling penting juga harus siapin mental, pernah saya dimarahin sama dokter jaga, lupa masalahnya apa yah, mungkin karena kecapean jadi saya kurang fokus sama kerjaan, nah masalah di rumah sakit nggak boleh saya bawa kekampus, misalnya saya jadi kepikiran dan nggk serius belajar,atau bahkan saya bolos kan. Dosen dikelas malah juga pernah bilang, yakin bisa lulus 3 tahun lagi, paling juga 6 tahun. Yah menurut saya sih kita nggk boleh masukin itu ke mindset kita, harus yakin bisa lulus tepat waktu, meski saya juga nggk harus narget seperti teman saya yang cumlaud, paling nggk saya punya IPK yang memuaskan.(wawancara personal tanggal 2 Mei 2017)*

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat diketahui bahwa berbagai kendala dan kesulitan yang dialami oleh mahasiswa kelas karyawan khususnya dalam hal manajemen diri. Seperti yang diungkapkan oleh subjek SA, yang menyatakan bahwa semenjak ia bekerja, ia menjadi semakin lalai dengan aktivitas perkuliahannya. selain itu, saat SA merasa suntuk ia memilih untuk bermain bersama teman-temannya, dan memilih bersantai ketimbang mengerjakan tugas. SA mengalami masalah dalam hal manajemen diri, tidak adanya kemampuan untuk mengarahkan dorongan dari dalam dirinya, dimana SA tidak mampu menentukan aktivitas yang akan ia kerjakan, menentukan prioritas yang tepat untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya, serta tidak dapat mengelola emosinya saat ia mengalami stress. Seperti halnya subjek SA, subjek M juga memiliki manajemen diri yang rendah. Ketika M merasa lelah maka ia tidak bisa fokus belajar, sering bolos kuliah, menunda menyelesaikan tugas hingga nilai indeks prestasi yang kurang memuaskan. Menurut M, hambatan terbesar adalah merasa kesulitan dalam mengatur waktu dalam menyelesaikan berbagai tugas dan pekerjaannya.

Berbeda dengan subjek SA dan M, subjek TW dapat mengarahkan tindakan apa yang harus ia lakukan dengan membuat perencanaan hingga ia dapat mengorganisasikan dirinya dengan baik, seperti merawat pasien, mengerjakan tugas kuliah dan belajar. Hal tersebut dapat terjadi berkat dukungan orang-orang sekitarnya seperti ada seseorang yang selalu memberikan dorongan agar subjek lebih giat dalam belajar dan menyelesaikan tugas-tugasnya, serta mengingatkan subjek agar membuat jadwal prioritas kegiatannya sehari-hari.

Selain itu dukungan sosial dari orang-orang terdekat subjek seperti nasehat ataupun saran membuat subjek lebih mampu mengendalikan pikiran positif seperti pemikiran-pemikiran atau ide yang merefleksikan aspek yang diinginkan dari sebuah situasi seperti subjek yang memiliki pemikiran bahwa “jika kita berpikir bisa, maka kita pasti bisa”. Adanya dukungan sosial berupa orang-orang yang selalu menghibur subjek ataupun seseorang yang selalu menghabiskan waktu bersama membuat subjek merasa nyaman dan dicintai sehingga ia mampu mengelolah aspek emosi dalam dirinya, ia akan mempertahankan emosi dan sensasi yang positif. Misalnya ketika subjek mendapat perlakuan yang kurang menyenangkan dari orang lain, ia berusaha untuk mengelola emosinya agar tidak sedih atau marah.

Berdasarkan teori manajemen diri yang dikemukakan oleh O’Keefe dan Berger (1999) bahwa manajemen diri berkaitan dengan bagaimana individu mampu mengendalikan tiga komponen yang penting dalam dirinya yaitu *affect* (perasaan), *kognitif* (pikiran) dan *behavior* (perilaku). Sedangkan oleh Prijosaksono (dalam Khairatunnisa, 2016) bahwa manajemen diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya.

Dukungan sosial menjadi hal yang diduga dapat mempengaruhi manajemen diri. Menurut Syah (2012) bahwa kemampuan individu untuk mengelola diri (*self management*) dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu dukungan sosial dan kesiapan untuk berubah. Selain itu disadari atau tidak faktor

lingkungan terkadang membawa dampak positif dan negatif pada diri seseorang. Lingkungan yang baik akan menjadi faktor yang sangat mendukung dalam perubahan diri untuk menjadi lebih baik. Ketika seseorang menginginkan untuk dapat mengelola dirinya dengan baik maka dibutuhkan dukungan dari orang-orang sekitarnya. Selain itu seseorang yang hidup pada lingkungan yang tertata rapi akan terkondisikan untuk hidup secara rapi pula. Sebaliknya adanya kendala dengan lingkungan sekitar, seperti tabiat orang-orang disekitar yang berinteraksi dengan individu seperti keluarga, kerabat, rekan-rekan kerja, kenalan-kenalannya dan sebagainya. Terutama apabila mereka termasuk orang-orang yang memiliki manajemen diri yang buruk, tidak menghargai waktu dan terjebak pada kebiasaan-kebiasaan yang tidak teratur. Sehingga lambat laun akan terbentuk pola pikir dan perbuatan berdasarkan pengalaman dari lingkungan (Jawwad,2007).

Menurut Prijosaksono (dalam Khairatunnisa,2016) menyatakan bahwa faktor penting yang dapat mempengaruhi manajemen diri yaitu lingkungan. Lingkungan sosial yang menyenangkan, sikap atau respon dari lingkungan akan membentuk sikap terhadap diri seorang (*self attitude*). Oleh karena individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungan akan cenderung menerima dirinya, sebaliknya lingkungan yang kurang mendukung dapat menjadi hambatan individu untuk mengembangkan potensi-potensi dalam dirinya yang bisa mempersulit dirinya untuk menerima diri walaupun individu tersebut sadar akan potensi yang dimilikinya. Salah satu sikap menyenangkan yang diperoleh dari lingkungan adalah adanya dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Menurut (Sarafino & Smith, 2011) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan,

penghargaan, kepedulian, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari orang lain atau pun kelompok .

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Khairatunnisa (2016) mengenai manajemen diri mahasiswa berprestasi yang bekerja, dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi manajemen diri adalah memotivasi diri, pengorganisasian diri, dan pengendalian diri. Memotivasi diri dapat berasal dari diri dan lingkungan, dari dalam diri dengan cara mensugesti diri sedangkan motivasi dari luar yang berasal dari keluarga dan teman-teman. Dalam penelitian tersebut, adanya dukungan sosial berupa motivasi dari orang-orang sekitar dapat memberi dorongan sehingga individu mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Dengan demikian berdasarkan uraian diatas Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap manajemen diri pada mahasiswa yang kuliah sambil Bekerja.

## **B. Identifikasi Masalah**

Kuliah kelas karyawan merupakan kuliah yang biasanya diadakan diluar jam kerja yang mayoritas mahasiswanya adalah orang-orang yang telah bekerja. Tidak bisa dipungkiri bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja merasakan tuntutan dan tekanan yang lebih berat dibandingkan mahasiswa yang kuliah saja. Mereka dituntut untuk mampu menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik dalam urusan perkuliahan maupun pekerjaan. Oleh karena itu

mahasiswa tersebut diharapkan mampu melakukan manajemen diri dengan baik agar dapat mengatur berbagai tugas dalam setiap perannya.

Ketika mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki manajemen diri yang rendah maka, mahasiswa tersebut akan merasa kesulitan dalam mengatur berbagai tugas yang ia hadapi, seringkali absen akibat kegiatan yang tidak terjadwal, kurang konsentrasi dalam belajar, melalaikan tugas, hingga penurunan prestasi akademik. Sebaliknya bagi mahasiswa yang mampu memmanage dirinya dengan baik maka mereka disiplin terhadap waktu, lebih fokus dalam belajar, mengumpulkan tugas dengan tepat waktu serta dapat mencapai prestasi akademik yang memuaskan.

Demikian halnya yang terjadi di Universitas Esa Unggul, sebagian mahasiswa ada yang mampu melakukan manajemen diri namun ada pula mahasiswa yang belum mampu melakukan manajemen diri. Padahal faktanya, setiap mahasiswa yang kuliah sambil bekerja akan mengalami masa-masa sulit dimana mereka harus bisa membagi waktu, mengontrol aktivitas, mengelola emosi dan pikiran, bahkan menjaga kondisi tubuh agar tetap prima. Adanya dukungan sosial dari orang-orang akan sangat membantu agar individu dapat melakukan manajemen diri. Misalnya, ketika ada teman atau keluarga yang mengingatkan ketika lupa dalam mengerjakan tugas, mendengarkan keluhan, memberikan nasehat dan saran, memberi dorongan dan perhatian, hingga memberi bantuan langsung berupa barang maupun jasa yang dibutuhkan. Dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi manajemen diri

seseorang. Dukungan sosial dapat berasal dari lingkungan sekitar baik dari keluarga, pasangan, atasan, dosen, rekan kerja dan teman kuliah.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin meneliti apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap manajemen diri mahasiswa yang kuliah sambil bekerja ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini Bertujuan untuk mengetahui pengaruh Dukungan Sosial terhadap Manajemen diri pada Mahasiswa yang Kuliah sambil Bekerja

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi pengembangan di bidang psikologi, khususnya pada ranah psikologi pendidikan

#### 2. Manfaat Praktis

Manfaat Praktis yang diharapkan adalah dapat memberikan informasi kepada mahasiswa yang bekerja maupun tidak bekerja tentang manajemen diri.

### **F. Kerangka Berfikir**

Mahasiswa kelas karyawan Universitas Esa Unggul yang menjalani perkuliahan dan bekerja diharapkan mampu untuk menyeimbangkan dua peran dan tanggung jawab yang berbeda baik itu di kampus maupun ditempat ia bekerja. Sebagai mahasiswa mereka dihadapkan oleh tuntutan tugas akademik di kampus

seperti hadir mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas-tugas, membuat laporan, mengikuti ujian, dan menyelesaikan tugas akhir, disisi lain mereka juga memiliki tuntutan di tempat ia bekerja dengan target dan *deadline* yang telah ditentukan. Beragam tuntutan tersebut seringkali menimbulkan masalah dalam memutuskan tuntutan mana yang terlebih dahulu harus diselesaikan, terlebih lagi ketika berbagai tugas dari dua peran tersebut sama padat dan pentingnya. Dalam menghadapi situasi demikian dibutuhkan manajemen diri untuk mengelolah dirinya, mahasiswa yang memiliki manajemen diri akan membuat prioritas kegiatan mana yang harus ia kerjakan terlebih dahulu, sehingga ia akan lebih mudah dalam mencapai tujuan.

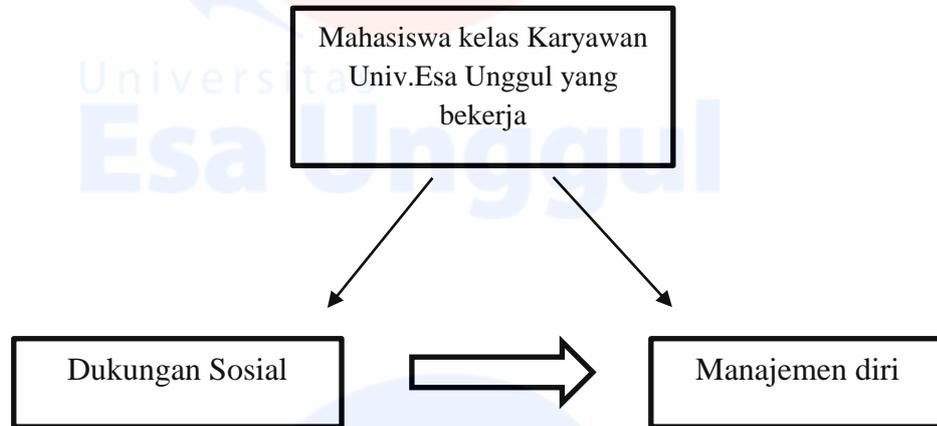
Salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen diri menurut Prijosaksono (dalam Khairatunnisa, 2016) yaitu lingkungan. Lingkungan sosial yang menyenangkan, sikap atau respon dari lingkungan akan membentuk sikap terhadap diri seseorang (*self attitude*). Sikap menyenangkan yang diterima seseorang dari lingkungan dapat berupa dukungan sosial, Menurut Sarafino (2002), dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok.

Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi dari orang-orang terdekatnya akan membuat mahasiswa tersebut merasa diperhatikan sehingga akan membuat mereka merasa lebih bahagia, nyaman, tidak mudah cemas, sedih dan marah serta lebih semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini membuat mahasiswa tidak mudah merasa lelah dalam menjalani beragam tuntutan tugas baik itu di kampus maupun di tempat kerjanya. Seperti

ketika memiliki seseorang yang selalu memberikan perhatian dan dorongan, mengingatkan deadline akan tugas-tugas yang harus diselesaikan, memberi saran agar membuat jadwal kegiatan sehari-hari. Memperoleh bantuan saat mengalami kesulitan, serta ada seseorang yang mau menghabiskan waktu bersama. Dengan demikian mahasiswa akan merasa beban pekerjaannya menjadi lebih ringan sehingga ia tidak mudah merasa cemas, tidak mudah marah, sedih dan selalu berfikir positif sehingga ia akan cenderung lebih mudah dalam melakukan manajemen diri.

Sedangkan apabila mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang rendah dari lingkungan sekitarnya maka ia akan merasa terabaikan sehingga ia kurang bersemangat, hal tersebut disebabkan oleh kurangnya perhatian dari orang-orang sekitarnya, seperti tidak ada yang memberikan saran dan arahan akan hal-hal positif, bantuan ketika mengalami kesulitan, dan tidak seseorang yang mau menghabiskan waktu bersamanya. Maka mahasiswa yang menjalani kuliah sekaligus pekerja akan lebih mudah merasa cemas, sedih, marah, merasa tertekan dengan tuntutan pekerjaannya, berfikir bahwa beban kerjanya terlalu berat, bermalas-malasan sehingga akan menghambat dirinya untuk melakukan manajemen diri.

Kerangka berpikir berdasarkan penjelasan diatas dapat digambarkan seperti gambar 1.1 dibawah ini



**Gambar 1.1 Kerangka Berpikir**

#### **F. Hipotesis**

- Ada pengaruh positif antara dukungan sosial terhadap manajemen diri pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.