# BAB II

## TINJAUAN PUSTAKA, LANDASAN PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

### A. Tinjauan Pustaka

#### 1. Kesiapan Kerja

##### a. Definisi kesiapan kerja

Menurut Gulo (dalam Rosita, 2009 dalam Wibowo, 2016), kesiapan adalah suatu titik kematangan untuk dapat menerima dan memperhatikan tingkah laku tertentu. Tingkat kesiapan terhadap sesuatu dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu (1) tingkat kematangan yang merupakan suatu proses perkembangan yang dalam hal ini fisik dan mental telah mencapai perkembangan yang sempurna dalam arti siap digunakan. Tingkat kematangan ini biasanya dipengaruhi oleh faktor usia dan fisik. (2) pengalaman masa lalu, yaitu pengalaman tertentu yang diperoleh yang berkaitan dengan lingkungan, kesempatan yang tersedia dan pengaruh dari luar yang disengaja (pendidikan dan pengajaran), maupun pengaruh yang tidak disengaja. (3) keadaan mental dan emosi yang serasi yaitu keadaan yang meliputi sikap kritis, mempunyai pertimbangan logis, obyektif, bersifat dewasa dan emosinya dapat dikendalikan.

Super (dalam Fadhilah, 2010 dalam Wibowo, 2016), mengemukakan bahwa kematangan karir secara normatif yaitu kesesuaian antara perilaku vokasional individu dan perilaku vokasional yang diharapkan pada umur itu. Menurut Rojewski (dalam Mubiana, 2010 dalam Wibowo, 2016), kematangan kerja menekankan pentingnya keterampilan baik afektif maupun kognitif

sebagai faktor pendukung yang membantu individu untuk membuat keputusan yang realistis.

Menurut Kartini (dalam Wibowo, 2016), kesiapan kerja adalah kemampuan seseorang untuk melaksanakan pekerjaan dengan baik di dalam maupun di luar hubungan kerja guna menghasilkan barang atau jasa. Sofyan (dalam Wibowo, 2016) juga berpendapat bahwa "Kesiapan kerja adalah kemampuan seseorang untuk menyelesaikan suatu pekerjaan tertentu, tanpa mengalami kesulitan dan hambatan dengan hasil yang baik", sedangkan menurut Moh. Thayeb (dalam Wibowo, 2016), kesiapan kerja adalah daftar perilaku yang bersangkutan dengan mengidentifikasi, memilih, merencanakan dan melaksanakan tujuan-tujuan bekerja yang tersedia bagi individu tertentu sesuai dengan usia perkembangannya.

Menurut Ndraha (dalam Anggraeni, 2013), kesiapan kerja adalah penilaian perilaku dilakukan oleh peserta didik yang disimulasikan di sekolah untuk mempersiapkan diri di tempat kerja. Menurut Ndraha (dalam Anggraeni, 2013) kesiapan kerja akan terbentuk jika telah tercapai perpaduan tingkat kematangan, pengalaman-pengalaman yang diperlukan serta keadaan mental dan emosi yang serasi.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kesiapan kerja adalah keseluruhan kondisi individu yang meliputi kematangan fisik, mental, dan pengalaman sehingga mampu melaksanakan suatu kegiatan atau pekerjaan. Kesiapan kerja tergantung pada tingkat kemasakan pengalaman serta kondisi mental dan emosi yang meliputi

kemauan untuk bekerja sama dengan orang lain, bersikap kritis, kesediaan menerima tanggungjawab, ambisi untuk maju serta kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja

**b. Ciri atau indikator kesiapan kerja**

Menurut Yanto (2006), ciri-ciri atau indikator mahasiswa yang telah memiliki kesiapan kerja dapat dilihat dari pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut :

1) Mempunyai pertimbangan yang logis dan objektif.

   Mahasiswa yang telah memasuki masa-masa semester akhir akan mempunyai pertimbangan yang tidak hanya dilihat dari satu sisi saja, tetapi mahasiswa tersebut akan menghubungkannya dengan hal lain, dengan melihat pengalaman orang lain.

2) Mempunyai kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain.

   Dalam bekerja dibutuhkan hubungan dengan banyak orang untuk menjalin kerjasama, dalam dunia kerja mahasiswa dituntut untuk bisa berinteraksi dengan orang lain.

3) Memiliki sikap kritis.

   Sikap kritis dibutuhkan untuk dapat mengoreksi kesalahan yang selanjutnya akan dapat memutuskan tindakan apa yang akan dilakukan setelah koreksi tersebut. Mengkritisi disini tidak hanya untuk kesalahan diri sendiri tetapi juga untuk lingkungan sekitar sehingga memunculkan ide, gagasan serta inisiatif.

4) Mempunyai keberanian untuk menerima tanggung jawab.

Secara individual dalam bekerja diperlukan tanggung jawab dari setiap pekerjaan, tanggung jawab akan timbul dalam diri mahasiswa ketika ia telah melampaui kematangan fisik dan mental disertai dengan kesadaran yang timbul dari individu tersebut.

5) Mempunyai kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

   Menyesuaikan diri dengan lingkungan terutama lingkungan kerja merupakan modal untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan tersebut.

6) Mempunyai ambisi untuk maju dan berusaha mengikuti perkembangan bidang keahliannya.

Mahasiswa harus selalu memiliki keinginan untuk terus maju dan mengikuti perkembangan di bidang keahliannya agar mahasiswa tersebut tidak ketinggalan dan akan terus bisa berkembang.

Keinginan untuk maju dapat menjadi dasar munculnya kesiapan kerja karena mahasiswa terdorong untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik lagi, usaha yang dilakukan salah satunya dengan mengikuti perkembangan bidang keahliannya.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa seorang mahasiswa dikatakan mempunyai kesiapan kerja, apabila mahasiswa tersebut memiliki kemampuan yang mencakup aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan bidangnya.

**c. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan kerja**

Menurut Gunawan (dalam Wibowo, 2016), faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan kerja adalah:

1) Ilmu dan Pengetahuan

   Seorang profesional harus mempunyai ilmu dan pengetahuan, baik yang spesifik maupun yang umum. Pengetahuan dan ilmu ini tidak cukup diperoleh dari hasil pelajaran semalam disekolah, tetapi harus ditambah secara terus menerus. Semakin banyak pengetahuan yang diketahuinya, maka semakin luas wawasan yang dimi-likinya.

2) Keterampilan

   Pengetahuan saja tidak cukup karena hal tersebut berupa pengetahuan yang teoritis untuk itu perlu dipraktikkan dalam segala kesempatan terutama pada waktu menjalankan tugas kerja, yang akan menjadi pengalaman. Ilmu dan pengetahuan ditambah dengan pengalaman akan menjadi keterampilan untuk mempraktikan pengetahuan.

3) Mental dan sikap

   Dalam menerapkan ilmu dan pengetahuan, tidak cukup keterampilan saja yang dikembangkan, tetapi harus dibarengi dengan pengembangan dalam menerapkan mental dan sikap seorang profesional. Mental adalah suatu perwujudan dari sikap batin seseorang yang akan mendorong tingkah lakunya dalam menghadapi kenyataan, misalnya sikap berani, tahan uji, ulet, dan lain-lain.

**d. Ciri-ciri kesiapan kerja**

Mempersiapkan diri dalam memasuki dunia kerja diperlukan suatu kesiapan yang matang dalam diri mahasiswa itu sendiri, terutama menyangkut ciri-ciri yang berhubungan dengan diri mahasiswa. Menurut Anoraga (2009) ciri-ciri kesiapan kerja sebagai berikut :

1) Memiliki motivasi

   Dalam pengertian umum, motivasi dikatakan sebagai kebutuhan yang mendorong perbuatan ke arah suatu tujuan tertentu. Jadi motivasi kerja adalah suatu yang menimbulkan semangat atau dorongan kerja. Kuat lemahnya motivasi kerja seorang tenaga kerja ikut menentukan besar kecilnya prestasinya.

2) Memiliki kesungguhan atau keseriusan

   Kesungguhan atau keseriusan dalam bekerja turut menentukan keberhasilan kerja. Sebab tanpa adanya itu semua suatu pekerjaan tidak akan dapat berjalan sesuai dengan yang diinginkan. Jadi untuk memasuki suatu pekerjaan dibutuhkan adanya kesungguhan, supaya pekerjaanya berjalan dan selesai sesuai dengan target yang diinginkan.

3) Memiliki keterampilan yang cukup

   Keterampilan diartikan cakap atau cekatan dalam mengerjakan sesuatu atau penguasaan individu terhadap suatu perbuatan. Jadi untuk memasuki pekerjaan sangat dibutuhkan suatu keterampilan sesuai dengan pekerjaan yang dipilihnya, yaitu keterampilan dalam mengambil keputusan sendiri tanpa pengaruh dari orang lain dengan alternatif-alternatif yang akan dipilih.

4) Memiliki kedisiplinan

Disiplin adalah suatu sikap, perbuatan untuk selalu tertib terhadap suatu tata tertib. Jadi untuk memasuki suatu pekerjaan sikap disiplin sangat diperlukan demi peningkatan prestasi keja. Seorang pekerja yang disiplin tinggi, masuk kerja tepat pada waktunya, demikian juga pulang pada waktunya dan selalu taat pada tata tertib.

**2. Konsep Diri**

**a. Definisi konsep diri**

Brigham (dalam Suryanto, 2012) mendifinisikan konsep diri merupakan asumsi-asumsi tentang kualitas personal seseorang yang diorganisasikan oleh skema diri. Brehm dan Kassin (dalam Suryanto, 2012) mendefinisikan konsep diri merupakan keseluruhan keyakinan (belief) seseorang berkenaan dengan atribut personal dirinya. Kenrick et al. (dalam Suryanto, 2012) mendefinisikan konsep diri merupakan representasi mental artinya bahwa dalam proses berpikir seseorang tergambar atau terlukis suatu sifat atau atribut yang menonjol tentang diri. Argyle (Handry dan Heyes, 1988) berpendapat bahwa terbentuknya konsep diridipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain :

1) Reaksi dari orang lain. Caranya dengan mengamati pencerminan perilakuseseorang terhadap respon orang lain, dapat dipengaruhi dari diri orang itu sendiri.

2) Perbandingan dengan orang lain. Konsep diri seseorang sangat tergantungpada cara orang tersebut membandingkan dirinya dengan orang lain.
3) Peranan seseorang. Setiap orang pasti memiliki citra dirinya masing-masing,sebab dari situlah orang tersebut memainkan peranannya.
4) Indentifikasi terhadap orang lain. Pada dasarnya seseorang selalu inginmemiliki beberapa sifat dari orang lain yang dikaguminya(Bow, http://www.masbow.com/2009/07/konsep-diri.html, dalam Kusumah, 2011)

William H. Fitss (Agustiani, dalam Kusumah, 2011) mengemukakan bahwa konsep dirimerupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri merupakankerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan.Konsep diri juga berpengaruh kuat dalam tingkah laku seseorang. Denganmengetahui konsep diri seseorang, maka akan lebih mudah meramalkan danmemahami tingkah laku orang tersebut karena merupakan sebuah penilaian

**b. Ciri atau indikator konsep diri**

Menurut Fitts (1971), konsep diri dibagi menjadi dua dimensi,yaitu :

1) Dimensi *internal* (persepsi mengenai dunia dalam dirinya), yang meliputi:
   a) *Identity self* (persepsi individu mengenai siapa dirinya, yang meliputi simbol atau label yang diberikan pada dirinya untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya).

b) *Judging self* (persepsi individu sebagai hasil pengamatan dari evaluasi terhadap diri, yang akan menentukan kepuasan dan penerimaan terhadap dirinya).

c) *Behavioral self* (persepsi individu mengenai diri yang meliputi pertanyaan mengenai apa yang individu lakukan dan bagaimana individu bertingkah laku).

2) Dimensi *Eksternal* (persepsi individu mengenai dirinya dalam berhubungan dengan dunia di luar dirinya), yang meliputi:

a) *Physical self* (persepsi individu terhadap keadaan dirinya secara fisik, kesehatan, dan penampilan dirinya).

b) *Moral - ethical self* (persepsi individu mengenai hubungannya dengan Tuhan, kepuasan seseorang akan kehidupan keagamaannya dan nilai-nilai moral yang dipegangnya).

c) *Personal self* (persepsi individu mengenai keadaan pribadinya, yang menyangkut sifat yang digunakan oleh dirinya dalam berhubungan dengan dunia luar).

d) *Family self* (persepsi individu mengenai dirinya dengan interaksinya dengan keluarga dan orang-orang terdekat).

e) *Social self* (persepsi individu mengenai dirinya dalam berinteraksi dengan orang lain di luar keluarganya secara umum).

**c. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri**

1) Menurut Rahmat (dalam Wijaya, 2000) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

a) Orang Lain

Tidak semua orang memiliki pengaruh yang sama pada masing-masing diri individu, tetapi yang paling berpengaruh pada diri individu tersebut adalah orang-orang terdekat seperti orang tua, saudara dan orang yang tinggal satu rumah dengan individu yang bersangkutan karena memiliki hubungan yang emosional.

b) Kelompok Rujukan

Setiap kelompok memiliki norma-norma tertentu dimana ada kelompok yang secara emosional mengikat individu dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri.

2) Menurut Hurlock (dalam Wijaya, 2000) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

a) Usia Kematangan

Individu yang matang lebih awal yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan. Individu yang matang terlambat yang diperlakukan seperti anak-anak mengembangkan konsep diri yang tidak menyenangkan.

b) Penampilan Diri

Penampilan diri yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Setiap cacat fisik merupakan hal yang memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sebaliknya daya tarik fisik

menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang ciri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

c) Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penampilan diri, minat dan prilaku membantu individu mencapai konsep diri yang baik. Jika membuat individu sadar diri dan hal ini memberi akibat buruk pada prilakunya.

d) Nama Dan Julukan

Individu merasa malu jika teman-teman sekelompok menilai namanya buruk atau jika mereka memberikan julukan bernada cemooh.

e) Hubungan Keluarga

Seseorang yang mempunyai hubungan yang sangat erat dengan anggota keluarga mengidentifikasikan diri dengan orang lain dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama. Bila tokoh ini sesama jenis individu akan tergolong untuk mengembangkan konsep diri yang layak untuk dirinya.

f) Teman Sebaya

Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian individu dalam 2 carayang pertama, konsep diri individu merupakan cerminan dari anggapan mengenai konsep teman tentang dirinya. Kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompoknya.

g) Kreatifitas

Individu yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatifitas dalam melakukan tugas-tugas akademik, mengembangkan perasaan individualitas dan identitas yang mempengaruhi konsep dirinya.

h) Cita-cita

Bila cita-cita yang tidak realistis, ia akan mengalami kegagalan. Sedangkan individu yang memiliki cita-cita yang realistis akan menimbulkan kepercayaan diri dan kepuasan diri yang lebih besar untuk memberikan konsep diri yang baik.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah: keluarga dan lingkungan. Keluarga adalah orang tua yang berpengaruh besar terhadap perkembangan konsep diri individu. Kemudian lingkungan sangat berpengaruh, terutama bagi orang yang mempunyai arti khusus bagi diri individu, orang lain, kelompok rujukan, usia kematangan, penampilan diri, jenis kelamin, nama dan julukan, hubungan keluarga, teman sebaya, kreatifitas, cita-cita

**d. Jenis-jenis konsep diri**

Dalam menilai dirinya seseorang ada yang menilai dirinya positif dan adayang menilai negatif. Maksudnya individu tersebut ada yang mempunyai konsepdiri negatif dan konsep diri positif seperti yang diungkapkan oleh William D. Brooks dan Philip Emmert (dalam Rakhmat, dalam Kusumah, 2011).

Adapun ciri-ciri individu yang memiliki konsep diri positif adalah:

1) Merasa yakin akan kemampuan dalam mengatasi masalah.Orang ini mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah, dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.
2) Merasa setara dengan orang lain.Ia selalu merendah diri, tidak sombong, mencela atau meremehkan siapapun, selalu menghargai orang lain.
3) Menerima pujian tanpa rasa malu.Ia menerima pujian tanpa rasa malu tanpa menghilangkan rasa merendah diri, jadi meskipun ia menerima pujian ia tidak membanggakan dirinya apalagi meremehkan orang lain.
4) Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan dankeinginan serta perilaku yang tidak seharusnya disetujui oleh masyarakat.Ia peka terhadap perasaan orang lain sehingga akan menghargai perasaan orang lain meskipun kadang tidak disetujui oleh masyarakat.
5) Mampu memperbaiki karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspekkepribadian tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.Ia mampu untuk mengintrospeksi dirinya sendiri sebelum menginstrospeksi orang lain, dan mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya.

Dasar konsep diri positif adalah penerimaan diri. Kualitas ini lebih mengarah kekerendahan hati dan kekedermawanan dari pada keangkuhan dan keegoisan. Orang yang mengenal dirinya dengan baik merupakan orang yang mempunyai konsep diri yang positif.

Adapun ciri-ciri individu yang memiliki konsep diri negatif memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1) Peka terhadap kritik. Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya dan mudah marah atau naik pitam, hal ini berarti dilihat dari faktor yang mempengaruhi dari individu tersebut belum dapat mengendalikan emosinya, sehingga kritikan dianggap sebagi hal yang salah. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka, dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yangkeliru.
2) Responsif sekali terhadap pujian. Walaupun ia mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian. Buat orang seperti ini, segala macam embel-embelyang menjunjung harga dirinya menjadi besar kepala.
3) Cenderung bersikap hiperkritis. Ia selalu mengeluh, mencela atau meremeh-kan apapun dan siapapun. Mereka tidak pandai dan tidak sanggupmengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain.

4) Cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain. Ia merasa tidak diperhatikan, karena itulah ia bereaksi pada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan, berarti individu tersebut merasa rendah diri atau bahkan berperilaku yang tidak disenangi, misalkan membenci, mencela atau bahkan yangmelibatkan fisik yaitu mengajak berkelahi (bermusuhan).

Bersikap pesimis terhadap kompetisi. Hal ini terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia akan menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yangmerugikan dirinya. (Rakhmat, dalam Kusumah, 2011)

**3. Kecemasan**

**a. Definisi kecemasan**

Kecemasan adalah keadaan yang pernah atau bahkan sering dialami oleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Darajat (1996), kecemasan adalah manifestasi atau perwujudan dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, dan terjadi ketika orang mengalami frustasi serta konflik dalam dirinya. Dalam keadaan cemas individu akan mengalami perasaan dan adany ketakutan tentang hal-hal yang tidak menyenangkan dan perasaan tertekan (Rathus dan Navid, 1991).

Kasschau (1995) menyatakan kecemasan pada umumnya adalah ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi disertai perasaan yang tidak jelas akan adanya suatu bahaya. Kecemasan ini kadang menjadikan panik, gemetar, dan sakit kepala. Berbeda dengan rasa takut yang merupakan reaksi nyata

akan sesuatu yang tampak, sedangkan kecemasan merupakan reaksi yang tidak jelas atau adanya suatu imajinasi akan suatu bahaya.

Kagan (1994) menyatakan bahwa kecemasaan didefinisikan sebagai sesuatu yang tidak jelas, adanya perasaan gelisah yang disebabkan oleh ketakutan terhadap sesuatu yang tidak terduga akan terjadi. Perasaan cemas ini berbeda dengan rasa takut, dimana perbedaannya terletak pada stimulusnya dan dimana perasaan takut stimulusnya lebih spesifik dan terjadi pada saat itu juga seperti rasa takut ketika melihat ular.

Lazarus (dalam Ardani, 2003) menyatakan bahwa keemasan adalah reaksi individu terhadap masalah yang dihadapi dan ditandai dengan adanya kegelisahan, kebingungan, ketakutan, dan kekhawatiran. Lebih lanjut dikatakan bahwa kecemasan juga merupakan gangguan yang kompleks yang disertai dengan perubahan fisiologus. Kecemasan ini juga merupakan pengalaman samar-samar yang disertai dengan perasaan tidak berdaya dan tidak menentu, sehingga dirasakan sangat menggangu.

Johnson (dalam Dewi, 2002) menyatakan bahwa kecemasan adalah reaksi terhadap suatu ancaman, perasaan tertekan yang disebabkan oleh perasaan kecewa, ketidakpuasaan dan rasa tidak aman. Pendapat tersebut juga didukung oleh Sue (dalam Wibowo, 2003) yang menyatakan bahwa kecemasan terjadi dalam diri individu yang mengalami kekecewaan dan ketidakpuasaan.

Hall dan Linzey (dalam Hartoko, 2004) menyatakan bahwa kecemasan merupakan kondisi psikologi dimana merasa terganggu akibat

adanya kondisi yang mengancam, meskipun bersifat fisik dan bersifat mental. Gejala fisik berupa ujung jari yang terasa dingin, pencernaan tidak teratur, detak jantung cepat, keringat bercucuran, gangguan pencernaan, nafsu makan hilang, kepala pusing, dan sesak nafas. Gejala mental antara lain ditandai dengan adanya perasaan takut yang berlebihan, merasa selalu ada dalam bahaya, tidak bisa memusatkan perhatian, merasa tidak berdaya, rendah diri, tidak tentram dan ingin lari dari kenyataan hidup.

Individu yang mengalami kecemasan ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan yang diikuti perasaan tidak mampu menghadapi tantangan, kurang percaya pada diri sendiri dan tidak dapat menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (dalam Hurlock, 1991)

Kartono (1989) menyatakan bahwa kecemasan sebagai kegelesihan-kegelisahan, dan kekhawatiran, serta ketakutakn terhadap sesuatu yang tidak jelas. Selanjutnya gejala pengiring pada kecemasan adalah anatar lain yaitu gemetar, berkeringat dingin, mulut menjadi kering, membesarnya pupil, sesak nafas, meningkatnya detak jantung, mula dan muntah, dan gejala lainnya.

Marhijanto (1987) dalam bukunya mengatakan bahwa kecemasan adalah suatu yang abstrak dan tidak dapat dilihat oleh indera mata manusia, dan kecemasan juga telah terjadi pada setiap manusia dan lebih-lebih pada pola masyarakat modern sekarang ini dimana banyak terjadi persaingan-persaingan dan kekerasan yang membuat hati manusia menjadi tidak tenang dan tidak dapat berfikir secara jernih. Akan tetapi yang jelas kecemasan

merupakan suatu kejadian pada diri sendiri yang dapat menimbulkan detak jantung meningkat, nafas yang memburu, dan keluarnya keringat dingin, perasaan tidak tenang, lambung terasa mual, dada terasa sesak, dan gejala yang lain-lainnya.

Kecemasan bila dirangkum dari definisi-definisi diatas adalah proses emosi dan reaksi atas adanya keadaan yang mengancam yang membuat individu mengalami berbagai perasaan yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan adanya gejala-gejala psikis dan fisik. Gejala psikis antara lain dengan adanya rasa kurang percaya diri, khawatir, minder, rasa tidak puas, dan rasa tidak nyaman. Sedangkan gejala fisik ditandai dengan adanya keluar keringat dingin, sulit untuk berkonsentrasi, sulit tidur, jantung berdebar, gangguan pencernaan, dan lain-lain.

**b. Ciri atau indikator kecemasan**

Sue (dalam Wibowo, 2003) mengatakan bahwa kecemasan memiliki empat komponen untuk merespon, yaitu:

1. Kognitif, adalah respon terhadap kecemasan dalam pikiran manusia. Misalnya ketidakmampuan berkonsentrasi atau membuat keputusan, susah tidur, dan sebagainya.
2. Somatik, adalah reaksi tubuh terhadap adanya bahaya. Misalnya tangan dan kaki dingin, sering buang air kecil, diare, jantung berdebar-debar, keringat berlebihan, gangguan pernafasan, mulut kering, tekanan darah naik, pingsan, otot tegang, sakit pencernaan, dan lain sebagainya.

3. Emosi, adalah reaksi perasaan manusia dimana individu secara terus menerus khawatir, merasa takut terhadap bahaya yang mengancam.
4. Perilaku, adalah reaksi kecemasan dalam bentuk perilaku manusia terhadap ancaman dengan cara menghindar atau menyerang. Misalnya gelisah, cemas, gugup, menggigit bibir, dan sebagainya.

**c. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan**

Menurut Trismiati (2006) kecemasan yang terjadi akan direspon secara spesifik dan berbeda oleh setiap individu. Hal ini dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

a. Faktor Internal

1) Pengalaman

Menurut Horney, sumber-sumber ancaman yang dapat menimbulkan kecemasan tersebut bersifat lebih umum. Penyebab kecemasan menurut Horney, dapat berasal dari berbagai kejadian di dalam kehidupan atau dapat terletak di dalam diri seseorang, misalnya seseorang yang memiliki pengalaman dalam menjalani suatu tindakan maka dalam dirinya akan lebih mampu beradaptasi atau kecemasan yang timbul tidak terlalu besar.

2) Pendidikan

Menurut Nursalam (2003) pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah suatu cita-cita tertentu. Tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir rasional dan menangkap

informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah yang baru (Stuart & Sundeen, 1998). Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah pula dalam menerima informasi sehingga semakin benyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai yang baru di perkenalkan (Kuncoroningrat, 1997, dikutip oleh Nursalam dan Pariani, 2001).

3) Tingkatan Pengetahuam atau Informasi

Pengetahuan atau informasi merupakan fungsi penting untuk membantu mengurangi rasa cemas. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap subyek tertentu. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki, seseorang akan mengetahui mekanisme yang akan digunakan untuk mengatasi kecemasannya (Notoatmodjo, 2003).

4) Respon Terhadap Stimulus

Menurut Trismiati (2006), kemampuan seseorang menelaah rangsangan atau besarnya rangsangan yang diterima akan mempengaruhi kecemasan yang timbul.

5) Usia

Menurut Nursalam (2001), umur adalah usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan sesorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang

lebih di percaya dari orang yang belum cukup tinngi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwanya. Seseorang yang mempunyai usia lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dari pada seseorang yang lebih tua, tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya (Stuart, 2006).

6) Gender/Perbedaan Jenis Kelamin

Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, Myers (1983) mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Penelitian lain menunjukkan bahwa laki-laki lebih rileks dibanding perempuan.

b. Faktor Eksternal

1) Dukungan Keluarga

Adanya dukungan keluarga akan menyebabkan seorang lebih siap dalam menghadapi permasalahan, hal ini dinyatakan oleh (Kasdu, 2002).

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah kegiatan yang harus dilakukan seseorang terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan (Erich, 2003).

3) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan sekitar ibu dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih kuat dalam menghadapi permasalahan, misalnya lingkungan pekerjaan atau lingkungan bergaul yang tidak memberikan cerita negatif tentang efek negatif suatu permasalahan menyebabkan seseorang lebih kuat dalam menghadapi permasalahan, hal ini dinyatakan oleh (Baso, 2001).

**d. Bentuk-bentuk kecemasan**

Freud (dalam Prawitasari, 2002) membagi kecemasan menjadi tiga bentuk kecemasan, yaitu:

1. Kecemasan realistis, yaitu respon ego terhadap bahaya yang berasal dari luar
2. Kecemasan neurotis, yaitu apabila insting tidak dikendalikan dan orang menerima hukuman dari keadaan tersebut
3. Kecemasan moral, merupakan ketakutan karena pelanggaran terhadap norma-norma yang berlaku dalam masyarakat

## B. Landasan Pemikiran

Kesiapan kerja sangat penting bagi para mahasiswa yang akan memasuki dunia kerja. Mereka harus mengetahui bagaimana keadaan dunia kerja yang sesungguhnya, bagaimana kerasnya dunia kerja. Kesiapan kerja sendiri mempunyai indikator diantaranya mahasiswa yang memiliki kesiapan kerja pasti pertimbangan yang logis dan objektif. Maksudnya disini mahasiswa akan mulai mempertimbangkan yang tidak hanya dari satu sisi saja tetapi akan menghubungkan dengan hal lain dan pengalaman orang lain. Selain itu,

mahasiswa yang mempunyai kesiapan kerja pasti mempunyai kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain. Begitu juga dengan sikap kritis, mahasiswa yang mempunyai kesiapan kerja pasti akan mampu mengoreksi kesalahan dan selanjutnya akan mampu mengambil tindakan. Indikator lainnya yaitu berani menerima tanggung jawab yang diberikan, hal ini akan timbul dengan sendirinya ketika mahasiswa telah melampaui ke-matangan fisik dan mental serta adanya kesadaran. Mahasiswa juga akan mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan kerjanya serta memiliki ambisi untuk maju dan mampu mengikuti perkembangan bidang keahliannya.

Selain indikator diatas kesiapan juga dipengaruhi olah ilmu dan pengetahuan, keterampilan, mental dan sikap. Dengan ilmu dan pengetahuan maka mahasiswa akan memiliki wawasan yang luas yang akan membantunya dalam memasuki dunia kerja. Namun, ilmu dan pengetahuan saja tidak cukup karena harus ditunjang dengan adanya keterampilan untuk menyelesaikan tugas–tugas yang diberikan yang nantinya akan menjadi pengalaman. Selain itu, mental dan sikap juga akan mempengaruhi mahasiswa dalam menyikapi kenyataan di dunia kerja misalnya, berani, ulet, pekerja keras, dan lain–lain.

Seperti sudah dijelaskan diatas bahwasannya kesiapan kerja dipengaruhi mental dan sikap. Salah satu bagian dari mental yang akan dibahas oleh peneliti adalah konsep diri. Konsep diri adalah merupakan keyakinan–keyakinan seseorang tentang kualitas  personal yang tertuang dalam sifat atau atribut yang menonjol tentang dirinya. Konsep diri ada yang negatif ada yang positif. Orang yang memiliki konsep diri positif cenderung akan menghargai orang lain, merasa

setara dengan orang lain, yakin akan kemampuannya sendiri, dan lain-lain. Dasar konsep diri positif adalah penerimaan diri. Sedangkan orang yang memiliki konsep diri negatif akan sangat peka terhadap kritikan, tidak tahan atau tidak bisa dikritik dan mudah marah atau naik pitam, selain itu dia juga selalu suka mengeluh akan keadaanya, akan pekerjaannya, dan lain-lain. Orang dengan konsep diri negatif sering pemisis dengan apa yang dilakukannya terutama yang berhubungan denga kompetisi atau bersaing dengan orang lain.

Dari penjelasan diatas diketahui bahwa konsep diri dan kesiapan kerja mempunyai hubungan yang saling mendukung dalam arti jika konsep diri seorang mahasiswa adalah positif maka dia akan memiliki kesiapan kerja yang bagus, namun sebaliknya jika konsep diri seorang mahasiswa negatif maka dia pasti tidak atau kurang memiliki kesiapan kerja.

Variabel mental lain yang berpengaruh terhadap kesiapan kerja menurut peneliti adalah kecemasan. Kecemasan adalah suatu keadaan yang merupakan tumpukan atau kumpulan dari keadaan–keadaan serta masalah–masalah yang terjadi pada seseorang yang berupa adanya ketakutan yang berlebihan terhadap suatu bahaya. Seseorang yang mengaami kecemasan biasanya ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan yang diikuti perasaan tidak mampu menghadapi tantangan, tidak percaya diri dan tidak dapat menyelesaikan masalah. Hal ini jelas akan sangat berpengaruh terhadap pekerjaan, jadi jika seorang mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi sudah jelas dia tidak akan mempunyai kesiapan kerja, sebaliknya jika

seorang mahasiswa tidak memiliki kecemasan yang tinggi maka dia memiliki kesiapan kerja.

Dari penjelasan–penjelasan diatas maka bisa kita ambil kesimpulan bahwasannya konsep diri dan kecemasan memiliki hubungan terhadap ke-siapan kerja. Jika seorang mahasiswa memiliki konsep diri yang positif dan memiliki kecemasan rendah maka mahasiswa tersebut sudah bisa dipastikan memiliki kesiapan kerja tinggi, begitu pun sebaliknya jika seorang mahasiswa memiliki konsep diri yang negatif lalu memiliki kecemasan yang tinggi maka mahasiswa tersebut tidak memiliki kesiapan kerja.

**C. Hipotesis**

Dari uraian paparan, serta tinjauan pustaka diatas, maka dapat dikemukakann hipotesis dalam penelitian ini :

1. Ada hubungan antara konsep diri dan kecemasan dengan kesiapan kerja
2. Ada hubungan antara konsep diri dengan kesiapan kerja
3. Ada hubungan antara kecemasan dengan kesiapan kerja