

## Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu

Monica Budi Saraswati <sup>1</sup>, Safinatun Najah <sup>2</sup>

Psikologi, Universitas Muria Kudus, Indonesia <sup>1,2</sup>

Corresponding Author: [saraswatimonica801@gmail.com](mailto:saraswatimonica801@gmail.com), [safina995@gmail.com](mailto:safina995@gmail.com)

---

### Info Artikel

**Submitted:** 05 November 2025

**Revised :** 11 November 2025

**Accepted:** 21 Desember 2025

**Published:** 30 Desember 2025

**Keywords:** self-efficacy, part-time students, dual role

**Kata Kunci:** self-efficacy, mahasiswa pekerja paruh waktu, peran ganda

---

### Abstract

Part-time students face dual demands in the form of academic obligations and work responsibilities, which can potentially cause physical and psychological stress. This situation requires strong adaptability and self-confidence to enable students to balance both roles. This study aims to analyze the role of self-efficacy in part-time students in coping with academic and work demands. The study used a qualitative approach using in-depth interviews, observation, and documentation. The subject was a 24-year-old student who was both a student and a part-time worker. Data analysis was conducted inductively, referring to the Miles and Huberman interactive analysis model, including data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that self-efficacy plays a crucial role as psychological capital in helping students manage time, cope with fatigue, and maintain academic motivation. Self-efficacy is reflected in three main aspects: the ability to assess the difficulty of a task (magnitude), the strength of confidence in facing obstacles (strength), and the application of self-confidence across various academic and work contexts (generality). These findings suggest that self-efficacy supports the resilience, self-regulation, and sustainability of part-time students' dual roles. Thus, strengthening self-efficacy is a crucial factor in supporting the academic success and well-being of part-time students.

---

### Abstrak

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu dihadapkan pada tuntutan ganda berupa kewajiban akademik dan tanggung jawab pekerjaan, yang berpotensi menimbulkan tekanan fisik maupun psikologis. Kondisi ini menuntut kemampuan adaptasi dan keyakinan diri yang kuat agar mahasiswa mampu menjalankan kedua peran secara seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran self-efficacy pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian adalah seorang mahasiswa berusia 24 tahun yang menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja paruh waktu. Analisis data dilakukan secara induktif dengan mengacu pada model analisis interaktif Miles dan Huberman, meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy berperan penting sebagai modal psikologis dalam membantu mahasiswa mengelola waktu, menghadapi kelelahan, serta mempertahankan motivasi akademik. Self-efficacy tercermin melalui tiga aspek utama, yaitu kemampuan menilai tingkat kesulitan tugas (magnitude), kekuatan keyakinan dalam menghadapi hambatan (strength), dan penerapan kepercayaan diri pada berbagai konteks akademik maupun pekerjaan (generality). Temuan ini menunjukkan bahwa self-efficacy mendukung ketahanan, regulasi diri, dan keberlanjutan peran ganda mahasiswa pekerja paruh waktu. Dengan demikian, penguatan self-efficacy menjadi faktor penting dalam

mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan mahasiswa yang bekerja paruh waktu.



*This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).*

*Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Nusantara*

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perubahan dinamika pendidikan dan dunia kerja saat ini membentuk pola aktivitas mahasiswa, terutama dalam menghadapi tuntutan hidup yang semakin kompleks. Banyak mahasiswa mulai mengambil peran ganda sebagai pekerja paruh waktu untuk memenuhi kebutuhan finansial, memperoleh pengalaman profesional, sekaligus mempersiapkan diri menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat. Fenomena ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga aktif membangun kapasitas diri melalui pengalaman kerja nyata yang menuntut kedisiplinan, kemampuan adaptasi, dan pengelolaan diri yang efektif. Pembelajaran melalui pengalaman langsung diyakini dapat memperkuat keterampilan profesional dan kesiapan kerja mahasiswa karena integrasi antara teori dan praktik memberikan dampak positif pada perkembangan diri (Nurchayandi & Purwaningrum, 2022).

Hal ini sejalan dengan pandangan Bandura (1997) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi perilaku, tetapi juga menentukan ketahanan dan kualitas upaya yang diberikan dalam menyelesaikan tugas. Dengan demikian, *self-efficacy* dapat menjadi faktor psikologis yang berperan besar dalam keberhasilan seseorang. Kondisi ini semakin relevan ketika dikaitkan dengan mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Mahasiswa yang menjalani peran ganda sering menghadapi tekanan waktu, kelelahan, dan beban tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Dalam situasi tersebut, *self-efficacy* berperan sebagai modal penting yang membantu mereka mengatur prioritas, menjaga motivasi, dan tetap stabil secara emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menegaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu untuk mengatur dan melakukan tindakan dalam mencapai tujuan yang diinginkan, sekaligus memengaruhi pikiran, emosi, motivasi, serta ketahanan individu dalam menghadapi tekanan (Himmah & Shofiah, 2021). Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat stres akademik, sehingga individu dengan keyakinan diri yang lebih tinggi cenderung lebih mampu bertahan ketika menghadapi situasi penuh tuntutan.

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati <sup>1</sup>, Safinatun Najah <sup>2</sup>*

Data dari wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 12 Desember 2025 memperkuat kondisi tersebut. Hasil wawancara menunjukkan bahwa narasumber yang bekerja paruh waktu sebagai guru teraphist anak berkebutuhan khusus menjalani peran tersebut dengan motivasi intrinsik yang kuat. Narasumber mengungkapkan bahwa keterlibatannya dalam pekerjaan ini didorong oleh keinginan untuk mendampingi anak-anak berkebutuhan khusus yang tetap memiliki semangat dan harapan dalam meraih masa depan mereka. Selain itu, narasumber menyampaikan bahwa melalui proses mengajar, ia memperoleh pengalaman berharga dalam memahami karakteristik, kebutuhan, serta potensi anak-anak berkebutuhan khusus secara lebih mendalam. Narasumber juga menyatakan adanya perasaan senang dan kepuasan emosional ketika dapat berkontribusi langsung dalam proses pembelajaran dan perkembangan anak-anak tersebut, sehingga pekerjaan ini tidak hanya dimaknai sebagai aktivitas ekonomi, tetapi juga sebagai pengalaman bermakna secara personal dan emosional.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* berperan penting dalam mendukung mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan pekerja paruh waktu. Penelitian Lasmi et al. (2024) mengungkapkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri membantu mahasiswa mengelola waktu, menjaga konsistensi kinerja, serta bertahan menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan. Individu dengan *self-efficacy* yang baik cenderung mampu mempertahankan fokus dan ketahanan meskipun berada dalam kondisi yang menuntut secara fisik maupun mental. Selain itu, Yasmineen et al. (2019) menemukan bahwa individu yang bekerja di bidang pendidikan khusus umumnya didorong oleh motivasi intrinsik berupa rasa menikmati pekerjaan, kepuasan emosional, serta makna personal terhadap peran yang dijalani. Kombinasi antara *self-efficacy* dan motivasi intrinsik tersebut menjadi fondasi penting dalam mendukung keterlibatan, ketahanan, dan keberlangsungan individu dalam menjalani peran ganda yang kompleks.

Berdasarkan hasil uraian permasalahan, temuan wawancara, serta hasil penelitian sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai aspek-aspek *self-efficacy* pada mahasiswa yang pekerja paruh waktu dalam judul “Peran *Self-efficacy* dalam mahasiswa yang pekerja paruh waktu.”

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis factor-faktor yang memengaruhi *self- efficacy* pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dan memberikan manfaat pada pengembangan konsep *self-efficacy* dengan menggambarkan bagaimana *self-efficacy* membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik sekaligus pekerjaan

## **2. Manfaat Praktis**

- Bagi Mahasiswa  
Membantu mahasiswa memahami bagaimana *self-efficacy* berperan dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan, sekaligus mendukung kemampuan komunikasi dan adaptasi saat bekerja dalam tim.
- Bagi Kerja dan Atasan  
Menjadi dasar untuk menciptakan pola dukungan yang lebih efektif, sehingga kolaborasi dan produktivitas mahasiswa pekerja paruh waktu dapat terjaga.
- Bagi Lembaga Pendidikan  
Dapat dijadikan pertimbangan dalam menyusun program pembinaan, konseling, atau pelatihan yang mendorong mahasiswa agar mampu menjalankan peran ganda secara lebih seimbang.
- Bagi Penelitian Selanjutnya  
Menyediakan temuan empiris yang dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain dalam mengembangkan kajian mengenai *self-efficacy* pada mahasiswa pekerja paruh waktu.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Pengertian *Self-efficacy***

*Self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur serta menjalankan tindakan untuk mencapai hasil yang diharapkan, termasuk menghadapi tugas yang menantang dan situasi penuh tekanan (Salsabila & Susilawati, 2024). Dalam konteks akademik, *self-efficacy* merupakan kepercayaan mahasiswa bahwa mereka mampu menyelesaikan tuntutan pembelajaran secara efektif, yang akan memengaruhi usaha, ketekunan, dan performa dalam mencapai prestasi akademik (Pratiwi & Hayati, 2021).

Dari pendapat ahli dapat disimpulkan *self-efficacy* merupakan keyakinan mahasiswa terhadap kapasitas dirinya untuk mengarahkan tindakan, mengatasi hambatan, serta menyelesaikan berbagai tuntutan akademik secara efektif. Keyakinan ini tidak hanya memengaruhi bagaimana mahasiswa memandang kesulitan, tetapi juga menentukan usaha, strategi, dan ketekunan dalam mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Dalam konteks mahasiswa yang bekerja paruh waktu, *self-efficacy* menjadi faktor kunci yang menentukan

bagaimana mahasiswa pekerja paruh waktu dapat tetap bertahan dan berprestasi dalam dua lingkungan yang menuntut komitmen tinggi tersebut.

## **B. Aspek-Aspek Self-efficacy**

Menurut Bandura (1997) terdapat 3 aspek dalam *self-efficacy* seseorang yaitu :

### 1. Tingkat Kesulitan Tugas (*Magnitude*)

Aspek *magnitude* menjelaskan bagaimana seseorang menilai kemampuan dirinya dalam menghadapi tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Dalam praktiknya, setiap individu memiliki batasan mengenai sejauh mana mereka merasa mampu menyelesaikan suatu pekerjaan, mulai dari yang mudah hingga yang lebih kompleks. Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang kuat biasanya tidak ragu mengambil tantangan yang lebih sulit karena mereka percaya bahwa usaha dan strategi yang tepat bisa membantu mereka berhasil. Sebaliknya, mahasiswa dengan keyakinan diri rendah cenderung menghindari tugas yang dianggap berat karena takut gagal atau merasa kemampuan dirinya tidak cukup. Bandura menegaskan bahwa penilaian terhadap tingkat kesulitan ini menjadi dasar penting dalam menentukan bagaimana seseorang memilih, merespons, dan bertahan dalam sebuah tugas.

### 2. Kekuatan Keyakinan (*Strength*)

*Strength* menggambarkan seberapa kuat keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Pada aspek ini, bukan hanya soal merasa mampu atau tidak, tetapi seberapa kokoh keyakinan tersebut ketika seseorang menghadapi hambatan, tekanan, atau pengalaman negatif. Mahasiswa dengan *strength* yang tinggi biasanya tetap bertahan meski mengalami kegagalan atau hasil yang belum sesuai harapan, karena mereka percaya bahwa kemampuan dapat terus berkembang melalui usaha. Sementara itu, mahasiswa yang memiliki keyakinan lemah lebih mudah goyah hanya karena pengalaman buruk kecil. Bandura menekankan bahwa kekuatan keyakinan ini sangat menentukan apakah seseorang mampu menjaga motivasi dan konsistensi dalam mencapai tujuan.

### 3. Luas Cakupan Keyakinan (*Generality*)

*Generality* menjelaskan sejauh mana keyakinan diri seseorang berlaku pada berbagai situasi atau bidang aktivitas. Ada mahasiswa yang hanya percaya diri pada konteks tertentu misalnya dalam akademik saja dan merasa kurang yakin saat berada di lingkungan kerja. Namun, ada juga mahasiswa yang keyakinan dirinya meluas ke berbagai situasi sehingga mereka merasa mampu menghadapi tantangan di lebih dari

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

satu konteks. Semakin luas cakupan keyakinan ini, semakin fleksibel dan siap seseorang menghadapi dinamika kehidupan. Bandura menegaskan bahwa *generality* penting karena menentukan apakah keyakinan diri bersifat terbatas atau dapat diterapkan di berbagai bidang yang membutuhkan kemampuan adaptasi.

Sedangkan menurut (Imron, 2018) individu yang memiliki *self-efficacy* dapat dilihat dari beberapa aspek:

1. Menetapkan tujuan yang tinggi dan memilih tugas yang menantang

Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung menetapkan tujuan yang relatif tinggi bagi dirinya dan secara sadar memilih tugas-tugas yang menantang. Hal ini didorong oleh keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengelola tuntutan tugas serta menyelesaikan kesulitan yang dihadapi. Tantangan tidak dipersepsikan sebagai ancaman, melainkan sebagai kesempatan untuk menguji dan mengembangkan kemampuan diri.

2. Memiliki orientasi perkembangan diri dan menyukai tantangan

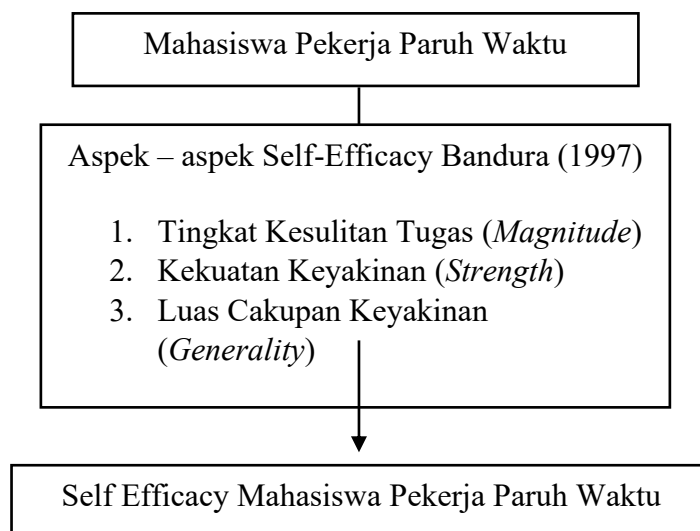
*Self-efficacy* yang kuat membentuk pribadi yang berorientasi pada pengembangan diri. Individu tidak mudah menghindari situasi sulit, melainkan menunjukkan sikap terbuka terhadap tantangan sebagai bagian dari proses belajar. Ketika menghadapi hambatan atau kegagalan, individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih adaptif, gigih, dan mampu bangkit kembali karena kegagalan tidak langsung dimaknai sebagai keterbatasan permanen diri.

3. Memiliki tingkat motivasi yang tinggi

Keyakinan terhadap kemampuan diri berkontribusi pada munculnya motivasi yang kuat, terutama motivasi intrinsik. Individu dengan *self-efficacy* tinggi menunjukkan usaha yang konsisten, ketekunan yang lebih tinggi, serta komitmen yang kuat dalam mencapai tujuan. Mereka cenderung bertahan lebih lama dalam menghadapi tekanan dan tuntutan, karena percaya bahwa upaya yang dilakukan akan menghasilkan capaian yang diharapkan.

Berdasarkan pemaparan aspek-aspek *self-efficacy* diatas, maka dapat di simpukan bahwa aspek yang di gunakan dalam penyusunan wawancara dan observasi mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu aspek tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), kekuatan keyakinan (*Strength*), dan luas cakupan keyakinan (*Generality*)

### C. Kerang Berpikir



## METODE PENELITIAN

### A. Metode Penelitian Kualitatif

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami bagaimana *self-efficacy* terbentuk dan dijalankan oleh mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan. Mengacu pada Creswell (2014) pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menggali makna yang dibangun partisipan melalui pengalaman nyata dalam konteks kehidupan mereka. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan didukung observasi serta dokumen terkait, sehingga peneliti dapat menangkap strategi, keyakinan diri, dan pola adaptasi yang muncul dari interaksi sehari-hari mereka. Analisis dilakukan secara induktif melalui pengkodean, pengelompokan data, dan interpretasi tematik, sehingga pemahaman yang muncul benar-benar mencerminkan dinamika *self-efficacy* para mahasiswa pekerja paruh waktu dalam menghadapi berbagai tuntutan yang mereka jalani.

### B. Ciri-ciri penelitian Kualitatif

(Romlah, 2021) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif memiliki sejumlah ciri - ciri yang menjadi dasar dalam pelaksanaannya. Ciri – ciri tersebut antara lain meliputi :

1. Menggunakan latar alamiah dan peneliti sebagai instrumen utama

Penelitian dilakukan di lingkungan nyata sebagai sumber data langsung. Peneliti hadir dalam konteks kehidupan partisipan untuk mengamati, berinteraksi, serta memahami fenomena secara langsung. Karena itu, peneliti dianggap sebagai instrumen utama yang menentukan kualitas data, sementara alat bantu seperti rekaman atau dokumentasi hanya bersifat penunjang.

2. Bersifat deskriptif

Data yang dikumpulkan berupa kata-kata, narasi, perilaku, dan gambar, bukan angka atau statistik. Hasil penelitian disajikan secara deskriptif melalui kutipan wawancara, catatan lapangan, foto, maupun dokumen untuk menggambarkan kenyataan yang ditemui di lapangan secara mendalam dan apa adanya.

3. Menekankan proses daripada hasil

Penelitian kualitatif lebih memprioritaskan pemahaman terhadap bagaimana suatu fenomena terjadi, tahapan proses, dan konteks interaksi yang berlangsung. Fokusnya bukan pada hasil akhir semata, tetapi bagaimana makna dibentuk dari aktivitas dan pengalaman subjek dalam kesehariannya.

4. Analisis data dilakukan secara induktif

Temuan dikembangkan dari data lapangan menuju konsep dan teori. Peneliti tidak masuk ke lapangan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi membiarkan pola, kategori, dan pemahaman muncul dari data yang terkumpul. Teori yang lahir dari proses ini disebut *grounded theory*, karena berakar dari kenyataan lapangan.

5. Mementingkan makna dan perspektif partisipan

Tujuan utama penelitian adalah memahami pandangan hidup, keyakinan, interpretasi, dan makna yang diberikan partisipan terhadap pengalaman mereka. Perspektif ini membantu mengungkap dinamika internal suatu situasi yang tidak selalu tampak dari luar, sehingga pemahaman yang dihasilkan lebih mendalam dan kontekstual.

### **C. Subyek Penelitian**

Subyek dalam penelitian ini adalah satu orang mahasiswa yang saat ini menjalani peran sebagai pekerja paruh waktu. Pemilihan subyek dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan subyek berdasarkan tujuan dan kriteria tertentu yang dianggap relevan dengan fokus penelitian. Kriteria subyek dalam penelitian ini mencakup individu yang berada pada usia 24 tahun, sedang menempuh pendidikan formal sambil bekerja paruh waktu di wilayah Kota Kudus, dan bekerja paruh waktu minimal 8 jam/minggu, serta bersedia menjadi partisipan dengan memberikan informasi secara jujur dan terbuka melalui proses wawancara.

### **D. Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mengacu pada penjelasan Creswell (2014) yang dijadikan sebagai acuan yang mencakup tiga teknik utama dalam proses pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi, dan dokumen. Adapun penjelasan masing-masing teknik adalah sebagai berikut:

1. Wawancara

Wawancara digunakan untuk memperoleh cerita dan pengalaman partisipan secara langsung melalui pertanyaan terbuka. Teknik ini memberi ruang bagi partisipan untuk menjelaskan pandangannya dengan bebas, sehingga peneliti dapat memahami bagaimana mereka memaknai situasi yang dialami. Proses wawancara juga memungkinkan peneliti menindaklanjuti jawaban yang dianggap penting dan menggali detail yang tidak muncul dalam metode lain.

2. Observasi

Observasi dilakukan dengan mengamati partisipan dalam lingkungan keseharian mereka untuk menangkap perilaku, interaksi, serta dinamika yang berlangsung secara alami. Pendekatan ini membantu peneliti melihat fenomena secara lebih utuh, termasuk aspek-aspek nonverbal atau situasi yang tidak selalu terungkap saat wawancara. Dengan berada langsung di lapangan, peneliti dapat memperoleh gambaran nyata mengenai konteks dan kondisi yang memengaruhi pengalaman partisipan.

3. Dokumentasi pendukung

Dokumen dimanfaatkan sebagai sumber data tambahan yang dapat memperkuat dan melengkapi temuan lapangan. Bentuk dokumen yang digunakan dapat berupa catatan pribadi maupun materi tertulis lain yang relevan dengan konteks penelitian. Kehadiran dokumen membantu menambah ketelitian analisis karena peneliti dapat memeriksa kesesuaian informasi serta mendapatkan perspektif tambahan yang tidak sepenuhnya tersampaikan melalui wawancara atau observasi.

## **E. Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada model analisis interaktif yang dijelaskan oleh Miles et al. (2014) dimana proses pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu :

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses memilih memusatkan perhatian, menyederhanakan, dan mengorganisasikan data mentah yang telah dikumpulkan dari hasil wawancara. Pada tahap ini peneliti menyeleksi informasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu mengenai pengalaman self-efficacy mahasiswa pekerja paruh waktu dalam menghadapi tuntutan kuliah dan pekerjaan. Data yang tidak sesuai dengan

konteks penelitian akan dikelompokkan atau dieliminasi agar analisis menjadi lebih terarah.

## 2. Penyajian Data

Setelah data diringkas, langkah berikutnya adalah menyajikan data dalam bentuk narasi, kutipan wawancara, atau tabel tematik sehingga memudahkan peneliti dalam memahami pola dan hubungan antar-temuan. Penyajian data dilakukan untuk menampilkan gambaran yang sistematis mengenai bagaimana self-efficacy muncul pada mahasiswa pekerja paruh waktu melalui aspek-aspek tertentu yang ditemukan dalam proses wawancara.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan berdasarkan keseluruhan temuan yang telah dianalisis. Kesimpulan bersifat sementara dan akan terus dikonfirmasi hingga diperoleh temuan yang kuat dan kredibel. Kesimpulan tersebut menjawab fokus penelitian mengenai bagaimana self-efficacy mahasiswa pekerja paruh waktu terbentuk dan digunakan dalam menghadapi tekanan akademik serta tuntutan pekerjaan.

## F. Kredibilitas

Kredibilitas hasil penelitian ini dijaga dengan mengacu pada prinsip keabsahan data dalam penelitian kualitatif sebagaimana dikemukakan oleh Abdussamad (2021), yang menekankan pentingnya penggalan data secara mendalam dan pemeriksaan konsistensi informasi. Adapun upaya yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi:

- Pengumpulan data melalui wawancara mendalam untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif terhadap pengalaman dan pemaknaan partisipan.
- Penggunaan observasi dan dokumentasi sebagai data pendukung guna memperkuat informasi yang diperoleh dari wawancara.
- Klarifikasi terhadap pernyataan-pernyataan penting partisipan untuk memastikan kesesuaian antara data yang disampaikan dan interpretasi peneliti.

## G. Rekaman Wawancara

[https://drive.google.com/drive/folders/1oddnkqn\\_WpvQmy0YMALYPA2icl5n5km9](https://drive.google.com/drive/folders/1oddnkqn_WpvQmy0YMALYPA2icl5n5km9)

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian diawali dengan menetapkan fokus kajian, yaitu self-efficacy pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Penetapan fokus ini dilakukan untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana mahasiswa memaknai dan meyakini kemampuannya dalam menjalani peran ganda sebagai individu yang bekerja sekaligus menempuh pendidikan tinggi. Setelah fokus penelitian ditentukan, peneliti menyusun panduan wawancara secara terarah dengan mengacu pada aspek-aspek self-efficacy, sehingga pertanyaan yang diajukan dapat menggali pengalaman, pandangan, serta cara mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara seimbang. Tahap berikutnya adalah menentukan narasumber penelitian yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan, yakni mahasiswa yang bekerja paruh waktu dan tetap aktif menjalani perkuliahan, agar data yang diperoleh benar-benar relevan dan mendukung tujuan penelitian.

## **B. Pelaksanaan Penelitian**

Tahap pelaksanaan penelitian dilakukan dengan menggunakan metode wawancara mendalam sebagai teknik utama pengumpulan data, yang didukung oleh observasi. Wawancara mendalam bertujuan untuk menggali secara lebih rinci pengalaman, pandangan, serta keyakinan narasumber terkait self-efficacy dalam menjalani peran sebagai mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Selain itu, observasi dilakukan untuk melihat secara langsung pengelolaan waktu narasumber, khususnya keterkaitan antara jadwal perkuliahan dan aktivitas kerja yang dijalani.

Proses wawancara dilaksanakan sebanyak dua kali, yaitu pada tanggal 12 Desember 2025 dan 27 Desember 2025. Seluruh rangkaian wawancara dilakukan dalam suasana yang kondusif dan nyaman, sehingga narasumber dapat menyampaikan pengalaman dan pandangannya secara terbuka. Kondisi ini diupayakan agar data yang diperoleh lebih mendalam, autentik, dan sesuai dengan tujuan penelitian.

## **C. Hasil Penelitian**

### **1. Identitas Informan**

Nama	: AC
Jenis kelamin	: Perempuan
Usia	: 24 tahun
Tempat/tanggal lahir	: Demak, 2 Januari 2001
Anak ke	: 1 dari 3 bersaudara
Pekerjaan	: Mahasiswa dan Guru terapis Anak Berkebutuhan Khusus
Alamat	: Gajah, Demak.

### **2. Hasil Observasi**

Narasumber menunjukkan respons yang relatif konsisten ketika menceritakan pengalaman akademik dan profesional yang sedang dijalannya. Ia merupakan mahasiswa program *Double Degree* di Universitas Muria Kudus (UMK) dan Universitas Semarang (USM), sekaligus bekerja sebagai guru terapis bagi anak berkebutuhan khusus (ABK). Secara umum, narasumber tampak sebagai pribadi yang ceria, rendah hati, dan memiliki tingkat kesabaran yang baik, karakteristik yang terlihat selaras dengan perannya dalam mendampingi anak-anak ABK.

Selama proses wawancara, narasumber mampu menjawab setiap pertanyaan dengan lancar dan tanpa menunjukkan keraguan yang berarti. Suasana wawancara berlangsung nyaman dan terbuka, terutama ketika pembahasan mengarah pada aktivitas kerjanya sebagai guru terapis ABK. Pada bagian tersebut, narasumber tampak lebih antusias dan menampilkan ekspresi positif, sehingga alur percakapan berjalan secara natural dan tidak kaku.

Kondisi ini mencerminkan pola kognitif yang cukup terstruktur, di mana narasumber mampu menyampaikan pengalaman dan pemikirannya secara runtut serta mudah dipahami. Selain itu, terlihat pula kecenderungan afektif yang positif terhadap peran yang dijalannya, yang ditandai dengan perasaan senang dan keterlibatan emosional saat membahas pekerjaannya. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa profesi sebagai guru terapis ABK tidak hanya dijalani sebagai bentuk tanggung jawab, tetapi juga dipersepsikan sebagai peran yang bermakna dan memberikan kepuasan personal bagi narasumber.

### 3. Hasil Wawancara

#### a. Tingkat Kesulitan Tugas (*Magnitude*)

Narasumber menyampaikan bahwa dalam pengelolaan waktu pengerjaan tugas, terdapat kondisi tertentu yang membuatnya harus menyelesaikan pekerjaan mendekati batas waktu. Situasi ini umumnya dipengaruhi oleh jadwal kuliah dan kerja yang cukup fleksibel namun melelahkan, sehingga waktu malam hari sering kali dimanfaatkan setelah menunggu kondisi fisik dan suasana hati lebih siap. Dalam beberapa kesempatan, narasumber mengakui bahwa pengerjaan tugas dilakukan saat mendekati deadline ketika merasa sudah berada di batas kemampuan.

Meskipun demikian, narasumber juga menuturkan bahwa sejauh ini seluruh tugas masih dapat diselesaikan tanpa melewati tenggat waktu yang ditentukan. Hal tersebut menunjukkan adanya kecenderungan untuk tetap menjaga kontrol terhadap tanggung

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

jawab akademik, meskipun proses pengerjaannya menyesuaikan dengan kondisi energi dan kesiapan diri.

*“Misalkan kadang di luar kemampuan ya ngerjain nya emang pas mepet deadline karna jam kerja kuliah itukan free nya mungkin pas malem kan kadang malem setelah kuliah pun kan udah cape jadi bener bener nungguin mood dulu baru ngerjain tugas itu pas bener bener ga sanggup itu emang ngerjain ku mepet deadline tapi alhamdulillah nya sejauh ini gapernah yang sampai kelewat deadline dan masih bisa terkendalikan”*

Kondisi kerja kelompok turut memengaruhi pengalaman narasumber dalam mengerjakan tugas akademik, terutama pada semester awal perkuliahan. Narasumber menuturkan bahwa tingkat kesulitan terasa lebih tinggi pada semester 1 karena adanya perbedaan pemahaman dan cara berpikir dengan rekan kelompok. Perbedaan tersebut membuat proses diskusi dan pengerjaan tugas menjadi kurang sejalan, sehingga menimbulkan rasa bingung dan kurang memahami arah tugas yang sedang dikerjakan.

*“Waktu semester 1 tuh ngerasa tugas bener-bener susah, soalnya partner-nya kurang balance sama aku. Dia punya pemikiran sendiri, aku juga punya pemikiran sendiri, tapi pemahamannya nggak bisa ketemu. Jadi pas ngerjain tugas tuh aku ngerasa kok aku nggak mudeng.”*

Seiring berjalannya waktu, narasumber mencoba melakukan penyesuaian dengan mencari rekan kelompok lain pada semester berikutnya. Dari pengalaman tersebut, narasumber merasa proses pengerjaan tugas menjadi lebih jelas dan terarah. Situasi ini juga membuat narasumber merefleksikan bahwa kesulitan sebelumnya tidak sepenuhnya berasal dari diri sendiri, melainkan dari dinamika kerja sama kelompok yang kurang seimbang.

*“Pas semester 2 aku coba nyari temen kelompok selain dia, ternyata kok jadi paham. Dari situ aku mikir mungkin problem-nya bukan di aku, tapi di partner-ku sebelumnya. Soalnya dia juga nggak pernah percaya sama garapan orang lain, jadi yang udah aku kerjain suka diubah lagi sesuai keinginannya, padahal menurut aku jadi terlalu lebar dan nggak sesuai tema presentasi.”*

**b. Kekuatan Keyakinan (*Strength*)**

Narasumber menyampaikan bahwa dalam pengelolaan waktu pengerjaan tugas, terdapat kondisi tertentu yang membuatnya harus menyelesaikan pekerjaan mendekati batas waktu. Situasi ini dipengaruhi oleh jadwal perkuliahan dan pekerjaan yang relatif fleksibel, namun cukup menguras energi, sehingga waktu malam hari sering

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

dimanfaatkan setelah kondisi fisik dan suasana hati dirasa lebih siap. Dalam beberapa kesempatan, narasumber mengakui bahwa pengerjaan tugas dilakukan mendekati tenggat waktu ketika dirinya merasa telah berada pada batas kemampuan.

Meskipun demikian, narasumber menuturkan bahwa hingga saat ini seluruh tugas tetap dapat diselesaikan tanpa melewati batas waktu yang telah ditentukan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya upaya untuk menjaga kontrol terhadap tanggung jawab akademik, meskipun proses pengerjaan tugas dilakukan dengan menyesuaikan kondisi energi dan kesiapan diri.

*“Misalkan kadang di luar kemampuan ya ngerjain nya emang pas mepet deadline karna jam kerja kuliah itukan free nya mungkin pas malem kan kadang malem setelah kuliah pun kan udah cape jadi bener bener nungguin mood dulu baru ngerjain tugas itu pas bener bener ga sanggup itu emang ngerjain ku mepet deadline tapi alhamdulillah nya sejauh ini gapernah yang sampai kelewat deadline dan masih bisa terkendalikan”*

Selain pengelolaan waktu pengerjaan tugas, pengaturan jadwal perkuliahan dan pekerjaan juga menjadi tantangan tersendiri bagi narasumber. Ia menjelaskan bahwa pada dasarnya jadwal kuliah dan jam kerja telah ditetapkan dengan jelas, sehingga permintaan perubahan jadwal dari murid terapi perlu dibatasi agar tidak berbenturan dengan kewajiban akademik. Dalam praktiknya, terdapat beberapa permintaan yang tidak dapat dipenuhi karena bertepatan dengan jadwal kuliah, terutama pada perkuliahan S2 yang menerapkan sistem *hybrid* dan pada waktu tertentu berlangsung pada hari kerja. Kondisi ini mengharuskan narasumber membagi fokus antara perkuliahan S1 dan S2, bahkan pada situasi tertentu membuatnya harus memilih salah satu kegiatan.

*“Kalo jadwal kuliah sama kerja itu sebenarnya udah jelas. Tapi kalo ada murid mau pindah jam dan nabrak jam kuliah, aku nggak bisa. Apalagi di S2 kadang jadwalnya pindah ke weekdays, jadi antara harus masuk S1 atau zoom S2. Kadang ketinggalan S2, kadang juga S1.”*

Dalam menghadapi situasi tersebut, narasumber berupaya menata kembali prioritas dengan lebih memfokuskan perhatian pada perkuliahan S1, yang menurutnya memiliki beban materi lebih besar dibandingkan perkuliahan S2. Di sisi lain, keyakinan untuk tetap bertahan dalam menjalani aktivitas yang padat ini didukung oleh pandangan pribadi bahwa setiap proses yang dijalani akan menghasilkan sesuatu pada waktunya. Pengalaman yang telah dilalui sebelumnya memperkuat keyakinan

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati <sup>1</sup>, Safinatun Najah <sup>2</sup>*

tersebut, sehingga narasumber tetap melanjutkan proses meskipun harus melalui berbagai penyesuaian dan dinamika yang tidak selalu mudah.

*“Yang bikin aku yakin buat bertahan itu karena aku percaya setiap proses yang dijalani pasti ada hasilnya, entah kapan. Itu juga udah aku rasain sendiri, kalo tekun di satu hal, pasti nanti ada hasilnya.”*

c. Luas cangkupan keyakinan (*Generality*)

Pengalaman narasumber dalam dunia kerja dan akademik menunjukkan perkembangan rasa percaya diri yang terbentuk melalui proses adaptasi yang berkelanjutan. Dalam perannya sebagai terapis, narasumber merasakan kepercayaan diri yang lebih stabil, terutama saat berdiskusi dan berbagi pengalaman dengan rekan sejawat. Respons positif dari lingkungan kerja memperkuat keyakinan narasumber terhadap kompetensi yang dimilikinya, seperti kepercayaan rekan untuk berdiskusi mengenai kasus anak-anak ABK, berbeda dengan pengalaman awal ketika latar belakang pendidikan yang tidak sepenuhnya linear sempat menimbulkan keraguan.

*“Kalau untuk pekerjaan alhamdulillah sekarang malah lebih percaya diri. Waktu sharing sama teman-teman kerja, justru banyak yang nanya kasus ke aku. Dulu sempat nggak pede karena background kuliah komunikasi tapi kerjanya sebagai terapis, tapi sekarang karena kuliah psikologi mau nggak mau harus percaya diri.”*

Selain faktor lingkungan, narasumber menegaskan bahwa dorongan internal memegang peran utama dalam membangun keyakinan diri. Dukungan dari orang tua dan pasangan tetap dirasakan, namun motivasi terbesar untuk bertahan dan berkembang dipersepsikan berasal dari kesadaran pribadi akan tanggung jawab akademik dan profesional yang dijalani secara bersamaan.

*“Yang paling berperan itu sebenarnya diriku sendiri. Orang tua dan pasangan ada, tapi porsinya nggak sebesar diriku sendiri.”*

Pada ranah akademik, khususnya perkuliahan S2, perasaan ragu pada narasumber sempat muncul ketika berhadapan dengan teman-teman berlatar belakang profesional yang beragam. Namun, proses penyelesaian tugas justru menjadi ruang refleksi yang membantu narasumber menilai kemampuannya secara lebih objektif. Bekal pengalaman akademik pada jenjang S1, terutama dalam sistematika penulisan dan penggunaan perangkat akademik, menjadi modal penting dalam menghadapi tuntutan perkuliahan S2.

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

*“Pas mau upload tugas, aku biasanya lihat dulu punya temen-temen. Ada yang background kerjanya keren banget, tapi cara ngerjain tugasnya ternyata masih bisa aku ikutin. Dari situ aku jadi lebih pede, apalagi karena di S1 udah dibekali Mendeley dan sistematika tugas.”*

Pengalaman sebelumnya pada jenjang S1 yang diwarnai rasa minder, khususnya saat presentasi, kini dirasakan lebih terkendali. Tuntutan pekerjaan serta pengalaman akademik yang terus berulang secara tidak langsung melatih keberanian, ketahanan, dan keyakinan diri narasumber. Secara keseluruhan, narasumber memandang bahwa kepercayaan diri bersifat kontekstual, namun berkembang melalui rangkaian pengalaman yang saling berkaitan dan memperkuat satu sama lain.

*“Dulu pas S1 sering minder dan nggak pede, tapi sekarang udah lebih biasa. Mungkin karena faktor pekerjaan juga yang nuntut aku buat bisa yakin sama diri sendiri, termasuk pas meyakinkan orang tua murid waktu kerja.”*

#### **D. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa yang bekerja paruh waktu menjalani tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Mahasiswa dihadapkan pada keterbatasan waktu, kelelahan fisik, serta tuntutan akademik yang tidak dapat ditunda. Dalam kondisi tersebut, keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi modal psikologis yang membantu mahasiswa tetap menjalankan perannya secara bertahap dan realistis. Pola ini memperlihatkan bahwa self-efficacy berfungsi sebagai mekanisme internal yang mendukung mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap peran ganda yang dijalani, sebagaimana juga digambarkan dalam penelitian (Hukum & Jannah, 2021).

Menurut Bandura (1997), dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa tidak sepenuhnya menghindari tugas akademik meskipun berada dalam kondisi lelah akibat pekerjaan. Situasi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa masih memandang dirinya memiliki kapasitas untuk menyelesaikan tuntutan akademik, meskipun proses pengerjaan sering kali disesuaikan dengan kondisi fisik dan emosional yang dialami. Gambaran ini menguatkan pandangan Lasmi et al. (2024) yang menekankan bahwa self-efficacy berperan dalam menjaga ketekunan mahasiswa ketika menghadapi tekanan dari luar diri.

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

Dalam. perspektif psikologi pendidikan, belajar dipahami sebagai proses aktif yang melibatkan pengalaman serta interaksi individu dengan lingkungannya (Setiawan 2017). Mahasiswa pekerja paruh waktu dalam penelitian ini tetap menunjukkan keterlibatan dalam proses belajar, meskipun tidak selalu berada pada kondisi yang ideal. Keterlibatan tersebut tercermin dari upaya mahasiswa untuk tetap mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan tugas akademik sesuai dengan kemampuannya. Kondisi ini mencerminkan peran self-efficacy dalam mendorong mahasiswa untuk tetap berpartisipasi dalam proses belajar, meskipun menghadapi keterbatasan waktu dan energi. Temuan penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Nurrindar dan Wahjudi (2021) yang menunjukkan bahwa self-efficacy berpengaruh positif terhadap keterlibatan belajar (*student engagement*), sehingga keyakinan terhadap kemampuan diri membantu mahasiswa mempertahankan keterlibatan akademik dalam situasi yang menantang.

Santrock (2007) menjelaskan bahwa keyakinan diri akademik berkaitan erat dengan motivasi dan ketekunan dalam aktivitas belajar. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu tetap mempertahankan tanggung jawab akademiknya karena memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menjalani peran tersebut. Keyakinan ini tidak selalu bersifat stabil, namun cukup untuk mendorong mahasiswa tetap bertahan ketika menghadapi tekanan akademik. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian Hartana et al. (2024) yang menunjukkan bahwa self-efficacy berkontribusi terhadap kestabilan motivasi belajar, khususnya dalam situasi yang menuntut daya tahan psikologis.

Pengalaman kerja paruh waktu juga berkontribusi terhadap pembentukan self-efficacy melalui pengalaman keberhasilan yang diperoleh mahasiswa. Bandura (1997) menegaskan bahwa pengalaman keberhasilan (*mastery experience*) merupakan sumber utama pembentukan self-efficacy. Dalam penelitian ini, mahasiswa memperoleh pengalaman nyata dalam menyelesaikan tugas pekerjaan dan mengelola tanggung jawab secara langsung. Pengalaman tersebut memberikan keyakinan tambahan bahwa mahasiswa mampu menghadapi tantangan, baik dalam konteks pekerjaan maupun akademik. Pola ini sejalan dengan hasil penelitian Bandura (1998) yang menyoroti peran pengalaman kerja dalam meningkatkan rasa percaya diri dan tanggung jawab mahasiswa.

Dari sudut pandang pengalaman belajar, Schunk (2012) menekankan bahwa pengalaman langsung memberikan kontribusi besar terhadap pembelajaran yang bermakna. Mahasiswa pekerja paruh waktu memperoleh pembelajaran kontekstual melalui pengalaman mengatur waktu, menghadapi tekanan, serta menyelesaikan tanggung jawab secara simultan. Pengalaman tersebut tidak hanya berdampak pada kemampuan kerja, tetapi juga memengaruhi cara mahasiswa menyikapi tugas akademik. Hal ini memperkuat temuan Honicke et al. (2023)

yang menunjukkan bahwa pengalaman kerja dapat menjadi sumber belajar yang mendukung pembentukan sikap disiplin dan tanggung jawab akademik.

Selanjutnya, Zimmerman (2000) menegaskan bahwa self-efficacy merupakan komponen penting dalam pembelajaran yang bersifat self-regulated. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu mampu menetapkan prioritas antara pekerjaan dan perkuliahan, meskipun dalam praktiknya tidak semua tuntutan dapat dijalani secara optimal. Kemampuan untuk menentukan prioritas ini mencerminkan adanya regulasi diri yang didukung oleh keyakinan terhadap kemampuan pribadi. Pandangan ini sejalan dengan Cassidy (2015) yang mengemukakan bahwa self-efficacy berperan dalam membantu mahasiswa mengelola tuntutan akademik dan nonakademik secara lebih terarah.

Berdasarkan keseluruhan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa self-efficacy memiliki peran strategis dalam membantu mahasiswa pekerja paruh waktu menghadapi keterbatasan waktu, kelelahan, serta tekanan akademik. Self-efficacy memengaruhi cara mahasiswa memaknai kesulitan, menyusun strategi, serta mempertahankan motivasi dan ketekunan dalam menjalani peran ganda. Dengan demikian, penguatan self-efficacy menjadi aspek penting dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu (Sagita et al., 2023).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa self-efficacy memegang peran kunci dalam membantu mahasiswa yang bekerja paruh waktu menjalani tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Keyakinan terhadap kemampuan diri memungkinkan mahasiswa menghadapi keterbatasan waktu, kelelahan fisik, serta tekanan akademik tanpa sepenuhnya menghindari tanggung jawab yang ada. Self-efficacy tercermin melalui kemampuan mahasiswa menilai tingkat kesulitan tugas (magnitude), mempertahankan keyakinan ketika menghadapi hambatan (strength), serta menerapkan kepercayaan diri pada berbagai konteks kehidupan akademik dan profesional (generality). Dengan demikian, self-efficacy berfungsi sebagai modal psikologis yang mendukung ketahanan, adaptasi, dan keberlanjutan peran ganda mahasiswa pekerja paruh waktu.

### **B. Saran**

1. Bagi Mahasiswa

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati<sup>1</sup>, Safinatun Najah<sup>2</sup>*

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu diharapkan dapat terus mengembangkan self-efficacy melalui pengelolaan waktu yang lebih terstruktur, refleksi terhadap pengalaman keberhasilan, serta evaluasi diri yang realistis. Dengan memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri, mahasiswa diharapkan mampu menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara lebih seimbang tanpa mengabaikan kesehatan fisik maupun psikologis.

2. Bagi Lembaga Pendidikan

Lembaga pendidikan disarankan untuk memberikan dukungan yang lebih responsif bagi mahasiswa pekerja paruh waktu, seperti layanan konseling akademik, pelatihan manajemen waktu, serta program pengembangan diri yang berfokus pada penguatan self-efficacy. Dukungan institusional ini diharapkan dapat membantu mahasiswa menjalani peran ganda secara lebih adaptif dan berkelanjutan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah partisipan yang lebih beragam serta menggunakan pendekatan metode campuran (mixed methods). Selain itu, penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi faktor lain yang berkaitan dengan self-efficacy, seperti dukungan sosial, regulasi emosi, atau kesejahteraan psikologis.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Syakir Media Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy the Exercise of Control 1997* (pp. 1–610).
- Bandura, A. (1998). *Self-Efficacy. 1994*, 1–65.
- Cassidy, S. (2015). *Resilience Building in Students : The Role of Academic Self-Efficacy*. 6(November), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE.
- Hartana, A., Sudana, I. N., Kuswandi, D., Ulfa, S., & Mayasari, E. (2024). *The influence of self-efficacy on the learning outcomes of critical thinking skills and understanding of concepts in a school-based management course*. 30(2), 98–105.
- Himmah, A. F., & Shofiah, N. (2021). Pengaruh Self efficacy dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Siswa. *Juornal of Indonesian Psychological Science*, 1(1), 31–38.
- Honicke, T., Broadbent, J., Fuller-tyszkiewicz, M., Honicke, T., & Broadbent, J. (2023). *The self-efficacy and academic performance reciprocal relationship : the influence of task difficulty and baseline achievement on learner trajectory achievement on learner trajectory*. 4360. <https://doi.org/10.1080/07294360.2023.2197194>

***Peran Self- Efficacy pada Mahasiswa yang berkerja paruh waktu***  
*Monica Budi Saraswati*<sup>1</sup>, *Safinatun Najah*<sup>2</sup>

- Hukum, A. S. H., & Jannah, M. (2021). Hubungan Antara Academic Self-Efficacy Dan Student Engagement Pada Atlet Pelajar Di SMA Olahraga Jawa Timur Aulia Shafira Hi Hukum. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8.
- Imron. (2018). Aspek Spiritual dalam Kinerja. In *Unimma Press*.
- Lasmi, N. W., Putra, K. W. S., & Sukarnasih, D. M. (2024). Pengelolaan Kinerja Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu: Peran Manajemen Waktu, Self-efficacy, dan Profesionalisme. *Jurnal Ekobistek*, 13(1), 1–6. <https://doi.org/10.35134/ekobistek.v13i1.734>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis*.
- Nurchayandi, Z. R., & Purwaningrum, J. P. (2022). Penerapan Teori Belajar David Kolb Dalam Pembelajaran Matematika Materi Koordunat Kartesius *SIGMA: Jurnal Pendidikan Matematika*, 14, 1–9.
- Pratiwi, I. W., & Hayati, H. (2021). Efikasi Diri dan Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 7(1), 15–23. <https://doi.org/10.30738/sosio.v7i1.8813>
- Romlah, S. (2021). Penelitian Kualitatif DAN Kuantitatif (Pendekatan Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif). *Jurnal Studi Islam*, 16(1), 1–13.
- Sagita, N. A., Hutahaean, E. S. H., & Fahrudin, A. (2023). *Academic Self Efficacy Pada Mahasiswa Yang Sambil Bekerja*. 3(10).
- Salsabila, B., & Susilawati, N. (2024). Self-Afficacy Akademik Mahasiswa Berprestasi yang Kuliah Sambil Bekerja di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Perspektif*, 7(3), 388–397. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v7i3.985>
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Kencana Prenada Media.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories An Educational Perspective* (6th ed.).
- Setiawan, M. A. (2017). *Belajar dan pembelajaran* (Fungky (ed.)). Uwais Inspirasi Indonesia Redaksi.
- Yasmeen, Zareena, Irem, Mushtaq, & Muzammila, M. (2019). Intrinsic and Extrinsic Motivation of Teachers in Special Education Secondary School : A Qualitative Study. *Journal of Educational Research, Dept. of Education, IUB, Pakistan*, 22(2), 15–30.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>