



**BEKERJA SAMBIL KULIAHDALAM PERSPEKTIF *SELF MANAGEMENT*  
(STUDI ETNOGRAFI PADA KARYAWAN ETNIS JAWA  
DI KOTA SERIBU INDUSTRI TANGERANG)**

Masduki Asbari<sup>1\*</sup>, Rudy Pramono<sup>2</sup>, Fredson Kotamena<sup>3</sup>, Juliana<sup>4</sup>, Otto Berman Sihite<sup>5</sup>, Virza Utama Alamsyah<sup>6</sup>, Donna Imelda<sup>7</sup>, Samuel Tanasjah Setiawan<sup>8</sup>, Agus Purwanto<sup>9</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup>Universitas Pelita Harapan

<sup>1</sup>STMIK Insan Pembangunan

<sup>9</sup>Universitas Bina Bangsa

Corresponding author email: \*kangmasduki.ssi@gmail.com

**Receive: 02/03/2020**

**Accepted: 05/03/2020**

**Published: 10/03/2020**

**Abstrak**

Bekerja sambil kuliah atau kuliah sambil bekerja bukanlah hal baru di kalangan mahasiswa karyawan. Beragam sebab telah menjadi alasan yang melatarbelakanginya. Tantangan bagi mahasiswa karyawan adalah membagi waktu antara kuliah dan bekerja. Salah satu kompetensi utama untuk sukses menjalankan peran sebagai karyawan sekaligus mahasiswa adalah kemampuan *self management*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perspektif *self management* di kalangan karyawan mahasiswa etnis Jawa yang bekerja di Kota Seribu Industri Tangerang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dalam situasi ilmiah di STMIK Insan Pembangunan Tangerang. Tipe penelitian yang digunakan adalah etnografi. Penelitian ini melibatkan 5 orang narasumber. Data penelitian dikumpulkan melalui observasi partisipan, analisis dokumen, wawancara mendalam, dan *focus group discussion* (FGD). Penelitian etnografis dilaksanakan dengan mengikuti tahapan dan proses penelitian kualitatif yang bersifat induktif, yang terdiri dari tahapan alur penelitian maju bertahap (*the developmental research sequence*). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karyawan yang bekerja sambil kuliah dari etnis Jawa mampu mengatasi problem akademik dan non-akademik. Karyawan etnis Jawa mampu menggunakan cara yang dianggapnya paling efektif untuk mengatur dirinya (*self management*), meliputi manajemen perasaan (*affective*), perilaku (*behavior*) dan pikiran (*cognitive*). Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa daya dorong terbesar karyawan etnis Jawa untuk terus kuliah adalah keinginan untuk memperbaiki kehidupan diri dan keluarganya, dalam filosofi Jawa adalah *dadi wong*. Rute untuk mencapainya adalah dengan melalui urutan tahapan 5E, yakni: *enjoy, easy, excellence, expert* dan *earn*.

**Kata kunci:** *Self management*, studi etnografi, mahasiswa karyawan.

**Abstract**

*Working while in college or college while working is not new among employee students. Various reasons have become the reasons behind it. The challenge for student employees is to divide time between college and work. One of the main competencies for successfully performing the role of an employee as well as a student is the ability of self management. This study aims to examine the perspective of self management among employees of ethnic Javanese students who work in Kota Seribu Industri Tangerang. This study uses a qualitative approach in scientific situations at STMIK Insan Pembangunan Tangerang. The type of research used is ethnography. This research involved 5 respondents. Research data were collected through participant observation, document analysis, in-depth interviews, and focus group discussions (FGD). Ethnographic research is carried out by following the stages and processes of qualitative research that are inductive in nature, consisting of the stages of the developmental research sequence in stages. The results of this study indicate that employees working while studying from ethnic Javanese are able to overcome academic and non-academic problems. Javanese ethnic employees are able to use the methods they deem most effective to regulate themselves (self management), including the management of feelings (affective), behavior (behavior) and mind (cognitive). The study also concluded that the greatest impetus for Javanese employees to continue their studies was the desire to improve the lives of themselves and their families, in Javanese philosophy is dadi wong. The route to achieve this is through the sequence of stages 5E, namely: enjoy, easy, excellence, expert and earn.*

**Key words:** *Self management*, studi etnografi, employee as students

## PENDAHULUAN

Dewasa ini mahasiswa bukan lagi seorang pelajar biasa yang hanya belajar. Mahasiswa sudah dinilai sebagai manusia yang mulai memasuki dunia orang dewasa, dimanatangjawab, kemandirian, kreativitas sudah dinilai mampu untuk dipikul sehingga banyak mahasiswa yang mulai sadar memanfaatkan waktu luang untuk bekerja. Mahasiswa memutuskan untuk bekerja karena terkadang memiliki tuntutan untuk memenuhi kebutuhan yang lebih besar daripada pemasukan yang diperoleh. Beberapa kasus yang terjadi adalah seperti mahasiswa yang secara ekonomi kurang mampu, mahasiswa perantau yang tidak mendapat uang saku dari orangtuanya, dan ada juga mahasiswa yang sudah tidak memiliki orangtua dan keluarga.

Di sisi lain, seorang mahasiswa memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi seperti membeli buku, makan sehari-hari, membayar uang kos /kontrakan, membayar tagihan air & listrik, membeli pulsa untuk biaya komunikasi, biaya mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Ketika kebutuhan yang banyak ini tidak diimbangi dengan pemasukan yang cukup, mau tidak mau mahasiswa terpaksa untuk mencari sumber dan secara mandiri, yakni dengan bekerja. Selain karena keterpaksaan, ada juga mahasiswa yang bekerja dengan tujuan untuk mendapatkan pengalaman.

Lalu bagaimanakah cara mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja yang baru pertama kali mereka kenal? Hal-hal apa saja yang dilakukan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pekerjaan? Bagaimana pengaruh pekerjaan terhadap perkuliahannya? Bagaimana mereka menjaga keseimbangan antara mengerjakan tugas kuliah dan tugas pekerjaan? Apa saja masalah-masalah yang muncul ketika mereka memasuki dunia pekerjaan? Adakah formula solusi dari masalah-masalah yang timbul karena peran ganda sebagai karyawan dan mahasiswa?

Berdasarkan pertanyaan-pertanyaan di atas, maka penelitian ini dilakukan guna mendalami penerapan *self management* pada aktivitas bekerja sambil kuliah oleh karyawan etnis Jawa yang tinggal di Kota Seribu Industri Tangerang.

## PEMBAHASAN

Penelitian Pertiwi (2018) membuktikan bahwa semakin tinggi *self management* yang dimiliki oleh mahasiswa maka akan diikuti penurunan stres kerja. Demikian juga sebaliknya semakin rendah *self management* yang dimiliki oleh mahasiswa maka stres kerja mahasiswa semakin tinggi. Hasil penelitian ini menemukan bukti bahwa mahasiswa yang memiliki *self management* yang baik, lebih sedikit mengalami stres. *Self management* yang rendah memberi arti bahwa mahasiswa kurang mampu mengatur diri sendiri ditunjukkan dengan kemampuan motivasi diri yang rendah, mahasiswa kurang bisa mengatur diri dan mahasiswa kurang dapat mengontrol diri serta kurang mampu mengembangkan potensi diri. Manajemen diri yang buruk mengakibatkan mahasiswa yang bekerja part time, lebih mudah mengalami stres. Selain itu, mahasiswa kurang mempunyai dorongan diri yang baik atau motivasi diri yang rendah dan mahasiswa kurang berminat melakukan pekerjaan.

Utami (2017) menyimpulkan bahwa *Self management ability* dapat membantu penderita DM berpikir positif, yakin dengan kemampuan yang dimiliki, memiliki inisiatif dan mampu mengelola berbagai sumber daya yang dimiliki partisipan. Mengenali diri sendiri dan mengelola berbagai sumber daya yang ada pada diri dapat membantu partisipan lebih dalam mengatasi permasalahan khususnya dalam penanganan penyakit DM.

Hidayat (2017) menjelaskan bahwa kemampuan mengelola diri (*self management*) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kedisiplinan belajar mahasiswa. Berdasarkan penelitian ini analisis inferensial menunjukkan bahwa kemampuan mengelola diri (*self*

management) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kreativitas berpikir mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar. Adapun implikasi dari penelitian ini, penulis menyarankan kepada pihak yang berkaitan dengan bidang pendidikan antara lain, dosen dituntut untuk memperhatikan dan memahami kondisi psikis mahasiswanya dan senantiasa membimbing dan membantu mereka dalam pembelajaran fisika agar mahasiswa dapat terlatih dalam memupuk kedisiplinan belajar mereka dan menumbuhkan kreativitas berpikirnya demi terwujudnya tujuan pendidikan nasional

Berdasarkan tiga penelitian terdahulu pada poin sebelumnya, menunjukkan bahwa sudah ada beberapa penelitian tentang self management dengan beberapa metode, subyek, dan tema yang berbeda. Begitu pula dengan penelitian ini, berbeda dengan penelitian sebelumnya dari sisi metode dan subyek penelitian.

### *Self Management*

Manajemen diri berarti menempatkan segala sesuatu secara teratur dalam hidup, dalam penggunaan waktu, pilihan, kepentingan, kegiatan, serta dalam keseimbangan fisik dan mental. Ini juga berarti mendorong diri untuk maju, mengatur semua unsur pribadi, mengendalikan potensi kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai aspek kehidupan pribadi untuk membuatnya lebih sempurna (Jazimah, 2014; Herawati, 2017). Manz (1986) mengemukakan bahwa untuk dapat mengendalikan diri sendiri secara langsung maka individu dapat menciptakan atau mengubah isyarat berupa benda, barang, hal yang ada disekitar individu tersebut untuk mempengaruhi perilakunya. Dasar yang dibuat bagi diri kita sendiri adalah informasi yang kita miliki tentang diri kita dengan mengamati perilaku sendiri dan alasan-alasan yang melatarbelakanginya. Individu akan mendapatkan informasi yang perlu untuk mengatur dirinya sendiri secara efektif. Sedangkan Suhartini (1992) mendefinisikan manajemen diri adalah

suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri. Pengelolaan diri akan lebih mudah dilakukan jika individu memiliki kematangan secara emosi, penalaran tinggi dan mampu mengelola stress yang terjadi pada dirinya. Mengelola diri (self- management) berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dalam tingkatan yang terkendali (Goleman, 1995). Kecakapan ini sangat bergantung pada kesadaran diri seseorang. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung sedangkan orang yang dapat menangani perasaan dengan baik akan mampu bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan. Inti dari kemampuan ini bukan menjauhi perasaan yang tidak menyenangkan, namun tidak membiarkan perasaan menderita berlangsung tak terkendali sehingga menghapus semua suasana hati yang membahagiakan.

Ulfa & Suarningsih (2018) menyatakan self management berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna. Self management merupakan suatu kemampuan untuk mengatur berbagai unsure didalam diri individu seperti pikiran, perasaan, dan perilaku, selain itu self management juga bermanfaat untuk merapikan diri individu seperti pikiran, perasaan, perilaku individu dan jug lingkungan sekitarnya lebih memahami apa yang menjadi prioritas, tidak membedakan dirinya dengan orang lain. Menetapkan tujuan yang ingin dicapai dengan menyusun berbagai cara atau langkah demi mencapai apa yang menjadi harapan dan belajar mengontrol diri untuk merubah pikiran dan perilaku menjadi lebih baik dan efektif (Arguedas, Daradoumis & Xhafa, 2016; Lent et al, 2017; Arewasikporn et al, 2018; Chong et al, 2018; Ireland & Lent, 2018; Welsh, Baer & Sessions, 2020; Schinckus et al, 2018).

Self management diperlukan bagi seseorang agar mampu menjadikan dirinya sebagai manusia yang berkualitas dan bermanfaat dalam menjalankan misi kehidupannya (Asbari et al, 2020). Self management membuat orang mampu mengarahkan setiap tindakannya kepada hal-hal positif. Secara sederhana self management dapat diartikan sebagai suatu upaya mengelola diri sendiri ke arah yang lebih baik sehingga dapat menjalankan misi yang diemban dalam rangka mencapai tujuan. Self management atau manajemen diri mengacu pada konsep pengaturan dan pengolahan diri. Ada beberapa pendekatan yang berupaya untuk mendefinisikan manajemen diri, di antaranya adalah pendekatan affect, behavior and cognition (ABC) yang berusaha memahami konsep ini dengan mempertimbangkan interaksi antara perasaan, perilaku, dan pikiran dalam upaya pemahamannya (Dilorio et al, 2006). Shannon et al (2019) menyatakan bahwa manajemen diri melibatkan sikap mental yang positif dan tindakan positif yang membantu seseorang dalam menjalani kehidupannya sesuai dengan keinginannya, termasuk menyadari keterbatasan diri dan menyesuaikan cara hidup agar dapat mengakomodasi keterbatasan tersebut.

Berdasarkan konsep manajemen diri yang dikemukakan oleh O'Keefe & Berger (1999) yang menggunakan pendekatan affection, behavior, and cognition (ABC) dalam upaya pemahamannya, maka unsur-unsur manajemen diri terdiri atas: Pertama, perasaan/afek (affect), yakni segala perasaan yang meliputi semua bentuk emosi dan sensasi, yang memiliki pengaruh besar terhadap motivasi individu untuk melakukan sesuatu. Kedua, perilaku (behavior), yakni segala tindakan yang dapat dilihat baik oleh diri sendiri maupun oleh orang lain, dan respon- respon yang dapat diobservasi. Perilaku membantu mengidentifikasi individu sebagai seorang manusia, karena keyakinan, kepercayaan, dan nilai-nilai yang dimiliki individu terefleksi dalam

perilakunya. Corsini (2002) mendefinisikan perilaku sebagai tindakan, reaksi, dan

interaksi yang terdapat dalam respon atas stimulus internal atau eksternal. Termasuk juga aktivitas yang dapat dilihat secara objektif apa adanya, dan aktivitas yang hanya dapat dilihat oleh individu yang bersangkutan melalui introspeksi serta proses-proses yang sifatnya bawah sadar. Ketiga, pikiran (cognition), yakni pikiran yang meliputi ide, persepsi, kepercayaan, nilai-nilai, harapan, proses pengambilan keputusan, kemampuan menyelesaikan masalah, logika berfikir yang dimiliki individu. Ashcraft, Kirk & Hopko (1998) mendefinisikan pikiran sebagai sekumpulan proses-proses mental dan aktivitas-aktivitas yang digunakan dalam mempersepsi, belajar, mengingat, berpikir dan mengerti.

Konsep Karya Menurut Etnis Jawa Fardhani (2015) menyebutkan bahwa orang Jawa meyakini, seseorang akan diperhitungkan dan dinilai keberadaannya berdasar pada apa yang dimilikinya. Menurut Koentjaraningrat (1983), karya merupakan tujuan hidup. Hasil karya akan mewujudkan kebahagiaan-kebahagiaan dalam hidup ini. Menurut konsepsi orang priayi, kebahagiaan-kebahagiaan itu misalnya adalah kedudukan, kekuasaan serta lambang – lambang lahiriah dari kemakmuran. Ukuran pandangan kesuksesan pada seorang individu dalam budaya Jawa tentu berbeda dengan ukuran budaya barat yang menekankan nilai material (kebendaan) dan hal lain yang bersifat fisik semata. Ukuran-ukuran tersebut dalam budaya etnis Jawa terangkum dalam filosofi “dadi wong”. Asal usul istilah *dadi wong* berasal dari kata *dadi* yang artinya “menjadi” dan *wong* (manusia) yaitu “manusia yang belum atau tidak mengetahui budi pekerti” (Endaswara, 2003). Istilah *dadi wong* kemudian memiliki arti yang luas seperti berhasil atau sukses seseorang dalam hidup. Pemikiran orang Jawa mengenai *dadi wong* atau menjadi orang sukses merupakan konsep yang bersifat totalitas. Konsep tersebut tidak berharga mati, tetapi lentur dan adaptatif. Pengertian itu meliputi totalitas dari norma serta nilai – nilai dasar budaya Jawa yang masih dipegang teguh oleh para pendukung budaya Jawa.

*Dadi wong* kemudian memiliki arti yang lebih luas dari sekedar sukses dalam hidup atau makmur. Konsep nilai *dadi wong* mengandung pengertian yang komprehensif karena menyangkut aspek ekonomi/ material/ fisik, moral/ agama/ etika, psikologis dan sosial-budaya yang terjalin menjadi satu, membentuk pengertian/ konsep *dadi wong* tersebut. Syarat yang tidak mampu dipenuhi secara lengkap akan mengurangi arti *dadi wong* tersebut. Dengan kata lain, konsep *dadi wong* secara umum tidak bersifat fisik/ lahiriah/ ekonomi semata, melainkan gabungan dari aspek-aspek lain yang lebih menitikberatkan aspek budaya. Dengan demikian, pengertian *dadi wong* lebih menitikberatkan atribut budaya daripada sekedar atribut ekonomi saja. *Dadi wong* selalu merujuk pemahaman yang diberikan oleh masyarakat sekitar, yaitu wilayah tempat tinggal individu lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, konsep *dadi wong* kemudian adaptatif sifatnya karena parameter yang dipakai sifatnya tidak kaku, tetapi luwes sesuai dengan lingkungan sosial masyarakat penuturnya. Pengertian *dadi wong* umumnya melekat pada pasangan suami-istri atau keluarga karena ukuran syarat sudah berkeluarga akan menjadi salah satu syarat dan acuan dari pengertian yang sifatnya totalitas.

Nilai *dadi wong* tidak harus merujuk kepada orang yang kaya harta benda, tetapi disesuaikan dengan tingkat pengetahuan/ pendidikan dan kondisi sosial-ekonomi masyarakatnya. Pada keluarga Jawa yang kepala keluarganya (ayah) berpendidikan SD sederajat nampak nilai etos kerja padanya yang penghasilannya pas-pasan, yang walaupun demikian keadaan ekonominya, tetapi ia tetap berusaha memampukan diri, bisa mandiri dan tidak menjadi beban bagi orang lain atau lingkungannya. Bahwasanya seorang yang rendah secara pendidikan pun memiliki konsep *dadi wong* dengan menggunakan persyaratan yang lebih luwes, tanpa melupakan hal-hal yang pokok seperti kemandirian, kecukupan sandang, pangan dan papan.

## Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif etnografi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dalam situasi ilmiah di STMIK Insan Pembangunan Tangerang. Tipe penelitian yang digunakan adalah etnografi. Penelitian ini melibatkan 5 orang narasumber, yakni AG, BT, CH, DK, dan ER. Data penelitian dikumpulkan melalui observasi partisipan, analisis dokumen, wawancara mendalam, dan *focus group discussion* (FGD). Penelitian etnografis dilaksanakan dengan mengikuti tahapan dan proses penelitian kualitatif yang bersifat induktif, yang terdiri dari tahapan alur penelitian maju bertahap (*the developmental research sequence*). Teknik sampling yang kami gunakan adalah *purposive sampling*, yakni pengambilan sampel yang diperlukan sesuai dengan karakteristik/ persyaratan yang sudah ditentukan.

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif STMIK Insan Pembangunan Tangerang yang kuliah sambil bekerja. Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif, usia 18-23 tahun, sudah bekerja di industri manufaktur lebih dari dua tahun, tidak sedang aktif mengikuti organisasi intra maupun ekstra kampus. Metode pengumpulan data yang kami gunakan adalah wawancara. Wawancara yang kami gunakan adalah wawancara semiterstruktur, hal ini kami lakukan agar subjek dapat memberikan jawaban yang bebas namun kami tetap dapat mengarahkan sesuai dengan tujuan wawancara.

## Analisis Data

Model analisis data yang akan kami gunakan dalam penelitian ini adalah model Miles dan Huberman. Miles & Huberman (1984) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu: data reduction, data display, dan verification.

### 1. Data reduction (reduksi data)

Data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data berarti : merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan. Reduksi data bisa dibantu dengan alat elektronik seperti: komputer, dengan memberikan kode pada aspek-aspek tertentu. Dengan reduksi, maka peneliti merangkum, mengambil data yang penting, membuat kategorisasi, berdasarkan huruf besar, huruf kecil dan angka. Data yang tidak penting dibuang.

### 2. Data display (penyajian data)

Setelah data direduksi, maka langkah berikutnya adalah mendisplaykan data. Display data dalam penelitian kualitatif bisa dilakukan dalam bentuk: uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sebagainya. Miles & Huberman (1984) menyatakan: *"the most frequent form of display data for qualitative research data in the pas has been narative text"*. Artinya: yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat naratif. Selain dalam bentuk naratif, display data dapat juga berupa grafik, matriks, network (jejaring kerja). Fenomena sosial bersifat kompleks dan dinamis sehingga apa yang ditemukan saat memasuki lapangan dan setelah berlangsung agak lama di lapangan akan mengalami perkembangan data. Bila pola-pola yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut menjadi pola yang baku yang tidak lagi berubah. Pola tersebut selanjutnya didisplaykan pada laporan akhir penelitian.

### 3. Verification/ conclusion drawing (verifikasi/ kesimpulan)

Langkah ketiga adalah verifikasi dan penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Namun bila kesimpulan memang telah didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel (dapat dipercaya). Untuk menguji validitas dan reliabilitas data pada penelitian ini digunakan teknik triangulasi data. Teknik triangulasi data adalah melakukan pengecekan dengan wawancara dalam waktu atau situasi yang berbeda. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka wawancara dilakukan berulang-ulang sehingga ditemukan data jenuh/ kepastian datanya.

## HASIL PENELITIAN

Pengelolaan self management bisa ditinjau dari pengelolaan perasaan, pikiran, dan perilaku dari manusia. Pengelolaan perasaan (affection) berupa emosi yang bisa memunculkan motivasi, pada subyek AG, BT, CH, DK, dan ER pengelolaan emosinya berupa mengolah perasaan kerepotan mengatur waktu dan tenaga untuk kuliah dan bekerja, juga mengolah bagaimana menghadapi pengaruh negatif bekerja terhadap nilai akademik, dan mengolah emosi subyek untuk tidak memikirkan lawan jenis yang bisa mengganggu rutinitasnya. Pengelolaan perasaan yang selanjutnya berupa sensasi yang bisa memunculkan motivasi, pada subyek AG sensasinya adalah dengan bekerja dia bisa mandiri secara finansial, dan bisa menikmati pekerjaan yang sedang dilakoni. Motivasi yang muncul pada subyek AG adalah untuk bisa bekerja agar bisa membiayai kuliah dan hidupnya di Tangerang dan bisa menyelesaikan pendidikan S1 dengan baik.

Selanjutnya untuk pengelolaan perilaku (behavior) berupa tindakan, reaksi, dan interaksi yang terdapat dalam respon atas stimulus internal atau eksternal. Tindakan subyek BT dalam menghadapi stimulus

berupa kematian orang tuanya sehingga sumber penghasilannya menghilang adalah tidak menggantungkan diri pada saudara-saudaranya untuk membiayai kuliah dan memutuskan untuk bekerja agar masalah finansialnya bisa terselesaikan. Reaksi subyek untuk bisa bekerja sedangkan statusnya masih menjadi mahasiswa yang harus melanjutkan perkuliahan adalah mengatur waktu agar tidak terjadi bentrok antara kuliah dan bekerja, sehingga waktu pagi digunakan untuk kuliah dan waktu siang hingga sore hari digunakan untuk bekerja, dalam bereaksi terhadap kegiatannya yang padat subyek AG berusaha menjaga stamina agar bisa kuliah dan bekerja secara rutin dengan memenuhi kebutuhan nutrisi dan menjaga pola makannya.

Dalam hal interaksi, subyek AG tidak menjelaskan hal-hal apa saja yang dilakukannya dalam beradaptasi dengan lingkungan pekerjaan, melainkan menjelaskan karakteristik kepribadiannya yang aversif, yaitu cenderung diam dan mengalah ketika berinteraksi dengan orang-orang baru, tidak banyak menuntut selama hak-hak dasarnya terpenuhi.

Pengelolaan pikiran (cognition) berupa ide, persepsi, kepercayaan, nilai-nilai, keputusan dan harapan yang dimiliki individu. Pada subyek BT, ide untuk bekerja dan kuliah muncul dari kejadian meninggalnya orang tuanya yang menjadi sumber penghasilan. Sedangkan motivasi subyek AG, CH, DK, dan ER adalah dari ajaran orang tuanya yang mengharuskan anak-anaknya bekerja keras agar mencapai kesuksesan, yakni agar dadi wong. Dari motivasi njawani inilah muncul kemauan untuk bekerja sambil kuliah. Persepsi subyek AG tentang bekerja sambil kuliah adalah subyek takut kuliahnya terbengkalai, dan hal ini mulai dirasakannya ketika nilai IP nya menurun yang menimbulkan ketidakpuasan, namun AG mengelola pikirannya untuk bisa menyeimbangkan antara kuliah dan bekerja sehingga bisa menyelesaikan pendidikan S1 nya. Subyek AG memiliki kepercayaan dan harapan bahwa dengan bekerja masalah finansialnya akan terselesaikan. Nilai-nilai yang didapat oleh subyek AG setelah menjadi mahasiswa

yang kuliah sambil bekerja adalah lebih bisa menghargai perjuangan orang tuanya ketika dulu mencari nafkah, subyek AG lebih bisa bersabar dan bersyukur atas segala yangdihadapinya, dan subyek AG lebih bijak dalam menggunakan uang hasil jerih payahnya.

Di samping itu subyek AG menilai bahwa pangkal solusi dari masalah-masalah yang muncul dari peran gandanya sebagai karyawan dan mahasiswa adalah menjadikan apa yang dijalannya

sebagai sesuatu yang menyenangkan (enjoy). Belajar dari apa yang dipaparkan oleh Royani

(2016), bahwa jika sesuatu pekerjaan yang dilakoni itu enjoy, maka niscaya menurutnya,

semuanya akan terasa mudah (easy), yakni dimulai, mudah dikerjakan dan mudah dituntaskan.

Jika suatu pekerjaan sudah terasa mudah dalam pikiran dan perasaan, maka insya Allah hasilnya

akan lebih baik, bahkan prima (excellence). Subyek AG berpandangan bahwa jika hasil-hasil kerjanya sudah dinilai excellence oleh orang lain, oleh pengguna jasanya, maka itulah pintu bagi dirinya untuk menjadi apa yang disebut seorang pakar/ ahli (expert). Alhasil, pendapatan (earn) akan dengan sendirinya diperoleh. Demikian rumusan formula simple menangani masalah- masalah yang dihadapi selama ini. Dalam rumusan singkat di sebut 5E (enjoy, easy, excellence, expert, earn).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan bahwa karyawan mahasiswa etnis Jawa bekerja sambil kuliah mampu melakukan self management dalam hal mengelola perasaan, perilaku, dan pikiran dengan caranya sendiri. Subyek penelitian menjadi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja karena memiliki masalah finansial. Subyek adalah orang yang mencintai pekerjaannya namun tidak meninggalkan kuliahnya, karena tujuan

utamanya bekerja adalah selain agar bisa membiayai perkuliahannya hingga lulus. Inti dari semuanya adalah agar jadi wong. Karyawan etnis Jawa berusaha menyeimbangkan antara kuliah dan bekerja. Terbukti mereka berusaha untuk mengatur waktu, tenaga, dan keuangannya untuk hal-hal yang berguna. Subyek penelitian berusaha untuk berpikir positif ketika mendapatkan masalah dalam pekerjaannya, ketika mendapat masalah seperti merasa jenuh mereka tidak membiarkan rasa jenuh itu membuatnya malas, melainkan mengarahkan dirinya untuk tetap bekerja dan menyelesaikan tanggung jawabnya. Dengan bekerja, subyek penelitian merasa harus mengatur pengeluarannya dengan bijak dan hal ini sudah dilakukannya. Subyek penelitian merasa bangga menjadi mahasiswa yang mandiri secara finansial yang berbeda dari kebanyakan temannya yang menggantungkan diri dari bantuan orang tua mereka. Formula simple menangan beragam masalah atas peran gandanya adalah 5E (enjoy, **easy**, **excellence**, **expert**, **earn**).

### Daftar Pustaka

- [1] Arewasikporn, A., Turner, A. P., Alschuler, K. N., Hughes, A. J., & Ehde, D. M. (2018). Cognitive and affective mechanisms of pain and fatigue in multiple sclerosis. *Health Psychology, 37*(6), 544–552. <https://doi.org/10.1037/hea0000611>
- [2] Arguedas, M., Daradoumis, T., & Xhafa, F. (2016). *Analyzing the effects of emotion management on time and self-management in computer-based learning. Computers in Human Behavior, 63*, 517–529. doi:10.1016/j.chb.2016.05.068
- [3] Asbari, M., Hyun, C.C., Wijayanti, L.M., Winanti, W., Fayzhall, M., Putra, F., and Pramono, R. (2020). Hard Skills dan Soft Skills: Apa Membangun Inovasi Guru Sekolah Islam? *Evaluasi: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 4*(1), 143-172. doi:<http://dx.doi.org/10.32478/evaluasi.v4i1.362>.
- [4] Asbari, M., Pramono, R., Kotamena, F., Liem, J., Sihite, O., Alamsyah, V., Imelda, D., Setiawan, S., and Purwanto, A. (2020). Studi Etnografi Work-Family Conflict dalam Kehidupan Guru Honorer Wanita. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan, 4*(1): 180-201. Doi: <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v4i1.347>.
- [5] Asbari, M., Pramono, R., Kotamena, F., Liem, J., Sihite, O., Alamsyah, V., Imelda, D., Setiawan, S., and Purwanto, A. (2020). Studi Fenomenologi Work-Family Conflict dalam Kehidupan Guru Honorer Wanita. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan, 4*(1): 180-201. Doi: <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v4i1.347>.
- [6] Asbari, M., Purwanto, A., Wijayanti, L.M., Hyun, C.C., Kusumaningsih, S.W., Yanthy, E., Putra, F., Winanti, Imelda, D., Pramono, R. and Bernarto, I. (2020). Pengaruh Hard Skills, Soft Skills dan Mediasi Budaya Sekolah Terhadap Kapabilitas Inovasi Guru di Jawa Barat: Studi Fenomenologi Esensi Pengalaman Peserta Didik. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran, 6*(1): <https://doi.org/10.33394/jk.v6i1.2320>.
- [7] Asbari, M., Santoso, P., and Purwanto, A. (2019). Pengaruh Iklim Organisasi dan Kepemimpinan Transformasional Terhadap Produktivitas Kerja Inovatif Pada Industri Manufaktur di Pati Jawa Tengah. *Jurnal Produktivitas Universitas Muhammadiyah Pontianak, 7*(1 2020): 62-69. Doi: [10.29406/jpr.v7i1.1797](https://doi.org/10.29406/jpr.v7i1.1797).
- [8] Asbari, M., Santoso, P., and Purwanto, A. (2019). Pengaruh Kepemimpinan dan Budaya Organisasi Terhadap Perilaku Kerja Inovatif Pada Industri 4.0. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam), 8*(1): 7-15. Doi: <https://doi.org/10.33884/jimupb.v8i1.1562>.
- [9] Asbari, M., Wijayanti, L.M, Hyun, C.C., Purwanto, A. and Santoso, P.B. (2020). Effect of Tacit and Explicit Knowledge Sharing on Teacher Innovation Capability. *Dinamika Pendidikan, 14*(2): 47-59. Doi: <https://doi.org/10.15294/dp.v14i2.22732>.
- [10] Asbari, M., Wijayanti, L.M., Hyun, C.C., Imelda, D., Yanthy, E., and Purwanto, A. (2020). Hard Skills Atau Soft Skills: Manakah Yang Lebih Penting Bagi

- Inovasi Guru. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*. 4(1): 1-20. Doi: <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v4i1.333>.
- [11] Ashcraft, M. H., Kirk, E. P., & Hopko, D. (1998). On the cognitive consequences of mathematics anxiety. In C. Donlan (Ed.), *Studies in developmental psychology. The development of mathematical skills* (p. 175–196). Psychology Press/Taylor & Francis (UK).
- [12] Chong, W. H., Liem, G. A. D., Huan, V. S., Kit, P. L., & Ang, R. P. (2018). Student perceptions of self-efficacy and teacher support for learning in fostering youth competencies: Roles of affective and cognitive engagement. *Journal of Adolescence*, 68, 1–11. doi:10.1016/j.adolescence.2018.07.002
- [13] Corsini, Raymond J. (2002). *Dictionary of Psychology*. Great Britain: Brunner-Routledge.
- [14] Dilorio, C., Shafer, P. O., Letz, R., Henry, T. R., Schomer, D. L., & Yeager, K. (2006). Behavioral, social, and affective factors associated with self-efficacy for self-management among people with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 9(1), 158–163. doi:10.1016/j.yebeh.2006.05.001
- [15] Endaswara, S. (2003). *Budi Pekerti Dalam Budaya Jawa*. Yogyakarta: Hanindita Graha Widya.
- [16] Fardhani, L.A. (2015). "Makna "Dadi Wong" sebagai Refleksi dari Sosialisasi pada Pola Pengasuhan Anak dalam Keluarga Jawa di Kelurahan Wanea Kota Manado." *Jurnal Holistik*. VIII(15): 1-13. <https://www.neliti.com/publications/964/makna-dadi-wong-sebagai-refleksi-dari-sosialisasi-pada-pola-pengasuhan-anak-dala#cite>
- [17] Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/1995-98387-000>
- [18] Herawati, T. (2017). Pengaruh Prosedur Kerja dan Manajemen Diri Terhadap Keselamatan Kerja pada Karyawan PT. Alam Jaya Pratama di Kecamatan Loa Janan Kabupaten Kukar. *Psikoborneo*. 4(3): 449 – 461. [ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/09/Jurnal%20Titia%20Herawati%20-%20ONLINE%20(09-20-16-09-38-58).pdf)
- [19] Hidayat, M.Y. (2017). Pengaruh Kemampuan Mengelola Diri (*Self Management*) Terhadap Kedisiplinan Belajar dan Kreativitas Berpikir Mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar. *AULADUNA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*. 4(1): 30-39. DOI: <https://doi.org/10.24252/auladuna.v4i1a4.2017>
- [20] Ireland, G. W., & Lent, R. W. (2018). Career exploration and decision-making learning experiences: A test of the career self-management model. *Journal of Vocational Behavior*, 106, 37–47. doi:10.1016/j.jvb.2017.11.004
- [21] Jazimah, H. (2014). Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam. *Mudarrisa, Jurnal Kajian Pendidikan Islam*. 6(2): 221-250. DOI: <https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.221-250>
- [22] Koentjaraningrat. (1983). *Manusia dan Kebudayaan di Indonesia*. Jakarta: PN. Djambatan
- [23] Lent, R. W., Ireland, G. W., Penn, L. T., Morris, T. R., & Sappington, R. (2017). Sources of self-efficacy and outcome expectations for career exploration and decision-making: A test of the social cognitive model of career self-management. *Journal of Vocational Behavior*, 99, 107–117. doi:10.1016/j.jvb.2017.01.002
- [24] Manz, C. C. (1986). Self-leadership: Toward an expanded theory of self-influence processes in organizations. *The Academy of Management Review*. 11(3): 585–600. <https://doi.org/10.2307/258312>
- [25] Miles, M.B. and Huberman, M.A. (1984). *Qualitative Data Analysis a Sourcebook of New Methods*. London: Sage Publications.
- [26] O'Keefe, E.J. and Berger, D.S. (1999). *Self-Management for College Students: The ABC Approach*. Print book. English. 2nd ed. NY: Partridge Hill Publishers.
- [27] Pertiwi, R.H.C. (2018). Self Management dengan Stres Kerja pada Mahasiswa Pekerja Sistem *Part-Time* Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik

- Negeri Semarang. *Jurnal Empati*. 7(4): 191-197. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23443>
- [28] Purwanto, A. Asbari, M., Prameswari, M., Ramdan, M. and Setiawan, S.T. (2020). Dampak Kepemimpinan, Budaya Organisasi dan Perilaku Kerja Inovatif Terhadap Kinerja Pegawai Puskesmas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 9(1): 19-27. <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i01.473>.
- [29] Purwanto, A., Asbari, M., and Santoso, P.B. (2019). Does Culture, Motivation, Competence, Leadership, Commitment Influence Quality Performance? *Jurnal Inovasi Bisnis*. 6(2): 201-205. DOI: <https://doi.org/10.35314/inovbiz.v7i2.1210>
- [30] Purwanto, A., Bernarto, I., Asbari, M., Wijayanti, L.M., and Hyun, C.C. (2020). The Impacts of Leadership and Culture on Work Performance in Service Company and Innovative Work Behavior as Mediating Effects. *Journal of Research in Business, Economics, and Education*. 2(1): 283-291. Link: <https://e-journal.stiekusumanegara.ac.id/index.php/jrbee/article/view/50>
- [31] Purwanto, A., Pramono, R., Bernarto, I., Asbari, M., Santoso, P., Saifuddin, M., Hyun, C.C., Wijayanti, L.M., Ong, F. and Kusumaningsih, W. (2020). Minat dan Hambatan Publikasi Artikel pada Jurnal Internasional Bereputasi: Studi Eksploratori pada Mahasiswa Doktor di Sebuah Perguruan Tinggi Swasta di Jakarta. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*. 4(1): 219-228. Doi: <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v4i1.348>.
- [32] Royani, A.R. (2016). *Talents Mapping*. Jakarta: Tosca
- [33] Schinckus, L., Dangoisse, F., Van den Broucke, S., & Mikolajczak, M. (2018). When knowing is not enough: Emotional distress and depression reduce the positive effects of health literacy on diabetes self-management. *Patient Education and Counseling*, 101(2), 324–330. doi:10.1016/j.pec.2017.08.006
- [34] Shannon, S., Breslin, G., Haughey, T., Sarju, N., Neill, D., Lawlor, M., & Leavey, G. (2019). Predicting Student-Athlete and Non-Athletes' Intentions to Self-Manage Mental Health: Testing an Integrated Behaviour Change Model. *Mental Health & Prevention*. doi:10.1016/j.mhp.2019.01.006
- [35] Suhartini, H. (1992). Pengaruh Metode Pengelolaan Diri Sendiri terhadap Prestasi Kerja Praktek Harian. *Jurnal Psikologi*. 1: 25-30. <http://i-lib.ugm.ac.id/jurnal/detail.php?dataId=4107>
- [36] Ufa, M. and Suarningsih, N.K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kapontori. *Jurnal Psikologi Konseling*. 12(1): 120-132. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/Konseling/article/view/12181>
- [37] Utami, N. (2017). Pengaruh Self Management Ability terhadap Psychological Well-Being Penderita DM Tipe 2. *Calytra*. 6(2): 1590 – 1602. <http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1081>
- [38] Welsh, D. T., Baer, M. D., & Sessions, H. (2020). Hot pursuit: The affective consequences of organization-set versus self-set goals for emotional exhaustion and citizenship behavior. *Journal of Applied Psychology*, 105(2), 166–185. <https://doi.org/10.1037/apl0000429>