

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Masa akhir perkuliahan merupakan fase transisi kritis dalam perkembangan dewasa awal (*emerging adulthood*) yang ditandai dengan pergeseran peran signifikan dari dunia akademik menuju dunia kerja profesional (Arnett, 2014). Pada rentang usia 18 hingga 25 tahun ini, individu dihadapkan pada tuntutan kemandirian finansial, eksplorasi identitas, serta penetapan arah karier masa depan secara mandiri (Santrock, 2019). Sejalan dengan itu, Super (2008) menjelaskan bahwa individu pada tahap *exploration*, khususnya fase *crystallization* dan *specification*, mulai mengeksplorasi berbagai alternatif karier serta menetapkan pilihan yang sesuai dengan minat, dan kemampuan yang dimilikinya. Pengambilan keputusan karier bukan sekadar tindakan semata, melainkan suatu proses kognitif dan emosional komprehensif yang melibatkan evaluasi diri, pemahaman dunia kerja, serta komitmen terhadap pilihan yang diambil (Savickas, 2005). Keberhasilan melewati masa transisi pada fase ini memegang peranan penting terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis.

Pengambilan keputusan karier yang efektif menuntut mahasiswa untuk memiliki kejelasan arah, kemampuan pemrosesan informasi yang rasional, serta kepastian dalam menentukan pilihan (Gati & Levin, 2014). Secara teoretis, proses pengambilan keputusan karier yang ideal menurut psikologi karier ditandai oleh

empat indikator utama. Indikator pertama adalah kesiapan psikologis (*readiness*), yaitu tingginya kesadaran akan pentingnya proses pemilihan karier, kemandirian dalam berpikir, serta kebebasan dari kecemasan berlebih. Indikator kedua adalah pemrosesan informasi yang efektif (*information processing*), yang mencerminkan kemampuan mengumpulkan dan mengolah informasi mengenai potensi diri maupun realitas dunia kerja secara terstruktur dan objektif. Indikator ketiga adalah penyelarasan diri dan pekerjaan (*self-occupational fit*), yakni kemampuan mencocokkan profil minat, nilai hidup, dan kompetensi pribadi dengan kualifikasi serta prospek industri. Indikator keempat adalah komitmen pilihan (*career commitment*), yang ditandai dengan kemampuan menetapkan pilihan karier secara konkrit, yakin, dan konsisten tanpa bayang-bayang keraguan yang berkepanjangan (Gati Krausz, dan Osipow, 1996).

Di sisi lain, perubahan dunia kerja global yang bergerak sangat cepat akibat maraknya otomatisasi, disrupsi teknologi, dan kondisi ekonomi yang tidak pasti membuat proses menentukan pilihan karier bagi lulusan perguruan tinggi menjadi semakin rumit (Whiston., 2017). Menghadapi tantangan pasar kerja tersebut, semakin banyak mahasiswa tingkat akhir yang memilih untuk mencari pengalaman kerja selagi masih aktif berkuliah, baik melalui program magang (*internship*), kerja paruh waktu (*part-time*), pekerja lepas (*freelance*), maupun kerja penuh waktu (*full-time*). Fenomena ini kian diperkuat oleh hadirnya kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) di Indonesia serta tingginya dorongan mahasiswa untuk mandiri secara finansial sebelum resmi menyandang gelar sarjana (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2020). Pengalaman

kerja yang diperoleh selama studi ini secara teoretis memberikan berbagai nilai tambah, seperti pengayaan keterampilan teknis dan interpersonal (*hard skills* dan *soft skills*), perluasan jaringan profesional, serta pemahaman langsung mengenai dinamika dan iklim organisasi (Jackson & Collings, 2018).

Meski demikian, menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja (*student-worker*) membawa konsekuensi berupa tuntutan hidup yang tidak sederhana. Menjalankan dua tanggung jawab besar secara bersamaan sangat rentan memicu timbulnya konflik peran (*role conflict*) serta beban kerja yang berlebihan (*role overload*) (Greenhaus & Beutell, 1985). Dalam kondisi ini, mahasiswa dituntut untuk pandai mengelola fokus, waktu, dan energi antara menyelesaikan tugas akhir di kampus dengan menuntaskan kewajiban profesional di tempat kerja. Perbedaan antara ekspektasi dunia kerja dan standar kelulusan akademis ini tak jarang memicu stres yang tinggi, kecemasan, hingga kelelahan emosional (*burnout*) pada diri mahasiswa (Creed, 2015).

Banyak orang menganggap bahwa memiliki pengalaman kerja sejak dini akan otomatis mempermudah seseorang dalam menentukan arah kariernya. Namun, kenyataan di lapangan memperlihatkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang sudah memiliki pengalaman kerja tetap berpotensi menghadapi kesulitan pengambilan keputusan karier (*career decision-making difficulties*). Gati, dkk (1996) mengartikan kesulitan pengambilan keputusan karier sebagai beragam rintangan psikologis maupun kognitif yang mengganggu individu ketika merencanakan, menentukan, hingga merealisasikan pilihan kariernya. Menurut Gati, dkk (1996)

aspek kesulitan pengambilan keputusan karier ada 3 , yaitu kurangnya kesiapan (*lack of readiness*), kurangnya informasi (*lack of information*), dan hadirnya informasi yang saling bertentangan (*inconsistent information*).

Pada kelompok mahasiswa yang memiliki pengalaman kerja, kesulitan dalam mengambil keputusan karier justru kerap kali dipicu oleh fenomena kelimpahan pilihan serta ketidaksesuaian karier. Pengalaman kerja yang didapat sering kali tidak searah dengan latar belakang pendidikan formal, sehingga memicu krisis identitas profesional dan kebingungan menentukan arah masa depan (Saka & Gati, 2007). Di samping itu, paparan langsung terhadap kerasnya realitas dunia kerja dapat mengikis idealisme mahasiswa, memunculkan ketakutan akan kegagalan, serta memunculkan dilema mendalam: apakah mereka harus terus melanjutkan karier di tempat kerja saat ini atau memulai kembali dari awal sesuai dengan disiplin ilmu yang dituntut di kampus (Jiang, Newman, Le, Presbitero & Zheng, 2019).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengalaman kerja tidak selalu mempermudah mahasiswa dalam menentukan arah karier. Creed (2015) menemukan bahwa bekerja selama masa perkuliahan dapat memunculkan konflik antara tuntutan akademik dan pekerjaan, sehingga berdampak pada ketidakpastian karier. Sejalan dengan itu, Braziler (2017) menunjukkan bahwa pengalaman kerja yang tidak didukung oleh kemampuan koping yang memadai dapat meningkatkan keraguan dalam menentukan pilihan karier. Selain itu, Jiang dkk, (2019) menjelaskan bahwa paparan terhadap dunia kerja tidak serta-merta mengurangi

hambatan dalam proses pengambilan keputusan karier, karena mahasiswa masih dapat mengalami berbagai kendala internal yang memengaruhi penentuan pilihan kariernya.

Untuk memperoleh gambaran nyata mengenai fenomena tersebut, peneliti melakukan wawancara awal pada tanggal 22–23 April 2026 terhadap 10 mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pengalaman kerja. Wawancara dilaksanakan secara tatap muka di kos subjek maupun secara daring melalui *WhatsApp*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa hanya 2 mahasiswa yang menyatakan pengalaman kerja yang dimiliki membantu mereka dalam mempertimbangkan dan menentukan pilihan karier setelah menyelesaikan studi. Sebaliknya, 8 mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka masih mengalami berbagai hambatan dalam proses pengambilan keputusan karier meskipun telah memiliki pengalaman kerja.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa masih mengalami berbagai hambatan dalam proses pengambilan keputusan karier yang tercermin pada tiga aspek utama. Pada aspek kurangnya kesiapan (*lack of readiness*), sebanyak 8 mahasiswa mengaku masih merasa ragu untuk menetapkan keputusan karier meskipun telah memiliki pengalaman kerja. Keraguan tersebut muncul karena mereka belum merasa yakin terhadap pilihan karier yang akan diambil setelah lulus. Sebagian subjek menyatakan masih menunda pengambilan keputusan karena khawatir memilih pekerjaan yang tidak sesuai dengan kemampuan, minat, maupun prospek karier jangka panjang.

Pada aspek kurangnya informasi (*lack of information*), sebanyak 8 dari 10 mahasiswa tingkat akhir berpengalaman kerja mengungkapkan bahwa mereka belum memiliki informasi yang memadai mengenai alternatif karier yang sesuai dengan latar belakang pendidikan dan kompetensi yang dimiliki. Meskipun telah memiliki pengalaman kerja, mereka masih mengalami kebingungan dalam memahami peluang kerja yang relevan dengan bidang studinya. ‘Keterbatasan informasi tersebut menyebabkan mahasiswa merasa kurang yakin dalam menentukan pilihan karier yang akan diambil.

Pada aspek informasi yang tidak konsisten (*inconsistent information*), mayoritas subjek mengalami konflik ketika harus mempertimbangkan berbagai informasi dan tuntutan yang saling bertentangan. Konflik tersebut tampak dari adanya perbedaan antara keinginan pribadi dengan harapan keluarga, pertimbangan untuk tetap melanjutkan pekerjaan yang telah dijalani atau mencari pekerjaan yang lebih sesuai dengan bidang studinya. Subjek juga mengungkapkan kekhawatiran mengenai biaya hidup dan kemungkinan membebani orang tua apabila memutuskan melanjutkan pendidikan profesi. Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa pengalaman kerja tidak serta-merta menghilangkan hambatan dalam proses pengambilan keputusan karier, melainkan menghadirkan pertimbangan baru yang harus diproses sebelum keputusan dapat ditetapkan.

Kesulitan pengambilan keputusan karier dipengaruhi oleh dua kelompok faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Iffah, 2012). Faktor internal mencakup karakteristik yang berasal dari dalam diri individu, seperti efikasi diri,

inteligensi, bakat, dan minat. Sementara itu, faktor eksternal berkaitan dengan pengaruh lingkungan, salah satunya adalah dukungan sosial yang diterima dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sekitar (Marliyah dkk., 2004). Di antara berbagai faktor eksternal tersebut, dukungan sosial dipandang sebagai salah satu sumber daya psikososial yang berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi kompleksitas kesulitan pengambilan keputusan karier.

Dalam penelitian ini, dukungan sosial mengacu pada teori Zimet (1988) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai persepsi individu mengenai tersedianya bantuan, perhatian, dan kepedulian yang diberikan oleh orang-orang yang dianggap penting dalam kehidupannya. Pandangan ini sejalan dengan Sarafino dan Smith (2011) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan persepsi individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, diperhatikan, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial yang siap memberikan bantuan ketika dibutuhkan. Sementara itu, House (1981) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk, seperti dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penghargaan (*appraisal support*).

Zimet (1988) mengelompokkan dukungan sosial ke dalam tiga aspek utama, yaitu dukungan keluarga (*family*), dukungan teman (*friends*), dan dukungan dari orang terdekat (*significant other*). Dukungan keluarga diwujudkan melalui perhatian, kasih sayang, serta bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga. Dukungan teman tercermin melalui kebersamaan, empati, pertukaran informasi,

dan bantuan dalam menghadapi berbagai permasalahan. Adapun *significant other* mengacu pada individu yang memiliki makna khusus dalam kehidupan seseorang, seperti pasangan, dosen, atasan kerja, maupun mentor

Dukungan sosial berfungsi sebagai faktor pelindung sekaligus penyangga stres yang dapat mengurangi dampak negatif dari berbagai tuntutan yang dihadapi individu (Cohen & Wills, 1985). Dukungan yang diberikan, baik dalam bentuk emosional, informasional, maupun instrumental, diyakini dapat meningkatkan keyakinan diri, memperluas akses terhadap informasi karier, serta membantu mahasiswa menghadapi berbagai pertimbangan dalam menentukan pilihan karier.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang positif dalam proses pengambilan keputusan karier. Jian dan Li (2025) menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan pengambilan keputusan karier. Mahasiswa yang memperoleh dukungan yang kuat, cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menentukan arah karier setelah menyelesaikan pendidikan. Meskipun penelitian mengenai kesulitan pengambilan keputusan karier pada mahasiswa telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus melibatkan mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pengalaman kerja di Indonesia masih terbatas. Sebagian besar penelitian berfokus pada mahasiswa secara umum tanpa mempertimbangkan pengalaman kerja. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian hubungan antara dukungan sosial dengan kesulitan pengambilan keputusan karier pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pengalaman kerja.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesulitan pengambilan keputusan karier pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pengalaman kerja?"

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesulitan Pengambilan Keputusan Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang memiliki pengalaman kerja

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis bagi berbagai pihak. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan terkait dengan hubungan antara dukungan sosial dengan Kesulitan pengambilan keputusan karier pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Memiliki Pengalaman Kerja. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian teoritis dalam bidang psikologi khususnya terkait dengan seberapa besar hubungan antara dukungan sosial dengan kesulitan pengambilan keputusan karier pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang memiliki pengalaman kerja.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan layanan bimbingan karier dan *Career Center* di perguruan tinggi dalam mendukung mahasiswa mempersiapkan keputusan karier setelah lulus. Serta diharapkan dapat membantu mahasiswa tingkat akhir untuk lebih memahami pentingnya dukungan sosial dalam kesulitan pengambilan keputusan karier, sehingga mampu menentukan pilihan karier yang tepat dan realistis.