

BAB I

PENDAHULUAN

A. Permasalahan

1. Latar Belakang

Pandemi Covid-19 belum berakhir, seluruh negara di dunia termasuk Indonesia masih berjuang menghadapi wabah global ini. Hampir seluruh sektor terdampak Pandemi Covid-19, mulai dari kesehatan, sosial, ekonomi, termasuk didalam keberlangsungan dunia usaha dan ketenagakerjaan. Pandemi Covid-19 sangat berdampak parah pada perekonomian di Indonesia yang mengakibatkan pekerja dan pebisnis kehilangan penghasilan. Banyak perusahaan tak bisa bertahan akibat dampak dari kebijakan untuk memutus mata rantai penularan. Kebijakan tersebut salah satunya adalah larangan untuk berkumpul, menjaga jarak, dan bahkan beberapa kantor harus tutup untuk mencegah penularan sesuai dengan kebijakan yang sudah ditentukan. Badan Pusat statistik (BPS) mencatat, sebanyak 82 persen tenaga kerja mengalami perubahan pendapatan atau penurunan akibat pandemi Covid-19. Data tersebut diperoleh berdasarkan survei online kepada 87.000 tenaga kerja. Sementara sebanyak 15% tenaga kerja dari jumlah sampel tidak mengalami perubahan pendapatan. Lalu sisanya sekitar 2,55% justru mengalami peningkatan. Dari survei Jobstreet Indonesia, Faridah Lim mencatat sebanyak 54% pekerja di Indonesia mengalami dampak signifikan akibat pandemi Covid-19. Dari jumlah tersebut, sebanyak 35% diberhentikan secara permanen dan 19% sisanya dirumahkan sementara (Sumber : Merdeka.com, 08 Oktober 2020).

Pada masa pandemi Covid-19, dalam mencari pekerjaan bisa dikatakan susah atau tidak mudah. Selain karena persaingan yang ketat akibat banyaknya korban Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) ditambah dengan bertambahnya lulusan baru. Dalam arti mencari pekerjaan pada saat pandemi akan menghadapi dua kali lipat persaingan, hal tersebut dikarenakan pada tahun sebelumnya hanya ada pertambahan lulusan baru tetapi selama pandemi ini individu juga harus bersaing dengan pencari kerja korban PHK (Sumber : akseleran.com, 30 September 2020). Sulitnya mencari pekerjaan di tengah pandemi memang wajar. Analisis big data Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat lowongan kerja menyusut. Jumlah iklan lowongan pada bulan Januari 2020 sempat mencaai 12.168, lalu turun menjadi 11.103 (Maret), 6.134 (April), dan 3.726 (Mei). Jumlah perusahaan yang menawarkan lowongan kerja juga turun. BPS mencatat lebih dari 500 perusahaan

yang menawarkan lowongan di jobs.id tiap bulannya hingga bulan Maret 2020. Namun jumlahnya berkurang 50% menjadi 268 pada bulan April 2020 dan 207 pada bulan Mei 2020. Persaingan antara pencari kerja juga tidak bisa dipungkiri semakin menjadi-jadi. Selain menghadapi limpahan tenaga kerja dari pengangguran, Kemnaker mencatat tiap tahunnya ada 2 juta tenaga kerja baru yang perlu diakomodir (Sumber : Tirto.id, 09 Agustus 2020).

Lapangan pekerjaan di Indonesia membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas agar suatu perusahaan dapat bersaing dan berkembang pesat. Persaingan mendapatkan pekerjaan bagi para pencari kerja semakin berat dan mengakibatkan tuntutan kualitas kerja terus meningkat dari tahun ke tahun. Begitu banyak yang ingin mendapatkan pekerjaan dengan keterbatasan lapangan kerja, walaupun para pencari kerja telah memenuhi kriteria yang dibutuhkan suatu perusahaan tersebut sehingga terjadi ketimpang tindihan dan muncul pengangguran. Menurut UU Tenaga Kerja, yang tergolong usia produktif sebagai tenaga kerja adalah individu yang berada di rentang usia antara 15-64 tahun (sumber : gadjian.com, 18 Oktober 2019) . Mahasiswa tergolong pada usia produktif bekerja karena rata-rata berada di usia 22 tahun sampai 25 tahun. Dalam usianya yang tergolong produktif, mahasiswa semester akhir diharapkan telah memiliki kesiapan dalam menghadapi dunia kerja.

Kenyataan yang terjadi pada bulan April 2020, jumlah iklan lowongan kerja di situs web tersebut menyusut menjadi 3.439 akibat pandemi dibandingkan pada bulan Maret 2020 sebanyak 11.090. Sementara jumlah perusahaan yang memasang iklan lowongan kerja turun sebesar 50%, dari bulan Maret 2020 ada 502 perusahaan menjadi 235 perusahaan di bulan April 2020 (Sumber : alinea.id, 22 Juli 2020). Hal tersebut mengakibatkan pengangguran semakin meningkat, setiap lulusan SMA maupun perguruan tinggi semakin sulit mendapat pekerjaan.

Tingkat pengangguran terdidik dari komposisi sarjana di Jawa Timur terbilang tinggi. Bilangan yang dirilis Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jawa Timur menyebut, angkanya telah menyentuh 6%. Pada posisi terakhir di bulan Februari 2019, tingginya persentase angka pengangguran terbuka berada dikisaran 3,84%. Ini menunjukkan, tingkat pengangguran pada kelompok masyarakat terdidik untuk perguruan tinggi ini lebih tinggi dibanding rata-rata total pengangguran terbuka secara total di Jawa Timur. Sementara tercatat pada tahun 2018 di Jawa Timur, pengangguran dengan jenjang pendidikan Strata 1 (S1) lebih tinggi yaitu mencapai 120 ribu orang dibandingkan Diplomat (D1 sampai D2) sekitar 26 ribu orang dan Strata 3 (S3) 13 ribu orang. Hal ini dikarenakan, para lulusan perguruan tinggi masih mencari peluang (masa tunggu/jeda) yang sesuai dengan kompetensinya untuk mencari pekerjaan sehingga mereka memilih menunggu, dan karena masa tunggu/jeda itulah yang membuat mereka tercatat sebagai penganggur

(sumber: expostnews.com, 25 September 2019). Begitu banyak lulusan perguruan tinggi jenjang Starata yang menganggur, menimbulkan satu fenomena kecemasan pada para mahasiswa semester akhir yang hampir menyelesaikan studinya. Kecemasan ini merupakan dampak psikologis dari ketidakjelasan nasib mereka setelah lulus nanti. Napitupulu (2009) mengatakan bahwa, lulusan perguruan tinggi cenderung menjadi pencari kerja dan sangat sedikit yang menjadi pencipta lapangan kerja. Masa tunggu lulusan perguruan tinggi untuk mendapatkan pekerjaan adalah selama enam bulan hingga tiga tahun. Hal ini menyebabkan terjadinya pengangguran terdidik yang tidak terhindarkan.

Pada masa ini para mahasiswa semester akhir mulai memikirkan dan memiliki gambaran tentang dunia kerja setelah menyelesaikan studinya. Pengalaman peneliti ketika melakukan wawancara tentang dunia kerja dengan beberapa mahasiswa akhir Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, mendapatkan reaksi yang berbeda sesuai bekal kemampuan pengetahuan, pengalaman dan kesiapan diri masing-masing. Dari hasil wawancara, peneliti menemukan bahwa mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya mengalami kecemasan yang ditandai dengan perasaan gelisah, takut, khawatir, sulit untuk berkonsentrasi, hingga dada terasa sesak. Namun ada sebagian lain cenderung memiliki kepercayaan diri untuk masuk dalam dunia kerja karena memiliki beberapa pengalaman kerja sebelumnya. Mahasiswa semester akhir sering kebingungan menentukan langkah apa yang harus dilakukan setelah lulus, mahasiswa bersaing dengan banyak sarjana lain yang lebih dulu lulus dan belum bekerja atau menganggur. Sempitnya lapangan pekerjaan dan tingginya persaingan dalam memperoleh pekerjaan, dapat menimbulkan beberapa dampak negatif misalnya kecemasan.

Kecemasan adalah bagian dari kehidupan individu sehari-hari karena hampir setiap individu pernah mengalaminya. Menurut Freud (dalam Alwisol, 2005) mengatakan bahwa kecemasan merupakan fungsi ego yang digunakan untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Fungsi kecemasan yaitu sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberikan sinyal pada kita bahwa akan ada bahaya dan apabila tidak melakukan tindakan yang tepat maka bahaya akan meningkat hingga mengalahkan ego. Kartono (2005) mengatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketakutan. Perasaan takut itu timbul karena adanya ancaman atau gangguan terhadap suatu objek yang masih abstrak serta takut yang bersifat subjektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir dan sebagainya. Salah satu bentuk kecemasan yang terjadi pada mahasiswa semester akhir yaitu kecemasan menghadapi dunia

kerja. Mahasiswa tingkat akhir yang akan menghadapi dunia kerja mengalami *symptom* atau gejala dalam pembentukan kecemasan dalam dirinya seperti jari tangan dingin, berkeringat dingin, pusing kepala, timbulnya pikiran obsesif, gelisah, sulit berkonsentrasi dan cenderung memiliki pikiran yang kosong, merasa gugup, kesulitan tidur, detak jantung berdetak lebih cepat. Kecemasan berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Pada peristiwa khusus dapat mempercepat munculnya kecemasan. Breakwall (dalam Mopangga, 2005) menekankan bahwa kecemasan dibagi dalam macam-macam *symptom* psikologis diantaranya yaitu *suasana hati*, seperti mudah marah, perasaan sangat tegang, dll. *Pikiran*, seperti rasa khawatir, sulit konsentrasi, pikiran kosong, sensitif dan merasa tidak berdaya. *Motivasi*, seperti ketergantungan yang tinggi. *Perilaku* seperti ingin melarikan diri dari situasi yang tidak menyenangkan, kurang berani mengambil resiko, hilang minat pada kehidupan, tegang, mudah panik dan gugup.

Adanya keyakinan dengan kemampuan yang dimiliki individu, peneliti berasumsi bahwa mahasiswa tersebut menjaga keseimbangan dalam diri dan mampu menjawab tantangan dunia kerja saat ini. Beberapa dari mereka merasa canggung untuk menghadapi dunia kerja karena mereka merasa belum memiliki bekal pengalaman kerja yang cukup dalam bidang yang di tempuh. Secara teori sebenarnya mereka memahami ilmu psikologi, namun mereka belum memiliki pengalaman kerja secara langsung. Penelitian Azhari dan Mirza (2016) menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Mereka mulai memikirkan dunia kerja yang penuh persaingan, kemampuan yang dimiliki, ketidakpastian diterima kerja, dan mendapatkan pekerjaan dalam bidang yang diminati. Selain itu menurut Atmadja (2013) dalam penelitiannya menunjukkan 90,4% mahasiswa mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Mahasiswa pada semester akhir mulai berpikir akan masa depan yang tidak bisa jika hanya mengandalkan gelar sarjana dan menjadi pengangguran terdidik.

Mahasiswa semester akhir selalu dihadapkan dalam wacana dan pemikiran tentang persiapan masuk dunia kerja. Antara lain memikirkan minat, peluang, kesempatan dan kemampuan yang dimiliki. Kepercayaan diri sangat diperlukan saat masa persiapan, apabila merasa tidak mampu mempersiapkan diri dengan baik ia cenderung memiliki kecemasan untuk masuk dunia kerja. Kecemasan tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu : peluang kerja sempit, persaingan ketat, pengalaman sedikit serta dibutuhkan kompetensi seperti pengetahuan dan keterampilan di bidangnya. Namun apabila seseorang merasa mampu memenuhi tuntutan pekerjaan, dipastikan individu tersebut memiliki kepercayaan diri untuk

menghadapi dunia kerja (Thomas, 2010). Ketika mahasiswa sudah merasa siap dan mampu menghadapi dunia kerja, berarti individu tersebut diasumsikan sudah mengerti akan jenjang karir yang diinginkan dan akan dijalani. Untuk bisa sukses pada suatu karir, individu mendalami terlebih dahulu suatu bidang ilmu untuk meningkatkan kemampuannya, serta terbiasa melakukan kegiatan yang masih berkaitan dengan bidangnya.

Dunia kerja merupakan dunia yang dalam waktu dekat akan dimasuki oleh seorang mahasiswa semester akhir setelah menyelesaikan studinya di sebuah perguruan tinggi. Tugas baru mahasiswa dalam mencari pekerjaan adalah suatu hal yang tidak mudah, membutuhkan usaha dan strategi kuat untuk meraihnya. Kompetensi dan persaingan yang ketat, menyebabkan setiap individu berusaha meningkatkan kualitas pribadinya terutama kualitas pendidikan yang dimiliki serta kemampuan *softs kill* yang akan menunjang jenis pekerjaan yang diminatinya. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki, maka semakin luas kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan.

Browman (Herawati, 2001) menyatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu :

- a. **Kepercayaan Diri.** Keberhasilan individu dalam suatu pekerjaan di masa lalu dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri serta mengurangi rasa takut dan cemas, sementara kegagalan-kegagalan di masa lalu dapat mengakibatkan individu merasa lebih pesimis, tidak percaya diri, dan dapat meningkatkan perasaan cemas dalam persaingan dunia kerja.
- b. **Kurangnya keahlian dan pengalaman dalam bidang pekerjaan.** Bila seorang individu kurang memiliki keahlian dan pengalaman dalam suatu bidang pekerjaan, maka akan mengalami kesulitan dalam menghadapi persaingan dunia kerja dan dapat menimbulkan kecemasan.

Kecemasan menghadapi dunia kerja muncul karena seorang individu berfikir bahwa adanya ketidakpastian akan masa depan serta ancaman akan kegagalan di dunia kerja. Semua ini berkaitan dengan harapan, rencana, dan strategi pencapaian tujuan di masa mendatang. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa semester akhir dalam menghadapi dunia kerja bersumber dari kekhawatiran yang sebenarnya belum pasti penyebabnya.

Smith (Agustin, 2008) menyatakan bahwa kecemasan adalah ketakutan tanpa adanya objek yang jelas. Tanda-tanda kecemasan adalah dalam bentuk rasa khawatir dan perasaan lain yang kurang menyenangkan. Biasanya perasaan ini disertai oleh ketidakpercayaan diri dan tidak mampu menghadapi masalah. Sehingga

dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri mempengaruhi kecemasan yang dimiliki seseorang.

Menurut Perry (2005), kepercayaan diri memungkinkan seseorang mengatasi tantangan baru, meyakini diri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan yang belum pernah individu tersebut lakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya. Kepercayaan diri memberikan keberanian untuk tidak mengkhawatirkan kegagalan. Rogers (dalam Shinta, 2006) menyatakan bahwa individu yang kurang percaya diri selalu merasa dirinya tidak aman, tidak bebas, takut, ragu-ragu, murung, kurang berani, rendah diri, pemalu, sering membuang waktu, dan cenderung menyalahkan suasana luar sebagai penyebab ketidakmampuannya.

Kepercayaan diri memegang peranan penting dalam setiap aspek kehidupan. Kepercayaan diri merupakan kunci vital individu untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan. Kepercayaan diri memungkinkan seorang individu mengatasi tantangan baru, menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya. Kepercayaan diri memberikan keberanian untuk tidak mengkhawatirkan akibat kegagalan (Perry, 2005). Selain itu individu yang memiliki kepercayaan diri juga akan terhindar dari kecemasan menghadapi dunia kerja karena yakin akan kemampuan yang dimiiki.

Kepercayaan diri seperti yang dikatakan oleh Bandura (dalam Kumara, 1988) merupakan kondisi psikis yang mendasar untuk mencapai keberhasilan dalam melakukan suatu tugas kehidupan seperti yang diharapkan. Kepercayaan diri merupakan salah satu bagian dari kunci keberhasilan hidup seseorang. Rendahnya kepercayaan diri tentu akan menghambat seseorang untuk mencapai harapannya. Bila seseorang yang kurang percaya diri, tentu kurang berani untuk melakukan suatu kegiatan atau usaha.

Mahasiswa yang kurang percaya diri tentu akan memiliki perasaan kurang berani untuk melakukan suatu kegiatan atau usaha khususnya dalam mencari pekerjaan. Kurangnya rasa percaya diri itu disebabkan oleh perasaan tidak yakin terhadap kemampuannya, merasa rendah diri bila harus bersaing dengan pelamar kerja lainnya. Akibatnya mahasiswa ini akan cenderung memiliki gejala kecemasan dalma menghadapi dunia kerja dalam dirinya. Selain itu, mahasiswa akan menunda waktu untuk berusaha mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimiliki karena dalam dirinya sudah beranggapan bahwa dirinya tidak mampu.

Dari latar belakang yang telah disampaikan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Maka penelitian yang dilakukan berjudul Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia

Kerja di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

2. Rumusan Masalah

Rumusan Masalah di dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa semester akhir Fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa semester akhir Fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

2. Manfaat Penelitian

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi mahasiswa, khususnya pada mahasiswa semester akhir. Dari hasil penelitian ini, mahasiswa semester akhir diharapkan mampu untuk mengembangkan kepercayaan dirinya ketika akan menghadapi dunia kerja. Tujuannya yaitu agar mereka lebih mampu mengoptimalkan kemampuan pribadinya dalam mempersiapkan diri dan meminimalisir kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

b. Bagi Disiplin Ilmu Psikologi

Setelah mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam menghadapi dunia kerja di masa pandemi, diharapkan dapat memberi sumbangan untuk tenaga pengajar psikologi perkembangan dan psikologi klinis dalam mengembangkan dan meningkatkan kualitas kepercayaan diri pada mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan rujukan bagi peneliti selanjutnya.

3. Penelitian Terdahulu

- a. Sandy Setiawan (2015) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 Universitas Kristen Satya Wacana. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan koefisien koelasi (r_{xy}) sebesar 0,902 dan $p= 0,000 (<0,01)$.
- b. Novia Ayu, P.R dan Diana Rusmawati (2018) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada Taruna Akademi Kepolisian Semarang. Hasil dari hipotesis yang diajukan dalam penelitian diterima, bahwa adanya hubungan negative yang signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin baik regulasi diri, maka kecemasan akan rendah dan sebaliknya.
- c. Haryati (2020) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi. Dari hasil penelitiannya, terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.

Perbedaan penelitian ini dari penelitian yang pernah ada adalah sasaran subyek yang menggunakan mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dalam situasi bencana wabah Covid-19 dimana mahasiswa semester akhir dalam waktu dekat akan menghadapi dunia kerja. Dalam penjelasan tersebut, dapat membuktikan bahwa penelitian baru saja diteliti dan orisinal.