

Spiritualitas dan *Hardiness* Sebagai Prediktor Resiliensi pada Mahasiswa dengan Peran Ganda: Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Memiliki Pekerjaan Sambilan

Andra Arivianda Putra

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281
andra.arivianda@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efek dari spiritualitas dan *hardiness* sebagai prediktor resiliensi pada mahasiswa peran ganda di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan yang menggunakan metode *accidental sampling*. Sampel yang didapatkan adalah sejumlah 244 responden mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan. Metode pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala spiritualitas, skala *hardiness* dan skala resiliensi. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi pearson product moment dan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiliensi ($r = .766, p < .01$), dan *hardiness* dengan resiliensi ($r = .747, p < .01$). Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan adanya efek yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi ($\beta = .474; t = 8,81; p < .01$), serta terdapat efek yang signifikan pula antara *hardiness* dengan resiliensi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa spiritualitas dan *hardiness* secara simultan terbukti memiliki efek secara signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan ($\beta = .406; t = 7,54; p < .01$).

Kata Kunci: *Spiritualitas, hardiness, resiliensi dan mahasiswa peran ganda*

Abstract

This study aims to examine the effects of spirituality and *hardiness* as predictors of resilience in dual-role students in the Special Region of Yogyakarta. This study uses a quantitative approach using accidental sampling method, which gets 244 final year student respondents who have part-time job. The data collection method is done by using spirituality scale, *hardiness* scale and resilience scale. The data analysis technique used Pearson product moment correlation test and multiple linear regression analysis. The results shows that spirituality had a significant relationship with resilience ($r = .766, p < .01$), and *hardiness* with resilience ($r = .747, p < .01$). The result of multiple linear regression analysis shows a significant effect between spirituality and resilience ($\beta = .474; t = 8,81; p < .01$), and there is also a significant effect between *hardiness* and resilience. This study also shows that spirituality and *hardiness* are simultaneously proven to have a significant effect on resilience in final year students who have part-time job ($\beta = .406; t = 7.54; p < .01$).

Keywords: *Spirituality, hardiness, resilience and dual role students*

Pendahuluan

Berada di perguruan tinggi dan menjadi peran sebagai mahasiswa merupakan tantangan serta pekerjaan yang harus dihadapi oleh mahasiswa. Berbagai tantangan dan pekerjaan lain bagi mahasiswa yakni: tugas, ujian, maupun tugas akhir skripsi yang wajib diselesaikan para mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Perguruan tinggi juga sudah menetapkan jangka waktu penyelesaian studi yang telah ditentukan. Berbagai kendala dan keadaan juga berpengaruh pada prestasi mahasiswa dalam menjalani masa studinya.

Mahasiswa yang mengalami keadaan finansial kurang mampu banyak yang mengambil langkah kuliah sambil bekerja agar mampu menopang kebutuhan finansialnya. Peran kuliah sambil bekerja pada mahasiswa mempunyai istilah fenomena peran ganda pada mahasiswa. Fenomena tersebut sudah banyak ditemukan bukan hanya di negara berkembang seperti Indonesia, tetapi di beberapa negara maju di Eropa Tengah dan Timur banyak dijumpai fenomena peran ganda pada mahasiswa (Robert & Saar, 2012).

Berbagai alasan yang melatarbelakangi mahasiswa sambil bekerja adalah untuk mencukupi kebutuhan finansial yakni, memperoleh penghasilan untuk membayar biaya pendidikan dan kebutuhan sehari-hari serta meringankan beban orang tua. Menurut Dudija (2011) banyak mahasiswa mencari tambahan penghasilan untuk mencukupi kebutuhan kuliah yang semakin menggunung. Kuliah sambil bekerja banyak dilakukan bagi mahasiswa yang kurang mampu secara ekonomi, karena biaya hidup sehari-hari seringkali tidak sebanding dengan uang saku yang diberikan oleh orang tua.

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja hampir terpecah diberbagai angkatan, begitupun pada mahasiswa

tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Kebutuhan hidup yang semakin meningkat, membuat mahasiswa harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan yang lebih besar daripada pemasukan yang diperoleh (Asbari et al., 2020). Ketika kebutuhan yang banyak ini tidak dapat terpenuhi, mau tidak mau mahasiswa harus mencari sumber dana secara mandiri untuk mencukupi kebutuhan tersebut, yakni dengan bekerja.

Selain itu, alasan lain mahasiswa bekerja yakni, untuk mengisi waktu luang dikarenakan jadwal perkuliahan yang tidak padat dan belajar untuk hidup mandiri agar tidak ketergantungan dengan orang lain ataupun orang tua, mencari pengalaman di luar perkuliahan, menyalurkan hobi dan macam-macam alasan lainnya (Yahya & Widjaja, 2019). Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu yang digunakan untuk kuliah dengan pekerjaan, kedisiplinan, dan memperhatikan kondisi kesehatan karena mereka harus membagi peran antara menjadi mahasiswa dan karyawan (Mardelina & Muhson, 2017).

Adanya desakan dari orang tua maupun kampus membuat mahasiswa peran ganda tersebut mempunyai beban yang dapat berpengaruh pada akademik mahasiswa. Menurut Yanbarisova (2015) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang bekerja sesuai dengan bidang studi akademiknya mempunyai prestasi akademik lebih baik daripada mahasiswa yang bekerja diluar bidang studinya. Pekerjaan paruh waktu yang sesuai bidangnya dapat menjadi sumber motivasi tambahan dan pengetahuan. Dalam hal ini, bekerja dan belajar saling melengkapi satu sama lain.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti pada empat subjek mahasiswa di Yogyakarta yang sedang bekerja dan dalam masa pengerjaan skripsi

dapat disimpulkan bahwa, mahasiswa yang mengerjakan skripsi sambil bekerja sering merasa kelelahan. Kondisi tersebut diakibatkan adanya beban ganda yang dialami oleh mahasiswa. Selain itu, keadaan ekonomi yang mengharuskan mereka harus tetap bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Kondisi tersebut membuat subjek kesulitan dalam mengatur waktu antara istirahat, kerja dan mengerjakan skripsi sehingga berpengaruh terhadap kesehatan fisiknya. Berdasarkan data diatas, terdapat permasalahan bahwa resiliensi mahasiswa menurun. Mereka cenderung pasrah dengan keadaan dan cenderung mengikuti alur kehidupan tanpa adanya gairah untuk terus berkembang.

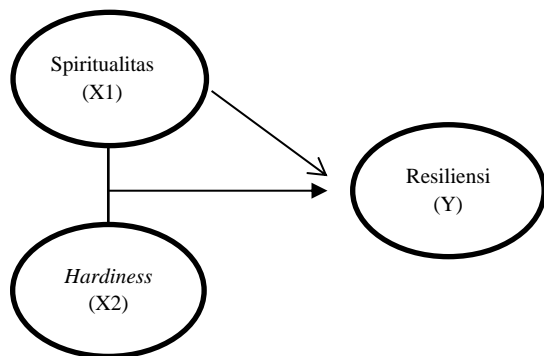
Dalam menyikapi permasalahan tersebut, mahasiswa peran ganda harus memiliki kemampuan untuk menghadapi kesulitan agar mampu untuk bertahan dalam situasi tertekan. Kemampuan itu disebut resiliensi. Resiliensi telah didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk bangkit kembali, pulih dan menyesuaikan atau bahkan berkembang saat mengalami perubahan, kesulitan atau keterpurukan (Garcia-Dia, DiNapoli, Garcia-Ona, Jakubowski, & O'Flaherty, 2013). Menurut Keye & Pidgeon (2013) mengatakan bahwa resiliensi sebagai kemampuan untuk mempertahankan stabilitas psikologis saat mengalami stres. Dalam hal ini, resiliensi melibatkan stabilitas internal, kesadaran dan fleksibilitas, yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi situasi yang penuh tekanan (Carneiro, Navinchandra, Vento, Timo'teo, & Borges, 2018).

Selanjutnya, menurut Maddi & Khoshaba (2005) mengatakan bahwa agar individu yang memiliki resiliensi yang baik, maka individu tersebut harus memiliki *hardiness*. *Hardiness* merupakan pola sikap dan keterampilan tertentu yang membantu individu menjadi tangguh dengan bertahan dan berkembang di bawah tekanan. Perbedaan mendasar antara *hardiness* dan resiliensi terletak pada kedudukannya, di

mana *hardiness* mampu mendorong seseorang untuk menjadi resilien. Sedangkan pada *hardiness*, mencakup pada pola pikir seseorang, artinya penilaian kognitif individu yang bersifat positif akan disimpan kemudian diubah menjadi sebuah perspektif (VanBreda, 2001). *Hardiness* menurut Kobasa, Maddi, & Courington (1981) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan konstruk psikologis sebagai penengah stres dan penyakit, serta berpotensi mengurangi efek negatif dari stres.

Selain itu, salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu spiritualitas. Dalam hal ini, spiritualitas sebagai individu yang berjuang untuk dan mengalami koneksi dengan esensi kehidupan yang memiliki keterhubungan dengan diri sendiri, keterhubungan dengan orang lain dan alam, dan keterhubungan dengan transenden (Meezenbroek, et al., 2012). Menurut Novitasari (2017) spiritualitas ialah suatu pengalaman kesadaran seseorang dalam menemukan makna suatu kejadian dalam kehidupannya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Cahyani & Akmal, 2017) diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa, spiritualitas memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi. Individu yang menganggap spiritualitas itu penting, maka individu tersebut semakin besar kemampuannya untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa, resiliensi dan *hardiness* mampu mengatasi masalah dalam hidup seperti mengalami kesulitan, tekanan dan keterpurukan. Individu yang *hardiness* memiliki sistem kekebalan yang lebih kuat dan sistem imun yang lebih tinggi. Oleh karena itu *hardiness* memainkan peran utama dalam meningkatkan dimensi fisik dan mental serta kualitas hidup seseorang (Tadayon, Dabirizadeh, Zarea, Behrooz, & Haghhighizadeh, 2018).



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian tersebut, resiliensi pada mahasiswa skripsi sambil bekerja penting untuk diteliti sebab, dengan adanya resiliensi, mahasiswa yang menjalani peran ganda akan mampu bangkit kembali dari keterpurukannya dan mampu untuk menjalani hidupnya kembali. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek spiritualitas dan *hardiness* terhadap resiliensi mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir sambil bekerja. Apakah spiritualitas dan *hardiness* memiliki efek yang signifikan terhadap resiliensi mahasiswa skripsi sambil bekerja. Penelitian ini akan membahas secara spesifik bagi mahasiswa yang sedang menjalani peran ganda, kuliah-bekerja. Oleh karena itu, peneliti memfokuskan penelitian pada "Spiritualitas dan *Hardiness* sebagai Prediktor Resiliensi pada Mahasiswa dengan Peran Ganda".

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Penelitian yang berjudul Spiritualitas dan *Hardiness* sebagai Prediktor Resiliensi pada Mahasiswa dengan Peran Ganda ini menggunakan pendekatan kuantitatif.

Waktu dan Tempat Penelitian

Peneliti memutuskan untuk membuat sebuah kuesioner melalui bantuan aplikasi google form dengan menyebarkan kuesioner secara cepat melalui link yang

dibagikan peneliti kepada subjek penelitian yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta, yang dimulai sejak Desember 2020 sampai Januari 2021.

Target/ Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambil di Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik yang dipilih dalam penentuan sampel adalah dengan menggunakan teknik accidental sampling. Populasi pada penelitian ini tidak diketahui secara pasti, karena tidak ada data yang ditemukan secara spesifik terkait data mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambil. Peneliti memperoleh responden sebesar 244 mahasiswa yang memiliki pekerjaan sambil yang dapat dianalisis.

Prosedur

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner skala spiritualitas, resiliensi dan *hardiness*.

Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan melakukan pengukuran atribut psikologis tiap individu. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan skala spiritualitas, resiliensi dan *hardiness* dengan bentuk skala Likert. Butir-butir pertanyaan bersifat tertutup dengan terdapat lima alternatif jawaban yang disediakan pada skala instrumen penelitian ini. Adapun isi jawabannya diantaranya: "sangat tidak sesuai" dengan pemberian skor 1, "tidak sesuai" dengan pemberian skor 2, "netral" dengan pemberian skor 3, "sesuai" dengan pemberian skor 4 dan "sangat sesuai" dengan pemberian skor 5.

Skala spiritualitas berdasarkan pada alat ukur SAIL (*Spiritual Attitude and Involvement List*) dari Meezenbroek (2012)

dengan aspek keterhubungan dengan diri sendiri, keterhubungan dengan orang lain dan alam dan keterhubungan dengan transenden. Skala *hardiness* diadaptasi dari skala *Occupational Hardiness Questionnaire* (OHQ) yang disusun oleh Jimenez, Munoz, Hernandez, & Blanco (2014) dengan aspek komitmen, kontrol dan tantangan. Skala resiliensi disusun berdasarkan konstruk dari Conroy & Davidson (2003) yaitu *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) dengan aspek *personal competence, high standards and tenacity* (kemampuan pribadi, standar yang tinggi dan kegigihan), *trust in one's instincts, tolerance of negative affect and strengthening effects of stress* (kepercayaan diri, toleransi terhadap efek negatif dan kekuatan menghadapi stres), *positive acceptance of change, and secure relationship* (menerima perubahan secara positif dan kemampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain), *control* (pengendalian diri) dan *spiritual influences* (pengaruh spiritual).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heterokedastisitas) setelah itu dilakukan uji hipotesis (analisis regresi linier berganda dan koefisien determinasi).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Uji Prasyarat Analisis

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual mempunyai distribusi normal atau tidak.

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Normalitas	
	Shapiro Wilk	Sig.
Spiritualitas	,991	,159
<i>Hardiness</i>		

Berdasarkan data yang diperoleh dari pengisian skala spiritualitas, *hardiness* dan resiliensi berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat pada nilai Asymp. Sig. (2-tailed)= 0,159. Sehingga, nilai signifikansi lebih dari 0,05.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel independen maupun variabel dependen bersifat linier atau tidak.

Tabel 2. Uji Linearitas

Variabel	Linearitas	
	F	Sig.
Spiritualitas	1,022	.444
<i>Hardiness</i>	1,250	.182

Variabel Dependen: Resiliensi

Berdasarkan data yang diperoleh nilai signifikansi *Deviation from Linearity* adalah 0,444 ($p > 0,05$) untuk variabel spiritualitas dengan resiliensi. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel spiritualitas dengan resiliensi. Sedangkan untuk variabel *hardiness* dengan resiliensi, diperoleh nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,182 ($p > 0,05$). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel *hardiness* dengan resiliensi.

3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah model regresi ditemukan korelasi yang tinggi antar variabel independen.

Tabel 3. Uji Multikolinearitas

Variabel	Multikolinearitas	
	Tolerance	VIF
Spiritualitas	,481	2,080
<i>Hardiness</i>	,481	2,080

Berdasarkan data yang diperoleh nilai *tolerance* kedua variabel independen adalah 0,481, tidak ada variabel independen yang memiliki nilai *tolerance* <0,10. Selanjutnya,

hasil perhitungan pada nilai *Variance Tolerance Factor* (VIF) menunjukkan tidak adanya nilai VIF yang bernilai >10. Kedua variabel independen memiliki nilai VIF sebesar 2,080. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa tidak ada multikolinearitas antar variabel independen.

4. Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terjadi kesamaan atau ketidaksamaan varian.

Tabel 4. Uji Heterokedastisitas

Variabel	Heterokedastisitas
	Asymp. Sig.
Spiritualitas	.250
<i>Hardiness</i>	.797

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa hasil uji heteroskedastisitas menggunakan uji glejser didapatkan nilai signifikansi masing-masing 0,250 dan 0,797 lebih besar dari 0,05. Jadi, dapat disimpulkan bahwa model regresi tidak mengandung heteroskedastisitas.

Uji Hipotesis

1. Analisis Korelasi Pearson

Untuk mengetahui korelasi spiritualitas dengan resiliensi dan *hardiness* dengan resiliensi, maka dilakukan teknik penghitungan *pearson correlation*. Berikut hasil perhitungan korelasi antar variabel:

Tabel 5. Uji Korelasi Pearson

	Spiritualitas	<i>Hardiness</i>	Resiliensi
Spiritualitas	1		
<i>Hardiness</i>	,721 ***	1	
Resiliensi	,766 ***	,747 ***	1

* p < .05; ** p < .01; *** p < .001

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai korelasi (r) antara variabel spiritualitas dengan resiliensi sebesar 0.766 dengan signifikansi 0.000 (p < 0.05), artinya spiritualitas memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Selanjutnya, pada variabel *hardiness* dengan

resiliensi diperoleh nilai korelasi (r) sebesar 0.747 dengan signifikansi 0.000 (p < 0.05), artinya *hardiness* memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Dari keseluruhan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa jika skor spiritualitas ataupun *hardiness* tinggi maka skor resiliensi juga tinggi, begitupun jika sebaliknya.

2. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda merupakan hubungan yang linier antara dua atau lebih variabel independen (X1, X2,...Xn) dengan variabel dependen (Y). Tujuan analisis ini untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen apakah berhubungan positif atau bahkan negatif. Berikut hasil perhitungannya:

Tabel 6. Hasil Uji Koefisien Regresi Secara Parsial (Uji t)

Model	β	t	Sig.
(constant)		-,384	,701
Spiritualitas	,474	8,810	,000
<i>Hardiness</i>	,406	7,545	,000

a. Dependent Variable: Resiliensi

Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa taraf signifikansi variabel spiritualitas sebesar (0,000) <0,05, artinya spiritualitas memiliki efek terhadap naiknya resiliensi (t = 8.81, p < .01). Lebih lanjut, taraf signifikansi untuk variabel *hardiness* sebesar (0,000) <0,05, artinya *hardiness* memiliki efek terhadap naiknya resiliensi (t = 7.54, p < .01).

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Regresi Secara Simultan (Uji F)

Model	df	F	Sig.
Regression	2	239,591	,000
Residual	241		

a. Dependent Variable: Resiliensi

b. Predictors: (Constant), *Hardiness*, Spiritualitas

Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa taraf signifikansi sebesar 0,000 lebih

kecil dari 0,05. Artinya, spiritualitas dan *hardiness* secara simultan memiliki efek terhadap terhadap resiliensi ($F(2, 241) = 239,59; p < .01; R^2 = .66$).

Tabel 8. Hasil Uji Determinasi (R^2)

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
,816	,665	,663	8,163

Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa Nilai R Square sebesar 0,665. Hal ini berarti spiritualitas dan *hardiness* memberikan sumbangsih sebesar 66,5% dalam memprediksi resiliensi. Sisanya sebesar 33,5% disumbang oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

3. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, dapat diketahui besarnya sumbangan relatif (SR) dan sumbangan efektif (SE) masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel 9. Hasil Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	Sumbangan	
	Efektif	Relatif
Spiritualitas (X1)	36%	54,5%
<i>Hardiness</i> (X2)	30%	45,4%
Total	66%	99,9%

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh, sumbangan efektif (SE) dari kedua variabel dalam penelitian ini sebesar 66%. Untuk sumbangan efektif dari spiritualitas sebesar 36% dan untuk *hardiness* sebesar 30% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya sumbangan relatif (SR) dari spiritualitas sebesar 54,5% dan untuk *hardiness* sebesar 45,4%.

Pembahasan

Hasil analisis penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa spiritualitas memberikan efek yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa taraf signifikansi variabel spiritualitas sebesar $<0,001$ yang artinya terdapat efek yang signifikan antara variabel spiritualitas terhadap variabel resiliensi. Hasil tersebut sesuai dengan hipotesis pertama yang diajukan peneliti yakni, spiritualitas memiliki efek terhadap naiknya resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa, semakin tinggi tingkat spiritualitas maka akan semakin tinggi pula resiliensi yang ditunjukkan seseorang. Sebaliknya, semakin rendah spiritualitas yang dimiliki seseorang maka akan cenderung semakin rendah resiliensi yang muncul.

Hal tersebut saling berhubungan karena spiritualitas mampu memberikan makna dasar dalam hidup dan menemukan diri kita terhubung dengan konteks yang lebih besar. Kemampuan itulah yang dapat mendorong seseorang untuk bangkit kembali dari keterpurukan. Menurut Carneiro, Navinchandra, Vento, Timo'teo, & Borges (2018) mengatakan bahwa spiritualitas mampu memberikan sumbangsih terhadap resiliensi sehingga, seseorang memiliki daya tahan yang lebih besar dan akibatnya mereka mampu bangkit kembali. Sehingga, spiritualitas dapat menjadi faktor pencegah ide bunuh diri, penyalahgunaan obat dan alkohol serta masalah psikologis. Sementara itu, Cahyani & Akmal (2017) menambahkan bahwa seseorang yang memiliki spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki kemampuan lebih baik untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Seseorang yang memiliki spiritualitas yang tinggi memperlihatkan ciri dengan memiliki rasa tenang dan nyaman dalam hidupnya. Oleh karena itu, resiliensi yang ditunjukkan oleh seseorang yang

memiliki spiritualitas yang baik, akan cenderung mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi.

Selanjutnya, pengujian terhadap hipotesis kedua yaitu terdapat efek yang signifikan antara *hardiness* dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan. Hal itu ditunjukkan hasil uji regresi dengan taraf signifikansi variabel *hardiness* sebesar $<0,001$ yang berarti hipotesis kedua yang berbunyi *hardiness* memiliki efek terhadap naiknya resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan dapat diterima. Oleh karena itu, karakteristik kepribadian seseorang yang tangguh dapat membuat resiliensi seseorang jadi lebih baik. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa, ketika *hardiness* tinggi, maka resiliensi akan cenderung tinggi juga.

Hasil analisis tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tadayon, Dabirizadeh, Zarea, Behrooz, & Haghhighizadeh (2018) bahwa *hardiness* berpengaruh positif terhadap resiliensi pada wanita penderita kanker payudara. Resiliensi akan muncul ketika individu mengalami tekanan atau trauma. Sedangkan *hardiness* memiliki peran sebagai individu yang tangguh dan berambisi mengatasi trauma. Hal tersebut menjelaskan bahwa individu yang *hardiness* cenderung memiliki keyakinan bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk meraih keberhasilan sehingga dapat mengatasi tekanan atau trauma yang terjadi dalam dirinya maka, hal tersebut dapat membuat individu menjadi resilien (Georgoulas-Sherry & Kelly, 2019). Oleh karena itu, *hardiness* ditandai dengan pola pikir positif yang memungkinkan terjadinya homeostasis atau menyeimbangkan keadaan selama keadaan buruk. Sedangkan resiliensi dikategorikan sebagai proses aktif adaptasi positif di mana upaya untuk melanjutkan dan mempertahankan homeostasis atau menyeimbangkan keadaan selama trauma atau keadaan yang menantang. Dengan begitu, baik *hardiness*

maupun resiliensi merupakan variabel yang dapat membantu individu untuk dapat mengontrol diri ketika sedang dilanda masalah (Tadayon, Dabirizadeh, Zarea, Behrooz, & Haghhighizadeh, 2018).

Lebih lanjut, pengujian pada hipotesis ketiga untuk mengetahui efek antara spiritualitas dan *hardiness* terhadap resiliensi secara simultan atau bersama-sama dilakukan uji F. Hasil yang ditunjukkan dari penghitungan tersebut diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 lebih kecil dari 0,005 maka, hipotesis ketiga yang berbunyi keterkaitan spiritualitas dan *hardiness* secara simultan memiliki efek terhadap naiknya resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sambilan dapat diterima. Selanjutnya, untuk mengetahui kekuatan efek antara spiritualitas dan *hardiness* terhadap resiliensi dilakukan pengujian koefisien determinasi. Hasil menunjukkan nilai R Square sebesar 0,665 atau sama dengan 66,5%. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel spiritualitas dan variabel *hardiness* secara simultan atau bersama-sama memberikan efek terhadap resiliensi sebesar 66,5%. Sisanya sebesar 33,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Selanjutnya, diperoleh bahwa sumbangan efektif (SE) dari spiritualitas sebesar 36% atau nilai korelasi (r) antara variabel spiritualitas dengan resiliensi sebesar 0,766. Sedangkan untuk variabel *hardiness* diperoleh sumbangan efektif (SE) sebesar 30% atau nilai korelasi (r) antara variabel *hardiness* dengan resiliensi sebesar 0,747. Berdasarkan data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa spiritualitas lebih unggul untuk memberikan efek yang signifikan daripada variabel *hardiness*. Oleh karena itu, apabila tingkat spiritualitas dan *hardiness* tinggi dapat dipastikan resiliensi seseorang cenderung meningkat, begitu pun juga sebaliknya.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menghadapi tekanan dalam kehidupan dan berupaya untuk pulih dan

bangkit kembali. Menurut Keye & Pidgeon (2013) mengatakan bahwa resiliensi sebagai kemampuan untuk mempertahankan stabilitas psikologis saat mengalami stres. Di sisi lain, resiliensi menekankan keterampilan untuk mengatasi suatu masalah dan fokus pada kekuatan dan peluang untuk memperkuat kemampuan mengatasi dan bangkit kembali dalam menghadapi kesulitan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi Menurut Renick, Gwyther, & Roberto (2018) yaitu: harga diri, dukungan sosial, spiritualitas dan emosi positif. Beberapa faktor tersebut turut serta memberikan efek terhadap naik-turunnya resiliensi seseorang.

Kemudian dalam konteks mahasiswa mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sampingan berdasarkan penelitian ini, diketahui bahwa spiritualitas dan *hardiness* mempunyai pengaruh yang besar pada resiliensi. Menurut Renick, Gwyther, & Roberto (2018) menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah spiritualitas. Pada faktor tersebut membuktikan bahwa spiritualitas memungkinkan individu untuk mengatasi tekanan dalam hidup dan memberikan perlindungan terhadap depresi dan stres.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa seorang mahasiswa yang sedang mengalami tekanan di hidupnya peran spiritualitas untuk menjadi faktor pelindung dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah akan berfungsi, sedangkan *hardiness* yang memiliki kecenderungan untuk menyeimbangkan keadaan yang terjadi agar individu tersebut menjadi resilien. Oleh karena itu, apabila mahasiswa skripsi yang memiliki pekerjaan sampingan meningkatkan spiritualitas dan *hardiness*, maka individu tersebut dapat menghadapi setiap kesulitan yang ada, serta meningkatkan resiliensi terhadap kegiatan dan pekerjaan yang mereka lakukan. Kemudian, untuk menjelaskan sisa varian sebesar 33,5% merupakan variabel atau faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Variabel spiritualitas terbukti memiliki efek yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa semester akhir yang memiliki pekerjaan sampingan. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis regresi linier berganda yaitu $\beta = ,474$; $t = 8,81$; $p < ,01$, yang berarti terdapat efek dari spiritualitas terhadap resiliensi.
2. Variabel *hardiness* terbukti memiliki efek yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa semester akhir yang memiliki pekerjaan sampingan. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis regresi linier berganda yaitu $\beta = ,406$; $t = 7.54$; $p < ,01$, yang berarti terdapat efek dari *hardiness* terhadap resiliensi.
3. Variabel spiritualitas dan *hardiness* secara bersama-sama atau simultan terbukti memiliki efek signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa semester akhir yang memiliki pekerjaan sampingan. Hasil analisis regresi linier berganda diperoleh ($F(2, 241) = 239,59$; $p < ,01$; $R^2 = ,66$), yang berarti terdapat efek secara simultan antara spiritualitas dan *hardiness* terhadap resiliensi.

Saran

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan efek spiritualitas dan *hardiness* terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sampingan. Oleh karena itu, diharapkan para mahasiswa dapat menyadari dan meningkatkan spiritualitas dengan mendekatkan diri dengan sang pencipta atau memahami bahwa ada kekuatan yang lebih besar dari kekuatan manusia itu sendiri agar ketika mengalami sebuah masalah dapat mengatasi

masalah tersebut dengan tenang dan memiliki perspektif baru bahwa munculnya masalah akan menjadi sebuah peluang untuk terus berkembang.

2. Bagi Keluarga

Pihak keluarga diharapkan mampu untuk mendukung dan memotivasi anaknya selaku mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sampingan agar mereka mampu menjalani kegiatan peran ganda tanpa adanya tekanan dari keluarga. Karena dukungan keluarga menjadi salah satu faktor penting dalam tercapainya prestasi mahasiswa dalam menyelesaikan studinya.

3. Bagi Praktisi Psikologi

Bagi praktisi diharapkan mampu untuk mengintervensi para mahasiswa yang mengalami masalah dalam kesehatan mental untuk dapat meningkatkan spiritualitas dan menumbuhkan perilaku *hardiness* melalui pelatihan, seminar, diskusi atau konseling. Sehingga diharapkan dengan memiliki spiritualitas dan *hardiness* yang baik mereka bisa resilien ketika mengalami keterpurukan, serta dapat lebih optimal dalam menjalani aktivitas peran ganda.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti aspek atau dimensi lain yang dapat mempengaruhi resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pekerjaan sampingan. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat meneliti subjek mahasiswa yang belum menempuh tugas akhir agar bisa sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk penelitian.

Daftar Pustaka

- Asbari, M., Pramono, R., Kotamena, F., Juliana, Sihite, O. B., Alamsyah, V. U., . . . Purwanto, A. (2020). Bekerja sambil kuliah dalam perspektif self management (Studi etnografi pada karyawan etnis jawa di kota seribu industri tangerang). *Jurnal Edumaspul*, 4(1), 253-263.
- Budiaji, W. (2013). Skala pengukuran dan jumlah respon skala likert: (The measurement scale and the number of responses in likert scale). *Jurnal Ilmu Pertanian dan Perikanan*, 2(2), 127-133.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 32-41.
- Carneiro, E. M., Navinchandra, S. A., Vento, L., Timo´teo, R. P., & Borges, M. d. (2018). Religiousness/spirituality, resilience and burnout in employees of a public hospital in brazil. *Journal of Religion and Health*, 58(2), 677-685.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Dudija, N. (2011). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. *Humanitas*, VIII(2), 196-206.
- Garcia-Dia, M. J., DiNapoli, J. M., Garcia-Ona, L., Jakubowski, R., & O'Flaherty, D. (2013). Concept analysis: resilience. *Archives of Psychiatric Nursing*, 27(6), 264-270.
- Georgoulas-Sherry, V., & Kelly, D. R. (2019). Resilience, grit, and *hardiness*: determining the relationships amongst these constructs through structural equation modeling techniques. *Journal of Positive Psychology & Wellbeing*, 3(2), 165 –178.
- Jiménez, B. M., Muñoz, A. R., Hernández, E. G., & Blanco, L. M. (2014). Development and validation of the

- occupational *hardiness* questionnaire. *Psicothema*, 26(2), 207-214.
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). An investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 1(6), 1-4.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Courington, S. (1981). Personality and constitution as mediators in the stress-illness relationship. *Journal of Health and Social Behavior*, 22(4), 368-378.
- Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (2005). *Resilience at work: How to succeed no matter what life throws at you*. New York: Amacom Books.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209.
- Meezenbroek, E. D., Garssen, B., Berg, M. V., Tuytel, G., DierenDonck, D. V., Visser, A., & Schaufeli, W. B. (2012). Measuring spirituality as a universal human experience: Development of the spiritual attitude and involvement list (SAIL). *Journal of Psychosocial Oncology*, 30(2), 141-167.
- Novitasari, Y. (2017). Kompetensi spiritualitas mahasiswa. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 45-70.
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2018). *Resilience in aging*. New York: Springer.
- Robert, P., & Saar, E. (2012). Learning and working: The impact of the 'double status position' on the labour market entry process of graduates in CEE countries. *European Sociological Review*, 28(6), 742-754.
- Tadayon, M., Dabirizadeh, S., Zarea, K., Behrooz, N., & Haghighizadeh, M. H. (2018). Investigating the relationship between psychological *hardiness* and resilience with depression in women with breast cancer. *Gulf Journal of Oncology*, 1(28), 23-30.
- VanBreda, A. D. (2001). *Resilience theory: A literature review with special chapters on deployment resilience in military families & resilience theory in social work*. Pretoria, South Africa: South African Military Health Service.
- Yahya, G. M., & Widjaja, S. U. (2019). Analisis prestasi akademik pada mahasiswa yang bekerja part-time di jurusan ekonomi pembangunan fakultas ekonomi universitas negeri malang angkatan 2014. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 12(1), 46-52.
- Yanbarisova, D. (2015). The effects of student employment on academic performance in tatarstan higher education institutions. *Russian Education and Society*, 57(6), 459-482.