

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dari setiap kenyataan yang diinginkan, seorang individu perlu mengalami suatu proses berpikir, merasa, dan bergerak guna menghasilkan suatu perilaku, pengetahuan, teknologi, serta apapun karya dan karsa, hal tersebut diartian dengan belajar (Dangnga & Muis, 2015). Secara umum berlandaskan pada penjelasan Imron (dalam Hayati, 2017) upaya yang bertujuan untuk memahami sejumlah pengetahuan disebut dengan belajar. Sumber ilmu bisa diperoleh dari bermacam sumber seperti guru, bacaan buku, serta media sosial.

Menurut Budimansyah (dalam Hayati, 2017) pembelajaran merupakan perubahan pada kemampuan, sikap, serta perilaku seseorang yang sifatnya cenderung tetap sebagai buah dari pengalaman juga pelatihan. Hasil dari pembelajaran dapat diketahui dari beberapa cara, salah satunya yaitu test yang berupa kuis atau tanya jawab. Hasil pembelajaran setiap orang tentunya akan berlainan. Hal tersebut bisa diakibatkan oleh beberapa aspek, salah satunya yaitu kualitas tidur, kualitas kehidupan, dan tidak lepas juga dari motivasi belajar.

Terlepas dari faktor di atas, ada beberapa tingkat pendidikan contohnya pada jenjang perkuliahan dimana pelajarnya tidak jarang merangkap sebagai pekerja. Umumnya seorang pekerja memiliki jam kerja yang sudah diatur oleh perusahaan tempatnya bekerja. Tak jarang ada perusahaan yang memiliki jam kerja sistem shift yaitu *shift 1* (pagi), *shift 2* (siang), dan *shift 3* (malam). Selain itu, tak jarang perusahaan akan membutuhkan karyawannya untuk kerja lembur, biasanya untuk menutupi kekurangan karyawan atau laju produksi sedang meningkat.

Salah satu faktor yang mungkin mempengaruhi siklus hidup seorang karyawan salah satunya yaitu jam kerja, hal itu juga dapat mempengaruhi siklus tidur. Dimana tidur bagi fisik manusia merupakan sebuah kebutuhan, juga merupakan hal yang sangat diperluan bagi kesehatan. Ketika raga kita mengalami tidur, kapasitas tanggap fisik pasti akan melemah karena sebagian besar organ mengalami istirahat. Jika mahasiswa yang bekerja tidak memiliki manajemen

waktu yang baik dan waktu tidur tidak diperhatikan dengan benar. Maka akan berakibat siklus tidur seorang itu akan mengalami ketidakteraturan.

Jika seseorang mengalami ketidakteraturan pada siklus tidur, maka kemungkinan kualitas tidurnya pun akan menurun dan cenderung buruk dan secara tidak sadar akan mempengaruhi kualitas hidupnya. Andaikan keadaan itu terjadi maka individu tersebut akan cenderung lebih mudah untuk mengalami masalah kesehatan mental. Beberapa efek samping mungkin akan menyerang seperti kurangnya fokus, mudah lelah, serta rentan terkena penyakit. Hal ini akan menyebabkan tingkat prestasi belajarnya akan menurun, sehingga hasil capaian prestasi belajarnya tidak maksimal.

Berikut merupakan data tingkat kriteria nilai IPK mahasiswa Teknik Industri angkatan 2018.

Tabel 1.1 Data Kriteria Nilai IPK Mahasiswa Teknik Industri Angkatan 2018

STATUS MAHASISWA	RATA-RATA NILAI IPK	KRITERIA
Bekerja	3.01 - 3.50	Cukup
Tidak Bekerja	3.51 - 3.80	Tinggi

Sumber : Penulis, 2022

Berlandaskan hasil observasi terdahulu dengan cara melihat tingkat kriteria nilai IPK dari setiap mahasiswa teknik industri angkatan 2018. Terlihat bahwa rata-rata nilai IPK pada mahasiswa yang bekerja berkisar pada range 3.01-3.50 dengan kriteria cukup. Sementara rata-rata nilai IPK pada mahasiswa yang tidak bekerja berkisar pada range 3.51-3.80 dengan kriteria tinggi. Maka bisa disimpulkan bahwasanya ada perbedaan tingkat pencapaian prestasi belajar pada mahasiswa bekerja dan tidak bekerja. Sehingga perlu adanya observasi secara lanjut perihal faktor yang dapat mempengaruhi capaian prestasi belajar mahasiswa.

Adapun penelitian terdahulu terkait penelitian ini yang diambil pada jurnal internasional salah satunya yaitu, riset yang pernah dilancarkan oleh (Hosen. *et al.*, 2021) menyimpulkan sesungguhnya media sosial dan motivasi seseorang merupakan aspek inti yang bisa difungsikan untuk memajukan prestasi belajar. Selain itu, observasi yang dilaksanakan oleh (Safi'i. *et al.*, 2021) menyimpulkan sebenarnya kemampuan seseorang untuk memecahkan hal yang sulit terhadap prestasi belajarnya adalah salah satu aspek yang penting dampaknya. Berbeda halnya dengan riset ilmiah yang dilancarkan oleh (Abdelrahman, 2020) menyimpulkan adanya ikatan yang sangat nyata antara prestasi belajar dengan motivasi belajar. Menurut observasi (Wang & Biro, 2021) menyimpulkan bahwa mahasiswa sangat rentan terhadap berbagai faktor kualitas tidur, hal ini disebabkan oleh kurang teraturnya pola tidur, stress, dan kebiasaan makan. Penelitian lainnya yang dilaksanakan oleh (Canhin. *et al.*, 2021) menyimpulkan bahwa nyatanya kualitas tidur yang tidak baik memiliki keteraitan yang negatif terhadap aktifitas fisik, terutama pada remaja dan dewasa yang tidak memiliki berat badan yang berlebih. Sedangkan riset lainnya yang dilancarkan oleh (Bruno. *et al.*, 2022) menyimpulkan jika setiap jiwa ada dibawah tekanan stress kemungkinan memiliki kualitas tidur yang buruk dan akan semakin parah jika ditambah dengan kualitas hidup yang tidak sehat.

Berikut merupakan data mahasiswa aktif Teknik Industri angkatan 2018 dengan sktatus bekerja dan tidak bekerja.

Tabel 1.2 Data Mahasiswa Aktif Teknik Industri Angkatan 2018

STATUS MAHASISWA	JUMLAH MAHASISWA	PERSENTASE
Bekerja	119 Orang	66.85 %
Tidak Bekerja	59 Orang	33.15 %
JUMLAH	178 Orang	100 %

Sumber : Tata Usaha FTIK Universitas Buana Perjuangan Karawang, 2022

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Teknik Industri angkatan 2018 mahasiswa yang berstatus sebagai pekerja lebih banyak dengan persentase sebesar 66.85% dibandingkan dengan mahasiswa yang berstatus bukan sebagai pekerja dengan persentase sebesar 33.15%. Dengan begitu sebagian besar faktor prestasi belajar mahasiswa akan dipengaruhi oleh manajemen waktu, dimana akan berdampak juga pada kualitas tidur, kualitas hidup. Hasil survey terdahulu yang dilakukan penulis dengan cara mengamati beberapa mahasiswa teknik industri angkatan 2018, dimana rata-rata mengeluhkan kurangnya waktu tidur serta merasa kualitas tidur pada fisiknya berada di bawah standar, dengan begitu secara tidak sadar membuat performa belajar menurun, seperti tingkat kefokusannya berkurang juga sering merasakan kantuk saat waktu pembelajaran.

Kurangnya motivasi belajar pun menjadi faktor berkurangnya performa belajar. Hal ini ditunjukkan dengan seringnya menunda pembuatan tugas sampai batas waktu pengumpulan yang ditentukan dan lebih memprioritaskan kegiatan yang bisa dikesampingkan. Oleh karena hasil survey dan pembahasan permasalahan yang telah di jelaskan sebelumnya, peneliti mengharapkan adanya riset lebih lanjut tentang pengaruh kualitas tidur, kualitas hidup, dan motivasi belajar terhadap prestasi mahasiswa teknik industri angkatan 2018 yang sebagian besarnya berstatus sebagai pekerja. Harapannya penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi sistem pembelajaran tanpa mengesampingkan kebutuhan tubuh mahasiswa. Selain itu guna mengantisipasi kualitas tidur yang kurang baik, mengoptimalkan kualitas hidup, dan meningkatkan motivasi belajar, sehingga performa pada prestasi belajar mahasiswa akan semakin memuaskan.

1.2 Rumusan Masalah

Berlandaskan persoalan yang sudah dipaparkan pada sub bab sebelumnya, maka permasalahannya dapat dirumuskan antara lain :

1. Apa saja variabel yang dapat mempengaruhi prestasi belajar serta seberapa besar pengaruhnya pada mahasiswa teknik industri angkatan 2018 dengan status bekerja ?
2. Apa saja variabel yang dapat mempengaruhi prestasi belajar serta seberapa besar pengaruhnya pada mahasiswa teknik industri angkatan 2018 dengan status tidak bekerja ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berlandaskan rumusan masalah yang sudah dipaparan di atas, maka tujuan penelitian pada penelitian, antara lain :

1. Mengetahui variabel yang mempengaruhi prestasi belajar serta besar pengaruhnya pada mahasiswa teknik industri angkatan 2018 dengan status bekerja.
2. Mengetahui variabel yang mempengaruhi prestasi belajar serta besar pengaruhnya pada mahasiswa teknik industri angkatan 2018 dengan status tidak bekerja.

1.4 Manfaat

Mengenai manfaat yang ingin didapatkan pada hasil penelitian yaitu antara lain:

1. Manfaat untuk penulis yaitu diharapkan bersama dilakukannya observasi tentang hal ini, ilmu yang sudah diperoleh pada bangku perkuliahan dapat diimplementasikan juga sebagai perluasan keilmuan serta pengembangan keilmuan terutama terkait penelitian yang digeluti.
2. Manfaat bagi responden yaitu diharapkan dapat memberikan informasi terkait hubungan kualitas tidur, kualitas hidup, dan motivasi belajar berkenaan dengan prestasi belajar terutama terhadap responden yaitu mahasiswa teknik industri yang menyandang status sebagai pekerja.
3. Harapan kedepannya semoga hasil tulisan ini dapat digunakan sebagai referensi lebih lanjut untuk penelitian terkait meningkatkan prestasi belajar, serta bisa didalami kembali aspek lainnya yang mungkin dapat berdampak terhadap prestasi belajar.

1.5 Batasan Masalah

Batasan masalah pada riset ini lebih bermaksud pada memusatkan permasalahan yang ada pada penelitian serta membantu keterbatasan peneliti pada aspek pendalaman riset ilmiah. Oleh sebabnya, penulis hendak melakukan batasan masalah sebagai berikut :

1. Variabel eksogen (variabel bebas) yang difokuskan pada riset ilmiah ini diantaranya kualitas tidur, kualitas hidup, dan motivasi belajar.
2. Variabel endogen (variabel terikat) yang difokuskan pada riset ilmiah ini adalah prestasi belajar.

