

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedewasaan salah satunya ditandai dengan kemandirian, akan tetapi dalam mencapainya dibutuhkan proses yang panjang karena sebelum dapat dikatakan dewasa terjadi transisi antara masa remaja ke dewasa. Dimana pada titik ini terdapat beberapa individu dalam jumlah yang besar masih mengeksplorasi jalur karir yang seperti apa akan mereka tekuni, dan juga masih tidak memiliki banyangan akan berprofesi apa, serta gaya hidup seperti apa yang diinginkan (Santrock, 2012).

William Damon (Santrock, 2012) mewawancarai individu yang berusia 12 sampai 22 tahun yang mendapatkan hasil hanya sekitar 20 persen individu yang mempunyai visi jelas terhadap kehidupan seperti apa yang mereka ingin capai. Persentase dengan jumlah besar berada pada tingkat 60 persen yang punya tujuan melakukan diskusi dengan konselor karir, akan tetapi diantara kelompok individu ini masih tidak memiliki kesungguhan atau komitmen yang nyata dan rencana yang jelas untuk mencapai tujuan hidupnya. Kemudian tersisa 20 persen individu yang menyatakan tidak memiliki alasan untuk apa dan mengapa mereka harus punya tujuan.

Asosiasi Kesehatan Universitas Amerika (Santrock, 2012) mengungkap terdapat 90.000 mahasiswa di 177 kampus mengatakan adalah hal yang wajar terjadi dikalangan mahasiswa jika mahasiswa merasa tidak adanya harapan, merasa kewalahan dengan apa yang harus mereka lakukan, dan mengalami kelelahan mental seperti sedih bahkan depresi. Status mahasiswa umumnya berkisar pada usia sekitar 18 sampai 25 tahun. Usia tersebut merupakan usia dimana individu berada pada masa dewasa awal. Pada fase inilah seseorang mulai harus menyiapkan diri memasuki dunia kerja terutama mahasiswa yang telah menginjak semester akhir perkuliahannya. Fase ini juga menimbulkan banyak kecemasan yang bermula dari

kebingungan dalam mengaktualisasikan potensi dalam diri dan berbagai ancaman lainnya (Nugroho & Karyono, 2014).

William Damon (Santrock, 2012) mengatakan kebanyakan guru dan orang tua lebih banyak berkomunikasi mengenai pentingnya giat dalam belajar dan mendapatkan nilai yang sempurna, akan tetapi tidak mendiskusikan lebih lanjut tujuan dari belajar dengan giat dan mendapatkan nilai bagus tersebut akan berarahkan kemana. Hal tersebut membuat mahasiswa hanya terfokus dengan tujuan jangka pendek serta tidak menggali gambaran yang lebih luas bahkan panjang mengenai apa yang ingin dilakukan dalam hidup yang berjangka panjang.

Kebanyakan kampus tidak dapat mengajarkan secara keseluruhan bagaimana proses yang akan ditempuh dalam dunia kerja juga dapat menyebabkan lulusan perguruan tinggi tidak mudah bahkan sulit mendapatkan pekerjaan yang dicita-citakan atau sesuai yang diinginkan (Nugroho & Karyono, 2014). Tekanan dari orang tua dan lembaga (universitas) juga yang secara terus menerus untuk menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu serta latar belakang perbandingan sosial dari kelompok sebaya dan dampak penggunaan media sosial menyebabkan semakin tinggi tingkat kecemasan karir. Kecemasan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan rasa tegang tidak menyenangkan yang merangsang fisiologis dan rasa khawatir akan sesuatu hal yang tidak diinginkan atau berbahaya terjadi (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Mahasiswa mengalami kecemasan dipicu oleh pandangan tentang iklim ekonomi dan pekerjaan saat ini yang tidak dapat diprediksi, berubah-ubah dan tidak pasti (Pisarik, Rowell, & Thompson, 2017). Bahkan saat ini para sarjana lulusan universitas banyak yang kembali ke orang tua sambil berusaha untuk mencapai keamanan ekonomi.

Mengenai pekerjaan mungkin saja setiap tahunnya memiliki banyak lowongan, namun sedikit lowongan ditahun berikutnya kemungkinan bisa terjadi dikarenakan perubahan kondisi ekonomi (Santrock, 2012). Badan Pusat Statistik (BPS – Statistics Indonesia) merilis data tingkat pengangguran terbuka (TPT) pada bulan agustus tahun 2020 berjumlah sebesar 7,07 persen dalam hal ini terjadi peningkatan 1,84 persen dibandingkan pada bulan agustus tahun 2019 (“[Revisi per 23/11/2020] agustus 2020: Tingkat pengangguran terbuka (tpt) sebesar 7,07

persen,” 2020). Berdasarkan pada data Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) ini juga jumlah pengangguran dari lulusan universitas mencapai 5,67 persen yang diambil dari 13 juta orang angkatan kerja (Rahayu, 2019).

Secara umum kecemasan yang dialami mahasiswa berkaitan dengan pengembangan karir yang berfokus pada pengambilan keputusan karir dan keraguan atas karir. Cohen (Pisarik et al., 2017) mengatakan individu menyadari bahwa pada akhirnya dirinya harus bertanggung jawab untuk mewujudkan kehidupan yang otentik dan bermakna melalui pekerjaan dan karir, hal ini yang mengakibatkan timbulnya perasaan cemas yang berkepanjangan. Barlow (Craske et al., 2011) mengatakan kecemasan adalah suasana hati yang tidak terkendali terkait dengan persiapan kemungkinan kejadian negatif yang akan terjadi. Freud (Syafitri, 2015) mengatakan kecemasan ialah perasaan yang tidak menyenangkan diiringi sensasi fisik yang memperingatkan individu akan adanya bahaya yang datang. Blustein & Phillips (Flourencia & Indianti, 2018) mengatakan kecemasan karir dapat mempengaruhi proses eksplorasi karir dan juga menghambat perilaku dalam menentukan keputusan karir.

Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dan Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi angkatan 2017 yang sedang menjalani penyusunan skripsi di Universitas Islam Sultan Agung sebelum melakukan penelitian lebih lanjut. Berikut ini ungkapan pendapat mereka mengenai hal yang dialami mereka sekarang yang berkaitan dengan karir masa depan mereka.

“...Rasa khawatir pasti ada kayak takut jika rencana yang aku susun untuk masa depan misalnya setelah lulus kuliah tidak sesuai yang aku rencanakan, pesimis sih enggak tapi aku merasa kemampuanku masih kurang untuk masa depan, aku cenderung melakukan penundaan seperti gak ngerjain skripsi dalam waktu yang cukup lama sekitar semingguan karna sulit ngumpul mood. Aku terkadang merasa gemetar dan menangis karena ngerasa hampa capek apa lagi sih yang harus dikejar, aku gak terlalu merasa ragu tapi aku butuh istirahat butuh ketenangan atai liburan sedikit kalo dipersentasiin masih kecil banyak kurangnya kemampuanku untuk masa depan, aku kira aku sendiri na ngerasain ini ternyata gak, banyakloh temen aku tuh bilang dah mau lulus gak mau jadi guru kebanyakan kitatuh gak yakin sama

jiwa kita sendiri, kayak masa jadi guru atau masa jadi guru doang seakan-akan gak cocok pokoknya” (NA/ 02 Desember 2020)

“...Saya pernah merasa tidak sanggup dalam menghadapi permasalahan yang saya hadapi, saya merasa cemas jika apa yang sudah saya harapkan nampak pada kenyataannya tidak sesuai, pernah sekali merasa pesimis, takut, tidak mendapat dukungan dari orang lain tapi saya tidak merasa ini acaman. Saya merasa kemampuan saya masih kurang untuk masa depan dan sesekali bingung untuk menentukan masa depan yang seperti apa, saya sering merasa lelah, pusing dan mudah marah. Saya cenderung menghindari dan menunda tugas saya” (AMA/ 16 Desember 2020)

“...Saya dulu bercita-cita menjadi polwan saya sudah usaha tapi gagal tentunya hal itu menjadi pengalaman yang cukup pait bagi saya, dulu saya sulit menentukan jurusan apa alhasil saya ikut-ikutan teman saja masuk kejurusan ini, ternyata pilihan saya berimbas sekarang mbak. Sekarang saya sangat cemas dan benar-benar bingung kedepannya mau gimana saya tidak suka dengan karir yang sejalan dengan jurusan saya jadi kalau lulus saya coba cari lowongan pekerjaan lain. Saya sering merasa kelelahan, pusing dan mudah marah mbak apa lagi banyak tugas dan sekarang harus mikirin skripsi. Belum lagi kepikiran kesian sama orang tua kalau saya lulus lama dan saya benar-benar ragu dan takut dalam menentukan masa depan. Saya itu takut kalau nanti dapet kerjanya lama terus gak sesuai yang saya inginkan lagi. Saya benar-benar gak minat mbak jadi guru, saya merasa gak ada alasan untuk menjadi guru, pokoknya sekarang bisa mbak kerja apa aja gak mesti sejalan takut mbak dinas jauh kuliah aja ga boleh jauh” (IWY/ 06 Januari 2020)

“...Awal-awal saya sering dapat nilai yang gak memuaskan saat ujian, dari situ kepikiran hawanya yakin gak yakin gitu terus sama yang dijalani. Tentunya cemas pasti cemas mbak, kepikiran takut gak sesuai harapan masa depan seperti apa. Saya sangat takut karena bekal saya menghadapi masa depan masih kurang banget, kadang bikin jadi mudah capek sama pusing. Bingung soal karir yah jangankan soal karir soal skripsi aja saya sempat kehilangan arah jadi mandek dan baru saya sentuh lagi awal tahun ini jadi molorkan tuh” (CK/ 10 Januari 2020)

Berdasarkan ungkapan wawancara dengan empat mahasiswa Fakultas FKIP dan FBK angkatan 2017 di UNISSULA, peneliti memperoleh informasi bahwa kebanyakan dari mahasiswa yang mengalami cemas mengenai karir karena pernah mengalami kegagalan pada awal masuk dunia perkuliahan, dan jurusan yang

mereka jalani sekarang bukanlah jurusan yang utama mereka pilih sehingga pada saat dijalani hingga akhir mereka mengalami kebingungan akan karir seperti apa yang mereka inginkan. Mereka tidak memiliki minat untuk menjadi guru sesuai dengan jurusan yang mereka tekuni karena beranggapan bahwa menjadi guru juga tidak semudah yang dibayangkan seperti ketakutan akan penempatan yang jauh dari keluarga, stigma negatif mengenai bahwa menjadi guru pada saat ini adalah profesi yang kurang menarik, perasaan tidak cocok untuk menghadapi siswa dan keinginan mencoba hal baru karena mendapatkan pengalaman dibidang lain.

Contoh kasus dilapangan yang ditemui yaitu kuantitas tenaga pendidik atau guru di Indonesia saat ini masih rendah. Kesetaraan jumlah guru di Indonesia dan belum adanya pemerataan guru keseluruh daerah di Indonesia masih menjadi suatu permasalahan dalam dunia pendidikan. Pada daerah terpencil hanya ada beberapa guru yang mengajar, sedangkan ada banyak mata pelajaran wajib dalam pendidikan di Indonesia. Bahkan pada daerah terpencil satu guru dapat merangkap menjadi pengampu dalam mata pelajaran lain. Hal ini tentunya sangat menunjukkan betapa minat menjadi guru masih tidak sebanding dengan jumlah tenaga pendidik atau guru. Ada banyak faktor yang menyebabkan rendahnya minat dalam berprofesi menjadi guru diantaranya dari kesejahteraan yang kurang berupa gaji yang tergolong rendah, fasilitas dan sarana prasarana mengajar didesa berupa akses jalan yang jauh dan bangunan sekolah yang dapat membahayakan sewaktu-waktu, serta anak muda yang mengedepankan gengsi mereka dalam berprofesi menjadi guru (Mansir, 2020). Tidak hanya itu saja yang mempengaruhi kurangnya minat mahasiswa dalam menjadi guru, adapun permasalahan baru mengenai kurikulum 2013 dimana mata pelajaran bahasa inggris tidak termasuk pada kurikulum 2013 dan bahasa inggris dihapus dalam pembelajaran SD. Tentunya hal ini membuat banyak guru dan calon pendidik dibidang tersebut menjadi bertanya-tanya dan kebingungan untuk memilih pindah mengajar di SMP atau melanjutkan kuliah dengan mengambil jurusan lain. Minat menjadi gurupun berkurang terutama di bidang bahasa inggris karena jam mengajar yang kurang serta merasa tidak diakui keberadaanya sebagai guru (Maili, 2018).

Karier merupakan salah satu aspek dalam hidup yang normal bahkan adaptif untuk sedikit dicemaskan. Kecemasan bisa menjadi suatu manfaat bila mendorong kita untuk termotivasi contohnya belajar untuk menghadapi ujian, tetapi kecemasan bisa menjadi tidak normal apabila kapasitasnya melebihi proporsi ancaman yang didapat, dalam artian kecemasan yang ekstrem dan malah mengganggu fungsi sehari-hari. Bandura dkk (Nevid et al., 2005) mengatakan saat seseorang memiliki kepercayaan bahwa ia tidak mampu untuk menghadapi tantangan yang terjadi dalam hidupnya, maka orang tersebut akan merasakan kecemasan yang semakin menjadi terhadap tantangan dalam hidupnya tersebut.

Berdasarkan paparan yang sudah peneliti uraikan diatas, *hardiness* berperan penting dalam mengatasi acaman-acaman yang menjadikan individu merasa cemas termasuk mahasiswa. Williams, Wiebe dan Smith (Nevid et al., 2005) mengatakan secara psikologis individu yang memiliki ketahanan psikologis (*hardiness*) tinggi cenderung efektif dalam mengatasi masalah dan *hardiness* ini juga merupakan *coping* yang fokus dan aktif dalam menyelesaikan masalah. *Hardiness* merupakan sekumpulan sifat individu yang dapat digunakan untuk membantu mengelola pikiran negatif yang dialami. *Hardiness* merupakan sifat atau kepribadian yang ditandai dengan meningkatnya komitmen, kontrol dan keberanian dalam menghadapi tantangan (Amirudddin & Ambarini, 2014). *Hardiness* dapat berarti tahan, kuat, kekuatan dan daya tahan baik hati maupun fisik. Mahasiswa memerlukan *hardiness* dalam dirinya sebagai individu yang berperoses untuk meniti karir agar dapat meminimalisir kecemasan-kecemasan yang terjadi (Nugroho & Karyono, 2014). Sebagaimana hasil penelitian Cole dkk (Nugroho & Karyono, 2014) siswa yang mempunyai *hardiness* akan lebih memiliki motivasi dan komitmen yang tinggi dari pada siswa yang tidak memiliki *hardiness dalam* diri.

Kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh *hardiness*, kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh konsep diri. Calhoun dan Acocella (Hidayat & Bashori, 2016) mengatakan konsep diri merupakan bagian yang ada dalam diri dan sangat mempengaruhi setiap aspek dalam diri baik itu pikiran, pengalaman, persepsi, perasaan dan tingkah laku. Konsep diri juga merupakan gambaran mental individu

mengenai pengetahuan individu tersebut dalam mengenal diri sendiri, penghargaan dan penilaian terhadap diri individu itu sendiri. Konsep diri sendiri terbentuk atas pengalaman yang diperoleh individu lewat lingkungannya. Dengan demikian, jelas bahwa konsep diri dapat dikaitkan sebagai respon dan kesan individu terhadap dirinya yang bersifat sosial, fisik, intelektual, psikis atau psikologis yang mempengaruhi perilaku seseorang (Hidayat & Bashori, 2016). Burns (Harumi & Marheni, 2018) mengungkapkan mengenai individu dengan potensi yang mereka miliki mempunyai hubungan yang erat terkait dengan kebutuhan akan pekerjaannya, sehingga sangat penting untuk mengetahui tentang diri sendiri dan jenis karir apa yang sesuai dengan diri sendiri sebelum terjun ke dunia kerja yang sesungguhnya. Durand dan Barlow (D. Y. Sari & Astuti, 2015) mengatakan individu yang membentuk keyakinan negatif akan dirinya sendirilah yang akan mempengaruhi psikologis individu tersebut dan rentan akan mengalami kecemasan di kehidupan masa depannya.

Penelitian mengenai kecemasan dengan tema yang sama dengan tema yang akan peneliti lakukan pernah dilakukan oleh beberapa peneliti lain. Peneliti (Nugroho & Karyono, 2014) meneliti tema yang sama dengan yang akan peneliti lakukan, yaitu tentang hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian yang dilakukan oleh (D. Y. Sari & Astuti, 2015) juga betemakan sama dengan yang akan peneliti lakukan, yaitu mengenai kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang ditinjau dari konsep diri pada mahasiswa tingkat akhir. Adapun berbeda dari analisis yang peneliti akan teliti dengan penelitian sebelumnya dari (Nugroho & Karyono, 2014) dan (D. Y. Sari & Astuti, 2015) yaitu terletak pada variabel bebas yang dilibatkan. Penelitian ini melibatkan dua variabel bebas yaitu *hardiness* dan konsep diri dalam satu penelitian dan juga subjek yang dilibatkan dalam penelitian sebelumnya itu berbeda dengan subjek yang akan peneliti lakukan. Pada penelitian (Ferdian dan Karyono 2014; Dewi dan Tri 2014) melibatkan subjek yaitu mahasiswa Fakultas Teknik, Hukum dan Ilmu sosial dan Ilmu politik di Universitas Diponegoro Semarang, sedangkan dalam penelitian ini melibatkan mahasiswa dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dan Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi angkatan 2017 yang sedang menjalani

penyusunan skripsi di Universitas Islam Sultan Agung. Peneliti melibatkan subjek tersebut dikarenakan mahasiswa dengan background bidang pendidikan seharusnya memiliki minat tinggi pada profesi guru, sebab proses pembelajaran dari awal semester dipersiapkan untuk melahirkan guru – guru yang berkompeten di masa yang akan datang. Namun, pada kenyataannya hal ini belum mampu bahkan tidak cukup meningkatkan minat mereka untuk menjadi guru (Fadilla, Sawiji, & Murwaningsih, 2020). Teori, faktor dan aspek dalam penelitian sebelumnya juga sangat berbeda dengan teori, faktor dan aspek yang akan peneliti teliti. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan tiga rujukan disetiap variabel yang akan diteliti.

Berdasarkan paparan yang telah peneliti uraikan diatas, peneliti ingin mengetahui mengenai hubungan *hardiness* dan konsep diri dengan kecemasan karir pada mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menjalani skripsi di Fakultas FKIP dan FBIK UNISSULA.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis uraikan adapun rumusan masalah penelitian yang diajukan untuk diteliti lebih lanjut yakni: “Adakah Hubungan *Hardiness* Dan Konsep Diri Dengan Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Angkatan 2017 Yang Sedang Menjalani Skripsi Di Fakultas FKIP dan FBIK UNISSULA”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian yang akan peneliti lakukan bertujuan untuk:

1. Mengetahui adanya hubungan antara *hardiness* dan konsep diri dengan kecemasan karir pada mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menjalani skripsi di Fakultas FKIP dan FBIK UNISSULA.
2. Mengetahui adanya hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan karir pada mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menjalani skripsi di Fakultas FKIP dan FBIK UNISSULA.

3. Mengetahui adanya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan karir pada mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menjalani skripsi di Fakultas FKIP dan FBIK UNISSULA.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini penulis harapkan mampu memberi sumbangsih dalam mengembangkan berbagai teori dibidang psikologi, terkhusus mengenai *hardiness*, konsep diri dan juga kecemasan karir. Kemudian dapat bermanfaat sebagai materi bacaan yang memungkinkan untuk dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dalam penelitian dengan tema selaras.

2. Manfaat Praktis

Penelitian yang akan dilangsungkan ini tentunya diharapkan bisa menjadi masukan bagi mahasiswa untuk mengambil langkah tepat sejak awal dalam mengatasi kecemasan menentukan karir masa depan, sehingga mahasiswa mampu memahami, mengenal dan mengelola dirinya agar siap menghadapi dunia kerja.

