

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di tengah pesatnya perkembangan era globalisasi dan digitalisasi, kemampuan untuk mobilitas dan beradaptasi menjadi semakin penting dalam kehidupan masyarakat. Sejak kecil, banyak dari kita dituntut untuk bersaing baik secara akademik maupun non-akademik oleh orang tua sehingga kita berusaha lebih keras dan giat. Salah satu dampak sosial yang muncul dari tekanan kompetisi ini adalah lahirnya fenomena kerja berlebihan atau yang disebut *hustle culture*. Konsep ini menggambarkan pola hidup yang menempatkan pekerjaan dan produktivitas sebagai prioritas utama, sering kali dengan mengesampingkan waktu istirahat, interaksi sosial, serta kesejahteraan psikologis demi mengejar target finansial maupun ambisi pribadi.

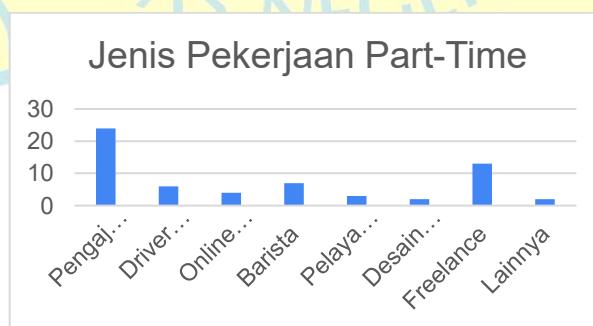
Fenomena ini tidak hanya terbatas pada kalangan profesional atau pekerja *full-time*, namun telah menyebar ke lingkungan akademik, khususnya di kalangan mahasiswa yang menggeluti pekerjaan paruh waktu atau *part-time*. Kehidupan mahasiswa di era globalisasi semakin kompleks dan penuh tantangan. Para mahasiswa pekerja paruh waktu atau *part-time* kerap merasa perlu membuktikan kemampuan mereka dalam menyeimbangkan kewajiban akademis dengan tuntutan finansial. Hubungan antara kesejahteraan mahasiswa dan *hustle culture* ini ditemukan dalam penelitian Chamberlin dan Zhang (2009) pada 279 mahasiswa, yang menemukan 102 di antaranya memiliki kecenderungan *workaholic*. Dalam studi tersebut juga ditemukan bahwa mahasiswa yang *workaholic* memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dan keluhan kesejahteraan fisik yang lebih tinggi dibandingkan *non-workaholic* (Chamberlin & Zhang, 2009).

Berbagai faktor menjadi latar belakang mahasiswa memilih untuk menjalani kuliah sambil bekerja. Alasan tersebut antara lain adanya keterbatasan biaya untuk membiayai pendidikan maupun memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari sehingga mahasiswa berupaya membantu meringankan beban keluarga. Selain itu, mahasiswa memanfaatkan waktu luang akibat jadwal perkuliahan yang tidak terlalu

padat dengan bekerja. Alasan lainnya meliputi keinginan untuk hidup mandiri dan tidak bergantung pada orang tua, memperoleh pengalaman kerja di luar aktivitas akademik, serta menyalurkan minat dan hobi tertentu. Beragam motivasi tersebut mendorong mahasiswa untuk mengambil peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja (Mardalis et al., 2024).

Pemilihan mahasiswa pekerja *part-time* Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta (FISH UNJ) sebagai subjek penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan akademik dan empiris yang relevan dengan tujuan penelitian. Pertama, mahasiswa pekerja *part-time* FISH UNJ berada pada posisi peran ganda, yaitu sebagai mahasiswa yang dituntut untuk mencapai prestasi akademik dan sebagai pekerja yang harus memenuhi tanggung jawab pekerjaan. Kondisi ini menjadikan mereka kelompok yang rentan terhadap paparan *hustle culture*, sehingga sangat relevan untuk mengkaji bagaimana budaya kerja tersebut memengaruhi prestasi akademik.

Kedua, bidang keilmuan di FISH UNJ berfokus pada kajian ilmu sosial, pendidikan, dan hukum, yang secara langsung berkaitan dengan fenomena sosial seperti *hustle culture*. Mahasiswa di fakultas ini tidak hanya menjadi objek dari fenomena tersebut, tetapi juga subjek yang mempelajarinya secara akademik, sehingga penelitian ini memiliki nilai kontekstual yang kuat dalam pengembangan ilmu sosial dan pendidikan. Terakhir, pemilihan mahasiswa pekerja *part-time* FISH UNJ juga didasarkan pada keterjangkauan data yang memungkinkan peneliti memperoleh data yang valid dan fokus sesuai dengan tujuan penelitian.



(Sumber: Hasil Pengolahan peneliti, 2025)

Gambar 1. 1 Hasil Distribusi Jenis Pekerjaan Mahasiswa Part-Time

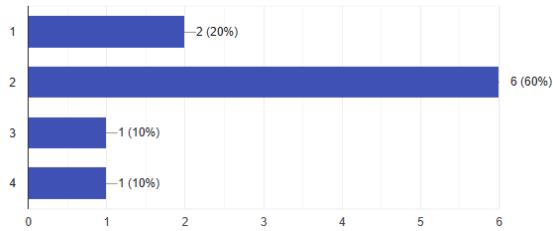
Fenomena mahasiswa pekerja *part-time* ini banyak ditemui di berbagai perguruan tinggi termasuk juga Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum (FISH) Universitas Negeri Jakarta. Berdasarkan hasil penelitian yang didapat, mahasiswa di FISH UNJ memiliki banyak jenis *part-time*, baik sebagai guru les, barista, pekerja lepas (*freelancer*), dan lain sebagainya. Kegiatan bekerja *part-time* juga dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa. Salah satu dampak negatif dari bekerja paruh waktu adalah menurunnya kinerja akademik mahasiswa. Dalam beberapa kasus, kegiatan bekerja *part-time* dapat mengganggu waktu dan konsentrasi belajar mahasiswa sehingga mengganggu prestasi akademiknya. Menurunnya prestasi akademik dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan kuliahnya tepat waktu atau bahkan mengalami kegagalan akademik.

Hustle culture merupakan fenomena sosial yang lahir dari dinamika masyarakat modern, khususnya budaya kerja, tuntutan produktivitas, dan tekanan ekonomi. Fenomena ini dipelajari dalam ilmu pengetahuan sosial karena berkaitan dengan nilai, norma, perilaku sosial, serta relasi individu dengan struktur sosial seperti dunia kerja dan institusi pendidikan. Mahasiswa pekerja *part-time* adalah subjek sosial yang menjalani peran ganda, yaitu sebagai pelajar dan sebagai pekerja. Dalam perspektif IPS, peran ganda ini memengaruhi perilaku, pola interaksi, dan proses belajar mahasiswa. Penelitian ini relevan dengan isu sosial dan budaya, dari sisi sosial *hustle culture* lahir dari perubahan struktur dan nilai masyarakat yang semakin menekankan kompetisi, produktivitas tinggi, dan pencapaian individu sebagai ukuran kesuksesan. yang menelaah bagaimana faktor sosial dan budaya memengaruhi proses dan hasil belajar. Dari sisi budaya, *hustle culture* mencerminkan budaya globalisasi dan kapitalisme modern, di mana waktu dianggap sebagai sumber daya ekonomi yang tidak boleh disia-siakan. IPS juga menekankan kepada pembangunan sumber daya manusia tidak hanya terletak dari sisi kognitif dan psikomotorik melainkan juga dari sisi afektif (Nababan et al, 2022). *Hustle culture* sebagai budaya sosial berpotensi membentuk motivasi belajar, manajemen waktu, serta keseimbangan kehidupan akademik mahasiswa, yang pada akhirnya berdampak pada prestasi akademik (Colaianne & Falcone, 2025). Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memahami dampak *hustle*

culture secara objektif, baik positif maupun negatif, terhadap keberhasilan akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi universitas dalam merumuskan kebijakan pendukung, seperti fleksibilitas perkuliahan atau program konseling untuk mencegah *burnout*. Selain itu, temuan ini akan berkontribusi pada literatur psikologi pendidikan dan manajemen waktu, khususnya terhadap mahasiswa pekerja di Indonesia.

Konsep *hustle culture*, yang merupakan bagian dari gaya hidup *workaholic*, pertama kali diperkenalkan oleh Wayne Oates pada tahun 1971 melalui bukunya berjudul "*Confessions of a Workaholic: The Facts About Work Addiction*". Dalam bukunya, Oates menjelaskan bahwa fenomena ini banyak diadopsi oleh generasi milenial yang meyakini bahwa kesuksesan hanya dapat diraih dengan bekerja tanpa henti dan mengurangi waktu istirahat. *Workaholic* adalah kecenderungan psikologis individu yang ditandai dengan dorongan internal yang bersifat kompulsif untuk terus bekerja, meskipun pekerjaan tersebut menimbulkan kelelahan fisik, stres, atau dampak negatif lainnya. *Workaholic* lebih dipahami sebagai bentuk kecanduan kerja, di mana individu merasa sulit mengontrol intensitas kerjanya dan tetap bekerja bukan karena tuntutan sosial semata, melainkan karena kebutuhan internal..

Hustle culture merupakan fenomena sosial dan kultural yang menekankan nilai bahwa individu harus selalu produktif, bekerja keras, dan memanfaatkan waktu seefisien mungkin demi mencapai kesuksesan. Dorongan dalam *hustle culture* umumnya berasal dari tekanan *eksternal*, seperti lingkungan sosial, budaya kerja, media sosial, dan tuntutan ekonomi. *Hustle culture* bersifat normatif karena membentuk standar sosial tentang keberhasilan dan sering kali dipandang sebagai sesuatu yang positif atau membanggakan (Alifasa & Rinaldi, 2025). *Hustle culture* dapat dipahami sebagai budaya yang mendorong perilaku kerja berlebihan, sedangkan *workaholic* adalah respon individu terhadap dorongan tersebut. Tidak semua individu yang berada dalam lingkungan *hustle culture* adalah *workaholic*, namun *hustle culture* dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya perilaku *workaholic*.



Gambar 1. 2 Data Pra-Penelitian

(Sumber: Pra-Penelitian Penulis, 2025)

Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan terlihat distribusi tanggapan mahasiswa pekerja *part-time* di Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum UNJ mengenai tingkat kelelahan yang mereka rasakan saat belajar maupun mengikuti perkuliahan akibat pembagian waktu antara pekerjaan dan akademik. Mayoritas responden, yaitu 60 persen atau enam orang, memilih skala likert 2 yaitu setuju bahwasanya melakukan pekerjaan *part-time* dan kuliah secara bersamaan membuat mereka merasakan kelelahan.

Tekanan dari *hustle culture* dapat mengarah pada *stress* dan kelelahan emosional. Mahasiswa yang merasa tertekan untuk meningkatkan produktivitas mereka mungkin mengabaikan aspek penting dalam hidup, seperti kesehatan fisik dan hubungan sosial. Mahasiswa merasa terjebak dalam siklus kerja yang tidak pernah berakhir dalam *hustle culture*, yang dapat menurunkan tingkat kesenangan dan kepuasan hidup mereka. Fenomena ini mendorong peneliti untuk mengkaji lebih dalam praktik *hustle culture* di kalangan mahasiswa. Obsesi terhadap produktivitas sering kali memicu mahasiswa untuk menjalankan aktivitas pekerjaan dan pembelajaran secara bersamaan, yang pada akhirnya menjadikan gaya hidup *hustle culture* sebagai suatu hal yang lumrah dalam dunia perkuliahan (Putra dkk., 2024).

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap prestasi belajar individu. Selain motivasi, gaya belajar juga turut memengaruhi pencapaian prestasi belajar seseorang, sebagaimana dikemukakan oleh Westwood. Menurut Ghufron dalam Mona & Yunita (2021), prestasi belajar adalah hasil yang dicapai oleh siswa atau mahasiswa setelah melalui proses aktivitas belajar, yang diwujudkan dalam bentuk nilai angka maupun huruf. Dalam

konteks pendidikan tinggi, prestasi belajar dikenal sebagai Indeks Prestasi (IP), sedangkan akumulasi dari IP yang diperoleh selama masa studi di perguruan tinggi disebut sebagai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Motivasi belajar pada mahasiswa dapat mengalami penurunan yang berdampak pada kurang optimalnya proses pembelajaran, sehingga berpengaruh terhadap hasil belajar. Oleh karena itu, motivasi belajar mahasiswa perlu ditingkatkan agar mampu mencapai hasil belajar yang maksimal. Rendahnya motivasi sering menjadi salah satu faktor penyebab menurunnya minat mahasiswa dalam mengikuti kegiatan perkuliahan, yang disebabkan oleh kurangnya dorongan belajar baik yang berasal dari dalam diri mahasiswa maupun dari lingkungan luar. Motivasi belajar merupakan kekuatan psikologis yang mendorong munculnya aktivitas belajar, menjaga keberlangsungan proses belajar, serta mengarahkan kegiatan belajar mahasiswa untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

Pencapaian prestasi akademik dipengaruhi oleh dua kelompok faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup berbagai aspek yang berasal dari dalam diri individu, seperti kondisi kesehatan, minat, bakat, motivasi, gaya belajar, serta tingkat kecerdasan. Sementara itu, faktor eksternal meliputi unsur-unsur yang berasal dari luar diri individu, antara lain dukungan keluarga dan lingkungan belajar (Mona & Yunita, 2021). Prestasi belajar dan motivasi belajar merupakan dua hal yang saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan, karena keseimbangan di antara keduanya berperan penting dalam menentukan pencapaian prestasi seseorang. Motivasi menjadi faktor yang krusial karena berfungsi sebagai dorongan yang menggerakkan individu untuk melakukan dan mempertahankan proses belajar (Kapitan et al., 2021).

Pengaturan waktu menjadi tantangan utama bagi mahasiswa pekerja paruh waktu dalam menciptakan keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan profesional kerja. Untuk mencapai kinerja optimal di kedua bidang tersebut, penerapan manajemen waktu yang efektif menjadi solusi penting guna meningkatkan profesionalisme baik dalam aktivitas belajar maupun bekerja (Prasetya & Siharis, 2023). Mahasiswa dengan beban kerja melebihi 20 jam per minggu menunjukkan kecenderungan mengalami hambatan dalam pemenuhan kewajiban akademik serta tingkat stres yang lebih signifikan (Febrianti et al., 2020).

Mahasiswa dengan kemampuan pengaturan waktu yang efektif menunjukkan kapasitas lebih baik dalam menetapkan skala prioritas serta mengalokasikan waktu secara optimal antara aktivitas akademik dan profesional (Puspita, 2023).

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) adalah suatu angka yang digunakan untuk menunjukkan rata-rata kumulatif pencapaian akademik mahasiswa selama menempuh studi di perguruan tinggi, mulai dari semester pertama hingga semester terakhir yang telah ditempuh (Alia dkk, 2020). IPK dihitung berdasarkan akumulasi Indeks Prestasi Semester (IPS) yang diperoleh setiap semester, di mana IPS sendiri merupakan hasil pembobotan nilai mata kuliah dengan jumlah Satuan Kredit Semester (SKS) yang diambil. Nilai IPK biasanya dinyatakan dalam skala 0,00 hingga 4,00, dengan nilai yang lebih tinggi mencerminkan prestasi akademik yang lebih baik. Dalam dunia akademik, IPK berfungsi sebagai parameter utama untuk mengevaluasi kompetensi mahasiswa. Institusi pendidikan menggunakan indikator ini untuk menentukan kelayakan kelulusan, seleksi penerimaan beasiswa, maupun kesempatan melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi. Di dunia profesional, banyak organisasi dan perusahaan yang menjadikan IPK sebagai salah satu kriteria seleksi awal dalam proses rekrutmen, karena dianggap mampu mencerminkan aspek-aspek penting seperti ketekunan, stabilitas kinerja, dan kapasitas intelektual calon karyawan (Alia dkk, 2020).

Di sisi lain, tekanan untuk mempertahankan IPK tinggi dapat menjadi beban psikologis bagi sebagian mahasiswa, terutama bagi mereka yang juga harus membagi waktu dengan pekerjaan *part-time* atau kegiatan di luar akademik. Hal ini dapat memicu stres, kelelahan, atau bahkan menurunnya motivasi belajar jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk menemukan keseimbangan antara mengejar IPK yang baik dan mengembangkan diri secara holistik melalui pengalaman non-akademik yang mendukung pertumbuhan pribadi dan profesional. Dengan demikian, IPK sebaiknya dipandang sebagai salah satu alat ukur prestasi, bukan sebagai tujuan akhir dari proses pendidikan (Citra dkk, 2018).

Penelitian ini mengungkapkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa tidak mengalami kelelahan ekstrem, fenomena ini tetap menjadi masalah penting yang perlu mendapat perhatian. Tanpa strategi pengaturan waktu dan istirahat yang

tepat, kelelahan dapat menumpuk dan menimbulkan dampak negatif jangka panjang. Temuan ini mempertegas pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *hustle culture* atau budaya kerja keras terhadap indeks prestasi akademik mahasiswa pekerja *part-time* di Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta, terutama dalam hal menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan studi akademik di kampus.

B. Identifikasi Masalah

Dari berbagai temuan yang diuraikan sebelumnya, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan pokok dalam penelitian ini, meliputi:

1. Apakah terdapat pengaruh *hustle culture* pada hasil indeks prestasi kumulatif mahasiswa pekerja *part-time* fish unj?
2. Apakah *hustle culture* berpengaruh terhadap motivasi belajar mahasiswa pekerja *part-time* fish unj?
3. Apakah *hustle culture* memengaruhi waktu belajar mahasiswa pekerja *part-time* fish unj?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini digunakan untuk mencegah pelebaran pembahasan dan untuk lebih mengerucutkan pembahasan, sehingga akan menemukan kevalidan didalamnya, yaitu: “Pengaruh *Hustle Culture* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja *Part-Time* Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2022 – 2024”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat Pengaruh *Hustle Culture* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja *Part-Time* Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2022 - 2024?”

E. Kegunaan Penelitian

1. Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat penting. Pertama, studi ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman mengenai hubungan antara fenomena *hustle culture* dan prestasi akademik di kalangan mahasiswa yang bekerja *part-time*. Kedua, hasil penelitian diharapkan dapat melengkapi kajian pustaka yang sudah ada sekaligus menjadi referensi bagi penelitian-penelitian berikutnya dengan tema serupa. Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan riset lebih lanjut mengenai berbagai aspek *hustle culture* dan prestasi akademik dari berbagai sudut pandang yang lebih mendalam.

2. Praktis

1) Bagi Peneliti

Memberikan pengetahuan dan kontribusi keilmuan yang sudah didapat selama masa perkuliahan ke dalam praktik yang nyata.

2) Bagi Masyarakat Umum

Menambah wawasan dan informasi kepada masyarakat terkhusus mahasiswa terkait pengaruh *hustle culture* terhadap prestasi akademik di kalangan mahasiswa pekerja *part-time*.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat signifikan bagi pengembangan riset selanjutnya. Temuan yang diperoleh dapat menjadi landasan teoretis dan metodologis untuk penelitian-penelitian berikutnya yang mengkaji variabel serupa atau berkaitan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan, tetapi juga membuka peluang untuk pengembangan riset-riset terkait di masa depan.