

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui serangkaian tahapan yang dimulai dengan menentukan kriteria dan mendapatkan partisipan penelitian, mempersiapkan alat dan perangkat yang dibutuhkan untuk pelaksanaan wawancara, hingga pelaksanaan wawancara secara tatap muka antara peneliti dengan partisipan. Alat dan perangkat yang dimaksud adalah *guideline* wawancara dan *handphone* untuk merekam dan mendokumentasikan pelaksanaan wawancara. Partisipan dalam penelitian ini merupakan lima orang mahasiswa yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja paruh waktu dan lima orang partisipan sebagai *significant other* yang dimana seluruh partisipan tersebut bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan persetujuan melalui *informed consent*. *Significant other* dalam penelitian ini adalah orang terdekat yang mengetahui keadaan partisipan utama selama menempuh skripsi sambil bekerja.

##### 2. Pengambilan Data Penelitian

Proses pengambilan data penelitian dilakukan dengan mengatur pertemuan dengan partisipan untuk pelaksanaan wawancara secara tatap muka. Setelah itu, peneliti mempersiapkan segala kebutuhan yang berkaitan dengan pelaksanaan wawancara.

Pada waktu yang telah ditentukan, peneliti bertemu dengan partisipan untuk melaksanakan wawancara. Wawancara dilaksanakan pada waktu dan tempat yang ditentukan oleh partisipan. Sebelum itu, peneliti membangun keakraban terhadap partisipan melalui pembicaraan secara informal. Sebelum memasuki tahapan wawancara, peneliti akan meminta kesediaan partisipan untuk mengisikan lembar *informed consent* sebagai bentuk persetujuan partisipan untuk terlibat dalam penelitian ini. Pelaksanaan wawancara selanjutnya dilakukan dengan alat dan perangkat yang telah disediakan melalui wawancara semi terstruktur yang dimana pertanyaan wawancara dapat dikembangkan sesuai dengan situasi yang terjadi antara peneliti dengan partisipan saat itu. Setelah dilakukan pelaksanaan wawancara, data dikumpulkan dalam satu arsip untuk kemudian dilakukan proses analisis data.

Partisipan FH merupakan seorang mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja sebagai *server* pada sebuah perusahaan f&b. Peneliti melakukan wawancara terhadap partisipan FH pada hari ketika partisipan FH sedang libur dari pekerjaannya sehingga terlihat dari penampilan partisipan FH yang cenderung sederhana dan santai. Wawancara dilakukan di tempat partisipan FH bekerja. Selama wawancara berlangsung partisipan FH dapat menjawab semua pertanyaan dengan baik dengan sesekali sambil melihat lembar *guideline* wawancara yang disiapkan oleh peneliti. Partisipan FH dapat menunjukkan sikap yang tenang dan tidak terburu-buru dalam menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti. Suasana selama

wawancara berlangsung juga cukup mendukung dengan tidak terlalu ramainya pengunjung pada saat itu dikarenakan masih dalam suasana pagi hari.

Partisipan KR merupakan seorang mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja sebagai barista pada sebuah perusahaan f&b. Peneliti melakukan wawancara terhadap partisipan KR pada siang hari dimana partisipan KR memiliki waktu luang dari rutinitasnya dalam urusan skripsi maupun pekerjaannya sehingga terlihat dari penampilan partisipan KR yang cenderung sederhana dan santai. Selama wawancara berlangsung, partisipan KR dapat menjawab dengan baik pertanyaan yang diajukan peneliti. Partisipan KR dapat menunjukkan sikap yang tenang hanya saja partisipan KR merasa sedikit terganggu dengan cukup ramainya orang yang berada di sekitar lokasi wawancara. Suasana yang cukup ramai tersebut sedikit menghambat kelancaran proses wawancara namun pada akhirnya dapat diselesaikan dengan baik dan tujuan dari wawancara ini dapat tercapai.

Partisipan SYK merupakan seorang mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja sebagai barista pada salah satu perusahaan f&b. Peneliti berkesempatan melaksanakan wawancara bersama partisipan SYK yang berlangsung di tempat kerjanya. Belum begitu ramainya pengunjung yang datang pada waktu itu sehingga wawancara dapat dilangsungkan di sela-sela waktu partisipan SYK sedang menjalankan shift kerjanya. Partisipan SYK dapat menjawab dengan baik pertanyaan yang diajukan peneliti dengan menunjukkan sikap yang tenang sambil sesekali melihat ke arah pintu masuk untuk menjaga jika ada pengunjung yang datang.

Suasana yang tidak terlalu ramai pada saat itu membuat wawancara dapat berlangsung secara kondusif.

Partisipan AJP merupakan seorang mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja sebagai pegawai dapur pada salah satu perusahaan f&b. Wawancara berlangsung siang hari di rumah kontrakan partisipan AJP yang dimana pada saat itu adalah waktu luang dari partisipan AJP. Partisipan AJP cukup hangat ketika menyambut kedatangan peneliti dengan penampilan yang cukup sederhana dan santai. Partisipan AJP dapat menjawab dengan baik pertanyaan yang diajukan peneliti dengan sikap yang cukup tenang sambil sesekali melihat lembar *guideline* wawancara yang diberikan. Sesekali, partisipan AJP tampak sedikit termenung atau terdiam sebelum kembali melanjutkan apa yang ingin disampaikan kepada peneliti. Secara keseluruhan, wawancara dapat berlangsung dengan lancar sampai akhir.

Partisipan NFP merupakan seorang mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja sebagai kurir pada salah satu perusahaan pengantaran barang. Wawancara berlangsung di kediaman partisipan NFP. Seluruh pertanyaan yang diajukan peneliti dapat dijawab dengan baik oleh partisipan NFP dengan sikap yang tenang sambil sesekali melihat lembar *guideline* wawancara. Tampak sesekali anak dari partisipan NFP menghampiri ayahnya untuk mengajaknya bermain sehingga mengharuskan peneliti untuk menghentikan sejenak proses wawancara. Secara keseluruhan, proses wawancara dapat berlangsung dengan lancar hingga akhir.

Partisipan AJ merupakan teman kerja dari partisipan FH. Peneliti berkesempatan untuk melakukan wawancara di tempat kost partisipan AJ. Suasana di lokasi wawancara pada waktu itu cukup kondusif meskipun ada beberapa tetangga kost dari partisipan AJ yang beraktivitas diluar namun hal tersebut tidak mengganggu proses wawancara. Partisipan AJ cukup banyak menceritakan mengenai kondisi partisipan FH selama menempuh skripsi sambil bekerja. Partisipan AJ dapat menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti dengan baik meskipun pada saat itu partisipan AJ sedang dalam kondisi yang sedikit kurang sehat.

Partisipan EL merupakan teman dekat dari partisipan KR sehingga partisipan EL cukup mengetahui bagaimana kondisi partisipan KR selama menempuh skripsi sambil bekerja. Selama wawancara berlangsung partisipan EL dapat menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti dengan baik dan berusaha untuk tidak terpengaruh oleh situasi di lokasi wawancara yang pada waktu itu cukup ramai orang. Partisipan EL dari gerstur yang ditunjukkan terlihat sedikit canggung namun tidak menghambat proses wawancara secara keseluruhan.

Partisipan SH merupakan teman dekat dari partisipan SYK dan cukup memahami bagaimana kondisi partisipan SYK selama menempuh skripsi sambil bekerja. Partisipan SH dapat menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti dengan baik dengan menunjukkan sikap yang tenang meskipun sesekali tampak sedikit termenung seperti memikirkan sesuatu sebelum melanjutkan pembicaraannya. Partisipan SH pada waktu itu

berpenampilan cukup sederhana dan tampak santai. Situasi dari lokasi wawancara yang berlangsung di tempat kost partisipan SH cukup kondusif sehingga tidak mengganggu proses wawancara.

Partisipan SYT merupakan teman dekat dari partisipan AJP yang cukup mengetahui bagaimana kondisi partisipan AJP selama menempuh skripsi sambil bekerja. Wawancara dilangsungkan di rumah kontrakan partisipan AJP. Situasi dari lokasi wawancara pada waktu itu cukup kondusif. Partisipan SYT dapat menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti dengan baik hanya saja sesekali sedikit terbata ketika partisipan SYT sedang mengutarakan sesuatu kepada peneliti. Partisipan SYT diketahui pada saat itu dalam kondisi yang cukup baik serta berpenampilan sederhana dan santai.

Partisipan AN merupakan istri dari partisipan NFP sehingga cukup mengetahui bagaimana kondisi partisipan NFP selama menempuh skripsi sambil bekerja. Wawancara dilangsungkan di rumah partisipan NFP yang dimana situasinya pada waktu itu cukup kondusif meskipun sesekali waktu peneliti harus menghentikan sejenak proses wawancaranya dikarenakan partisipan AN harus meluangkan waktunya sejenak untuk anaknya tetapi tidak begitu menghambat proses wawancara secara keseluruhan. Partisipan AN terlihat cukup canggung selama melakukan tanya jawab bersama peneliti yang dimana hal itu terlihat dari penyampaian jawaban dari partisipan AN yang tidak begitu panjang tetapi partisipan AN dapat menjawab dengan baik seluruh pertanyaan yang diajukan peneliti.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa proses pengambilan data secara keseluruhan dapat berlangsung dengan lancar sampai akhir meskipun terdapat sedikit hambatan selama pelaksanaannya. Hambatan yang dimaksud adalah hambatan dari situasi yang cukup ramai orang ketika melakukan wawancara terhadap partisipan KR dan partisipan EL sehingga menjadi sedikit kurang kondusif. Selain itu terdapat sedikit hambatan ketika partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang ketika dilakukan wawancara sedang dalam kondisi yang kurang sehat. Berbagai kendala yang dialami tidak mengganggu proses wawancara secara keseluruhan dan seluruh partisipan memberikan keterangan sesuai pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Proses pengambilan data sendiri berlangsung dalam rentang kurang lebih mendekati satu bulan.

**Tabel 4.1** Partisipan Utama

No	Partisipan	Pekerjaan	Tempat	Waktu
1	FH	<i>Server</i>	Tempat kerja partisipan FH	16 Juni 2024 (09.00 – 09.40 WIB)
2	KR	Barista	Kampus 1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta	5 Juli 2024 (09.00 – 09.50 WIB)
3	SYK	Barista	Tempat kerja partisipan SYK	20 Juni 2024 (17.10 – 17.50 WIB)
4	AJP	Pegawai Dapur	Rumah kontrakan partisipan AJP	20 Juni 2024 (13.00 – 14.20 WIB)
5	NFP	Kurir	Rumah partisipan NFP	6 Juli 2024 (11.00 – 12.20 WIB)

**Tabel 4.2** Partisipan *Significant Other*

No	Partisipan	Relasi Terhadap Partisipan Utama	Tempat	Waktu
1	AJ	Sebagai teman kerja partisipan FH	Kost AJ	16 Juni 2024 (11.00 – 12.30 WIB)
2	EL	Sebagai teman dekat partisipan KR	Kampus 1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta	5 Juli 2024 (10.00 – 10.40 WIB)
3	SH	Sebagai teman dekat partisipan SYK	Kost SH	23 Juni 2024 (13.10 – 13.30 WIB)
4	SYT	Sebagai teman dekat partisipan AJP	Rumah kontrakan partisipan AJP	28 Juni 2024 (13.00 – 13.40 WIB)
5	AN	Sebagai istri partisipan NFP	Rumah partisipan NFP	6 Juli 2024 (13.00 – 13.40 WIB)

### 3. Pengujian Keabsahan Data

Menurut Sugiyono (2019) pembuktian bahwa suatu penelitian dapat dikatakan sebagai penelitian yang ilmiah dan untuk menguji data yang telah didapatkan maka dilakukan uji keabsahan data. Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber. Triangulasi sumber dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan wawancara terhadap partisipan lain sebagai *significant other*. Partisipan *significant other* dalam penelitian ini merupakan orang yang cukup dekat dengan partisipan utama dan memahami bagaimana kondisi yang dialami oleh partisipan utama selama menempuh skripsi sambil bekerja. Peneliti melakukan wawancara terhadap partisipan *significant other* sebagai langkah pemeriksaan terhadap informasi yang telah didapatkan untuk memperoleh sudut pandang yang baru.

### 4. Temuan Hasil Penelitian

#### a) Aspek *Problem Focused Coping*

##### 1) Indikator Konfrontasi

##### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH dalam mengatasi permasalahan mengenai urusan skripsi maupun pekerjaannya cenderung lebih memilih untuk menghadapi masalah daripada menghindarinya.

*“Untuk ee masalah sendiri saya cenderung untuk melihat dulu permasalahannya apa.. Tapi untuk menghadapinya pasti saya akan menghadapi”* (SU1, B6, K1, 16 Juni 2024)

Partisipan FH juga menceritakan pengalamannya ketika menghadapi masalah dalam pekerjaan yang dimana dia pada akhirnya memutuskan untuk tetap menjalankan tugasnya sebaik mungkin dan pada saat yang bersamaan juga tetap menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa yaitu mengerjakan skripsi.

*"Oke jadi ada moment waktu itu saya lagi garap finalisasi proposal dan persiapan sempro itu di tempat kerja lagi agak kacau.. Ada konflik lah antara pegawai dengan pihak manajemen sampai banyak anak-anak yang resign dengan alasan yang tidak sesuai sampai ngajak saya tapi disitu saya nggak langsung mengiyakan.. Bisa dibuktikan saya masih kerja disini sampai sekarang dan untuk divisi saya tinggal saya saja yang karyawan lama.. Pas moment itu ee lumayan ke distract sama pengerjaan skripsi karena saya juga harus backup kerjaan anak-anak yang resign jadi dua duanya harus balance dan terlaksana.. Itu berlangsung cukup lama bahkan sampai saya sampai BAB 4 menuju BAB 5 itu masih cukup struggle di pekerjaan.. Saya pernah nggak libur dalam waktu dua minggu alias masuk setiap hari atau nge backup shift yang bukan jadwal saya.. Saya mengatasi hal tersebut dengan melihat permasalahannya apakah masih bisa saya tolerir atau tidak.. Lalu bagaimana saya harus memposisikan diri dalam situasi itu.. Lalu saya mulai melihat pilihan apa saja yang bisa saya lakukan nah itu saya mikirnya nggak sehari atau dua hari jadi meskipun yang lain pada resign saya melihat situasi dulu dan nggak gegabah.. Setelah saya pikir panjang akhirnya saya tetap memutuskan untuk tetap mengerjakan apa yang ada didepan saya.. Saya memposisikan diri sebagai pekerja yang membutuhkan penghasilan dari pekerjaan ini dan juga harus patuh dengan aturan.. Kemudian saya juga tetap komitmen dalam skripsi karena itu juga sudah menjadi kewajiban saya sebagai mahasiswa akhirnya saya jalani saja dan itu menjadi rutinitas dan saya menganggapnya itu sebagai proaea jadi tidak masalah untuk saya"*  
(SU1, B8, K2, 16 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH. Partisipan AJ memberikan keterangan mengenai bagaimana reaksi partisipan FH ketika dihadapkan dalam permasalahan selama bekerja. Partisipan AJ menilai bahwa partisipan FH merupakan orang yang cenderung menghadapi masalah secara langsung.

*“Aku tuh pernah yang jadi nyaksiin lah dua itu langsung keluar tanya udah kamu orderannya belum kkalau yang ditanya bingung langsung terjun dia nyari orangnya.. Kak untuk pesanannya udah belum balik kitchen udah langsung ambil pulpen centang kalau nggak dicoret soalnya kan kadang kalau pas lagi crowded kalau kita lama dalam problem solving kan malah jadi keteteran flownya” (SO1, B22, K1, 16 Juni 2024)*

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR dalam mengatasi permasalahannya cenderung menghadapinya secara langsung tetapi partisipan KR menggunakan skala prioritas yang dimana partisipan KR akan menyelesaikan permasalahan yang memang bisa diselesaikan saat itu juga. Sedangkan permasalahan yang membutuhkan waktu dalam penyelesaiannya maka partisipan KR memilih untuk menundanya terlebih dahulu.

*“Oke kalau dari aku sendiri aa untuk mengatasi masalah yang ada mungkin dimulai dari masalah yang paling bisa diatasi terlebih dulu kayak misalkan masalah keuangan ee masalah kuliah skripsian karena itu dekat dengan kita.. Maksudnya memang kadang langsung dihadapin gitu kan jadi mau nggak mau ya udah harus dipaksain untuk ngerjain skripsi.. Kerja ya harus tetap kerja sesuai jam dan tupoksinyaa terus.. Kalau masalah yang masalah keluarga itu yang masalah orangtua cerai dan sebagainya itu segala macam.. Mungkin.. Nggak saya.. Nggak saya langsung bertindak untuk menyelesaikannya karena kan kita nggak bisa langsung menyelesaikan itu apalagi posisi kita juga jauh jaraknya.. Saya di Jogja terus orangtua di kampung sana jauh nggak mungkin ee setiap hari harus ngimbanginnya itu kan susah jadi.. Untuk masalahnya mungkin eh untuk mas.. Ee cara nyelesainnya itu dari saya ya kayak gitu” (SU2, B8, K1, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan EL sebagai teman dekatnya partisipan KR yang menyatakan bahwa partisipan KR dalam menghadapi masalahnya cenderung untuk menghadapinya secara langsung.

*“Ee.. Selama masalah itu bisa diatasi dia tuh cenderung langsung menghadapi tapi sikapnya paling biasanya cerita dulu sama aku terus cerita masalahnya apa tapi dia minta saran tapi dia tetap ee tenang.. Tapi dia sebenarnya itu tertekan sama masalah dia tapi dia berusaha untuk tenang gitu nggak yang buru-buru ini gimana ini gimana gitu” (SO2, K1, 5 Juli 2024)*

### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK memilih untuk menghadapi masalah daripada menghindarinya namun dikarenakan partisipan SYK sedang menempuh skripsi sambil bekerja sehingga penyelesaian masalah dilakukan berdasarkan skala prioritas.

*“Kalau misalkan ada masalah di keduanya berbarengan ya aku biasanya ee runtut nggak langsung nggak pengen langsung soalnya kalau langsung itu pasti ribet banget, biasanya aku prioritasin misalkan kalau skripsi kan pasti ada deadline waktu nih aku punya masalah disitu ya aku harus selesain skripsi tapi ga ngeganggu kerjaku biasanya aku pulang kerja kalau misalkan shift sore ya masuk jam tiga sore pulang jam sebelas atau jam dua belas aku tidur di jam tiga nah dari jam dua belas sampai jam tiga itu aku ngerjain skripsi dulu kalau misalkan besoknya masuk sore paginya aku lanjut tapi kalau misalkan masuk pagi kadang aku bawa laptop kesini” (SU3, B6, K1, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa partisipan SYK merupakan orang yang lebih memilih untuk menyelesaikan masalah daripada menghindarinya tetapi penyelesaian masalah dilakukan berdasarkan skala prioritas.

*“SYK itu tipe orang yang lebih memilih buat ngadepin masalah dengan kemampuannya sendiri tapi setiap cerita kadang itu membagi kayak.. Apa namanya ya.. Tingkat permasalahannya gitu.. Kan kayak penting atau nggak penting gitu buat dia hadapin duluan” (SO3, B14, K1, 23 Juni 2024)*

d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP diketahui cenderung untuk menghadapi permasalahan daripada menghindarinya.

*"Kalau saat mengalami masalah selama skripsi sambil bekerja biasanya saya hadapi tapi pelan-pelan jadi nggak langsung gitu.. Saya yaa cari jalan tengahnya.. Kayak misalkan masalah di pekerjaan terkadang diomelin gitu kan sama atasan kok gini kok rasanya agak beda kalau saya pribadi yaa saya hadapi saja saya jelaskan kendalanya di kami sesama orang kitchen.. Terus kalau kendala perihal skripsi itu lumayan sering juga ada masalah karena kita harus menyesuaikan dosen dimana dosen kan waktunya lebih sibuk dari kita yaa tapi itu kan terkadang jadi kendala.. Nah untuk kendala seperti itu juga saya hadapi dengan cara lobby ke atasan untuk diizinkan bimbingan tapi kalau nggak diizinkan saya cari waktu lain untuk negosiasi"* (SU4, B6, K1, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa meskipun terkadang menunda dalam menyelesaikan masalah tetapi partisipan AJP cenderung mengatasi masalah daripada menghindarinya meskipun begitu partisipan AJP biasanya akan bercerita terlebih dahulu kepada rekannya.

*"Fleksibel dia lebih ke cerita dulu dia ada masalah apa ke saya dan kalau menyelesaikan masalahnya sih kadang dia langsung cepat ngatasin tapi kadang juga milih buat nunda dulu.. Tapi biar gimanapun dia tetap cenderung hadapin masalahnya"* (SO4, B12, K1, 28 Juni 2024)

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP dalam mengatasi masalahnya cenderung untuk menghadapi daripada menghindarinya.

*"Oke kalau itu saya cenderung hadapin yaa.. Mau gimana ribetnya pokoknya kalau saya untuk menghindar itu nggak.. Karena ya pertama saya mahasiswa juga kepala rumah tangga.. Jadi itulah yang membuat saya biar bagaimanapun harus bisa survive lah disini"* (SU5, B11, K1, 6 Juli 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa partisipan NFP dalam menghadapi masalahnya cenderung menghadapi daripada menghindarinya.

*"Kalau mas NFP itu dia lebih ke menghadapi ya.. Kalau untuk menghindari itu nggak"* (SO5, B12, K1, 6 Juli 2024)

## 2) Indikator Mencari Dukungan Sosial

### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH selama menempuh skripsi sambil bekerja diketahui memiliki hubungan yang baik dengan keluarga maupun rekan-rekannya.

*"Hubungan saya dengan keluarga atau rekan-rekan saya sendiri Alhamdulillah cukup baik dan sangat baik"* (SU1, B10, D1, 16 Juni 2020)

Partisipan FH dalam menyelesaikan permasalahannya diketahui tidak selalu melibatkan orang terdekat untuk membantunya. Jika partisipan FH merasa mampu untuk mengatasi permasalahannya sendiri maka dia akan mengatasinya tanpa melibatkan keluarga ataupun rekannya.

*"Ketika saya ada masalah saya lihat dulu permasalahannya apa dan bagaimana cara menyelesaikannya ketika saya berfikir dan sudah mengutarakan permasalahan yang saya hadapi dan saya menarik kesimpulan bahwa ini permasalahan bisa saya hadapi sendiri ya saya akan menghadapinya sendiri tanpa harus memberitahukannya kepada siapapun baik keluarga ataupun teman atau rekan sejawat.. begitu"* (SU1, B12, D2, 16 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH ini merupakan orang yang cukup terbuka.

*"Tapi bang F ini kalau dia paling nggak kalau dari keterbukaannya mungkin nggak yang terlalu terbuka banget tapi ya cukup terbuka lah dengan dia menceritakan dia kedepannya mau gimana-gimana kan bisa dibilang cukup terbuka lah ya mungkin ya itu sih untuk bang F sendiri untuk keterbukaannya sama anak-anak atau rekan kerjanya itu juga cukup terbuka lah orangnya"* (SO1, B17, D1, 16 Juni 2024)

b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR selama menempuh skripsi sambil bekerja diketahui memiliki hubungan yang cukup baik dengan orang terdekat seperti teman kost dan pasangan namun agak berjarak dengan keluarganya.

*"Intensitas komunikasi sama orang terdekat maupun keluarga kalau orang yang terdekat ee ada yang lumayan dekat itu teman satu kost dan ee pasangan kemudian keluarga itu agak berjarak ya soalnya soalnya jauh juga telfon pun kadang mau telfon lagi pada sibuk lagi pada kerja di apa ayah lagi kerja terus kakak pun lagi ee lanjut studi juga jadi memang mungkin bisa komunikasinya itu lebih intensif sama teman satu kost dan pasangan itu tadi"* (SU2, B12, D1, 5 Juli 2024)

Partisipan KR dalam menyelesaikan permasalahannya memilih untuk bercerita kepada orang terdekat namun melihat terlebih dahulu bagaimana kondisi orang terdekatnya.

*"Kalau dari segi ee di posisi itu ya.. Masalah itu.. Ada beberapa masalah yang kadang aku ceritakan ke pasangan ke teman kost bahkan ke kakakku.. Tapi nggak semuanya yang aku ceritakan misalkan aku ngerti misalkan posisi.. Posisi temanku posisi pasanganku posisi saudaraku mungkin dia juga punya masing-masing masalah jadi aku hanya menceritakan masalahku.. Intinya aja.. Kalau secara rinci nggak.. Secara rinci gimana cara aku ngadepinnya gimana aku bisa.. Gimana.. Apa ya kayak menggambarkan perasaan emosiku tu nggak semuanya aku luapin kadang.. Terkadang ya.. Kadang tak buat tak pendem dewe.. Kalau nggak tak buat tidur lah.. Aduh capek nih maksudnya pikirannya udah pol nggak tau mau ngapain bingung ngapain mau cerita kadang pun susah terus takut ganggu orang juga akhirnya ya udah dah lah aku tak tidur aja tak pendem.. Tak pendem.. Tak pendem gitu tapi kalau misalkan emang udah sampai.. Nggak kuat banget udah.. Aku lihat kondisi temanku dulu pasanganku kakakku kalau misalkan emang bisa diajak ngobrol ya tak ceritain semuanya keluh kesahku"* (SU2, B16, D2, 5 Juli 2024)

Partisipan KR merasa setelah dia menceritakan masalahnya kepada orang terdekat dan mendapatkan feedback dari mereka itu menjadi semangat baru untuk partisipan KR dalam menyelesaikan tugasnya menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Feedback dari mereka ya dari kakakku mungkin kayak saling menyemangatin saling ngasih perhatian walaupun nggak setiap hari misalkan kalau dari pasangan pun sering support kasih support kadang pun kasih ee mungkin kasih solusi dikit ya kayak hmm baiknya responnya kamu.. Kamu mungkin baiknya ngeresponnya seperti ini seperti ini seperti ini gitu sama teman pun si.. Teman kostan pun juga bilang gitu kayak dia dengar in aku cerita gini gini terus ngasih semangat kadang ee kayak sabar ya men gitu sabar ya bro gitu kayak saling udah lah gapapa dijalani dulu gini gini kasih semangat lah kasih support tetap ngasih support gini gini ya mungkin mereka juga nggak bisa ngasih bantuan kayak apa yang lain karena mereka juga lagi susah nggak tau tapi ya menurutku pribadi hmm sekedar aku cerita ke mereka aku plong terus mereka ngasih support ke aku nah itu.. Itu jadi kayak power gitu lho kayak jadi power buat aku buat bisa ngadepin semuanya gitu” (SU2, B20, D3, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa partisipan KR merupakan orang yang cukup terbuka dan sering bercerita ketika sedang mengalami masalah dalam urusan skripsi maupun pekerjaannya.

*“Kalau sama aku dia terbuka banget sih jadi kalau ada apa-apa misal kesulitan waktu ngerjain skripsi atau ada masalah di pekerjaan dia dia selalu cerita ke aku” (SO2, B12, D1, 5 Juli 2024)*

#### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK selama menempuh skripsi sambil bekerja diketahui memiliki hubungan yang cukup baik dengan orang terdekat seperti keluarga maupun rekannya.

*"Kalau untuk hubungan dengan orang-orang terdekat khususnya keluarga ya.. Keluarga.. Teman-teman disini teman-teman di kampung juga selama ini baik komunikasi selalu ada komunikasi sama mereka baik yang di kampung atau apalagi yang disini gitu kadang teman-teman kampus pun ya komunikasi kita baik.. Ee.. Kalaupun nggak ketemu langsung kita pasti ada chat di WA kadang kalau lagi ada waktu kosong itu ya kita kumpul-kumpul main juga ngobrol di kost atau main.. Nongkrong dimana gitu kayak gitu aja" (SU3, B8, D1, 20 Juni 2024)*

Dalam menyelesaikan permasalahannya, partisipan SYK juga bercerita kepada orang terdekat seperti rekan maupun pasangannya.

*"Kalau ada masalah gitu aku ngebagiin sih.. Kadang ada masalah yang aku bisa tanganin sendiri jadi nggak perlu aku ceritain ke teman-teman dekat tapi ada juga masalah yang aku ceritain ya misalnya ke pacarku atau nggak ke teman-teman dekat yang sekelas atau.. Ya teman-teman yang ada di.. Disini lah teman-teman dekat kadang mungkin pas nongkrong sama teman-teman di kerjaan sebelumnya ya ngobrol punya masalah ini mereka ngasih solusi juga jadi ada timbal baliknya lah" (SU3, B10, D2, 20 Juni 2024)*

Partisipan SYK diketahui dengan bercerita kepada orang terdekat mengenai permasalahannya, partisipan SYK merasa mendapatkan solusi yang dapat dia terapkan.

*"Peran teman-teman dekat terutama pacar juga ya.. Ditambah pacarku juga kuliah di Bandung lagi skripsian juga jadi saling ngasih solusi lah misalkan aku punya masalah ini yang aku nggak bisa tapi dia bisa aku cari tau ke dia atau nggak ke teman-teman yang udah lulus kuliah bisanya nanya gitu kalau misalkan ada masalah dari skripsi gini.. Ee masalah kayak gini harus gimana.. Mereka ngasih solusi kayak gitu jadi peran mereka tu ee sebagai yang suka ngasih solusi dimana mereka tu udah ngelewat hal ini gitu.. Jadi ya aku ceritanya ke mereka dan mereka juga ngasih solusi yang bisa aku terapkan" (SU3, B12, D3, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa partisipan SYK sering bercerita mengenai masalah dalam skripsi maupun pekerjaannya dan partisipan SH menilai partisipan SYK sebagai orang yang cukup terbuka.

*"Kalau.. Apa namanya cerita ya sering cerita terkait skripsinya kayak dia susah bagi waktunya terus kadang.. Ee ya skripsi sambil ngobrol dengan saya terus juga di tempat kerjanya yang ee bermasalah sama karyawan lain itu ada permasalahan di tempat kerjanya juga sering cerita ke saya juga.. Dia lumayan terbuka kok orangnya"* (SO3, B12, D1, 23 Juni 2024)

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP memiliki hubungan yang cukup dekat dengan orang terdekat khususnya dengan orangtuanya.

*"Saat ini saya cenderung dekat dengan orangtua walaupun yaa posisi jauh kan untuk komunikasi sering yaa apalagi ini semester akhir dimana orangtua mengharapkan anaknya untuk tepat waktu.. Saya cerita ke orangtua kalau ada beberapa faktor yang mempengaruhi ee proses skripsi saya hambatannya begini begini.. Tapi kalau untuk kedekatan dengan teman masih ada lumayan dekat cuman nggak terlalu intens sih kalau ke teman lebih kayak fokusnya beda udah kerja sama skripsi kalau dulu mungkin sering bareng tapi kalau sekarang lebih ke sadar kalau udah ada dua tanggung jawab bersamaan di skripsi sama kerjaan"* (SU4, B8, D1, 20 Juni 2024)

Partisipan AJP dalam mengatasi masalahnya juga cenderung mencari dukungan sosial seperti dari orangtuanya yang memberi support kepada partisipan AJP

*"Kalau saya cenderung ngobrol dengan orangtua saya cerita tadi kan kayak kendala saya seperti ini seperti itu gitu tapi disisi lain saya usaha gitu dan dari orangtua juga memahami dan ngasih support ke saya dengan problematika yang kita alami yang penting semangat jalanin aja pelan-pelan"* (SU4, B10, D2, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa partisipan AJP merupakan orang yang cukup terbuka dalam menceritakan permasalahannya kepada orang terdekat termasuk kepada dirinya namun partisipan AJP selektif dalam memilih permasalahan apa yang hendak dia ceritakan.

*"Dia lumayan terbuka sih cerita ke saya tapi emang lihat-lihat orang dulu sih kalau mau cerita.. Apalagi sekarang dia kerja sambil skripsi jadi sering cerita ke saya ada masalah apa gitu.. Tapi kalau masalahnya privacy sih nggak diceritakan"* (SO4, B14, D1, 28 Juni 2024)

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP memiliki hubungan yang cukup baik dengan keluarga maupun rekannya baik itu di perkuliahan maupun pekerjaan.

*"Alhamdulillah kalau sama keluarga baik lancar komunikasinya.. Ee sama teman juga ya teman kuliah teman kerja itu komunikasi jalan"* (SU5, B13, D1, 6 Juli 2024)

Partisipan NFP dalam menghadapi permasalahannya juga kerap bercerita kepada orang terdekat seperti orangtua, istri, dan rekannya tetapi partisipan NFP akan melihat dulu kondisi mereka sebelum bercerita. Partisipan NFP mengakui juga bahwa untuk permasalahan yang bisa ditanganinya sendiri dia biasanya tidak menceritakannya kepada orang terdekat.

*"Kalau saya sih cerita itu lumayan sering ya ke orangtua ke istri atau ke teman tapi saya lihat dulu keadaan mereka siap nggak kalau saya cerita.. Tapi selebihnya kalau misalnya masalah yang bisa saya tangani sendiri langsung ya biasanya sih saya nggak cerita"* (SU5, B15, D2, 6 Juli 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa partisipan NFP selalu menjalin komunikasi dengan keluarganya maupun rekannya.

*“Cukup terbuka.. Kita sering cerita juga.. Dia kadang cerita masalah skripsinya soal ambil datanya segala macam sampai analisa terus soal kerjaan juga tadi ketemu customer yang gini gitu.. Jadi untuk cerita sih dia itu cerita ee lumayan terbuka juga”* (SO5, B14, D1, 6 Juli 2024)

Partisipan AN juga menilai bahwa partisipan NFP juga cukup terbuka kepada keluarganya dalam hal ini keluarganya yang ada di desa.

*“Lumayan terbuka juga sering nelfon gitu kalau pas lagi senggang sama bapaknya, ibunya, atau adeknya juga”* (SO5, B16, D2, 6 Juli 2024)

Partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP membantu suaminya adalah dengan memberikan saran untuk permasalahan yang dialami partisipan NFP.

*“Kalau itu sih gini ya.. Dia kan lumayan sering cerita lah ke saya terus ee jadi saya itu ngasih feedback atau solusi itu buat dia coba pertimbangkan.. Kalau skripsi ya apa kalau kerjaan ya apa.. Lebih ke penyemangat aja sih sama pemberi masukan”* (SO5, B18, D3, 6 Juli 2024)

### 3) Indikator Penyelesaian Secara Terencana

#### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH diketahui memiliki perencanaan yang baik untuk menyelesaikan permasalahannya.

*"Langkah apa yang saya lakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut tentunya beragam tergantung permasalahan apa yang saya hadapi dan besar kecilnya permasalahan yang saya hadapi.. Tentunya langkah yang saya ambil itu saya rencanakan sesuai dengan apa yang menjadi masalah.. begitu.. jadi langkah penyelesaian masalahnya ee yang saya ambil bukan ee bisa diterapkan untuk semua permasalahan yang saya hadapi.. Tentunya sangat beragam dan menyesuaikan dengan masalah apa yang saya hadapi"* (SU1, B16, PST1, 16 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH dalam menyelesaikan masalah baik dalam pekerjaan maupun skripsinya selalu

menggunakan koordinasi sehingga partisipan FH dapat menjalankan tugas akademiknya dan tugas dalam pekerjaannya dengan baik.

*"Oke untuk cara bang F dalam menyelesaikan mungkin entah masalahnya mungkin saya jawab dari segi pas pekerjaan mungkin kalau bisa dilihat ini kalau pas shift sore kalau misalkan udah pasti dia itu koordinasinya itu bagus sekali.. Jadi misal disini kalau misalnya sore itu biasanya ee ada tiga orang untuk server.. Tapi kalau udah sama bang F kita pasti dikoordinasi gimana biar efisien dan efektif lah dalam mengurus orderan dari customer"* (SO1, B11, PST1, 16 Juni 2024)

*"Mungkin terkait dengan skripsinya pun koordinasinya dengan apalah gimana gimana ngatur waktu dengan dosen ini ketemu ini misalnya butuh wawancara juga atau gimana butuh pendekatan dan lain-lain mungkin dari pribadinya bang F sendiri untuk koordinasinya dia udah oke lah jadi untuk skripsi makanya dia aman-aman aja sambil bekerja gitu"* (SO1, B14, PST2, 16 Juni 2024)

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR dalam mengatasi masalahnya memiliki perencanaan yang baik. Partisipan KR dalam mengatasi permasalahannya berusaha untuk menenangkan diri terlebih dahulu. Ketika partisipan KR sudah merasa tenang, partisipan KR akan mulai mencari solusi dan merencanakan penyelesaian masalahnya lalu menjalankannya.

*"Ya yang paling pertama sih ya itu kayak berusaha untuk nenangin diri ya kan berusaha untuk nenangin diri gimana pun caranya entah aku makan misalkan ya kan minum minum air putih kalau nggak wudhu bahkan sampai mandi itu sampai jadi hal yang sering karena kayak merasa kalau air dingin mandi itu jadi seger fresh ibaratnya terus ee menjaga ibadah karena aku kebetulan Islam kan jaga shalat sering doa dzikir kadang kalau udah sampai nggak kuat terus nangis itu sampai kirim doa ke orang tua ke saudara dzikir segala macam itu dan yang pasti gimana saya bisa menyelesaikan masalahnya kayak nyari solusine piye yo terus aku.. Aku habis ini harus ngapain setelah aku tenang setelah aku tenang aku harus ngapain gitu aku harus ngapain mungkin ee ada sesi sharingnya sama temanku sama pasangan atau saudara misalkan ke kakak nih.. Kak ini gini gini gini ini gimana ee terus misalkan kalau udah sumpek skripsi misalkan wah ini aku harus bimbingan biar aku ngerti jalurnya gimana masalah kerjaan mungkin kayak lebih ke gimana ya aku ngatur waktunya aku ngatur waktunya gimana kayak lebih gimana untuk bisa*

*mendisiplinkan diri gitu yang lebih utama kayak biar semuanya itu berjalan lancar apa yang udah kita rencanain kayak tadi kan udah berusaha nenangin diri terus gimana cari solusi habis itu gimana kita memmanagement waktu itu dan gimana kita bisa mempertahankan kedisiplinan kita biar kita bisa setidaknya menghadapi masalahnya walaupun belum selesai masalahnya gitu” (SU2, B22, PST1, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa partisipan KR memiliki perencanaan yang cukup baik dalam mengatasi permasalahannya. Meskipun begitu, partisipan EL juga menyatakan bahwa apa yang direncanakan oleh partisipan KR dalam mengatasi masalahnya itu tidak selalu berjalan dengan baik akan tetapi partisipan KR tetap dapat tenang dalam menghadapinya.

*“Dia kalau ada masalah ee cenderung tenang ya dia mikir tapi nggak berusaha kelihatan aku lagi ada masalah gitu jadi dia selalu untuk mengatasi masalah dia dia selalu planning.. Planning dengan matang tapi ee kadang rencana dia itu nggak sesuai sama apa yang dia rencanain sebelumnya kayak gitu tapi dia selalu berusaha tenang nggak.. Nggak buru-buru nyelesain masalah dia dan dia selalu pikirannya itu.. Apa ya.. Luas gitu.. Nggak nggak menurut pandangan dia sekilas doang” (SO2, B16, PST1, 5 Juli 2024)*

#### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK diketahui memiliki rencana yang baik ketika menghadapi masalah. Partisipan SYK membagi permasalahan berdasarkan skala prioritas. Partisipan SYK menyatakan dengan melakukan skala prioritas masalahnya dapat terselesaikan.

*“Biasanya kalau aku sih kalau misalkan ada masalah aku runtutin dulu misalkan masalah mana nih yang harus benar-benar aku selesaiin dulu baru dari situ ee lanjut ke masalah yang nggak terlalu urgent lah maksudku nggak terlalu urgent untuk diselesaiin hari ini juga kayak gitu jadi diruntutin dari yang paling urgent ke yang nggak paling urgent dan ee Alhamdulillahnya semua bisa terselesaikan” (SU3, B14, PST1, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa partisipan SYK merupakan tipe orang yang suka berfikir dan memiliki rencana untuk menyelesaikan permasalahannya. Partisipan SYK juga bercerita terlebih dahulu kepada orang terdekat sebelum mengambil tindakan.

*“SYK itu tipenya pemikir.. Dia punya planning buat kelarin masalahnya.. Dia mikir dulu sebelum bertindak ya itu ee sharing dulu ke teman setelah sharing dia baru bertindak.. Jadi bukan tipe orang yang buru-buru.. Dia santai tapi tetap jalan”* (SO3, B18, PST1, 23 Juni 2024)

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP dalam menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan skripsi dan pekerjaan cenderung membuat rencana terlebih dahulu.

*“Ee.. Baiklah misalkan untuk.. Misalkan di pekerjaan ketika ada complain dari atasan atau pelanggan kalau saya pribadi ya saya evaluasi kayak apa sih kurangnya.. Apakah pada saat proses pembuatannya ada yang kurang atau gimana atau kayak pelanggan kalau merasa ini kok beda sama fotonya produknya nah itu jadi evaluasi diri kedepannya diperbaiki untuk memenuhi keinginan pelanggan sama atasan serta mengikuti SOP yang dibuat.. Kalau untuk masalah skripsi kan kalau cerita ke orangtua lebih ke support dari mereka tapi kalau kayak kendala misalnya uji A wah nggak bisa nggak paham caranya gimana saya biasanya planning nyari teman yang lebih paham buat tanya”* (SU4, B14, PST1, 20 Juni 2024)

Hal tersebut juga diperkuat oleh keterangan dari partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa partisipan AJP dalam menyelesaikan suatu masalah cenderung memiliki rencana yang baik untuk menyelesaikannya.

*“Dia itu biasanya lebih ke bikin rencana dulu sih.. Ee kayak misalkan skripsi ini mungkin karena lagi dikejar deadline atau gimana.. Itu dia kayak bikin planning lah besok harus kelar sampai sini besok harus sampai sini jam sekian udah harus kelar ini itu.. Jadi dari permasalahan dia itu adanya tuntutan deadline skripsi dia bikin planning kayak gitu buat ngerjain skripsinya”* (SO4, B18, PST1, 28 Juni 2024)

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP diketahui dalam menyelesaikan permasalahannya memiliki rencana yang baik untuk menyelesaikannya.

*“Misalnya gini.. Saya Pas lagi kerja.. Saaya kan kerja di jalan ya.. Ee ketemu macet lah, jalan ditutup lah, ini lah itu lah.. Itu kan masalah di kerjaan ya.. Saya planningnya itu lebih ke persiapan rute atau jalan mana yang sekiranya itu lebih cepat sampai tempat customer karena kan customer biasanya mau cepat tapi nggak ngerti sama kondisi di jalan.. Belum lagi kalau misalnya ban saya tiba-tiba bocor atau problem motor.. Itu saya ada planning lah buat ngatasin itu.. Nah kalau di skripsi paling kayak saya nentuin besok bagian ini harus rampung.. Besok ini.. Besok itu.. Jadi saya utamakan planning ya”* (SU5, B18, PST1, 6 Juli 2024)

Hal tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AN yang menyatakan bahwa partisipan NFP dalam mengatasi permasalahannya cenderung memiliki perencanaan yang baik.

*“Kalau mas NFP itu dia cenderung planning ya kayak skripsi nyari tanggal sekian mau gimana.. Atau mungkin Pas kerja mau gimana Pas lagi ada problem.. Nah itu dia lebih ke planning jadi dia analisis dulu lah sebelumnya”* (SO5, B20, PST1, 6 Juli 2024)

b) Aspek *Emotion Focused Coping*

1) Indikator Pengendalian Diri

a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH merasa bahwa masalah yang dialaminya dari urusan skripsi dan bekerja memang masih menjadi sebuah tekanan bagi dirinya hanya saja tekanan tersebut tidak begitu berat sehingga perasaannya pun juga biasa saja dan tetap menikmati momen.

*"Hmmm untuk tekanan ini masih ya beragam tekanan yang saya hadapi karena tidak terlalu berat ya bagi saya untuk saat ini atau sampai saat ini maka yang saya lakukan.. yang saya rasakan ya masih biasa-biasa saja dan ya enjoy the moment saja tidak ada hal yang ee terlalu wow gitu jadi ya enjoy the moment saja"* (SU1, B24, PD2, 16 Juni 2024)

Partisipan FH ketika mendapatkan teguran dari orang lain sikapnya adalah mendengarkan dan merenungkan dengan seksama, kemudian memilah antara teguran yang bersifat positif untuk diterima dan teguran negatif akan di biarkan begitu saja. Terlihat pada partisipan FH dapat mengatur emosinya dengan baik.

*"Tentunya yang saya lakukan adalah mendengarkan teguran mereka.. Saya mendengarkan dengan seksama.. Saya ehmm merenungkan apa yang mereka katakan dan berikan saran jika itu memang harus saya lakukan ya saya lakukan jika tidak ee atau hanya sekedar saran saja yang dan itu sudah saya lakukan maka cukup didengarkan saja yang positif saya ambil yang menurut saya negatif itu tidak saya aplikasikan dalam kepribadian saya begitu" (SU1, B22, PD1, 16 Juni 2024)*

Meskipun begitu, partisipan FH juga menyatakan bahwa jika sedang merasa lelah atau meredakan tekanannya, maka partisipan FH akan melakukan hobinya dan kegiatan menyenangkan lain.

*"Jika saya sedang lelah atau ee butuh apa.. meng apa... ee mengobati rasa tekanan saya maka saya akan melakukan hobi saya yaitu menulis saya suka menulis puisi saya akan menulis novel dan saya juga menulis ee senantika ya saya menulis saja gitu dan itu menjadi healing bagi saya dan juga saya menonton saya suka drakor ya saya menonton drakor film-film action dan lain sebagainya ee juga saya ya ngemil.. Ngemil ya paling ngemil sambil nonton juga gitu ya itu cukup ee melegakan dan salah satu ee daripada hal yang ee menjadi ekspresi saya mengekspresikan tekanan saya atau meminimalisir tekanan saya begitu.. Jadi healingnya saya lah" (SU1, B26, PD3, 16 Juni 2024)*

Setelah melakukan hobi dan kegiatan menyenangkan lainnya, partisipan FH mengaku merasa lebih baik akan tetapi jika sedang merasa lelah sekali partisipan FH melakukan butter fly hug kepada dirinya sendiri.

*"Perasaan saya lebih baik, ya tentu tentu ee dengan cara tersebut membuat perasaan saya lebih baik dan jika saya sedang lelah-lelahnya ee ketika saya habis bekerja dan saya ee change untuk skripsinya saya memulai dengan ya butter fly hug ke diri saya sendiri dengan ya ee butter fly hug dan saya juga*

*ya mengistirahatkan rileksasi sejenak habis itu baru saya mengerjakan skripsi" (SU1, B28, PD4, 16 Juni 2024)*

Partisipan FH agar tetap dapat fokus selama menempuh skripsi sambil bekerja yang dilakukan adalah kembali mengingat tujuan awal partisipan FH datang ke Yogyakarta untuk menempuh pendidikan.

*"Apa yang saya lakukan agar tetap dapat fokus dalam urusan skripsi maupun pekerjaan meskipun sedang ada masalah yang saya lakukan ya tentu mengingat kembali tujuan awal saya disini ke Jogja adalah untuk berkuliah dan saya harus menyelesaikan dan juga yang saya lakukan adalah ee mengingat target-target yang sudah saya tetapkan ee sebelumnya gitu" (SU1, B30, PD5, 16 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH memiliki manajemen emosi yang baik.

*"Hmm handle emosinya.. Keren.. Aku selama sama bang F.. Di kerja.. Nggak pernah aku lihat sekalipun dia marah.. Sama sekali" (SO5, B62, PD1, Juni 2024)*

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR selama menempuh skripsi sambil bekerja ini menyatakan bahwa tekanan dari kedua hal tersebut menimbulkan perasaan-perasaan negatif seperti kelelahan, putus asa, keinginan untuk mengakhiri hidup, hingga merasa tidak ingin melanjutkan perkuliahan.

*"Kalau dari perasaan mungkin ee hampir putus asa mau bunuh diri ada mau nggak mau ngelanjutin hidup ada frustrasi ya terus pengen kadang pun kerjaan capek kan fisik segala macam kadang sampai pengen udah lah kayaknya aku nggak usah lanjut lah kuliah.. Tak kerja aja wes gitu kan mikirnya jadi kesitu padahal tinggal sedikit lagi stepnya udah lulus gitu kan mungkin bahkan habis lulus bisa cari pekerjaan lebih baik tapi kayak di posisi udah tertekan udah apa nggak bisa ngapa-ngapain.. Bingung.. Down.. Terus ada menarik diri dari sosial itu ada kayak nggak pengen ketemu apa-apa terus nggak pengen ketemu buat bimbingan buat ngerjain ini jadi malas itu ada jadi kayak perasaan-*

*perasaan buruk itu memang muncul dan sering muncul"* (SU2, B41, PD2, 5 Juli 2024)

Partisipan KR selama menempuh skripsi sambil bekerja ini mengaku pernah mendapatkan teguran baik dari atasannya maupun dosen pembimbing skripsinya. Sikap partisipan KR yaitu meminta maaf dan evaluasi diri kemudian berusaha memperbaiki kesalahannya melalui tindakan.

*"Kalau teguran dari contoh misalkan teguran dari atasan ya kamu telat ini ini ada apa.. Minta maaf.. Ya kan.. Emang mungkin dari kita sendiri kesalahan kita sendiri introspeksi oh berarti kesalahan emang gini ya udah nggak lagi diulang dari skripsian ya kesalahannya mungkin kayak lebih ke menunda-nunda waktu apa segala macam terus ditegur sama dicariin dosen ya kan sempat ngilang soalnya terus.. Terus apa.. Nak kamu kemana gitu kok udah lama nggak ada kabar ini ayo dikerjain lagi skripsinya gini gini itu ya gitu terus akhirnya ee yang dilakukan ya cari semangat lagi gimana biar kita nggak stres lagi walaupun nggak bisa langsung kan kayak lambat pelan ya emang itu prosesnya gitu kan mau nggak mau ya udah ini harus lulus ini tahun ini harus lulus tahun ini ya udah akhirnya kayak sampai dibela-belain nggak tidur ngelembur ngerjain ini ngerjain itu nggak sampai aku sempat sakit soalnya karena nggak bisa ngapa-ngapain udah kepikiran deadlinenya udah mepet terus jadwalnya juga akhirnya mau nggak mau sama dosbing juga pembimbing juga ayo nak dikebut"* (SU2, B37, PD1, 5 Juli 2024)

Partisipan KR mengekspresikan tekanan yang dialaminya tersebut dengan cara berteriak sekeras-kerasnya dan melakukan tindakan kasar kepada rekan dan pasangannya.

*"Pernah teriak.. Tapi ya lihat lihat kondisi lah maksudnya oh lagi sepi nih misalkan pulang kerja gitu kan sepi jam udah malam tengah malam di jalan ringroad gitu teriak sekeras-kerasnya gitu kan kayak berusaha untuk meluapkan tapi habis itu udah astaghfirullahaladzim aku ngapain gitu kan astaghfirullahaladzim kadang sampai bertindak kasar ke teman pun ada tapi aku langsung minta maaf ke pasangan kadang kayak lagi nggak enak gitu kan terus tingkah lakunya mungkin cuek apa segala macam terus bilang aku jangan diganggu dulu gini gini"* (SU2, B43, PD3, 5 Juli 2024)

Partisipan KR mengaku dengan berteriak menjadi lebih lega perasaannya.

*"Kalau.. Ee dari yang teriak tadi deh.. Habis teriak itu kan kita kayak ngeluapkan energi ya suara terus aaa gitu kan itu kan ada yang dikeluarkan kayak itu jadi sedikit lega walaupun kayak.. Apa ya kadang tu kayak merasa aku oon ya mesti kayak ngapain teriak gitu lho tapi itu malah bikin lega di hati di.. Nggak di beban kan jadi kayak ngeluapkan aja gitu"* (SU2, B45, PD4, 5 Juli 2024)

Partisipan KR untuk tetap dapat fokus selama menempuh skripsi sambil bekerja yang dilakukan adalah berusaha menenangkan diri, mengingat tujuan awal kuliah dan mengingat konsekuensi jika pengerjaan skripsinya tidak tepat waktu.

*"Oke.. Biar bisa tetap fokus ya.. Kembali ke.. Apa ya.. Deadline.. Nggak nggak maksudnya ke tujuannya ini tinggal lagi sebentar lagi lho kuliah ini kamu juga kuliah biayai dewe biaya sendiri biaya sendiri nanti kalau nggak lulus tahun ini nambah lagi dong biayanya kamu harus cari kerja lagi lebih parah maksudnya lebih.. Harus lebih.. Kerjanya lebih ekstrim lagi biar bisa bayar lagi gitu kan nah itu sih mikirnya lebih kesitu karena udah gini ya udah mau nggak mau tetap pelan-pelan dikerjain tetap walaupun setiap hari progresnya sedikit pokoknya tetap dikerjain skripsinya kerjaan ya.. Ya kerja semampunya kalau ngerasa nggak enak badan bos izin saya nggak enak badan.. Boleh.. Sama bos kalau sakit nggak dipaksa enaknyanya itu dan dukungan dari teman-teman kerja juga enak misalkan lagi nggak enak badan gapapa.. Setengah hari aja gapapa.. Terus.. Apa namanya.. Berusaha untuk memfokuskan diri menenangkan diri itu kayak bikin relatif fokus gitu kayak aku bisa tenang jadi aku bisa mikir jernih nanti setelah ini langkahnya ini ini ini gitu"* (SU2, B47, PD5, 5 Juli 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa partisipan KR ketika mengalami tekanan maka yang dilakukannya adalah mencari hal-hal yang menyenangkan untuk refleksi diri terlebih dahulu.

*"Pasti.. Agak stres mungkin ya.. Terus dia cari ee hal-hal yang menurut dia bisa buat.. Apa namanya.. Ee.. Apa sih namanya.. Nggak mikirin itu dulu gitu jadi dia berusaha untuk refleksiin dia dulu dari masalah itu jadi nanti kalau dia udah.. Udah.. Perasaannya udah lebih baik baru dia ee mengatasi masalahnya sendiri" (SO2, B20, PD1, 5 Juli 2024)*

### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK selama menempuh skripsi sambil bekerja mengalami tekanan karena harus mengerjakan dua hal tersebut secara bersamaan sehingga mengaku pernah mengalami perasaan yang kurang menyenangkan karena skripsinya menjadi mandek alias tidak ada kelanjutan progresnya dan lebih sibuk dalam bekerja dan partisipan SYK melakukan evaluasi diri atas hal tersebut dengan mengingat kembali apa yang menjadi tujuan kedepannya.

*"Perasaan ya.. Kadang perasaan di harus ngerjain dua hal secara bersamaan ya kerja juga skripsian sempat beberapa kali mandek skripsiku.. Ee apalagi waktu masih kerja di Kranggan.. Soalnya harus bolak balik kan.. Agak jauh juga bolak balik mikirin ongkos ini itu kadang aku ngebiarin skripsiku gitu aja tanpa mikirin gimana nantinya jadi.. Perasaannya kadang ada beberapa kali down di waktu itu karena skripsiku mandek jadi ngerasa nggak bertanggung jawab gitu sama ini.. Akhirnya ya evaluasi lagi diri.. Aku harus bisa lulus sempro cepat dan Alhamdulillah udah sempro ee terus harus bisa nyelesain skripsi ini sebelum tenggat waktu yang ditentukan sama akademik kayak gitu" (SU3, B24, PD2, 20 Juni 2024)*

Partisipan SYK mengekspresikan tekanan yang dialaminya dengan cara lebih memilih untuk banyak diam agar tidak menyakiti orang lain.

*"Kalau aku biasanya lebih ke diam.. Soalnya aku lebih milih.. Emang jelek sih silent treatment ya aku lebih milih kayak gitu soalnya kadang dengan diam aku bisa mikirin segala hal jadi nggak kedistract sama hal lain gitu jadi aku mending milih diam kalau lagi dongkol aku diam marah pun diam gitu jadi nggak.. Ekspresinya nggak menggebu-gebu gitu soalnya kadang sadar kalau emosiku terlalu dikeluarin takutnya nyakitin orang lain jadi mending aku diam aja kayak gitu" (SU3, B26, PD3, 20 Juni 2024)*

Partisipan SYK mengaku dengan diamnya tersebut merasa lebih lega tetapi jika itu tidak berhasil biasanya partisipan SYK akan menyibukkan diri seperti bekerja untuk mengalihkan perhatian"

*"Kalau biasanya dengan.. Ngelampiasin emosinya dengan diam ya kadang beberapa kali ngerasa.. Ngerasa plong dan ee perasaan itu bisa hilang gitu aja tapi ya ada.. Ada saatnya pas.. Aku diam gitu malah makin kepikiran dan malah makin dongkol makin emosi gitu tapi dengan cara diam gitu.. Misalkan ya atau nggak kalau misalkan diam itu nggak bisa ngasih solusi ya udah aku nyari kesibukan aja misalkan ke tempat kerja ya ngapain gitu.. Jadi nggak.. Nggak terlalu apa kepikiran banget gitu dengan masalah yang ada" (SU3, B28, PD4, 20 Juni 2024)*

Partisipan SYK menyatakan jika mendapatkan teguran dalam urusan skripsi atau pekerjaan maka yang dilakukan adalah menenangkan diri terlebih dahulu kemudian baru melakukan evaluasi.

*"Kalau aku sih biasanya kan mungkin ditegur gitu karena ngelakuin kesalahan ya.. Ck.. Tetap tenang terus biasanya evaluasi sih.. Kadang teman-teman kerja atau dosen pembimbing juga ee mereka negurnya itu nggak negur kasar gitu mereka negur secara halus dan bikin kita jadi evaluasi diri oh iya kita salahnya disini berarti kita harus benarin ini jadi ya mereka kayak gitu misalkan aku salah itu ditegur.. Ini apa yang salahnya jadi aku evaluasi diri oh ya ini salah disini nanti aku perbaiki kayak gitu" (SU3, B20, PD1, 20 Juni 2024)*

Partisipan SYK dalam menjaga fokusnya untuk mengerjakan tugasnya dalam skripsinya dan pekerjaannya mencoba dengan mencoba untuk lebih baik lagi dalam mengatur waktu keduanya.

*"Biasanya manajemen waktu.. Aku ngambilnya manajemen waktu jadi ee ngebagi waktu antara skripsian sama kerja jadi ya walaupun kadang skripsiku di bawa ke tempat kerja ya karena aku ngerasa oke ee kerjaanku nggak akan ramai hari ini jadi kubawa aja nah kalau misalkan lagi ramai ya udah aku fokus ke kerjaku dulu baru setelah selesai kerja mungkin di kost atau.. Ya mungkin di kost baru aku kerjain skripsiku jadi manajemen waktunya tapi masalah yang ada tetap bisa aku selesain gitu tanpa harus mempengaruhi keduanya kayak gitu" (SU3, B30, PD5, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa partisipan SYK dapat mengendalikan dirinya ketika sedang menghadapi masalah dengan cara evaluasi dan tidak mengedepankan kepanikan.

*"Sikap dia kalau ada yang menegur ya biasa aja kayak introspeksi apa yang salah sama dia dia perbaiki dan dia bukan orang yang panikan"* (SO3, B20, PD1, 23 Juni 2024)

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP ketika mendapatkan teguran dari orang lain dalam hal ini adalah atasan di tempat kerja partisipan AJP maka dia akan membela diri terlebih dahulu jika merasa dirinya telah bekerja sesuai ketentuan. Namun jika pada akhirnya partisipan AJP merasa bersalah maka dia akan menerima dan menjadikannya sebagai bahan evaluasi.

*"Kalau dalam pekerjaan biasanya saya sepat ada pembelaan dulu kan.. Karena kan atasan itu menegur tapi nggak tau prosesnya jadi saya kasih pembelaan gitu bahwa ya mungkin dari bapak bisa coba yang kami buat sesuai nggak sih kira-kira dengan SOP dari owner resepnya sesuai belum gitu kan kalau memang ada kurang ya udah itu sebagai evaluasi terus kalau untuk ee skripsi kalau ada revisi dari dosen tu kalau saya kebanyakan nggak ada pembelaan karena kadang dikasih tau itu emang benar ada celahnya kita misalkan pembuatan latar belakang nah kita udah merasa benar.. Tapi masukan dari beliau juga benar karena kita ada celahnya nggak ada pendukungnya misalnya gitu kan karena kalau nggak ada pendukungnya gimana sebuah judul patr dilakukan urgensinya apa "* (SU4, B20, PD1, 20 Juni 2024)

Partisipan AJP dalam perasaannya ketika mendapatkan tekanan adalah merasa marah dan mengatasi hal tersebut dengan berkumpul bersama teman sehingga partisipan AJP dapat mengendalikan dirinya dengan lebih baik ketika berada di bawah tekanan.

*“Tadi sudah saya sebutkan lebih ke ngumpul lah sama teman cerita.. Tapi yang belum saya sebutkan biasanya saya ngedumel dulu kesel dongkol gitu kan karena permasalahan udah down gitu kan ada masalah pusing skripsi kerjaan diomelin lagi kan pasti tambah pikiran gitu kan pasti ngedumel atau nggak diam dulu aja gitu kan tapi ini nggak bisa diselesain sendiri gitu ini kalau didemin doang akhirnya ya balik lagi ke pacar.. Teman.. Kalau awal-awal ya pasti ngedumel kesel kok salah terus di mata mereka habis itu direnungin terus akhirnya ya kumpul sama teman cerita.. Tapi dari adanya rasa dongkol itu setelahnya agak plong gitu karena kita melampiaskan istilahnya gitu lah” (SU4, B22, PD2, 20 Juni 2024)*

Partisipan AJP juga mengingat kembali apa yang menjadi tujuan dan apa yang ingin dicapainya sehingga partisipan AJP tetap dapat fokus selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Kalau saya kan.. Agar tetap fokus ya balik lagi ke tujuan.. Target kita.. Gitu kan.. Sebelum saya kerja kan udah ada pertimbangan kalau saya bekerja pasti ada beban tersendiri begitu juga sama skripsi.. Kalau saya kayak menguatkan diri ya itu emang pilihan dan pasti ada permasalahan” (SU4, B24, PD3, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa partisipan AJP merupakan orang yang dapat mengendalikan dirinya ketika sedang menghadapi masalah.

*“Cenderung tenang ya.. Orangnya strong.. Dalam artian dia tetap santai meskipun lagi ada masalah.. Dia bukan orang yang gampang panik.. Bingung gitu.. Dia tetap bisa kontrol diri sama emosinya gitu lah meskipun lagi ada masalah” (SO4, B20, PD1, 28 Juni 2024)*

#### e) Partisipan NFP dan AN

Dalam menghadapi teguran dari orang lain yang berkaitan dengan skripsi maupun pekerjaan, partisipan NFP berusaha tetap tenang dan mendengarkan teguran tersebut.

*“Tetap kalem.. Itu yang pertama.. Ee kontrol diri kontrol emosi.. Dengerin terus ambil positifnya.. Kalau misalnya teguran negatifnya nggak saya ambil hati” (SU5, B24, PD1, 6 Juli 2024)*

Sebagai manusia biasa, partisipan NFP tentu juga dapat merasakan kesedihan ketika menghadapi tekanan namun partisipan NFP merasa tanggung jawabnya yang besar sehingga dia merasa harus dapat mengatasi hal tersebut.

*“Sedih sih.. Pasti ada ya.. Namanya juga manusia.. Tapi selebihnya ya udah berusaha tetap tenang atur diri ingat sama anak istri jadi saya harus kuat lah sebisa mungkin” (SU5, B26, PD2, 6 Juli 2024)*

Partisipan NFP kembali mengingat apa yang menjadi tujuannya selama ini dan hal tersebut yang membuat partisipan NFP dapat fokus kembali selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Biar tetap fokus kalau saya itu lebih ke ingat saa tujuan saya ya.. Pengen lulus.. Pengen bisa nyenengin keluarga orangtua khususnya jadi ya ee saya bisa lebih fokus sama skripsi dan kerjaan” (SU5, B30, PD3, 6 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa memang partisipan NFP tetap dapat menunjukkan sikap yang tenang ketika sedang menghadapi masalah.

*“Dia itu kalau lagi ada masalah lebih ke cerita sih.. Tadi kerjanya gimana.. Tadi bimbangannya gimana.. Nah dia itu emang ada gelisahannya ya kelihatan cuman dia itu tetap santai.. Ee secara emosi juga tetap stabil nggak grasa grusu gitu.. Jadi dia itu ee bisa dibilang ada masalah tapi tetap bisa kalem” (SO5, B22, PD1, 6 Juli 2024)*

## 2) Indikator Lari atau Menghindar

### a) Partisipan FH dan AJ

Ketika sedang menghadapi masalah partisipan FH berusaha untuk menyelesaikannya dengan baik dan tidak ada keinginan untuk menghindar atau lari dari permasalahan tersebut.

*“Untuk menghindar keinginan untuk menghindar dari permasalahan tidak ada ya naun untuk ee menyelesaikan saat itu juga ya kembali lagi ke jawaba saya yang sebelumnya saya melihat dulu apakah permasalahan ini urgensinya perlu diselesaikan saat itu juga atau bisa ditunda karena skala prioritas juga disitu dipakai saya pakai.. Permasalahan A semisalnya perlu diselesaikan saat itu juga maka saya akan menyelesaikannya saat itu juga.. Oh permasalahan B sepertinya butuh waktu maka saya akan ee hmm memikirkan matang-matang langkah apa yang akan saya lakukan untuk menyelesaikan masalah karena itu misalnya mungkin permasalahannya terlalu ee apa ya complicated contohnya maka saya perlu memikirkan matang-matang langkah apa yang saya ambil untuk menyelesaikan permasalahan tersebut tergantung permasalahan apa yang saya hadapi begitu” (SU1, B32, L1, 16 Juni 2024).*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH berusaha tetap profesional ketika mengatasi masalah dalam pekerjaan meskipun keadaannya sendiri sedang kurang baik.

*“Mungkin kalau Pas bang F capek.. Waktu kemarin pas ngeshift sama aku sih pernah sakit.. Ee.. Lupa deh sakit apa ya kalau nggak salah pilek.. Itu pilek.. Cuma kalau pas sama aku karena emang udah dari sebelum-sebelumnya dia sering backup aku juga dan lain-lain.. Pasti tak backup juga jadi mungkin kalau kita ya mungkin dianya tetap mau profesional ya di kerja dia nggak ada tuh ngeluh-ngeluh apa ah aku lagi pilek gini gini gini.. Nggak ada” (SO1, B37, L1, 16 Juni 2024)*

## b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR mengaku pernah berusaha untuk lari dari masalah ketika sedang dalam kondisi puncak lelahnya sampai tidak melakukan apapun.

*“Menghindar sih pasti pernah ya kayak waktu lagi nggak kuat banget udah nggak nggak bisa ngapa-ngapain maksudnya udah bingung mau ngelakuin apa mau ngapain akhirnya menghindar kayak ijin nggak masuk waktu itu sehari berusaha untuk nenangin diri dan waktu itu pun sebetulnya harus bimbungan lagi sama dosen tapi aku nggak bimbungan karena berusaha apa ya.. Posisinya mungkin emang nggak bisa lagi nggak bisa ketemu orang kayak udah down banget kan pengen sampai nangis pun pernah waktu itu”* (SU2, B49, L1, 5 Juli 2024)

Beberapa kegiatan yang dilakukan partisipan KR ketika memutuskan untuk menghindar sejenak dari permasalahan diantaranya yaitu.

*“Istirahat tidur.. Istirahat tidur ngelakuin hobi misalkan kalau hobi kan.. Kan hobinya ini ya ada mancing sama motor naik motor maksudnya ee modifikasi motor kalau nggak benerin motor sendiri jadi kadang misalkan ah jenuh nih ya udahlah menghindar dulu lah di kostan dulu lah ngerjain apa yang ngvak bener misalnya kan motor ada yang rusak atau ada problem di motornya atau waktunya ganti oli mesin ganti sendiri.. Ganti sendiri malah nggak ke bengkel jadinya membuka sendiri ganti sendiri terus jadi.. Jadi tenang terus.. Mancing kadang.. Mancing kan kayak ngelatih kesabaran kan.. Mancing.. Agak ngelamun sedikit-sedikit gapapa wes mancing dapat ikam weh seneng gitu kan terus kayak semangatnya balik lagi”* (SU2, B51, L2, 5 Juli 2023)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa cara yang dilakukan partisipan KR ketika sedang ingin menghindar sejenak dari permasalahan adalah dengan istirahat atau tidur.

*“Ee sering sih karena dia mungkin gampang jenuh ya kalau ngerjain skripsi jadi ngerjain sedikit dia langsung istirahat nah itu istirahatnya biasanya itu tidur”* (SO2, B26, L1, 5 Juli 2024)

### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK mengakui ketika dirinya sudah tidak kuat lagi atau dalam keadaan sangat lelah ketika sedang menghadapi permasalahannya maka dia akan berhenti dahulu pada saat itu dan akan melanjutkannya pada lain waktu.

*“Mestinya ada ya kalau misalkan udah mumet banget hm misalkan depan laptop lagi ngerjain skripsi udah mumet banget ya udah aku berhenti dulu ngerjain skripsi.. Nggak harus dilanjutin nggak harus selesai hari itu juga gitu jadi”* (SU3, B32, L1, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa ketika partisipan SYK sudah sangat lelah dalam menghadapi masalahnya maka dia akan menghindar dengan cara beristirahat atau menghabiskan waktu dengan duduk di suatu tempat.

*“Kalau istirahat.. Ya pasti ya dia bakal istirahat kalau nggak ya seringnya sih aku sama dia kadang kalau dia lagi capek aku lagi capek ya kita keluar gitu kayak nongkrong di suatu tempat buat ngobrol biasa atau hanya apa ya melihat suasana saja biar fresh mikirnya lebih ke tenang.. Lebih ke itu sih cara dia biar nggak semakin down”* (SO3, B24, L1, 23 Juni 2024)

### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP mengakui untuk menghindar sejenak dari masalah yang sedang dihadapi biasanya akan memilih menghabiskan waktunya untuk beristirahat penuh selama dua hingga tiga hari.

*“Kalau untuk pernah atau nggak.. Pernah.. Kalau ada hal itu kayak pusing banget hadapin ini belum lagi salah terus paling ya istirahat di satu hari itu atau pun kayak ngasih timeline buat istirahat itu berapa hari gitu tapi sejauh ini.. Paling lama tuh dua apa tiga hari ya aku untuk istirahat”* (SU4, B26, L1, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa partisipan AJP akan beristirahat penuh selama beberapa hari untuk menghindari sejenak dari masalah ketika sedang dalam kondisi sangat lelah.

*“Kalau itu lebih ke istirahat sih.. Dia kayak ambil waktu satu atau dua hari buat full istirahat dulu.. Tidur.. Nggak ngurus kegiatan lah.. Terus kalau udah gitu dia biasanya agak mendingan mulai kerjain lagi skripsinya pelan-pelan dan mulai masuk kerja lagi”* (SO4, B22, L1, 28 Juni 2024)

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP mengakui ketika sedang dalam puncak lelahnya dia pernah memutuskan untuk menghindari sejenak dari masalah namun bukan bermaksud untuk lari dari tanggung jawab. Partisipan NFP ketika dalam kondisi seperti itu biasanya memilih untuk menghabiskan waktu bersama keluarga.

*“Ada sih tapi bukan ee bermaksud lari dari masalah ya.. Lebih ke ambil jeda sebentar itu kalau lagi capek-capeknya nah biasanya kalau saya sih lebih ke ngajak anak istri jalan-jalan lihat apa gitu pemandangan atau kalau misalnya ada acara apa gitu ya ikut nonton.. Nah itu ee nanti pulang besoknya mau urus skripsi atau kerjaan itu udah fresh”* (SU5, B32, L1, 6 Juli 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa *quality time* menjadi langkah yang diambil ketika partisipan NFP sedang ingin menghindari sejenak dari masalah.

*“Lebih ke arah quality time sama keluarga, kadang ajak saya jalan-jalan sama anak juga itu yang bikin dia fresh lagi gitu jadi bukannya mau menghindari gimana gitu ya tapi lebih ke ambil jeda sebentar dari rutinitasnya gitu biar ada istirahat”* (SO5, B24, L1, 6 Juli 2024)

### 3) Indikator Menjaga Jarak

#### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH dalam menjaga perasaannya agar tidak semakin tertekan dengan masalah biasanya melakukan hobi atau kegiatan menyenangkan yang lain.

*“Yang saya lakukan adalah rileksasi diri dan ya melakukan hobi-hobi saya tadi menulis menonton ngemil gitu”* (SU1, B34, MJ1, 16 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH biasanya membaca buku atau menulis untuk menjaga perasaannya agar tidak begitu tertekan ketika sedang menghadapi masalah.

*“Haa jadi mungkin kayak dengan menulisnya itu jadi mungkin fun gitu.. Jadi ya nggak terlalu terbebani lah dengan.. Ada.. Job sendiri nulis nih misalnya gitu.. Dan kalau baca buku juga.. Apalagi kalau bukunya dengan konteks harus yang pemahaman tingkat tinggi ya ngerti kan maksudnya misalnya cerita tentang apa yang banyak plot twistnya banyak misalnya kata-kata yang perlu atau mungkin skenario yang perlu.. Pemahaman tingkat tinggi perlu otak juga”* (SO1, B55, MJ1, 16 Juni 2024)

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR untuk menjaga perasaannya agar tidak semakin tertekan ketika sedang menghadapi masalah maka yang dilakukan adalah beribadah atau berkomunikasi dengan keluarga.

*“Ya biar perasaannya nggak semakin down yang pertama tetap jaga ibadah.. Dzikir.. Doa.. Terus nanya kabar orangtua kayak yah gimana kabarnya terus nanya ke ibu kandung kan yanh ada di luar kota bu gimana kabarnya terus kayak kabar dari mereka itu jadi power juga gitu lho.. Oh tenang.. Nggak khawatir kan.. Sehat semuanya ya udah gitu.. Saudara sehat.. Teman apa ada apa ada apa gitu terus ee biar nggak ngerasa perasaannya biar nggak semakin sepi ataupun semakin terpuruk ya udah berusaha untuk nyari.. Ngelakuin hobi misalkan terus ibadah shalat segala macam terus makam-makan enak mungkin kalau nggak self reward mungkin kecil-kecilan jajan apa atau lagi*

*pengen makan apa gitu udah gas ayo makan kadang ya ngajak teman ngajak pasangan biar.. Biar nggak sendirian ngerasain senang gitu” (SU2, B53, MJ1, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa partisipan KR biasanya menghabiskan waktu untuk menekuni hobi atau bermain bersama teman untuk menjaga agar perasaannya tidak begitu tertekan ketika sedang menghadapi masalah serta partisipan EL juga menilai bahwa partisipan KR menjadi lebih religius.

*“Dia lebih ke hobinya sendiri sama main sama teman-teman kalau hobi itu biasanya dia jalan-jalan motoran kadang jalan-jalan sama aku terus mancing juga tapi sekarang ee juga ini sih apa.. Lebih menurut aku lebih religius jadi lebih mendekatkan diri ssama Tuhan gitu ibadahnya jadi lebih rajin” (SO2, B28, MJ1, 6 Juli 2024)*

c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK melakukan beberapa hal untuk menjaga agar perasaannya tidak semakin tertekan ketika sedang menghadapi masalah seperti menonton *youtube*, bermain *game*, merokok hingga mengbrol dengan teman-teman di sela rutinitasnya.

*“Misalkan ngalihinnya ke nonton youtube atau apa gitu main game nah kalau misalkan di kerjaan udah dongkol banget aku biasanya ke belakang buat ngerokok atau nggak ya ngobrol sama teman-teman di belakang kayak gitu jadi nenanginnya kayak gitu ngilanginnya kayak gitu seenggaknya nggak.. Nggak emosi banget gitu emosiku bisa mereda jadi nggak.. Nggak dongkol gitu udah nggak emosi itu udah nggak ada lagi kayak gitu biasanya” (SU3, B34, MJ1, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa mengobrol dengan orang terdekat menjadi cara yang dilakukan partisipan SYK untuk menjaga perasaannya agar tidak begitu tertekan ketika sedang menghadapi masalah.

*“Ngga ada sih paling ya kayak gitu keluar atau apa yang paling aku ketahui sih kayak gitu soalnya bareng kan sama saya kadang juga kayak paling dia ngobrol sama pacarnya juga buat ya apa gitu terus sama keluarganya juga curhat-curhat itu doang sih”* (SO3, B28, MJ1, 23 Juni 2024)

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP untuk menjaga perasaannya agar tidak semakin tertekan ketika sedang menghadapi masalah biasanya akan berkumpul bersama teman atau mengobrol bersama pasangan.

*“Ee seperti tadi.. Lebih ke ngumpul dan cerita sama teman.. Pacar.. Atau tanya kabar saa keluarga.. Ee itu bikin perasaan saya lebih plong nggak kepikiran sama masalah di skripsi atau kerjaan”* (SU4, B28, MJ1, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa untuk menjaga agar perasaannya tidak begitu tertekan ketika sedang menghadapi masalah biasanya partisipan AJP akan berkumpul bersama teman termasuk mengajak partisipan SYT untuk ikut serta.

*“Biasanya dia ngajak main.. Ngajak main ayo ngumpul ayo ngopi.. Buat sedikit ngilangin tekanan gitu lah ngurangin beban pikkran gitu.. Karena kalau udah kumpul gitu kadang lupa sama masalah bawanya seneng aja.. Meskipun tetap ada kepikiran lah tapi paling nggak kalau kumpul itu ada cerita saling dengerin gitu”* (SO4, B26, MJ1, 28 Juni 2024)

#### e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP melakukan kegiatan yang bersifat religius seperti membaca doa atau mencari kegiatan lain yang menyenangkan untuk menjaga perasaannya agar tidak semakin tertekan ketika sedang menghadapi masalah.

*“Saya lebih ke baca doa ya.. Itu selalu.. Karena dengan membaca doa itu jadi lebih tenang ya.. Terus paling saya biasanya ya cari kegiatan yang nyenengin itu tadi.. Itu bisa menjaga perasaan saya biar nggak makin tertekan.. Dan syukurnya sih itu bisa membuat perasaan saya jadi lebih tenang”* (SU5, B34, MJ1, 6 Juli 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AN sebagai istri daei partisipan NFP yang menyatakan bahwa partisipan NFP biasanya melakukan kegiatan yang menyenangkan di sela rutinitasnya untuk menjaga perasaannya agar tidak begitu tertekan ketika sedang menghadapi masalah.

*“Dia kalau di sela rutinitas kayak misalnya pagi mau berangkat kerja atau ke kampus.. Main medsos ya lihat konten yang dia suka.. Ee sama ngopi palingan.. Kalau ngopi itu kan ibaratnya nambah semangat ya dan bikin mood jadi enak juga gitu.. Selain itu dia paling ke nenangin diri ya”* (SO5, B26, MJ1, 6 Juli 2024)

#### 4) Indikator Bertanggung Jawab

##### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH menyadari konsekuensi atas pilihannya untuk bekerja ketika masih menempuh skripsi dan partisipan FH merasa siap atas hal tersebut.

*“Tentu saya ee menyadarinya dengan sangat bahwa ada konsekuensi yang harus saya ee jalani ketika saya memilih untuk bekerja sambil skripsi gitu ya dan itu ya karena saya sudah menyadarinya dan saya sudah siap dengan segala konsekuensinya”* (SU1, B38, B1, 16 Juni 2024)

Partisipan FH berkomitmen untuk tetap menyelesaikan skripsi maupun pekerjaannya dengan mengingat kembali tujuan awal dan target yang hendak dicapainya.

*“Ya komitmen saya adalah mengingat tujuan awal dan target-target yang ee sudah saya tetapkan sebelumnya dan tujuan-tujuan saya kedepannya bagaimana itu adalah komitmen saya untuk tetap menyelesaikan baik di pekerjaan maupun mengenai skripsi yang saya kerjakam begitu” (SU1, B40, B1, 16 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH merupakan orang yang profesional dalam pekerjaannya dan tidak pernah mencampur antara urusan pribadinya dan urusan pekerjaannya.

*“Untuk bang F sendiri untuk pekerjaannya dia berani saya bilang itu udah yang benar-benar profesional banget maksudnya profesional disini adalah jadi walaupun dia sambil ya skripsi juga ee dan juga dia sepengetahuan saya juga seorang penulis yang lagi ke menulis bukunya juga.. Dan.. Dia juga disambil bekerja juga.. Dan selama bekerja di pekerjaan ini ya waktu saya shift dengan bang F saya melihat.. Dia dalam waktu kerja ya nggak.. Nggak yang mencampuradukkan dengan urusan pribadinya mungkin dia lagi keteteran skripsinya atau gimana oh bukunya belum ada update-an terbaru atau gimana jadi selama dia di pekerjaan saya melihatnya ya tetap profesional urusan dunia kerja ya dunia kerja jadi selama ini ya di pekerjaan lancar aja” (SO1, B6, B1, 16 Juni 2024)*

Partisipan AJ juga menilai bahwa partisipan FH memiliki komitmen yang baik dalam urusan skripsi maupun pekerjaannya yang dibuktikan dengan tetap berjalannya kedua hal tersebut.

*“Kalau untuk komit.. Komitmennya mas F sendiri sih paling menurut aku pribadi udah yang oke banget sih didalam artian sebenarnya kan kalau kita di lingkungan kerja dan yang sambil kuliah otomatis kan ada yang namanya prioritas.. Dimana kalau kita emang lagi otomatis kan prioritas kita disini kan untuk segera menyelesaikan pendidikan itulah paling nggak.. Segera menyelesaikan pendidikan itu yang dimana kita harus tempur yang sama yang namanya skripsi ini.. Dan untuk komitmennya mas F sendiri dimana kalau aku melihatnya.. Dia di kerjaan juga masih mau ngurusin beberapa problem yang*

*terjadi.. Itu udah bisa dilihat kan bisa terlihat gitu komitmen dia di kerjaan itu juga oke.. Dilihat dari skripsinya juga progres.. Jadi bisa dilihat komitmen di kedua tempat ini udah yang benar-benar dihandle sama dia” (SO2, B45, B2, 16 Juni 2024)*

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR memiliki tanggung jawab yang cukup baik selama menempuh skripsi sambil bekerja meskipun banyak kendala. Partisipan KR merasa bahwa dirinya harus bekerja agar dapat melanjutkan perkuliahannya sehingga dia menyadari dan siap atas segala konsekuensinya.

*“Biar bisa kuliah maksudnya aku kuliah itu harus kerja biar bisa biayai kuliahku aku harus berusaha gini gini gini ya bukan menjadi apa ya.. Ya udah harus menerima semua konsekuensinya kayak jam tidur berantakan.. Nggak ada lagi main-main misalkan terus harus fokus gini gini harus fokus ini itu segala macam harus difokusin belum masalah keluarga sendiri harus dipikirkan juga ya udah semuanya harus dihadapi” (SU2, B55, B1, 5 Juli 2024)*

Partisipan KR juga selalu berkomitmen untuk tetap menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa dan sebagai pekerja hingga tuntas karena mengingat bahwa dirinya ingin membantu keluarganya setelah lulus dari perkuliahan.

*“Komitmennya dari aku mungkin mikirin kondisi ayah.. Ya kan.. Kapan kita harus membahagiakan orangtua disitu kalau aku diam aja ya udah malah semuanya berantakan ya udah dihadapi satu-satu ini harus selesai ini harus selesai nggak semuanya harus selesai sekarang tapi harus dimulai dari sekarang ya kan.. Kayak.. Apa-apa kalau misalka diam aja kan nggak bisa selesai akhirnya ya udah yang kamu bisa kerjain apa sekarang.. Ya skripsi dicicil.. Ya kan.. Aku kadang ngomong sendiri ke aku kamu.. Aku bisa ngerjain apa ini.. Oh skripsiku tak kerjain.. Sedikit-sedikit.. Walaupun sambil kerja sambil golek duwek.. Terus orangtua ya pelan-pelan nanti dipikirkan.. Setelah kamu lulus kamu lebih leluasa punya banyak waktu untuk memikirkan gimana solusi dari masalah orangtua masalah keluarga inti gitu kan jadi.. Jadi pelan-pelan komitmennya lebih ke tujuan ya kan.. Tujuannya ialah untuk menyelesaikan masalah itu sendiri” (SO2, B58, B2, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa dengan banyak kendala yang dialami partisipan KR selama menempuh skripsi sambil bekerja tetapi dia memiliki komitmen untuk menyelesaikannya.

*“Kalau komitmen dia menurut aku dia sangat komitmen untuk nyelesain ee skripsi dia sesuai dengan deadlinenya tapi juga tetap ngerjain kewajiban dia sebagai seorang pekerja itu tadi yang part time itu tadi dan ee walaupun dia kan terkendala sama pekerjaan dia waktunya dia gitu tapi juga walaupun menunda-nunda tapi dia tetap melaksanakan ee ngerjain skripsinya itu sampai dengan waktu yang ditentukan jadi dia nggak mau ee sampai mengulang tahun depan kayak gitu jadi dia mengusahakan sampai dia bisa lulus tahun ini”* (SO2, B32, B1, 5 Juli 2024)

c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK mengaku telah menyadari dan siap atas konsekuensi yang timbul dari rutinitasnya menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Ee sebelum masuk kerja kesini dan kebetulan lagi skripsian ya ee aku udah nyadar konsekuensinya bakal besar dimana ya waktu aku bakal kebagi-bagi banget dan mungkin ee jadwal-jadwal yang harusnya teratur bakal ada beberapa yang keteteran misalkan jadwal tidur pas udah pasti berantakan.. Aku harus skripsian.. Misalkan paginya atau sorenya harus kerja terus pagi.. Besok paginya harus bimbingan pasti gitu cuman ya aku sadar akan konsekuensi itu dan bisalah aku bisa ngadapinnya aku yakin sama diriku sendiri buat ngadapinnya kayak gitu”* (SU3, B36, B1, 20 Juni 2024)

Partisipan SYK juga mengaku bahwa dirinya selalu berkomitmen untuk dapat menyelesaikan urusan skripsi dan pekerjaannya dengan cara mencari dukungan sosial dari orang terdekat seperti bercerita ketika sedang menghadapi masalah.

*“Walaupun lagi ada masalah ya tapi aku tetap bisa ngatasi dan komitmen untuk nyelesaikan masalah ya itu tadi.. Aku cerita ke teman-temanku.. Aku nyari saran ke mereka minta saran ke mereka gimana sih caranya hadapin ini atau nggak ya dengan ngobrol sama pacarku ya walaupun jauh ya tapi kan bisa lewat whatsapp atau apa gitu ngobrol nyari saran bareng-bareng.. Apalagi kalau sama tema-teman udah pasti happy-happy gitu nyari sarannya*

*itu nggak yang deep sampai nangis-nangis atau gimana gitu kan pasti ketawa-ketawa tapi sarannya itu dapat aku biasanya kayak gitu” (SU3, B38, B2, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa partisipan SYK memiliki komitmen yang baik selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Komitmen yang saya ketahui dia kayak berkomitmen banget gitu dia kayak menyelesaikan proposalnya skripsinya terus kerjanya juga lancar tetap.. Meskipun banyak masalah tapi dia tetap berusaha.. Ya komitmen tinggi gitu sama apa yang dia lakuin sampai selesai” (SO3, B26, B1, 23 Juni 2024)*

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP mengaku bahwa dirinya menyadari dan siap menanggung konsekuensi yang ditimbulkan selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Sebelum saya memutuskan buat bekerja pas masih skripsi sebenarnya saya sudah pikirkan dari awal oh ya pasti kan nanti bakal ribet ini segala macam tapi disana saya sendiri kenapa sanggup mengambil dua tanggung jawab itu.. Bekerja dan skripsi itu.. Karena ini kayak semacam bentuk ee apa ya.. Survival saya gitu aku ingin mencoba gitu apakah saya bisa menjalani dua tanggung jawab di satu waktu gitu dan untungnya Alhamdulillah bisa berjalan gitu kan” (SU4, B30, B1, 20 Juni 2024)*

Partisipan AJP juga mengaku bahwa dirinya tetap berkomitmen untuk menyelesaikan urusan skripsi maupun pekerjaannya meskipun banyak kendala atau masalah.

*“Kembali mengingat tujuan awal ya.. Targetnya apa.. Jadi itu yang bikin saya tetap komitmen buat nyelesain tanggung jawab ini skripsi sambil kerja.. Saya sudah berjalan sampai sejauh ini.. Sebisa mungkin harus selesai meskipun butuh waktu atau banyak masalah” (SU4, B32, B2, 20 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa partisipan AJP memiliki komitmen yang baik selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Kalau menurut saya komitmennya bagus sih.. Itu patut dikasih jempol.. Dia kerja datang tepat waktu.. Pulangnya mungkin istirahat sebentar habis itu mulai ngerjain skripsi... Jadi setau saya kerjanya jalan dan skripsinya pun juga jalan.. Masalah itu memang ada ee cuman dia tetap komitmen gimana caranya ini selesai” (SO4, B28, B1, 28 Juni 2024)*

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP selain berstatus sebagai mahasiswa juga sebagai kepala rumah tangga yang dimana hal tersebut menjadikannya merasa memiliki tanggung jawab yang besar atas keluarganya.

*“Saya juga sudah berkeluarga.. Jadi kerjanya itu ya harus lebih ekstra karena tanggung jawab saya sebagai kepala rumah tangga” (SU5, B6, B1, 6 Juli 2024)*

Partisipan NFP juga sepenuhnya menyadari dan siap atas konsekuensi selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Oh sudah pasti siap.. Pertama ya itu tadi saya sebagai kepala rumah tangga sudah pasti tanggung jawab untuk anak istrinya terus ee kedua itu saya sebagai mahasiswa punya tanggung jawab untuk menyelesaikan skripsi ini biar gimana pun caranya apapun kendalanya jadi saya sejak awal itu sudah berapa sadar saama konsekuensinya dan itu yang membuat saya selalu komitmen ya untuk tetap ee jalani ini semua sampai selesai” (SU5, B36, B2, 6 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa partisipan NFP memiliki komitmen yang baik selama menempuh skripsi sambil bekerja dan bertanggung jawab atas pilihannya tersebut.

*“Komitmennya bagus.. Dia punya tujuan mau apa nanti setelah lulus.. Mau nyenengin keluarganya.. Orangnya.. Nah itu yang bikin dia selalu*

*tanggung jawab lah sama apa yang dia pilih termasuk skripsi sambil kerja ini”*  
(SO5, B28, B1, 6 Juli 2024)

## 5) Indikator Penilaian Kembali Secara Positif

### a) Partisipan FH dan AJ

Partisipan FH dapat memaknai adanya hal-hal positif yang muncul dari berbagai permasalahan yang dialami selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Hmm tentu tentu setiap kejadian dalam hidup bagi saya itu adalah peluang dan pembelajaran berharga yang tidak bisa dirupiahkan begitu karena setiap ee permasalahan setiap momen momen tertentu yang terjadi baik bahagia duka suka itu menjadi peluang untuk meningkatkan kualitas hidup diri ya setidaknya-tidaknya memberi pencerahan atau pelajaran baru dalam menjalani kehidupan ee di dunia ini begitu terlebih untuk meningkatkan kualitas diri tentu pasti karena kita bisa belajar dari apa yang kita alami saat ini untuk kedepannya”* (SU1, B42, PSP1, 16 Juni 2024)

Partisipan FH juga mengaku bahwa dirinya lebih berupaya untuk mendekatkan diri kepada Tuhan.

*“Hmm mungkin saya lakukan dan yang saya lakukan selama ini adalah lebih banyak berdoa dan lebih sering lagi berdoa dan ya membaca Al-Qur'an lebih rutin lagi gitu ya ya gitu memperbanyak doa tentunya saya kalau dulu hanya doa sekilas saja.. Mungkin kalau ada masalah ya saya ee berdoa lebih giat dan lebih panjang lagi mungkin gitu.. Terus ketika ehm mungkin yang biasanya saya baca Qur'an hanya sehari sekali mungkin ya bisa lebih rutin begitu ketika saya dihadapkan dengan masalah yang mungkin lebih besar atau ya complicated lah begitu”* (SU1, B44, PSP2, 16 Juni 2024)

Partisipan FP merasakan hikmah yang dapat diambil dari segala permasalahan selama menjalankan skripsi sambil bekerja.

*“Hikmah yang dapat saya pelajari dari semua permasalahan yang saya alami selama menempuh skripsi sambil bekerja hikmah yang saya alami ee yang saya dapatkan kalau pada saat ini mungkin bahwa saya lebih ee mengerti bagaimana menjalankan kehidupan setelah ee menempuh studi ya saya dapat gambaran saya dapat hmm melihat perbandingan dan saya juga dapat meng-change peluang-peluang yang saya dapat ee yang dapat saya buka kedepannya ketika saya sedang ee selesai dari studi atau setelah wisuda jadi banyak hikmah yang saya dapatkan setidaknya saya lebih ee mengetahui bagaimana dunia kerja didalamnya dan apa saja yang dibutuhkan begitu dan bagaimana*

*saya cara bersikap dan bagaimana cara saya menempatkan diri dan apa saja yang perlu saya tingkatkan kedepannya begitu.. Itu hikmah yang saya dapat banyak ilmu yang saya dapatkan ee di pekerjaan maupun sambil saya mengerjakan skripsi ee banyak ee sekali ilmu mengenai kehidupan yang saya dapatkan” (SU1, B46, PSP3, 16 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AJ sebagai teman kerja dari partisipan FH yang menyatakan bahwa partisipan FH memiliki mimpi kedepan untuk menjadi seorang penulis. Hal tersebut merupakan pandangan positif dari partisipan FH kedepannya yang membuatnya tetap bersemangat untuk dapat menyelesaikan tugasnya yaitu skripsi dan bekerja hingga selesai.

*“Terus dia bilang oh itu ya emang cita-cita terbesare penulis sih bukunya itu dijadikan film wah kataku eh ini berarti planninya dia ngeri ini.. Tujuannya udah gede dari tulisannya dia itu mau difilmkan semoga aja bisa terwujud lah.. Nanti dia kedepan” (SO1, B59, PSP1, 16 Juni 2024)*

#### b) Partisipan KR dan EL

Partisipan KR memiliki pandangannya mengenai hal-hal yang dapat dimaknai sebagai suatu hal positif untuk pengembangan kualitas dirinya kedepan dari kesibukannya selama ini menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Ya udah fokusnya sekarang aku harus berjuang untuk hidupku nanti kedepan gitu kan kayak ya udah dihadapi aja kita ambil positifnya gitu kayak ee sambil kerja sambil kuliah wah ternyata aku bisa nih pelan-pelan atur.. Mengatur manajemen waktuku gimana gini gini terus oh belajar nih.. Kita belajar mandiri biar bisa cari uang sendiri oh jadi gini rasanya membiayai hidup gitu kan jadi kita lebih tau kalau aku sendiri aku lebih ngerti nanti setelah ini aku mau ngapain gitu kita lebih ada gambaran setelah kita lulus kuliah hari mau melangkah kemana mau tetap kerja disini atau mau cari pekerjaan lain toh kita misalkan kerja sambil kuliah pun nggak ada buruknya menurutku soalnya kamu kerja sambil kuliah di kuliah mungkim memang relasinya banyak tapi kuli.. Appa yang ee aku rasain kuliah sambil kerja ternyata relasi di lapangan di tempat kerja itu juga menjadi salah satu faktor biar nanti kamu bisa membangun dirimu sendiri gitu kayak ya udah itu” (SU2, B60, PSP1, 5 Juli 2024)*

Partisipan KR juga lebih mendekatkan diri kepada Tuhan selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Kebetulan kan kostan juga dekat sama masjid pasti kedengaran dong adzan ya kan mau nggak mau oh ini udah waktunya shalat oh ini udah waktunya ee subuh pagi bangun shalat segala macam mandi habis itu.. Ya karena mwmang dari kecil udah dibiasakan sama ayah juga kan nak ingat ibadah shalat ya udah itu dibawa juga jadi kebiasaan kalau misalkan nggak shalat misalkan ya lupa gitu misalkan kebuai sama kerjaan itu malah perasaannya itu nggak enak jadi kayak ada yang kurang tapi apa gitu alhasil ya sebisa mungkin harus shalat tepat waktu kalau bisa tepat waktu sih kalau nggak bisa ya udah tetap shalat di waktu yang tepat gitu itu aja jadi lebih kayak cara untuk tetap Secara religius ya itu kalau udah menjadi kebiasaan.. Udah menjadi habit ya itu rutinitas kalau nggak dikejar malah kacau.. Malah bimbang.. Malah nggak tenang” (SU2, B63, PSP2, 5 Juli 2024)*

Partisipan KR merasakan adanya hikmah yang didapatkannya selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Hikmah yang bisa didapat ya mungkin pertama itu ya kita bisa tau real hidup sendiri mandiri cara membiayai hidup sendiri itu gimana kita bisa tau memposisikan diri.. Aku lagi masalah ini ini kita harus gimana itu kita jadi punya beberapa cara dari banyak orang yang kita sharing misalkan dari teman dari kerabat dekat itu kita jadi tau kita harus ngelakuin apa kita jadi punya banyak pengalaman di lapangan misalkan di lapangan kerja kita juga punya pengalaman untuk bisa mengatasi masalah” (SU2, B65, PSP3, 5 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan dari partisipan EL sebagai teman dekat dari partisipan KR yang menyatakan bahwa selama menempuh skripsi sambil bekerja terdapat perubahan pada partisipan KR ke arah yang lebih positif.

*“Ada tapi lebih yang paling kelihatan itu di soal manajemen waktu karena itu kan kaitannya sama pas ngerjain skripsi sama apa namanya part timenya itu” (SO2, B34, PSP1, 5 Juli 2024)*

### c) Partisipan SYK dan SH

Partisipan SYK dapat memandang hal-hal positif yang akan berguna untuk meningkatkan kualitas dirinya kedepan nanti selama dirinya menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Biasanya mikir gitu sih kalau misalkan ada masalah di skripsi atau di kerjaan ya mikirnya oh ya kalau misalkan aku bisa nyelesain masalah ini.. Ini larinya juga ke masa depanku.. Kan nggak mungkin selamanya aku kerja disini dan tinggal di Jogja gitu aku pasti kerja di luar kota lagi di daerah lain gitu tapi dengan masalah ini aku bisa selesain dengan apa ee sama diriku sendiri udah pasti kedepannya aku bisa nyelesain masalah-masalah yang akan datang nantinya gitu kayak gitu”* (SU3, B40, PSP1, 20 Juni 2024)

Partisipan SYK juga lebih mendekatkan diri kepada Tuhan untuk mendapatkan ketenangan dari segala permasalahan selama dirinya menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Kalau misalkan lagi ibadah atau apa gitu mendekatkan diri ke Tuhan itu ya.. Kerasa banget nikmatnya.. Bisa.. Bercerita berdoalah walaupun bukan berdoa yang supaya bisa nyelesain masalah ini ya tapi kadang aku doanya itu kuantin diri aku buat nyelesain masalah ini kayak gitu bukan digampangin tapi kuantin diri aku buat bisa nyelesain masalah yang aku hadapi”* (SU3, B42, PSP2, 20 Juni 2024)

Partisipan SYK juga merasakan hikmah yang didapatkannya selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Hikmahnya sih.. Lebih ke aku bisa ngatur waktuku sendiri ya yang dulunya malas-malasan ngerjain tugas atau apa gitu sekarang baru kerasa oh manajemen waktu itu penting makanya aku nerapin itu.. Misalkan jam kerja ya kerja”* (SU3, B44, PSP3, 20 Juni 2024)

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SH sebagai teman dekat dari partisipan SYK yang menyatakan bahwa terdapat perubahan positif pada partisipan SYK selama dirinya menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Perubahan positif dari SYK yang saya lihat dia punya manajemen waktu yang bagus seperti membagi waktu antara bikin skripsi dan bimbingan dengan dosen pembimbing tanpa mengganggu waktu kerjanya” (SO3, B30, PSP1, 23 Juni 2024)*

#### d) Partisipan AJP dan SYT

Partisipan AJP dapat memaknai adanya hal-hal positif yang berguna untuk meningkatkan kualitas dirinya kedepan selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Ada gitu.. Kalau saya berfikirnya kayak ini sebagai pintu awal untuk terjun ke dunia kerja karena di dunia kerja nanti.. Untuk saat ini kita nggak ada pandangan seperti apa sih dunia kerja nanti gitu apakah tiap pekerjaan enak orangnya atau nggak jadi kan disana saya merasa ternyata pekerjaan itu nggak ada yang mudah dan juga pekerjaan itu.. Kalau kita udah kerja nanti.. Kasarannya atasan nggak peduli kita seperti apapun ya taunya mereka hasil.. Jadi sebelum terjun saya memberanikan diri mau apapun ee kesibukan saya berapa banyak pekerjaan yang saya ya saya harus bisa saya tanggung jawab” (SU4, B34, PSP1, 20 Juni 2024)*

Partisipan AJP mengaku bahwa dirinya ketika mendapatkan masalah yang tidak dapat diselesaikannya sendiri maka dirinya akan lebih mendekati diri kepada Tuhan meskipun hal tersebut tidak sering dilakukan.

*“Kalau untuk religius ada tapi nggak sering.. Mungkin beberapa kali ini kayak ya berceritalah ke Tuhan.. Bercerita itu cuman beberapa kali misalkan menghadapi masalah yang memang nggak bisa diselesaikan sendiri kadang ya ke Tuhan juga tapi nggak sering kadang-kadang” (SU4, B36, PSP2, 20 Juni 2024)*

Partisipan AJP merasakan hikmah yang didapatkan selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Kalau hikmah yang saya ambil selama skripsi sambil kerja ini kayak naluri bertahan hidup ya.. Mau gimana pun tentunya.. Sebagaimanapun pekerjaan itu kalau udah kita ambil harus tanggung jawab sampai selesai minimal sampai kontrak habis.. Kalau memang merasa nggak cocok tapi kan kita sejak awal kita harusnya tau konsekuensinya mau gimana pun lingkungan pekerjaan kondisi pekerjaan mau senang ataupun tidak ya kita harus usahakan bekerja*

*secara profesional dan selesaikan tanggung jawab” (SU4, B38, PSP3, 28 Juni 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan SYT sebagai teman dekat dari partisipan AJP yang menyatakan bahwa adanya perubahan positif pada partisipan AJP selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Ee dia jadi lebih terlatih ya buat menuhin kebutuhan sendiri terbukti sampai sekarang setidaknya dia udah terbiasa cari uang sendiri.. Bekerja.. Terus juga dia jadi lebih ngelatih tanggung jawabnya karena dia skripsi sambil kerja dan dia tetap usaha terus sampai selesai” (SO4, B30, PSP1, 28 Juni 2024)*

e) Partisipan NFP dan AN

Partisipan NFP dapat memaknai adanya hal-hal positif yang berguna untuk dapat meningkatkan kualitas dirinya kedepan selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Saya jadi lebih paham ya gimana untuk hidup mandiri.. Ee lebih paham juga sama arti dari sebuah tanggung jawab karena saya sudah berkeluarga juga.. Terus ee saya juga jadi lebih paham buat gimana cara ee nyelesaikan masalah ya lebih tertib lagi berusaha disiplin.. Itu peluang dan ya juga hikmah yang bisa saya ambil ya tapi dari itu semua yang lebih penting lagi itu.. Ee saya bisa sampai ee seperti sekarang ini itu karena pertolongan Tuhan.. Jadi dari semua inilah saya semakin mendekatkan diri ya kepada Tuhan.. Mungkin seperti itu jawaban saya ya” (SU5, B38, PS1, 6 Juli 2024)*

Keterangan tersebut diperkuat oleh keterangan partisipan AN sebagai istri dari partisipan NFP yang menyatakan bahwa terdapat perubahan positif pada partisipan NFP selama menempuh skripsi sambil bekerja.

*“Dia itu kalau sekarang ya.. Kan kalau skripsi sambil kerja itu kan kayak harus bisa atur waktu ya.. Nah dia untuk ngatur waktunya kapan harus skripsi dan*

*kapan harus kerja itu udah semakin terlatih lah meskipun kadang ya kayak masih keteteran gitu” (SO5, B30, PSP1, 5 Juli 2024)*

## **B. Pembahasan**

Partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi sambil bekerja paruh waktu. Selama menjalankan peran gandanya tersebut, partisipan mengaku bahwa mereka memiliki kendala sehingga hal tersebut cukup menghambat kinerja mereka dalam menjalankan tanggung jawabnya. Berdasarkan data yang didapatkan, partisipan mengaku bahwa pengaturan waktu menjadi kendala mereka selama menempuh skripsi sambil bekerja. Mereka kesulitan untuk membagi waktunya dikarenakan adanya tuntutan tanggung jawab yang datang secara bersamaan dari urusan skripsi maupun pekerjaan. Berikut pembahasan lebih lanjut mengenai gambaran *coping stress* yang dilakukan oleh partisipan :

### **1. *Problem Focused Coping* (Konfrontasi)**

Pada indikator konfrontasi, diketahui seluruh partisipan pada dasarnya mereka memilih untuk menghadapi masalah secara langsung daripada menghindarinya. Beberapa partisipan menyatakan bahwa cara mereka dalam menyelesaikan masalahnya adalah dengan melakukan skala prioritas mengingat mereka memiliki tanggung jawab yang bersamaan dalam urusan skripsi maupun pekerjaan. Skala prioritas yang dimaksud adalah mereka akan menyelesaikan masalah yang paling mudah atau paling mendesak terlebih dahulu sebelum mereka beralih kepada permasalahan yang lebih ringan. Indikator konfrontasi dalam penelitian ini adalah sikap yang ditunjukkan oleh individu dalam menghadapi masalah secara langsung. Hal ini sesuai dengan

pendapat dari Lestari (2021) bahwa individu akan lebih berani dalam menyelesaikan masalahnya ketika mereka berani untuk mengambil resiko.

## **2. *Problem Focused Coping* (Mencari Dukungan Sosial)**

Pada indikator mencari dukungan sosial, diketahui bahwa seluruh partisipan memiliki hubungan yang cukup baik dan cukup terbuka terhadap orang terdekatnya. Indikator mencari dukungan sosial dalam penelitian ini adalah sikap yang ditunjukkan orang lain untuk mendapatkan saran maupun bantuan dari orang lain untuk mengatasi permasalahannya. Sebagian besar sikap yang ditunjukkan partisipan adalah mereka akan cenderung menceritakan permasalahannya kepada orang terdekat meskipun ada pula partisipan yang tidak selalu menceritakan permasalahannya kepada orang terdekat. Mereka mendapatkan dukungan maupun *feedback* dengan menceritakan permasalahannya kepada orang lain yang dimana hal tersebut dapat mengurangi stres yang dirasakan sehingga membuat perasaan mereka menjadi lebih baik dan siap untuk menyelesaikan permasalahannya. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Akbar dan Aisyawati (2021) bahwa stres dapat diturunkan melalui dukungan sosial.

## **3. *Problem Focused Coping* (Penyelesaian Secara Terencana)**

Pada indikator penyelesaian secara terencana, diketahui seluruh partisipan memiliki rencana secara terstruktur untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi dan menemukan alternatif-alternatif solusinya. Indikator penyelesaian secara terencana dalam penelitian ini adalah sikap yang ditunjukkan individu ketika sedang menghadapi masalah untuk

membuat dan menerapkan rencana penyelesaiannya sehingga masalah tersebut dapat terselesaikan dengan baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Karisha dan Sarintohe (2019) bahwa salah satu penggunaan strategi *problem focused coping* yaitu untuk mendapatkan solusi alternatif dalam menyelesaikan masalah.

#### **4. *Emotion Focused Coping* (Pengendalian Diri)**

Pada indikator pengendalian diri, seluruh partisipan pada dasarnya memiliki pengendalian diri yang baik sehingga mereka dapat menyelesaikan permasalahannya dan tidak terjerumus terlalu jauh ke dalam perasaan yang negatif sebagai akibat dari tekanan yang dirasakan. Beberapa partisipan menyatakan bahwa perasaan yang dialami ketika mereka sedang tertekan diantaranya yaitu sedih, marah, terpuruk, frustrasi, hampir putus asa, hingga adanya keinginan untuk mengakhiri hidup. Indikator pengendalian diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ketika individu memiliki perasaan-perasaan negatif sebagai akibat dari tekanan yang dialaminya namun individu tetap dapat mengendalikan dirinya sehingga mereka dapat menyelesaikan masalahnya. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Laya, Baba, dan Aisa (2022) bahwa individu yang dapat mengendalikan dirinya maka dapat menyelesaikan permasalahannya dengan baik.

Selama partisipan menempuh skripsi sambil bekerja, mereka juga mengaku pernah mendapatkan teguran baik itu dari atasan maupun dosen pembimbing skripsinya. Hal tersebut dapat menjadi tekanan lebih bagi partisipan mengingat permasalahan mereka yang sudah cukup berat baik dari

urusan skripsi maupun pekerjaan. Secara umum partisipan akan menyikapi teguran tersebut dengan cara mendengarkan, merenungkan, hingga mengambil pesan yang dimaksud dibalik teguran tersebut yang dimana mereka akan mengimplementasikannya sebagai upaya untuk memperbaiki diri. Dapat dikatakan bahwa tindakan partisipan ini adalah cara mereka untuk mengendalikan diri ketika sedang menghadapi teguran dari orang di sekitarnya. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Hakimah, Nida, dan Rohani (2022) bahwa individu berupaya mengendalikan respon emosionalnya dalam menghadapi tekanan melalui *emotional focused coping*.

Bentuk pengendalian diri juga dilakukan partisipan dengan cara kembali mengingat tujuan awal maupun target yang hendak dicapai ketika mereka menempuh skripsi sambil bekerja. Hal tersebut sebagai upaya untuk mengatur perasaannya sehingga mereka dapat kembali fokus atau berkonsentrasi dalam menjalankan tugasnya baik itu dalam urusan skripsi maupun pekerjaan. Tujuan awal atau target yang dimaksud adalah harapan partisipan ketika mereka nantinya sudah lulus dari perkuliahan. Cara tersebut membuat mereka kembali tergerak untuk menyelesaikan tanggung jawab yang sudah mereka pilih yaitu bekerja ketika masih menempuh skripsi. Hal ini juga sesuai dengan pendapat dari Indra, Ayuningtyas, dan Pohan (2020) bahwa individu menerapkan *emotion focused coping* agar dapat berkonsentrasi untuk mengurangi dampak emosi yang dirasakan.

### **5. *Emotion Focused Coping (Lari atau Menghindar)***

Pada indikator lari atau menghindar, beberapa partisipan memiliki keinginan untuk menghindar dari permasalahannya ketika sudah merasa sangat lelah dalam menghadapinya. Namun terdapat pula partisipan yang tidak memiliki keinginan untuk menghindar dari permasalahan dan berusaha untuk tetap menghadapinya. Indikator lari atau menghindar dalam penelitian ini adalah keputusan individu untuk menghindar sejenak masalah yang menyebabkan mereka sudah merasa sangat tertekan. Cara yang dilakukan oleh beberapa partisipan untuk menghindar dari permasalahannya adalah dengan beristirahat penuh tanpa menghiraukan tugasnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Andriyani (2019) yang menyatakan bahwa salah satu strategi individu untuk mengatasi tekanan adalah dengan menghindari sumber stres.

### **6. *Emotion Focused Coping (Menjaga Jarak)***

Pada indikator menjaga jarak, seluruh partisipan melakukan beberapa aktivitas menyenangkan disamping rutinitasnya yang dimaksudkan untuk menjaga perasaannya agar mereka tidak semakin tertekan dari permasalahannya. Indikator menjaga jarak dalam penelitian ini yaitu cara individu dalam mengatasi tekanan dengan melakukan kegiatan yang menghibur sebagai bentuk pengalihan untuk menjaga agar perasaannya tidak semakin tertekan dengan masalah yang ditimbulkan dari rutinitasnya menempuh skripsi sambil bekerja. Beberapa bentuk kegiatan sampingan yang dilakukan partisipan untuk mengalihkan pikiran seperti berdoa, mengobrol dengan orang terdekat, mencari hiburan di sosial media, hingga melakukan

hobi. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Anggraeni, Putri, Lestari, dan Antawati (2022) bahwa salah satu bentuk perilaku yang ditunjukkan melalui *emotion focused coping* adalah melakukan kegiatan lain yang dianggap menyenangkan sebagai cara untuk mengalihkan perhatian. Sejalan pula dengan pendapat dari Monalisa dan Uhki (2022) bahwa individu dapat melakukan aktivitas yang menyenangkan untuk menurunkan ketegangan yang dirasakan.

#### **7. *Emotion Focused Coping* (Bertanggung Jawab)**

Pada indikator bertanggung jawab, seluruh partisipan menyatakan bahwa mereka menyadari dan optimis untuk menghadapi segala konsekuensi yang ditimbulkan dari rutinitasnya menempuh skripsi sambil bekerja sebagai bentuk tanggung jawab atas pilihan mereka. Indikator bertanggung jawab dalam penelitian ini yaitu individu memilih untuk berkomitmen penuh untuk menyelesaikan tugas yang memang sudah menjadi pilihannya yaitu menempuh skripsi sambil bekerja dan mengetahui serta bersedia atas konsekuensi yang ditimbulkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Anggayani dan Hartawan (2019) bahwa individu yang optimis dapat meningkatkan *coping stress* mereka.

#### **8. *Emotion Focused Coping* (Penilaian Kembali Secara Positif)**

Pada indikator penilaian kembali secara positif, pada dasarnya seluruh partisipan memandang bahwa terdapat hal-hal positif yang berguna untuk pengembangan kualitas diri mereka nantinya, terdapat hikmah yang mereka dapatkan dari semua permasalahan yang dialami selama menempuh skripsi sambil bekerja, hingga timbulnya kedekatan mereka kepada Tuhan melalui

tindakan secara religius agar mereka dapat diberikan kekuatan dalam menyelesaikan masalah yang timbul selama menempuh skripsi sambil bekerja. Indikator penilaian kembali secara positif dalam penelitian ini yaitu individu mampu untuk memaknai adanya hal-hal positif dari berbagai permasalahan yang dialami selama menempuh skripsi sambil bekerja. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Dewi, Panduragan, Umar, Melinda, Budhiana (2022) bahwa melalui *coping stress* individu dapat memiliki pandangan positif atas permasalahan yang dihadapinya. Kemudian terkait dengan tindakan mereka secara religius untuk menyelesaikan masalahnya juga sesuai dengan pendapat dari Sari dan Haryati (2023) bahwa individu yang tingkat religiusitas tinggi akan dapat menyelesaikan permasalahannya dengan baik.

### **C. Keterbatasan dan Hambatan Penelitian**

Penelitian ini tidak terlepas dari beberapa hambatan maupun keterbatasan. Hambatan dan keterbatasan ini dapat mempengaruhi hasil penelitian secara keseluruhan. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah kurangnya eksplorasi teori yang mendukung variabel penelitian ini. Kemudian untuk beberapa hambatan dalam penelitian ini diantaranya yaitu :

#### **1. Hambatan Waktu**

Penelitian ini berlangsung selama masa penyusunan skripsi dengan waktu yang terbatas sehingga peneliti kurang leluasa dalam melakukan eksplorasi penelitiannya.

## **2. Hambatan Subjek**

Penelitian ini mengambil data melalui wawancara terhadap partisipan penelitian sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Ketika menjalankan proses pengambilan data ini tidak seluruh partisipan ini memiliki waktu luang untuk melaksanakan wawancara. Keterbatasan waktu luang dari partisipan ini yang membuat peneliti kurang dapat menggali informasi selama wawancara berlangsung.

## **3. Hambatan Perangkat**

Penelitian ini pada dasarnya perlu didukung oleh perangkat yang memadai namun keterbatasan perangkat yang dimiliki membuat penelitian ini menjadi sedikit terhambat dalam pelaksanaannya

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL  
YOGYAKARTA  
ACHMAD YANI