

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi salah satu faktor penting dalam kehidupan bangsa, karena pendidikan dapat mendorong dan menentukan maju mundurnya proses pembangunan bangsa dalam segala bidang (Efendi, 2005). Maju mundurnya suatu negara dapat dilihat dari kualitas pendidikannya, sebab pendidikan merupakan proses mencetak generasi penerus bangsa yang berkualitas. Menurut Atmanti (2005) pendidikan yang semakin tinggi sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan, meningkatkan pemahaman konsep dan kepemimpinan serta perangsang untuk menciptakan pembaharuan-pembaharuan dalam kehidupan bermasyarakat.

Menurut Nugroho (2013) pendidikan pada hakikatnya adalah suatu interaksi antara pendidik dan anak didik. Pendidikan dalam tahap perguruan tinggi menjadi salah satu sarana pengembangan intelektual dan personal khususnya dalam kemampuan verbal dan kuantitatif, berpikir kritis dan penalaran moral (Bacan & Nuriyah, 2010). Dalam upaya untuk menghadapi dunia kerja yang semakin ketat, level strata satu diharapkan lebih mampu menguasai suatu bidang tertentu dibandingkan dengan jenjang pendidikan yang lebih rendah (Soemanto, 2006).

Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, dalam Wulan dan Abdullah,

2014). Mahasiswa yang sudah memasuki tahap akhir perkuliahan pada umumnya berusia sekitar 20-25 tahun, yang mana itu merupakan masa dewasa awal (Hernawati, 2006). Pada tahap ini, mahasiswa dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan seperti, mencari pasangan, eksplorasi karir, dan pekerjaan. Papalia & Feldman (2012) memaparkan bahwa individu pada tahap perkembangan dewasa awal menjadikan karir atau pekerjaan menjadi tujuan utama yang harus dicapai. Menurut Arianti & Rosalina, (2016) mengemukakan bahwa meningkatkan kualitas mahasiswa, khususnya yang sudah menempuh semester akhir, dipercaya merupakan alternative untuk menumbuhkan semangat para calon sarjana untuk memasuki dunia kerja. Persoalan yang dihadapi perguruan tinggi adalah bagaimana cara meningkatkan *skill* pada mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir yang akan menjadi calon sarjana sehingga ke depannya mereka tidak merasak hawatir dan cemas ketika dihadapkan dengan dunia kerja yang ada (Nitisemito, 2002).

Universitas Mercu Buana Yogyakarta (UMBY) adalah salah satu universitas swasta di Indonesia yang terletak di Yogyakarta. Menurut Kemenristedikti, (2019) universitas negeri di Indonesia berjumlah 81 dan universitas swasta berjumlah 519. Banyaknya universitas dan lulusan sarjana yang meningkat setiap tahunnya membuat persaingan dalam mencari pekerjaan begitu ketat, diperparah dengan tidak seimbangannya lowongan pekerjaan yang ada. Bagi mahasiswa yang sudah mempersiapkan kemampuan akademik maupun

skill akan mampu bersaing untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan, namun untuk sebagian mahasiswa yang belum siap untuk bersaing akan merasa cemas karena merasa tidak mampu untuk bersaing.

Dari data yang sudah didapat oleh peneliti, mahasiswa berpendapat bahwa masih mengalami kebingungan dan kecemasan karena menurut subjek dengan melihat begitu banyaknya lulusan sarjana membuat subjek merasa tidak mampu bersaing dengan lulusan universitas lain. Lebih lanjut mahasiswa di UMBY masih mempunyai kekurangan pada pengalaman praktik di lapangan sehingga mahasiswa mengalami kecemasan ketika menghadapi dunia kerja. Sejalan dengan itu hasil penelitian (Tiarga, 2017; Rachmady&Aprilia, 2018; Arianti & Roslianti, 2013) menyatakan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sering kali dialami oleh mahasiswa akhir seperti kecemasan menghadapi persaingan dalam mencari pekerjaan dan ketakutan tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keinginan.

Berdasarkan beban pada mahasiswa semester akhir, agar menjadi sumber daya manusia yang berkualitas maka harus memiliki kemampuan yang baik untuk menghadapi dunia kerja. Kurikulum kualifikasi nasional Indonesia (KKNI) menjelaskan bahwa kompetensi yang harus dimiliki oleh seseorang dalam menghadapi dunia kerja yang berkualitas, melalui pembelajaran yang komprehensif dan utuh yang dapat dihasilkan melalui proses pendidikan baik formal, informal, maupun pengalaman mandiri (Kemenristekdikti, 2016).

Santrock (2011) mengungkapkan bahwa pada masa dewasa awal, seseorang akan menjalani tahap perkembangan berupa eksplorasi karir yang akan diambil, dan ingin menjadi individu yang lebih baik dalam dunia kerja. Akan tetapi, lapangan kerja yang semakin menyempit yang tidak berbanding lurus dengan jumlah kelulusan fresh graduate setiap tahunnya pada akhirnya dapat menempatkan para pencari kerja pada posisi yang kurang menguntungkan (Adhyaksa & Rusgiyono, 2010). Adhyaksa & Rusgiyono (2010) juga menyatakan bahwa akibat banyaknya pengangguran terdidik yang sampai pada titik cemas dan khawatir tidak mendapatkan pekerjaan, dan hal ini diperparah lagi dengan kondisi ekonomi yang tidak menentu.

Menurut Nevid, dkk (2005) Kecemasan adalah munculnya perasaan khawatir yang tidak menyenangkan, gelisah, dan munculnya pikiran-pikiran negatif tentang apa yang akan dihadapi. Dunia kerja sendiri menurut Nitisemito (2002) adalah segala sesuatu yang ada disekitar lingkungan tenaga kerja yang dapat mempengaruhi dirinya dalam menjalankan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah munculnya perasaan khawatir yang tidak menyenangkan, gelisah, dan munculnya pikiran-pikiran negatif tentang apa yang akan terjadi ketika menghadapi dunia kerja. Bila individu percaya bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan dalam hidupnya, maka individu tersebut akan merasa semakin cemas bila menghadapi suatu tantangan, seperti tantangan dalam menghadapi dunia

kerja yang akan dihadapi oleh mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi (Bandura, dalam Nevid, dkk. 2005).

Nevid, dkk (2005) membagi kecemasan dalam tiga aspek, yaitu: 1) Aspek kognitif yang ditandai dengan adanya ciri kognitif seperti sulit untuk berkonsentrasi, berpikir tidak dapat mengendalikan masalah, ketakutan tidak bisa menyelesaikan masalah, adanya rasa khawatir, ketakutan akan terjadi sesuatu dimasa depan, timbul perasaan terganggu, atau adanya keyakinan yang muncul tanpa alasan yang jelas bahwa akan segera terjadi hal yang mengerikan. 2) Aspek fisik, seseorang yang mengalami kecemasan dapat tercermin dari kondisi fisiknya, seperti tangan bergetar, muncul banyak keringat, kesulitan berbicara, suara bergetar, timbul keinginan buang air kecil, jantung berdebar lebih keras, kesulitan bernafas, merasa lemas, atau pusing. 3) Aspek perilaku, individu yang mengalami kecemasan cenderung seperti mengindar, melekat dan dependen, dan terlihat seperti terguncang.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat tingkat pengangguran terbuka (TPT) Februari 2017 hingga Februari 2018, lulusan universitas naik sebesar 1,13 persen dibandingkan Februari 2017. Dari 5,18 persen menjadi 6,31 persen. Sedangkandari data yang dicatat Dinas Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Disnakertrans) provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta di tahun 2017, tercatat ada sekitar 14.633 dari total 64.019 pengangguran adalah sarjana lulusan universitas di seluruh DIY. Berdasarkan data diatas, para sarjana kini berada dalam posisi

yang tidak menguntungkan, angka pengangguran bergelar sarjana yang terus meningkat ini dapat saja menimbulkan kecemasan pada mahasiswa yang sekarang sedang memasuki masa akhir perkuliahan. Dikarenakan setelah lulus kuliah, mereka masih harus bersaing dengan lulusan sarjana terdahulu yang masih belum mendapat pekerjaan. Menurut Adhiyaksa & Rusgiyono (2010) meningkatnya jumlah pencari kerja ini juga membuat perusahaan-perusahaan berkomitmen untuk semakin ketat dalam menyaring tenaga kerja dan pada akhirnya hanya bersedia merekrut tenaga-tenaga kerja yang handal dan profesional.

Peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada 20 mahasiswa akhir angkatan 2015-2016, fakultas psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada 29 Maret sampai 30 Maret 2019 mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Nevid, dkk (2005). Hal itu terlihat pada aspek kognitif, 14 dari 20 responden mengatakan bahwa dirinya merasa takut jika nantinya akan kalah bersaing dengan lulusan lain, yang disebabkan karena memandang dirinya tidak mampu bersaing atau mempunyai konsep diri yang rendah. Lebih lanjut mereka membayangkan bahwa dunia kerja merupakan dunia yang berat dan serius, dimana beban-beban kerja yang diberikan akan banyak menyita waktu. Kemudian pada aspek fisik, 14 dari 20 responden mengaku bahwa mereka merasa pusing ketika memikirkan persaingan dunia kerja. Berikutnya pada aspek perilaku, 14 dari 20 responden mengatakan bahwa mereka selalu menghindar jika

sudah membicarakan tentang dunia kerja. Dari hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa 14 dari 20 mahasiswa menunjukkan indikasi mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hal ini ditandai dengan ketidak yakinan akan kemampuan yang dimiliki tersebut adalah salah satu cirri seseorang yang memiliki konsep diri yang rendah sehingga cenderung mudah menyerah.

Perkembangan zaman ke arah yang lebih modern telah membuat beberapa perubahan pada berbagai sektor kehidupan. Salah satunya pada bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Ketika lulus kuliah, seorang mahasiswa idealnya akan lebih siap untuk menghadapi berbagai tantangan dimasa depan, terutama dalam menghadapi dunia kerja, itu dikarenakan selama proses level strata satu, mahasiswa sudah dibekali pengetahuan dan keterampilan yang lebih banyak dibandingkan individu dengan jenjang pendidikan yang lebih rendah (Ariati & Rosliani, 2016). Menurut Sari dan Dewi (2013) menyatakan bahwa dengan bekal yang sudah dimiliki oleh mahasiswa dalam proses perkuliahan sudah cukup untuk menjadi bekal ketika menghadapi dunia kerja. Dalam hal ini, mahasiswa diharapkan siap ketika menghadapi dunia kerja dan tidak mengalami kecemasan dikarenakan menghadapi persaingan yang ada karena mahasiswa merupakan calon tenaga kerja yang berkualitas dan berkompetensi.

Mendapatkan pekerjaan setelah menyelesaikan kuliah merupakan tujuan bagi para mahasiswa, terutama bagi mahasiswa yang sudah memasuki tahap akhir perkuliahan. Seorang calon sarjana berharap proses pendidikan yang sudah

dijalani selama ini mampu memudahkan mereka untuk mendapatkan pekerjaan. Namun pada kenyataannya, angka pengangguran strata satu pada tahun 2018 justru menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2018). Kurangnya persiapan pada diri individu dalam menghadapi dunia kerja, ditambah kondisi sekolah yang tidak dapat mengajarkan keseluruhan proses kerja, dapat saja menjadi penyebab timbulnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sendiri dapat menjadi sumber frustrasi yang berkepanjangan dan menjadi penyebab gangguan kepribadian yang lebih berat (Samiun, 2006).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, menurut Nevid, dkk (2005) yaitu: 1) Faktor kognitif, adanya bayangan berlebihan tentang ketakutan, keyakinan-keyakinan yang dapat merusak konsep diri atau keyakinan yang tidak rasional, berlebihan dalam menanggapi sebuah ancaman, sensitif terhadap kecemasan, dan konsep diri rendah, yaitu perasaan tidak yakin pada kemampuan sendiri. 2) Faktor sosial lingkungan, adanya persepsi terkait peristiwa-peristiwa yang mengancam atau traumatis dari hasil mengamati respon dan takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial. 3) Faktor biologis, memiliki kerentanan genetik, ketidakberaturan dalam menilai fungsi kepribadian diri sendiri, dan adanya abnormalitas dalam jalur otak menghambat tingkah laku. 4) Faktor perilaku, mengambil jarak

dari objek atau situasi-situasi yang ditakuti, dirasa dapat mengancam, dan stimulus-stimulus yang bersifat fobik.

Berdasarkan dari beberapa faktor kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, peneliti memilih faktor kognitif, yang mana didalamnya ada konsep diri sebagai faktor penyebab timbulnya kecemasan dalam diri individu dalam menghadapi dunia kerja (Agustini, 2009). Selain kondisi dunia kerja yang ada, tinggi rendahnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mahasiswa salah satunya juga dapat dipengaruhi oleh konsep diri. Hal ini dikarenakan konsep diri terbentuk dari berbagai pengalaman individu dalam berhubungan dengan orang lain, sehingga individu akan mampu menilai dan memandang dirinya sendiri (Pudjijogyanti, 1993). Selain itu, penelitian yang dilakukan Sari dan Dewi (2013) menemukan bahwa salah satu faktor internal yang mempengaruhi kecemasan adalah konsep diri, hasil penelitiannya menunjukkan subjek memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dikarenakan pada umumnya subjek memiliki konsep diri yang positif dan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Anitasari (2012) menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki konsep diri yang tinggi dan memiliki kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang tergolong sedang. Hal tersebut dikarenakan dalam proses pendidikan mahasiswa sudah dibekali banyak ilmu pengetahuan dan informasi dengan maksud lulusannya dapat bersaing dalam dunia kerja,

sehingga mahasiswa semester akhir memiliki konsep diri yang positif. Penelitian diatas, menguatkan hasil wawancara awal, terdapat 14 responden mengatakan bahwa dirinya merasa takut jika nantinya akan kalah bersaing dengan lulusan lain, yang disebabkan karna memandang dirinya tidak mampu bersaing atau mempunyai konsep diri yang rendah, maka dari itu peneliti memilih konsep diri sebagai fokus variabel bebas dalam penelitian ini.

Menurut Burn (dalam Gufron & Risnawati, 2014) konsep diri merupakan cara seseorang melihat dirinya sendiri dan pada saat yang sama ia mempunyai gambaran tentang diri orang lain. Lebih lanjut menurut Tarak anita & Widiarti (2002) konsep diri bersifat fenomenologis, yang berarti terdapat prinsip dasar bahwa manusia beraksi terhadap dunia fenomenalnya sesuai dengan persepsinya tentang dunia itu. Aspek yang memegang peranan penting dalam dunia fenomenal seseorang adalah dirinya sendiri, yaitu diri sebagaimana diamati, dipersepsikan dan dialami oleh orang tersebut.

Berzonsky (2001) mengemukakan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi: a. Aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya. b. Aspek sosial (*social self*) meliputi bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya. c. Aspek moral (*moral self*) meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang member arti dan arah bagi kehidupan individu. d. Aspek psikis

(*psychological self*) meliputi pikiran, perasaan, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri. Mahasiswa yang merupakan individu dewasa awal akan dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan seperti, mencari pasangan, eksplorasi karir, dan pekerjaan. Eksplorasi karir sendiri merupakan salah satu tugas perkembangan mahasiswa yang memiliki banyak sekali tantangan. Jika mahasiswa tidak mempersiapkan diri untuk menghadapi tugas tersebut, maka akibatnya dapat menimbulkan kecemasan (Samiun, 2006).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam dunia kerja, menurut Nevid, dkk (2005) adalah faktor kognitif, yang mana didalamnya ada konsep diri. Hal ini didukung oleh Myers (dalam Riani & Rozali, 2014) yang mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah konsep diri, individu yang merasa cemas cenderung tidak yakin pada kemampuannya dalam menghadapi dunia kerja, dan mudah mengalami tekanan ketika dihadapkan pada berbagai tantangan dalam menghadapi dunia kerja. Sebaliknya, individu yang tidak cemas cenderung memiliki konsep diri yang tinggi dan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak mengalami tekanan dalam menghadapi dunia kerja. Bandura (dalam Nevid, dkk. 2005) juga mengemukakan, bahwa individu yang merasa cemas cenderung percaya bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan dalam hidupnya, seperti tantangan dalam menghadapi dunia kerja yang akan dihadapi oleh mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi.

Hal ini dikuatkan oleh Nevid, dkk (2005), perlunya konsep diri dalam diri mahasiswa adalah untuk mengubah rasa kecemasan menjadi kepercayaan diri yang baik sehingga bisa mengubah kecemasan tersebut menjadi suatu rasa percaya diri untuk menghadapi kesulitan yang ada. Seorang individu yang memiliki rasa percaya diri diduga akan lebih mudah untuk menghadapi dunia kerja yang ada karena memiliki rasa percaya diri, mental yang baik dan keberanian untuk menghadapi tantangan dalam dunia kerja, sehingga konsep diri dalam diri individu memiliki hubungan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja Burn (dalam Gufron & Risnawati, 2014).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara konsep diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Mercu Buana Yogyakarta ?

B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu psikologi secara umum, dan khususnya untuk psikologi industri dan organisasi, terkait kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan tambahan informasi baru mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Penelitian ini diharapkan dapat membantu subjek untuk mengetahui tingkat kecemasan yang ada pada dirinya dan penelitian ini juga diharapkan dapat membantu subjek untuk meningkatkan konsepdirinya.

2. Bagi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa agar dapat bersaing dalam mendapatkan pekerjaan yang diinginkan.