

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU

Oleh

Martina Dyah Ayuningtyas¹, Wahyuni Kristinawati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

E-mail: ¹tripad.tp@gmail.com, ²yunikristi.38@gmail.com

Article History:

Received: 11-04-2025

Revised: 16-04-2025

Accepted: 14-05-2025

Keywords:

Grit; Subjective Well-Being; Students; Part-Time Working

Abstract: *Part-time students face challenges in balancing academic and work demands, which can impact subjective well-being. This study aims to determine the relationship between grit and subjective well-being in part-time students. This study used a quantitative method with a correlational design. Grit was measured using the Grit Scale, while subjective well-being was measured using the Satisfaction With Life Scale (SWLS) and the Scale of Positive and Negative Experience (SPANE). Data analysis was carried out using the Spearman's rho correlation test which showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.098. The results of this study indicate a significant positive relationship between grit and subjective well-being in part-time students. The higher the grit level that students have, the higher the subjective well-being they feel.*

PENDAHULUAN

Individu yang sedang belajar di perguruan tinggi disebut mahasiswa (Gafur, 2015). Kebutuhan hidup mahasiswa saat memasuki pendidikan di jenjang yang lebih tinggi tentunya juga akan bertambah. Kebutuhan tersebut sangat beragam dan harus terpenuhi agar proses pembelajarannya tidak terganggu, antara lain seperti membayar biaya kuliah, membeli alat tulis, membeli buku, biaya fotokopi, biaya pelatihan, biaya praktik, akses internet, kos, makan, dan berbagai pembiayaan lain (Mardelina & Muhson, 2017). Meningkatnya kebutuhan hidup juga menunjukkan bahwa mahasiswa harus menemukan cara untuk memenuhi kebutuhan pendidikan dan biaya hidup mereka, salah satunya dengan bekerja paruh waktu.

Menurut BBC News Indonesia (2015) terdapat sekitar 77% mahasiswa di Inggris yang bekerja, naik dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 59%. Selain itu, 87% mahasiswa yang bekerja mengatakan bahwa mereka bekerja untuk meningkatkan keterampilan mereka. Sementara itu, menurut Badan Pusat Statistik dalam Jayani (2021) menyatakan bahwa pada tahun 2020, sebanyak 6,98% siswa berusia 10 hingga 24 tahun yang sekolah sambil bekerja. Sebanyak 7,15% siswa bekerja di perkotaan dan 6,74% di pedesaan. Badan Pusat Statistik juga mengungkapkan bahwa tren pekerja paruh waktu Indonesia semakin meningkat sejak 2016. Individu yang bekerja kurang dari 35 jam per minggu dianggap sebagai pekerja paruh waktu. Pada 2017, tingkat pekerja paruh waktu naik 0,75 poin menjadi 20,39%. Kemudian

naik 1,68% menjadi 22,07% pada 2018, tetapi hanya naik 0,38 poin menjadi 22,45% pada 2019. Lalu tingkat paruh waktu naik 1,03 poin menjadi 26,99% pada survei terakhir.

Mahasiswa yang menjalani masa kuliah sekaligus bekerja paruh waktu adalah fenomena yang sangat menarik, di mana para mahasiswa harus menjalani kehidupan akademik dan pekerjaan dengan penuh tanggung jawab dan semangat yang tinggi. Salah satu alasan mengapa mahasiswa memutuskan untuk bekerja paruh waktu adalah untuk mencari sumber pendapatan sendiri demi memenuhi kebutuhan hidup mereka serta membantu keluarga mereka jika ada keterbatasan finansial (Setiawan & Legowo, 2018). Namun, menjalani dua peran sekaligus bukanlah hal yang mudah. Terdapat berbagai tantangan dan perjuangan yang harus dihadapi dalam menjaga kesejahteraan dan menjaga keseimbangan antara dunia perkuliahan dan pekerjaan. Mahasiswa harus mengatur waktu mereka dengan baik agar dapat menghadiri kuliah, menyelesaikan tugas-tugas akademik, meraih prestasi yang baik, serta juga harus menjalankan tanggung jawab dalam pekerjaan dengan baik.

Mahasiswa seringkali terbebani dalam proses perkuliahan dengan tugas yang banyak (Subandy & Jatmika, 2020). Khotimah dan Aini (2024) menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu mengalami kesulitan untuk menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan pekerjaan mereka. Beban kerja yang berlebihan dapat memengaruhi emosi positif mahasiswa dan menurunkan kepuasan hidup secara keseluruhan. Menjalani kuliah sambil bekerja paruh waktu dilakukan mahasiswa sebagai bagian dari usaha untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik pada tiap individu. Individu memiliki sudut pandang yang berbeda-beda mengenai kualitas hidup yang baik, atau biasa disebut dengan *subjective well-being*.

Subjective well-being mencakup dimensi psikologis seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, dan pengalaman positif lainnya yang dirasakan oleh individu (Wahyuni, Eryanti & Hudha, 2023). *Subjective well-being* atau biasa disebut dengan kesejahteraan subjektif juga merujuk pada penilaian individu tentang kepuasan hidup mereka, tingkat kebahagiaan yang mereka rasakan, dan kepuasan dari berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Selain itu, hal ini mencakup evaluasi kognitif reflektif, seperti kepuasan hidup, serta respons emosional terhadap kehidupan dalam kaitannya dengan emosi negatif dan positif (Diener, Oishi, & Tay, 2018). Rahmiyati dkk. (2024) menemukan bahwa keseimbangan kehidupan kerja yang baik pada mahasiswa yang bekerja berhubungan positif dengan *subjective well-being* mereka. Mahasiswa yang bekerja dikatakan mempunyai *subjective well-being* apabila mempunyai rasa semangat, menerima segala sesuatu yang terjadi dalam hidup, mampu menyelesaikan permasalahan dan hambatan, dapat bersyukur, melaksanakan tugas sehari-hari, juga menjaga hubungan baik dengan orang lain. Ketika mahasiswa yang bekerja mengalami masalah seperti bosan, lelah, tidak puas dengan kehidupan, kesulitan mengatur waktu antara pekerjaan dan kepentingan pribadi, dan ketidakmampuan untuk membangun hubungan yang baik dengan rekan kerjanya, itu menunjukkan bahwa mereka memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah.

Rulangi, Fahera dan Novira (2021) menyatakan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang dapat memengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari diri individu, seperti penghargaan terhadap diri sendiri, karakteristik pribadi yang positif, kualitas kesehatan mental yang positif, spiritualitas, memaafkan orang lain, dan kemampuan bersyukur dapat meningkatkan kualitas *subjective*

well-being. Sedangkan faktor internal lainnya seperti perbedaan jenis kelamin, pengangguran, ketidakamanan finansial, serta gangguan kesehatan mental berisiko menurunkan kualitas *subjective well-being* pada mahasiswa. Adapun faktor-faktor yang berasal dari luar individu, seperti dukungan keluarga, hubungan positif dengan orang lain, dan prestasi akademik yang baik, dapat meningkatkan kualitas *subjective well-being* individu. Hossaini dkk. (2017) menyebutkan bahwa karakteristik kepribadian dalam faktor internal berperan penting dalam *subjective well-being*. Terdapat karakteristik kepribadian individu dengan ketekunan dan konsistensi tinggi untuk menghadapi segala tantangan yang muncul, yang disebut dengan *grit* (Duckworth dkk., 2007). Akbag dan Ümmet (2017) mengungkapkan bahwa *grit* merupakan prediktor yang signifikan terhadap *subjective well-being* individu pada usia dewasa muda.

Menurut Muhibbin dan Wulandari (2021) *grit* adalah kemampuan yang dapat membantu individu tetap semangat dan mencapai tujuan mereka, serta memungkinkan mereka untuk bangkit setelah kegagalan untuk mencapai tujuan mereka. *Grit* terdiri dari dua komponen utama, yaitu *perseverance of effort* dan *consistency of interests* (Duckworth dkk., 2007). Dengan kata lain, individu dengan tingkat *grit* yang tinggi akan lebih bertekad ketika mencoba mengatasi rintangan. Individu juga tetap mempertahankan minat untuk mencapai target mereka meskipun mengalami kegagalan, kesulitan, atau kurangnya dukungan (Alhadabi & Karpinski, 2020). Fun, Mikarsa dan Putri (2023) mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan *grit* yang tinggi adalah orang-orang yang memiliki tujuan dan tetap bersemangat dalam situasi tekanan, sehingga perilaku sehari-hari mereka sesuai dengan tujuannya. Semakin banyak upaya yang dilakukan individu untuk mencapai tujuannya, semakin dekat mereka dengan tujuan tersebut. Amadi, Du Plessis, dan Solomon (2022) juga menemukan bahwa *grit* memiliki dampak positif pada pencapaian akademik pada mahasiswa yang bekerja, serta dapat membantu mahasiswa dalam mengelola waktu dan menyeimbangkan antara pekerjaan dan studi, yang akan meningkatkan performa akademis mereka secara keseluruhan.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maulana dan Widyastuti (2023) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara *grit* dan *subjective well-being* pada siswa atlet SMA Negeri Olahraga Jawa Timur. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosyadi dan Laksmiwati (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017, yang berarti semakin tinggi *grit*, semakin tinggi pula *subjective well-being* pada individu. Disabato dkk. (2019) menemukan bahwa komponen *grit* yaitu *perseverance of effort* berhubungan positif dengan *subjective well-being*, sedangkan *consistency of interests* tidak berhubungan atau bahkan berhubungan negatif dengan *subjective well-being* di berbagai negara. Datu dkk. (2016) juga menemukan bahwa komponen *perseverance of effort* berhubungan positif dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perguruan tinggi di Filipina. Sementara itu, Jin dan Kim (2017) mengungkapkan bahwa *grit* tidak memiliki hubungan signifikan dengan *subjective well-being*, namun *grit* berhubungan dengan aspek-aspek *basic needs satisfaction*, dan hal tersebut memediasi pengaruh *grit* pada *subjective well-being*.

Berdasarkan uraian di atas, mahasiswa yang bekerja paruh waktu sering kali merasa sulit untuk menyeimbangkan pekerjaan, belajar, dan kebutuhan pribadi mereka.

Ketidakseimbangan ini dapat menimbulkan pengalaman emosional negatif dan berkurangnya kepuasan hidup. Selain itu, belum banyak penelitian yang membahas tentang *grit* dan *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

LANDASAN TEORI

Subjective Well-Being

Menurut Pontin dkk. (2013) *subjective well-being* adalah penilaian diri oleh individu mengenai kesejahteraan mereka sendiri yang mencakup keadaan lingkungan, respon perilaku, serta konsekuensi subjektif dari proses tersebut. Pendapat lain dari Seligman dan Csikszentmihalyi (2000), *subjective well-being* merupakan pengalaman nilai subjektif seperti kebahagiaan, kesenangan dan kepuasan pada masa lalu, aliran dan kebahagiaan di masa kini, serta harapan dan optimisme pada masa depan. Diener (2009) mendefinisikan *subjective well-being* adalah cara individu menilai dan mengevaluasi kehidupan mereka sendiri, termasuk refleksi kognitif seperti tingkat kepuasan hidup dan respons emosional terhadap kehidupan mereka, yang diwakili oleh emosi positif dan negatif. Emosi positif mengacu pada rentang emosi yang dirasakan seseorang ketika segala sesuatu tampak berjalan dengan baik, sedangkan emosi negatif mengacu pada pengalaman yang tidak berjalan dengan baik. *Subjective well-being* juga didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya, yaitu sejauh mana penilaian dan respons emosional seseorang menunjukkan bahwa kehidupan yang diinginkan berjalan dengan baik (Diener, Oishi & Lucas, 2015).

Menurut Diener (2009), *subjective well-being* terdiri dari dua aspek, yaitu aspek kognitif dan aspek afektif. Aspek kognitif melibatkan evaluasi kognitif individu terhadap kepuasan hidup mereka secara keseluruhan. Kepuasan hidup melibatkan cara menilai kualitas hidup seseorang berdasarkan kriteria-kriteria yang dianggap penting oleh mereka. Aspek afektif terbagi menjadi afek positif dan afek negatif. Afek positif mencakup frekuensi dan intensitas emosi positif seperti kegembiraan, kebahagiaan, rasa syukur, dan ketenangan. Afek negatif mengacu pada frekuensi dan intensitas pengalaman emosi negatif seperti kesedihan, kecemasan, kemarahan, dan stres yang dapat mengurangi perasaan kesejahteraan dan dapat mengganggu fungsi sehari-hari serta kesehatan mental individu.

Grit

Menurut Lucas dkk. (2015) *grit* merupakan keberanian untuk mengatasi rasa takut akan kegagalan untuk bertahan dalam tugas yang diberikan. Individu yang memiliki *grit* dapat bertahan dalam upaya yang berkaitan dengan tujuan penting dalam hidup. DiMenichi dan Richmond (2015) menyatakan bahwa *grit* adalah kemampuan untuk mempertahankan ketekunan dan perhatian yang berkelanjutan dalam menghadapi kegagalan dan rintangan. Refleksi terhadap kegagalan bukan hanya meningkatkan ketekunan, tetapi juga memperbaiki kemampuan seseorang untuk tetap fokus dan berusaha keras mencapai tujuan meskipun menghadapi hambatan. Pendapat lain dari Duckworth dkk. (2007) bahwa *grit* merupakan ketekunan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang. *Grit* berarti bekerja keras menghadapi tantangan, mempertahankan upaya dan minat selama bertahun-tahun meskipun mengalami kegagalan, kesulitan, dan kemajuan yang tidak menentu.

Menurut Duckworth dkk. (2007) *grit* terdiri dari dua komponen utama, yaitu *consistency of interests* (konsistensi minat) dan *perseverance of effort* (ketekunan dalam usaha). Konsistensi minat berarti mempertahankan minat yang stabil dan tidak berubah terhadap tujuan jangka panjang. Individu dengan konsistensi minat tidak mudah terganggu atau berpindah-pindah dari satu tugas ke tugas lainnya karena bosan atau menghadapi tantangan baru. Ketekunan dalam usaha merujuk pada kemampuan untuk terus berusaha dan bekerja keras dalam mencapai tujuan jangka panjang meskipun menghadapi berbagai rintangan dan kegagalan. Individu yang memiliki ketekunan dalam usaha akan pantang menyerah, sungguh-sungguh dalam melakukan sesuatu dan tidak mengeluh.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional untuk melihat hubungan antara *grit* (X) dengan *subjective well-being* (Y) pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang bekerja paruh waktu. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-Probability Sampling* dengan teknik *accidental sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menyebar kuesioner melalui *google form* yang disebar melalui platform seperti Instagram, WhatsApp, Facebook, Discord, X, dan Telegram. Kriteria yang digunakan peneliti dalam memilih partisipan sebagai subjek penelitian yaitu mahasiswa aktif yang terdaftar dalam program diploma atau sarjana (S1) dan memiliki pekerjaan paruh waktu dengan jam kerja antara 10-30 jam seminggu.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur aspek kognitif *subjective well-being* menggunakan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang disusun oleh Diener (1985) dan dimodifikasi oleh Junus (2022). Sedangkan untuk mengukur afek positif dan afek negatif yaitu *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) yang disusun oleh Diener dkk. (2009) dan dimodifikasi oleh Junus (2022). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *grit* yaitu *Grit Scale* yang disusun oleh Duckworth dan Quinn (2009) dan dimodifikasi oleh Ratna (2022). Teknik analisis data yang dipakai untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis statistik korelasi *Spearman*. Sebelum melakukan uji korelasi terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linearitas dengan bantuan aplikasi SPSS 24 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan Penelitian

Penelitian ini melibatkan 226 partisipan dengan rentang usia 19 hingga 30 tahun yang merupakan mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Indonesia. Dari jumlah tersebut, sebagian besar partisipan berada dalam usia 21 tahun, dengan frekuensi 80 orang, yang mencakup 35,40% dari keseluruhan.

Tabel 1. Kategori Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
------	--------	------------

19 tahun	7	3,10%
20 tahun	17	7,52%
21 tahun	80	35,40%
22 tahun	71	31,42%
23 tahun	22	9,73%
24 tahun	16	7,08%
≥ 25 tahun	13	5,75%
Total	226	100%

Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar partisipan dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 137 orang (60,62%).

Tabel 2. *Kategori Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	137	60,62%
Laki-laki	89	39,38%
Total	226	100%

Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa program Sarjana (S1), yaitu sebanyak 181 orang (80,09%). Sementara itu, 45 partisipan (19,91%) berasal dari program Diploma. Proporsi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang bekerja paruh waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini sedang menempuh pendidikan di jenjang Sarjana.

Tabel 3. *Kategori Partisipan Berdasarkan Tingkat Pendidikan*

Tingkat Pendidikan	Jumlah	Persentase
S1	181	80,09%
Diploma	45	19,91%
Total	226	100%

Berdasarkan program studi, mayoritas partisipan berasal dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis, yaitu sebanyak 51 orang (22,57%), diikuti oleh Psikologi dengan 29 partisipan (12,83%).

Tabel 4. *Kategori Partisipan Berdasarkan Program Studi*

Program Studi	Jumlah	Persentase
Ekonomi dan Bisnis	51	22,57%
Psikologi	29	12,83%
Pendidikan	17	7,52%
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	15	6,64%
Teknik	12	5,31%
Hukum	12	5,31%
Teknologi Informasi	9	3,98%
Kreatif dan Seni	9	3,98%
Administrasi	9	3,98%
Kesehatan	8	3,54%
Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	6	2,65%
Pertanian	4	1,77%
Pariwisata dan Perhotelan	4	1,77%
Ilmu Budaya	3	1,33%

Lainnya	38	16,82%
Total	226	100%

Berdasarkan durasi kerja, mayoritas partisipan bekerja selama 10-15 jam per minggu, dengan jumlah 112 orang (49,56%).

Tabel 5. Kategori Partisipan Berdasarkan Durasi Kerja

Durasi Kerja	Jumlah	Persentase
10-15 jam/minggu	112	49,56%
16-20 jam/minggu	57	25,22%
21-25 jam/minggu	26	11,50%
26-30 jam/minggu	31	13,72%
Total	226	100%

Berdasarkan bidang pekerjaan, sebagian besar partisipan bekerja di sektor Ritel dan Penjualan, dengan jumlah 64 orang (28,32%), diikuti oleh sektor Jasa sebanyak 44 partisipan (19,47%).

Tabel 6. Kategori Partisipan Berdasarkan Bidang Pekerjaan

Bidang Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Ritel dan Penjualan	64	28,32%
Jasa	44	19,47%
Pendidikan	39	17,26%
Kreatif dan Digital	38	16,81%
FnB	14	6,20%
Acara dan Hiburan	9	3,98%
Kesehatan	7	3,10%
Teknologi	6	2,65%
Transportasi dan Logistik	4	1,77%
Perizinan	1	0,44%
Total	226	100%

Berdasarkan alasan bekerja paruh waktu, partisipan memilih bekerja untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari, dengan jumlah paling banyak yaitu 73 orang (32,30%).

Tabel 7. Kategori Partisipan Berdasarkan Alasan Bekerja Paruh Waktu

Alasan Bekerja Paruh Waktu	Jumlah	Persentase
Membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari	73	32,30%
Mengisi waktu luang dengan kegiatan produktif	63	27,88%
Mendapatkan pengalaman kerja	42	18,58%
Membiayai kebutuhan kuliah	40	17,70%
Membangun jaringan dan relasi profesional	7	3,10%
Menambah aset investasi (menabung)	1	0,44%
Total	226	100%

Berdasarkan rata-rata pendapatan per minggu, mayoritas partisipan memperoleh penghasilan dalam rentang Rp300.000–Rp500.000, yaitu sebanyak 91 orang (40,27%).

Tabel 8. *Kategori Partisipan Berdasarkan Rata-rata Pendapatan Per Minggu*

Rata-rata Pendapatan Per Minggu	Jumlah	Persentase
Kurang dari Rp300.000	53	23,45%
Rp300.000 – Rp500.000	91	40,27%
Rp500.000 – Rp700.000	39	17,26%
Rp700.000 – Rp1.000.000	20	8,85%
Lebih dari Rp1.000.000	23	10,18%
Total	226	100%

Berdasarkan lama bekerja, mayoritas partisipan telah bekerja paruh waktu selama 1–3 bulan, yaitu sebanyak 77 orang (34,07%). Sebanyak 62 partisipan (27,43%) telah bekerja selama 4–6 bulan, sedangkan 32 partisipan (14,16%) memiliki pengalaman bekerja dalam rentang 7–12 bulan. Sementara itu, 55 partisipan (24,34%) telah bekerja lebih dari 12 bulan.

Tabel 9. *Kategori Partisipan Berdasarkan Lama Bekerja*

Lama Bekerja	Jumlah	Persentase
1–3 bulan	77	34,07%
4–6 bulan	62	27,43%
7–12 bulan	32	14,16%
Lebih dari 12 bulan	55	24,34%
Total	226	100%

Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil statistik deskriptif data penelitian, alat ukur *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) memiliki nilai minimum 5 dan maksimum 20, dengan rata-rata (*Mean*) sebesar 14,23 dan standar deviasi 3,359. Sementara itu, pada aspek afektif *subjective well-being* yang diukur menggunakan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE), skor pengalaman positif (SPANE-P) berkisar antara 9 hingga 24, dengan rata-rata 19,18 dan standar deviasi 3,166. Sedangkan, skor pengalaman negatif (SPANE-N) memiliki rentang 5 hingga 20, dengan rata-rata 13,02 dan standar deviasi 3,287. Selisih antara pengalaman positif dan negatif, yang disebut afek afektif (SPANE-P–SPANE-N), menunjukkan rentang skor antara -11 hingga 19, dengan rata-rata 6,16 dan standar deviasi 5,365. Selain itu, variabel *Grit* memiliki nilai minimum 12 dan maksimum 28, dengan rata-rata 20,18 dan standar deviasi 2,871.

Tabel 10. *Hasil Statistik Deskriptif Data Penelitian*

	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
SWLS (aspek kognitif)	226	5	20	14,23	3,359
SPANE-P (afek positif)	226	9	24	19,18	3,166
SPANE-N (afek negatif)	226	5	20	13,02	3,287
Aspek Afektif (SPANE-P – SPANE-N)	226	-11	19	6,16	5,365
<i>Grit</i>	226	12	28	20,18	2,871

Hasil kategorisasi aspek kognitif *subjective well-being* yang diukur menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada dalam kategori Tinggi, yaitu sebanyak 93 orang (41,15%).

Tabel 11. Kategorisasi Aspek Kognitif Subjective Well-Being

Kategorisasi	Interval	N	Persentase
Sangat rendah	$x < 9,19$	20	8,85%
Rendah	$9,19 \leq x < 12,55$	50	22,12%
Sedang	$12,55 \leq x \leq 15,91$	59	26,11%
Tinggi	$15,91 < x \leq 19,27$	93	41,15%
Sangat tinggi	$x > 19,27$	4	1,77%
Total		226	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi aspek afektif *subjective well-being* yang diukur menggunakan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE), sebagian besar partisipan berada dalam kategori Sedang, yaitu sebanyak 72 orang (31,86%).

Tabel 12. Kategorisasi Aspek Afektif Subjective Well-Being

Kategorisasi	Interval	N	Persentase
Sangat rendah	$x < -1,89$	14	6,19%
Rendah	$-1,89 \leq x < 3,48$	62	27,43%
Sedang	$3,48 \leq x \leq 8,84$	72	31,86%
Tinggi	$8,84 < x \leq 14,21$	66	29,20%
Sangat tinggi	$x > 14,21$	12	5,31%
Total		226	100%

Hasil kategorisasi *grit* menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada dalam kategori Sedang, yaitu sebanyak 102 orang (45,13%).

Tabel 13. Kategorisasi Grit

Kategorisasi	Interval	N	Persentase
Sangat rendah	$x < 15,87$	7	3,10%
Rendah	$15,87 \leq x < 18,74$	53	23,45%
Sedang	$18,74 \leq x \leq 21,62$	102	45,13%
Tinggi	$21,62 < x \leq 24,49$	45	19,91%
Sangat tinggi	$x > 24,49$	19	8,41%
Total		226	100%

Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Setelah dilakukan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada data penelitian, didapati bahwa nilai signifikansi pada variabel independen dan dependen adalah 0,000 dan 0,013. Data ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi kurang dari 0,05, yang berarti data penelitian tidak berdistribusi normal.

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Statistik	Sig.	Keterangan
<i>Subjective well-being</i>	0,068	0,013	Tidak Normal
<i>Grit</i>	0,103	0,000	Tidak Normal

b. Uji Linearitas

Setelah dilakukan uji linearitas, pada baris *Deviation from Linearity* didapati bahwa nilai F hitung sebesar 1,982 dan signifikansi sebesar 0,262 ($p > 0,05$) maka dapat

disimpulkan bahwa antara variabel *grit* dan *subjective well-being* memiliki hubungan linear.

Tabel 15. Hasil Uji Normalitas

	F hitung	Sig.	Keterangan
<i>Deviation from Linearity</i>	1,210	0,262	Linear

c. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji korelasi menggunakan *Spearman* dengan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *grit* dan *subjective well-being*, sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini. Semakin tinggi *grit* maka semakin tinggi *subjective well-being*. Sebaliknya, semakin rendah *grit* maka semakin rendah *subjective well-being*.

Tabel 16. Hasil Uji Hipotesis

Variabel		<i>Grit</i>	<i>Subjective well-being</i>
<i>Grit</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1,000	0,294**
	<i>Sig. (1-tailed)</i>		0,000
	N	226	226
<i>Subjective well-being</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	0,294**	1,000
	<i>Sig. (1-tailed)</i>	0,000	
	N	226	226

Hasil uji koefisien determinasi dilakukan untuk melihat seberapa besar kontribusi yang diberikan oleh *grit* (X) terhadap *subjective well-being* (Y). Hasil dari koefisien determinasi menunjukkan bahwa nilai R sebesar 0,314 dan nilai R Square (R^2) sebesar 0,098. Dari nilai R^2 dapat ditentukan bahwa *grit* menyumbang sebesar 9,8% terhadap *subjective well-being*.

Tabel 17. Hasil Uji Koefisien Determinasi

	R	R Square (R^2)	Keterangan
Kontribusi <i>grit</i> terhadap <i>subjective well-being</i>	0,314	0,098	Berpengaruh sebesar 9,8%

Pembahasan

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *grit* dengan *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Semakin tinggi *grit* maka semakin tinggi *subjective well-being*. Sebaliknya, semakin rendah *grit* maka semakin rendah *subjective well-being*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Rosyadi dan Laksmiwati (2018) yang menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa.

Subjective well-being didefinisikan oleh Diener (1985) sebagai penilaian subjektif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan, yang mencakup dua dimensi utama, yaitu aspek kognitif (evaluasi terhadap kepuasan hidup) dan aspek afektif (frekuensi emosi positif dan negatif). Pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu, kondisi ini dapat dipengaruhi oleh bagaimana mereka memaknai peran ganda tersebut. Ketika mahasiswa mampu menemukan makna dan manfaat dari bekerja sambil kuliah, maka hal ini dapat meningkatkan perasaan puas terhadap kehidupan. Sebaliknya, jika pekerjaan dianggap

sebagai beban atau hambatan yang mengganggu proses akademik, maka *subjective well-being* mereka pun cenderung lebih rendah.

Vainio dan Daukantaitė (2016) menyebutkan bahwa individu dengan tingkat *grit* yang tinggi cenderung lebih puas dengan hidupnya dan memiliki afek positif yang lebih tinggi. *Grit* membantu mahasiswa untuk tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan akademik maupun pekerjaan, serta membantu mereka menjaga sikap positif terhadap kehidupan secara umum. Hal ini didukung oleh pendapat Ramos dan Meador (2023) yang menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki *grit* tinggi lebih mampu mengelola waktu, menyelesaikan tugas akademik, dan menjaga keseimbangan antara kehidupan kerja dan akademik, yang pada akhirnya meningkatkan *subjective well-being* mereka. Lebih lanjut, studi oleh Amadi, Du Plessis dan Solomon (2022) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu dengan tingkat *grit* yang tinggi lebih mungkin mengalami *flourishing* atau kesejahteraan optimal. Mereka mampu mengatur waktu dengan baik, mempertahankan emosi positif, dan lebih jarang mengalami *burnout* dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki *grit* lebih rendah. Dengan demikian, *grit* dapat menjadi faktor yang membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik dan pekerjaan dengan lebih efektif.

Berdasarkan hasil penelitian pada variabel *grit* ditunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki *grit* dengan kategori sedang sebanyak 102 orang (45,13%). Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa yang bekerja paruh waktu cenderung memiliki *grit* yang sedang. Mahasiswa dengan *grit* sedang memiliki strategi yang cukup baik dalam mengelola stres dan tanggung jawab mereka, juga memiliki visi jangka panjang atau keyakinan terhadap tujuan mereka. Mereka juga cenderung lebih bahagia dalam hidup mereka, mengalami lebih sedikit stres, dan lebih mampu menangani tantangan dalam kehidupan akademik dan pekerjaan.

Berdasarkan hasil penelitian variabel *subjective well-being*, ditunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki aspek kognitif *subjective well-being* kategori tinggi sebanyak 93 orang (41,15%). Dominasi kategori tinggi pada aspek kognitif *subjective well-being* menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu memiliki tingkat kepuasan hidup yang relatif baik. Dalam *subjective well-being*, aspek kognitif berkaitan dengan bagaimana seseorang menilai kehidupannya secara keseluruhan, termasuk dalam hal pencapaian, kesejahteraan, dan kesesuaian dengan harapan yang dimiliki. Pada aspek afektif *subjective well-being*, mayoritas terdapat pada kategori sedang sebanyak 72 orang (31,86%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan keseimbangan antara emosi positif dan negatif dalam keseharian mereka, namun belum mencapai tingkat kesejahteraan emosional yang optimal.

Berdasarkan data demografis, mayoritas partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa berusia 21 tahun yang sedang menempuh pendidikan pada jenjang Sarjana (S1). Usia ini tergolong dalam masa dewasa awal, yaitu periode perkembangan yang ditandai dengan pencarian identitas, pembentukan tujuan hidup, serta kemandirian emosional dan finansial (Papalia, Olds, & Feldman, 2008). Mahasiswa pada fase ini cenderung mulai menghadapi tantangan kehidupan, termasuk bekerja sambil kuliah. Kondisi ini mengharuskan mereka memiliki kondisi psikologis yang baik untuk mempertahankan motivasi dan ketekunan mereka.

Sebagian besar partisipan dalam penelitian ini merupakan perempuan, yang dalam beberapa penelitian diketahui memiliki kecenderungan untuk menunjukkan ketekunan dan kontrol diri yang tinggi dalam menghadapi tantangan (Duckworth & Quinn, 2009). Hal ini dapat memengaruhi tingginya *grit* serta pencapaian *subjective well-being*, terutama ketika individu mampu mengatasi tuntutan pekerjaan dan akademik secara bersamaan. Dari sisi motivasi kerja, mayoritas partisipan menyatakan bahwa mereka bekerja untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari. Menurut Chin, Hwa dan Eam (2020) pendapatan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi *subjective well-being*. Selain itu, Diener dkk. (1999) menyatakan kondisi ekonomi yang terbatas dapat menjadi stresor, namun jika individu memiliki *grit* tinggi, mereka mampu mengelola tekanan tersebut secara positif. Ketekunan dalam mencapai tujuan finansial dan akademik berkontribusi pada perasaan bermakna, puas, dan memiliki kontrol terhadap hidupnya. Penelitian yang dilakukan oleh Lase dan Wibowo (2024) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki tujuan yang bermakna dalam pekerjaan, mereka cenderung akan mengalami lebih banyak emosi positif dibandingkan dengan mereka yang bekerja hanya untuk kebutuhan finansial. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan afek afektif positif, seperti perasaan bahagia, termotivasi, dan bersemangat. Sebaliknya, mahasiswa yang bekerja hanya karena keterpaksaan ekonomi mungkin lebih sering mengalami kelelahan, frustrasi, dan stres, karena mereka melihat pekerjaan sebagai kewajiban yang menghambat kehidupan akademik mereka.

Dalam prosesnya, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat lebih diperhatikan bagi penelitian selanjutnya. Beberapa keterbatasan tersebut yaitu jumlah responden penelitian yang hanya berjumlah 226 orang yang masih kurang representatif menggambarkan situasi yang sesungguhnya tentang mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Indonesia, karena hanya menjangkau sebagian mahasiswa yang aktif di media sosial. Selain itu, penelitian tentang peran mediator seperti *self-efficacy* dan regulasi emosi juga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara *grit* dan *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Hal ini dapat dieksplorasi oleh peneliti selanjutnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Artinya, semakin tinggi tingkat *grit* yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula *subjective well-being* yang mereka rasakan. Namun, secara umum, rata-rata tingkat *grit* dan *subjective well-being* mahasiswa yang bekerja paruh waktu berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki ketekunan dan kepuasan hidup yang cukup, tetapi belum mencapai tingkat yang optimal. Selain itu, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *grit* memberikan sumbangan sebesar 9,8% terhadap *subjective well-being*, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Akbag, M., & Ümmet, D. (2017). Predictive role of grit and basic psychological needs satisfaction on subjective well-being for young adults. *Online Submission*, 8(26), 127-135.
- [2] Alhadabi, A., & Karpinski, A. C. (2020). Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 519-535.
- [3] Amadi, W. A., Du Plessis, M., & Solomon, S. (2022). Will working students flourish or give up? Exploring the influence of academic psychological capital, grit, and time management. *South African Journal of Higher Education*, 36(6), 192-209.
- [4] BBC News Indonesia. (2015, August 10). *Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah meningkat*. BBC. Retrieved May 16, 2024, from https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2015/08/150810_majalah_pendidikan_mahasiswa
- [5] Chin, B. M., Hwa, Y. S., & Eam, L. H. (2020). Income and subjective well-being: A case study. *Journal of Malaysian Studies*, 38(2).
- [6] Datu, J. A. D., Valdez, J. P. M., & King, R. B. (2016). Perseverance counts but consistency does not! Validating the short grit scale in a collectivist setting. *Current Psychology*, 35, 121-130. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9374-2>
- [7] Diener, E. (2009). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research Series*, 25–65. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_3
- [8] Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- [9] Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American psychologist*, 70(3), 234. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- [10] Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260.
- [11] Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- [12] Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener*, 247-266. http://doi.org/10.1007%2F978-90-481-2354-4_12
- [13] DiMenichi, B. C., & Richmond, L. L. (2015). Reflecting on past failures leads to increased perseverance and sustained attention. *Journal of Cognitive Psychology*, 27(2), 180–193. <https://doi.org/10.1080/20445911.2014.995104>
- [14] Disabato, D. J., Goodman, F. R., & Kashdan, T. B. (2019). Is grit relevant to well-being and strengths? Evidence across the globe for separating perseverance of effort and consistency of interests. *Journal of personality*, 87(2), 194-211.
- [15] Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166–174.
- [16] Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- [17] Fun, L. F., Mikarsa, H. L., & Putri, D. K. (2023). Gambaran grit pada mahasiswa di

- Indonesia. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 13(3), 240-249.
- [18] Gafur, H. (2015). *Mahasiswa & dinamika dunia kampus*. Rasibook.
- [19] Gülaçtı, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia-Social and behavioral sciences*, 2(2), 3844-3849.
- [20] Hossaini, S. S., Rahimian Boogar, I., & Najafi, M. (2017). Predicting General Well-Being Based on Resiliency Protective Factors and Demographics in Adolescents: The Mediating Role of Emotional Stability. *International Journal of School Health*, 4(2), 1-11. <https://doi.org/10.5812/intjsh.44811>
- [21] Jayani, D. H. (2021, May 3). *Sebanyak 6,98% Pelajar di Indonesia Sekolah Sambil Kerja*. Databoks. Retrieved May 16, 2024, from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/12/tingkat-pekerja-paruh-waktuhttps://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/05/03/sebanyak-698-pelajar-di-indonesia-sekolah-sambil-kerja>
- [22] Jayani, D. H. (2021, November 12). *Tingkat Pekerja Paruh Waktu Makin Meningkatkan Sejak 2016*. Databoks. Retrieved May 16, 2024, from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/12/tingkat-pekerja-paruh-waktu-makin-meningkat-sejak-2016>
- [23] Jin, B., & Kim, J. (2017). Grit, basic needs satisfaction, and subjective well-being. *Journal of Individual Differences*, 38(1), 29.
- [24] Junus, Y. M. (2022). *Peran grit terhadap subjective well-being pada perawat yang bekerja di Instalasi Gawat Darurat (IGD) rumah sakit* (Skripsi Sarjana Psikologi, Universitas Pancasila). Universitas Pancasila.
- [25] Khotimah, L. A., Anwar, L. N., & Aini, L. N. (2024, August). Gratitude and subjective well-being among working university students. In *Proceedings of the International Conference on Psychology* (pp. 661-667).
- [26] Lase, P. D. J., & Wibowo, D. H. (2024). The power of peers: Understanding the link between social support and grit among working students. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 8(1), 9-16.
- [27] Lucas, G. M., Gratch, J., Cheng, L., & Marsella, S. (2015). When the going gets tough: Grit predicts costly perseverance. *Journal of Research in Personality*, 59, 15-22.
- [28] Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209.
- [29] Maulana, S. L., & Widyastuti, W. (2023). The relationship between subjective wellbeing and grit in High School Athlete Students. *Indonesian Journal of Innovation Studies*, 21, 10-21070. <https://doi.org/10.21070/ijins.v21i.812>
- [30] Muhibbin, M. A., & Wulandari, R. S. (2021). The role of grit in Indonesian student. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 112-123.
- [31] Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development*. McGraw-Hill.
- [32] Pontin, E., Schwannauer, M., Tai, S., & Kinderman, P. (2013). A UK validation of a general measure of subjective well-being: the modified BBC subjective well-being scale (BBC-SWB). *Health and Quality of Life Outcomes*, 11, 1-9.
- [33] Rahmiyati, E., Izzah, H. Y., Bakar, A., & Nurhasanah, N. (2024). Gambaran subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*,

- 5(1), 917-926. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v5i1.895>
- [34] Ramos S. L., & Meador, A. (2023). College students' grit, autonomous learning, and well-being: Self-control as a mediator. *Psychology in the Schools*, 60(1), 53-77.
- [35] Ratna, Z. A. (2022). *Pengaruh harapan, pola pikir, pola asuh dan jenis kelamin terhadap grit mahasiswa yang bekerja* [Skripsi]. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- [36] Rosyadi, A. K., & Laksmiwati, H. (2018). Hubungan antara grit dengan subjective well-being pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017. *Character: Jurnal Psikologi*, 5(2), 1-6.
- [37] Rulangi, R., Fahera, J., & Novira, N. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi subjective well-being pada mahasiswa. In *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* (Vol. 1, No. 1, pp. 406-412).
- [38] Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychological Association*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.5>
- [39] Setiawan, B. A., & Legowo, M. (2018). Kerja paruh waktu mahasiswa universitas negeri surabaya (Studi fenomenologi pada pengemudi ojek online omahku "ojek mahasiswa ketintang unesa"). *Paradigma*, 6(1). Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/24037>
- [40] Subandy, K., & Jatmika, D. (2020). Hubungan psychological capital dengan coping stress pada mahasiswa yang bekerja. *Psibernetika*, 13(2). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v13i2.2382>
- [41] Vainio, M. M., & Daukantaitė, D. (2016). Grit and different aspects of well-being: Direct and indirect relationships via sense of coherence and authenticity. *Journal of Happiness Studies*, 17, 2119-2147.
- [42] Wahyuni, S., Eryanti, R. W., & Hudha, A. M. (2023). Subjective wellbeing mahasiswa penyandang disabilitas. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 11655-11665. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.8153>

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN