

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

*Duck Syndrome* atau Sindrom Bebek berasal dari gagasan bahwa seekor bebek dapat terlihat tenang saat meluncur di permukaan air sambil mengayuh dengan panik tepat di bawah permukaan agar tetap mengapung. Banyak orang mengidentifikasikan diri mereka dengan gambaran ini karena mereka merasa harus menjaga ketenangan sambil berjuang untuk mengimbangi orang lain.

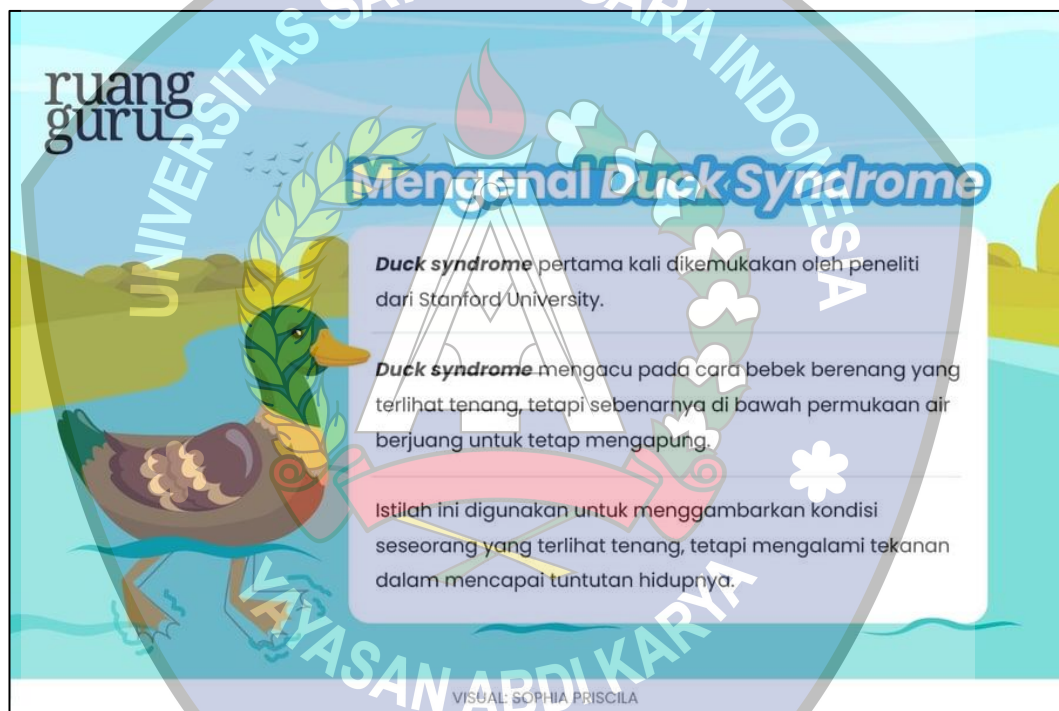
Namun, perasaan "mendayung dengan panik" sambil mempertahankan sikap eksternal yang tenang adalah pengalaman nyata, dan mungkin disebabkan oleh masalah kesehatan mental atau stres. Seringkali Mahasiswa mengalami fenomena *Duck Syndrome* akibat stres semasa berkuliah. (Ciletti, 2023)

*Duck Syndrome* atau Sindrom Bebek adalah sebuah kondisi saat seseorang sedang dihadapi banyak tekanan atau masalah tetapi tetap terlihat tampak baik-baik saja diluar kondisi biasanya, seperti kondisi ini pertama kali dikemukakan di Standford University, Amerika Serikat, untuk menggambarkan persoalan yang dihadapi Mahasiswanya. Jika dianalogikan karena bebek saat berenang seolah-olah tampak tenang, namun dibawah air kakinya berjuang keras agar tubuhnya tetap mengapung di atas air.

Jika dilihat seseorang yang mengalami *Duck Syndrome* sering dihadapkan berbagai tekanan atau masalah seperti lulus cepat, nilai bagus, hidup yang mapan,

dan memenuhi ekspektasi orang tua dan sekitarnya. Tak dapat dipungkiri, kebanyakan yang mengalami kondisi ini masih berusia muda dan para Mahasiswa.

Seperti yang kita ketahui juga, penyebab *Duck Syndrome* walau dihadapkan oleh banyak tekanan dan masalah, seseorang yang mengalami *Duck Syndrome* masih bisa beraktivitas serta berproduktif dengan baik, namun tentu saja jika tidak diatasi segera akan berdampak pada Kesehatan mental serta gangguan kecemasan dan depresi. (Kenanga, 2023)



Gambar 1.1 Mengenal Duck Syndrome  
Sumber: ruangguru\_

Hal inilah yang dianalogikan dengan kehidupan Mahasiswa pekerja ataupun organisatoris yang terlihat tenang, santai, selalu bersemangat dalam segala kegiatan, namun pada kenyataannya sedang berjuang keras untuk sukses.

Penderita *Duck Syndrome* cenderung menyembunyikan diri dari orang lain dan bersikap seolah semua baik-baik saja. Penderita *Duck Syndrome* seringkali

dihantui kecemasan tentang apakah mereka bisa mengikuti materi perkuliahan, mendapatkan nilai optimal, menyelesaikan tugas-tugas, dan menjalankan kegiatan organisasi keMahasiswaan hingga cemas apakah bisa mengikuti gaya hidup teman-temannya.

Seiring perkembangan zaman, berbagai kebutuhan semakin meningkat. Kebutuhan yang krusial bagi manusia salah satunya ialah kebutuhan akan pendidikan. Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang sangat penting karena pendidikan mempunyai tugas untuk menyiapkan SDM bagi pembangunan bangsa dan negara.

Selain itu, karena banyaknya kebutuhan yang harus dipenuhi membuat Sebagian besar Mahasiswa harus mencari cara untuk mampu mencukupi kebutuhannya untuk pendidikan dan juga untuk biaya hidupnya. Beberapa Mahasiswa mencari jalan keluar dengan cara bekerja. Selain bekerja untuk mendapatkan ilmu pengetahuan, wawasan dan pengalaman, sebagian Mahasiswa juga mengikuti organisasi keMahasiswaan yang ada di kampus, berorganisasi akan memberikan ruang kepada Mahasiswa untuk dapat berkreasi dan beraktivitas secara lebih luas dan juga banyak berinteraksi dengan orang dari latar belakang yang berbeda-beda.

Disisi lain adanya konflik peran antara kuliah dan bekerja dapat menjadi sumber stres, absensi dan produktivitas. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu yang digunakan untuk kuliah dengan pekerjaan, kedisiplinan, baik itu dalam urusan perkuliahan maupun dalam

pekerjaan, dan memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena mereka harus membagi peran antara menjadi seorang Mahasiswa dan karyawan.

Menjalani kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah. Pilihan untuk kuliah sambil bekerja tentunya memiliki manfaat dan risiko tersendiri bagi kelangsungan pendidikan Mahasiswa dan di sisi lain bekerja juga menimbulkan efek negatif bagi Mahasiswa (Lenaghan & Sengupta, 2007).

Adapun manfaat yang bisa di peroleh pada Mahasiswa yang sedang bekerja ialah untuk pengembangan keterampilan, pemahaman yang luas tentang dunia bisnis, dan peningkatan kepercayaan diri. Dengan bekerja, Mahasiswa mampu berpikir lebih kreatif, dan memiliki jiwa profesional. Dengan demikian manfaat dari Mahasiswa yang bekerja salah satunya adalah diharapkan Mahasiswa mampu mengaplikasikan diri dalam kehidupan nyata sebagai hasil belajar yang didapat di bangku perkuliahan.

Semua bekal tersebut tentu sangat berguna perkembangan studi, baik pada saat ini maupun di masa depan. Sedangkan manfaat lainnya juga dapat membantu orang tua dalam membiayai kuliah, memperoleh pengalaman kerja serta kemandirian ekonomis, ketrampilan akan menciptakan Mahasiswa menjadi mandiri, namun banyak hal yang harus dikorbankan Mahasiswa yang bekerja part-time seperti berkurangnya waktu belajar, sosialisasi dengan teman, dan waktu istirahatnya, sehingga dampak negatif yang ditimbulkan akhirnya akan dapat memengaruhi aktivitas belajar Mahasiswa dan prestasi akademik Mahasiswa itu sendiri (Curtis & Shani, 2002).

Fenomena *Duck Syndrome* pada Mahasiswa pekerja adalah bahwa Mahasiswa yang bekerja paruh waktu atau penuh waktu selama kuliah seringkali mengalami tekanan yang besar untuk menunjukkan bahwa mereka mampu menjalani kedua peran dengan sukses. Mereka ingin terlihat seperti "bebek" yang tenang dan berjalan dengan lancar di permukaan air, tetapi di baliknya mereka bekerja keras dan berjuang untuk menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan mereka.

Mahasiswa yang bekerja seringkali memiliki beban kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan Mahasiswa yang tidak bekerja. Mereka harus menghabiskan waktu dan energi tambahan untuk menjalankan tanggung jawab pekerjaan mereka, yang dapat mengganggu waktu dan konsentrasi yang seharusnya mereka habiskan untuk kuliah.

Mahasiswa pekerja seringkali menghadapi tekanan sosial dan ekspektasi yang tinggi. Mereka mungkin merasa perlu membuktikan bahwa mereka mampu sukses di kedua peran, baik sebagai Mahasiswa yang berprestasi maupun sebagai pekerja yang handal. Mereka mungkin merasa terbebani oleh harapan dari keluarga, teman-teman, atau masyarakat untuk mencapai kesuksesan di semua bidang.

Fenomena *Duck Syndrome* pada Mahasiswa pekerja dapat muncul karena mereka cenderung menyembunyikan stres atau kesulitan yang mereka alami. Mereka mungkin merasa malu atau takut dianggap lemah jika mereka mengungkapkan bahwa mereka sedang berjuang. Sebagai hasilnya, mereka terus menunjukkan citra yang tenang dan terkendali di permukaan, sementara sebenarnya mereka mengalami tekanan dan kecemasan yang besar di dalam.

Pada penelitian ini berupaya untuk mengkaji dari bagaimana konsep diri Mahasiswa pekerja menghadapi fenomena *Duck Syndrome* adalah bahwa Mahasiswa yang bekerja paruh waktu atau penuh waktu selama kuliah dan bekerja seringkali mengalami tekanan yang besar untuk menunjukkan bahwa mereka mampu menjalani kedua peran dengan sukses.

Mereka ingin terlihat seperti "bebek" yang tenang dan berjalan dengan lancar di permukaan air, tetapi di baliknya mereka bekerja keras dan berjuang untuk menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan mereka dan penelitian ini didasarkan pada beberapa asumsi seperti pada Mahasiswa yang bekerja seringkali memiliki beban kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan Mahasiswa yang tidak bekerja. Mereka harus menghabiskan waktu dan energi tambahan untuk menjalankan tanggung jawab pekerjaan mereka, yang dapat mengganggu waktu dan konsentrasi yang seharusnya mereka habiskan untuk kuliah.

Maka penelitian ini mengambil judul “Fenomena *Duck Syndrome* Pada Mahasiswa Pekerja di Jakarta Selatan Dari Perspektif Konsep Diri Carl Rogers”

## 1.2 Pertanyaan Peneliti

Berdasarkan latar belakang penelitian yang dikemukakan, maka pertanyaan peneliti adalah: Bagaimana Konsep Diri Mahasiswa menghadapi fenomena *Duck Syndrome* di dunia kerja dan kuliah?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui Konsep Diri Mahasiswa Pekerja pada fenomena *Duck Syndrome*.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan kegunaannya, penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan rujukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang Konsep Diri Mahasiswa Pekerja pada fenomena *Duck Syndrome* serta diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis dipelajari dibangku perkuliahan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1.4.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi peneliti guna menjelaskan bagaimana fenomena *Duck Syndrome* pada Mahasiswa pekerja di Jakarta dari perspektif konsep diri Carl Rogers.

#### 1.4.2.2 Bagi Pihak Lain

Diharapkan bermanfaat bagi para pembaca lainnya untuk menambah wawasan dan pengetahuan mereka mengenai *Duck Syndrome* dan konsep diri. Kemudian penelitian ini juga mampu membantu peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai fenomena *Duck Syndrome* pada Mahasiswa pekerja di Jakarta dari perspektif konsep diri Carl Rogers.