

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Tentu saja, sebagai mahasiswa tingkat akhir persyaratan mereka jauh lebih tinggi daripada siswa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah akhir. Setelah beberapa tahun menuntut ilmu di bidang tertentu, muncul tanggung jawab baru, mengharuskan mahasiswa untuk mempertimbangkan tahap selanjutnya setelah menerima serangkaian pendidikan formal. Salah satunya adalah mencari pekerjaan yang sesuai dengan minat dan bakat mahasiswa, dan mereka dapat mendukung pekerjaannya dengan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan.

Masyarakat mulai menyadari pentingnya pendidikan tinggi dalam meningkatkan taraf hidup. Strata satu atau S1 merupakan cara untuk memperoleh lebih banyak pengetahuan dan keterampilan, sehingga mereka dapat menguasai keterampilan yang tidak dimiliki oleh orang yang berpendidikan rendah (Soemanto, 2006), namun pada kenyataannya orang yang berpendidikan lebih tinggi mungkin tidak mendapatkan pekerjaan.

Badan Pusat Statistik (2020) menyebutkan jumlah angkatan kerja pada Februari 2020 sebanyak 137,91 juta orang, naik 1,73 juta orang dibanding Februari 2019. Berbeda dengan naiknya jumlah angkatan kerja, Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) turun sebesar 0,15 persen poin.

Dalam setahun terakhir, pengangguran bertambah 60 ribu orang, berbeda dengan TPT yang turun menjadi 4,99 persen pada Februari 2020. Dilihat dari

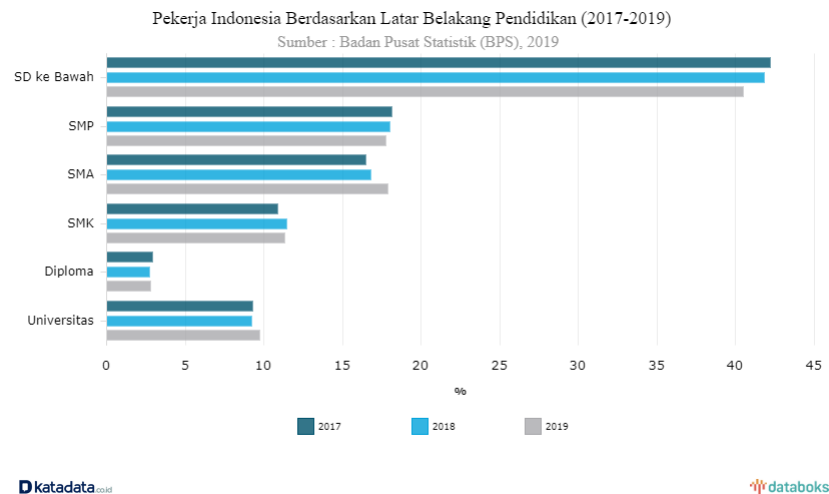
tingkat pendidikan, TPT Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) masih yang paling tinggi diantara tingkat pendidikan lain, yaitu sebesar 8,49 persen.

Penduduk yang bekerja sebanyak 131,03 juta orang, bertambah 1,67 juta orang dari Februari 2019. Lapangan pekerjaan yang mengalami peningkatan persentase terutama Jasa Pendidikan (0,24 persen poin), Konstruksi (0,19 persen poin), dan Jasa Kesehatan (0,13 persen poin). Sementara lapangan pekerjaan yang mengalami penurunan terutama pada Pertanian (0,42 persen poin), Perdagangan (0,29 persen poin), dan Jasa Lainnya (0,21 persen poin). Banyaknya jumlah angkatan kerja yang meningkat dari tahun ke tahun tidak sebanding dengan jumlah lowongan pekerjaan yang tersedia.

Hal ini bertambah buruk dengan adanya pandemi yang terjadi pada tahun 2020 yaitu Corona, dari perspektif pekerja, pengusaha dan perusahaan independen, terlihat dampak pandemi Covid 19 terhadap dunia ketenagakerjaan Indonesia. Dari perspektif pekerja, akibat terganggunya kegiatan usaha di sebagian besar sektor, gelombang PHK dan berkurangnya pendapatan. Corona yang menghambat kegiatan ekonomi secara otomatis akan menyebabkan pelaku usaha mengalami kerugian, yang mengakibatkan banyak pekerja yang dipecat atau bahkan dipecat. Menurut data Kementerian Ketenagakerjaan (Kemnaker) per 7 April 2020, 39.977 perusahaan di sektor formal telah merumahkan dan melakukan PHK terhadap pekerjanya akibat pandemi Covid-19. Jumlah pekerja yang terkena dampak ini adalah 1.010.579.

Menghadapi kenyataan ini, setiap orang berusaha untuk meningkatkan kemampuannya. Salah satunya adalah dengan mengenyam pendidikan formal.

Menurut Papalia, Olds dan Feldman (2008), pendidikan dapat meningkatkan kesempatan kerja dan kemungkinan menghasilkan uang. Oleh karena itu, banyak orang yang terus mengenyam pendidikan formal dan beralih ke pendidikan tinggi untuk meningkatkan kualifikasi akademiknya.



**Gambar 1 Pekerja Indonesia Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan**

Sumber : Badan Pusat Statistik (2019)

Namun, fakta menunjukkan sulitnya bagi lulusan perguruan tinggi untuk mencari pekerjaan. Hal ini terlihat dari banyaknya lulusan perguruan tinggi yang masih menjadi pengangguran. Tercatat pada Februari 2019, jumlah tersebut masih dibatasi untuk pekerja dengan pendidikan sekolah dasar atau di bawahnya, terhitung 40,51%. Meskipun terjadi penurunan sekitar 1% dibandingkan tahun 2017 sebesar 42,23%, angka tersebut tidak berubah dalam tiga tahun terakhir. Serta dalam gambar diatas lulusan sarjana atau mahasiswa strata satu hanya menempati 2,8% pekerjaan pada tahun 2019 yang mana menurun dari tahun 2017 sebesar 0,13%

yang artinya sangat sedikit dari lulusan sarjana yang mendapat pekerjaan dari tahun ke tahun bahwa mengalami sedikit penurunan.

Data tersebut merupakan data terbaru dari BPS ketenagakerjaan, namun dikarenakan pandemi yang terjadi selama tahun 2020 dapat dipastikan bahwa lapangan pekerjaan akan berkurang. Survey yang dilakukan oleh Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI), Badan Litbang Ketenagakerjaan Kementerian Ketenagakerjaan dan Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia, Hingga 20 April 2020, 2.084.593 pekerja dari 116.370 perusahaan telah di-PHK dan terkena PHK Ngadi (2020). Hal ini terjadi karena banyak perusahaan yang mengurangi produksi atau bahkan menghentikan produksinya.

Setelah menyelesaikan studi di perguruan tinggi dan universitas, tantangan yang dihadapi mahasiswa di dunia kerja akan menimbulkan emosi negatif, salah satunya adalah kecemasan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Beiter et al. (2014) yang menunjukkan bahwa dibandingkan dengan siswa tingkat bawah, siswa pada tahun terakhir lebih cemas tentang perencanaan pasca universitas dan pencarian kerja setelah lulus. Menurut Prasetyo (2008) kecemasan juga membuat mahasiswa kesulitan dalam menyelesaikan studinya.

Selain itu, orang yang sedang mencari pekerjaan merasa bahwa proses mencari pekerjaan dianggap sulit dan berhubungan dengan emosi negatif (Wanberg, Zhu, & Van Hooft, 2010). Salah satu emosi negatif yang dirasakan oleh mahasiswa merupakan kecemasan. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional dengan kombinasi dari gejala fisik, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan hal-hal

buruk (Nevid, Rathus dan Grenee, 2005). Menurut Yerkes dan Dodson (dalam Durand & Barlow, 2006), jika orang merasa sedikit cemas, pekerjaannya akan lebih baik. Namun, kecemasan yang berlebihan dapat merusak kehidupan sehari-hari (Durand & Barlow, 2006).

Dalam Penelitian Liu (2009) meningkatnya tekanan lapangan kerja menyebabkan kecemasan mahasiswa semakin meningkat. Tingkat pekerjaan di jurusan yang berbeda mungkin memainkan peran positif dalam kecemasan. Terdapat perbedaan kecemasan yang dialami mahasiswa dari berbagai jurusan studi yang mereka ambil. kecemasan berada dalam kurva yang menurun dari pengobatan Cina dan barat, kedokteran klinis, teknik biomedis dan keperawatan. tetapi siswa keperawatan menunjukkan kecemasan yang sangat rendah.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ini dapat menurunkan performa kerja atau bahkan lebih buruk lagi. Menurut Jones (2020) kecemasan dapat menyebabkan takut berbicara di depan umum, takut berinteraksi dengan sosok penting pada perusahaan, takut dalam mengambil tantangan baru, takut sehingga terlihat gelisah dan cemas.

Nevid (2005) dalam bukunya menjelaskan bahwa gangguan kecemasan adalah kondisi emosional yang ditandai dengan gejala fisik, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan umum bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Durand dan Barlow (2006), yaitu kecemasan adalah suatu keadaan emosi dimana orang merasa khawatir terhadap kemungkinan adanya bahaya, bahaya ini ditandai dengan efek negatif dan gejala

ketegangan fisik. Keadaan ini biasanya terjadi ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang dianggap penting atau mendesak.

Pandangan yang sama adalah bahwa Kearney dan Trull (2012) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan emosi normal yang terjadi ketika orang menganggapnya berbahaya. Jika situasi yang dianggap mengancam semakin dekat, misalnya ujian semakin dekat dan individu merasa belum siap, maka kecemasan dapat terjadi. Sesuai situasi pada mahasiswa tingkat akhir, semakin dekat mereka untuk menghadapi dunia kerja maka mereka akan merasa cemas.

Santrock (2011) berpendapat bahwa memasuki dunia kerja merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus diselesaikan individu pada usia dewasa awal. Pada tahap ini mahasiswa pada tahun terakhir berada pada rentang usia tahap ini, yaitu 18-25 tahun. Memasuki dunia kerja menghadirkan tantangan baru yang berbeda dengan pengalaman universitas.

Corcoran dan Matsudaira (dalam Papalia, Olds dan Feldman, 2009) menunjukkan bahwa kondisi pasar tenaga kerja saat ini semakin kompetitif dan persyaratan untuk keterampilan tenaga kerja semakin meningkat. Tantangan mengembangkan dunia kerja yang semakin kompleks bisa dilihat sebagai peluang yang sangat besar. Namun dapat juga menimbulkan kecemasan pribadi. Menurut uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dihadapi dunia kerja merupakan keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang dialami oleh individu, yang diakibatkan oleh menghadapi dunia kerja yang semakin dekat. Tantangan terkait dan dicirikan oleh gejala fisik, kognitif, dan perilaku. Prins (dalam Kearney

& Trull, 2012) meyakini bahwa kecemasan melihat memiliki tiga aspek penting yaitu fisik, mental dan perilaku.

Gejala fisik yang dialami saat merasa cemas antara lain detak jantung cepat, berkeringat, bibir kering, gemetar, pusing dan gejala tidak menyenangkan lainnya. Gejala mental mungkin termasuk percaya bahwa seseorang akan kehilangan kendali dan dirugikan oleh situasi yang akan datang. Gejala perilaku termasuk menghindari situasi tertentu atau terus-menerus meyakinkan orang lain bahwa semuanya akan baik-baik saja (Beidel & Turner, dalam Kearney & Trull, 2012).

Taylor (2005) menemukan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan. Dukungan sosial juga berpengaruh terhadap depresi pada masa-masa stress yang dapat diperoleh dari berbagai aspek yaitu Keluarga, pasangan, orang tua, teman sebaya dan komunitas (Sarafino & Smith, 2011).

Nevid, Rathus dan Grenee (2005) menunjukkan bahwa salah satu faktor penyebab kecemasan adalah faktor sosial dan lingkungan. Faktor-faktor ini termasuk paparan peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati tanggapan ketakutan orang lain, dan kurangnya dukungan sosial. Uchino (Sarafino & Smith, 2011) menggambarkan dukungan sosial sebagai rasa nyaman, perasaan diperhatikan dan dihormati, dan bantuan yang diterima individu dari individu lain.

Penelitian Amilia (2014) menyebutkan apabila dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungan secara positif akan menganggap peristiwa yang dialami menjadi sesuatu yang tidak terlalu mengalami kecemasan dan merasa aman serta nyaman karena merasa di-perhatikan, dicintai dan dirinya dapat diterima di

lingkungan dengan baik. Dukungan sosial sangatlah penting untuk dipahami karena dukungan sosial menjadi sangat berharga ketika individu mengalami suatu masalah oleh karena itu individu yang bersangkutan membutuhkan orang-orang terdekat yang dapat dipercaya untuk membantu dalam mengatasi permasalahannya tersebut (Rif'ati, 2018).

Ogden (2007) mendefinisikan dukungan sosial sebagai jumlah teman yang dimiliki oleh seseorang. Kemudian, pendapat tersebut dikembangkan menjadi peningkatan kepuasan seseorang atas dukungan yang diberikan oleh orang lain. Pada saat yang sama, Taylor (2009) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi dari orang lain bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihormati dan dihargai, dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama.

Pendapat yang sama dengan hal tersebut, Uchino (Sarafino & Smith, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk kenyamanan, perasaan diperhatikan dan dihormati, serta merupakan bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain. Dukungan sosial bisa datang dari semua pihak, baik orang tua, pasangan, keluarga, sahabat, dan komunitas sosial (Sarafino & Smith, 2011).

Dalam penelitian Fauziyah (2015) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat membuat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja, terutama dukungan sosial teman sebaya yang diterima oleh individu. Dukungan ini berupa dukungan informasi, persahabatan, penghargaan, dan dukungan instrumental. Hal ini dipengaruhi oleh fakta bahwa mahasiswa lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya, terlebih bagi mahasiswa yang merantau dan jauh dari orang tua.



Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir Universitas Airlangga.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Masa Pandemi ini membuat banyak perusahaan mengalami masa-masa sulit sehingga terjadi banyak PHK dan pengurangan lapangan kerja akibat beberapa perusahaan yang tidak mampu bertahan dan terpaksa tutup.

Serta fakta bahwa mahasiswa Strata satu hanya mengisi 2,8% lapangan pekerjaan yang tersedia di Indonesia. Hal ini menunjukkan sulitnya bagi lulusan perguruan tinggi untuk mencari pekerjaan. Hal ini terlihat dari banyaknya lulusan perguruan tinggi yang masih menjadi pengangguran.

Menurut Liu (2009) meningkatnya tekanan lapangan kerja menyebabkan kecemasan mahasiswa semakin meningkat. Kecemasan tersebut menurut Jones (2020) dapat menyebabkan takut berbicara di depan umum, takut berinteraksi dengan sosok penting pada perusahaan, takut dalam mengambil tantangan baru, takut sehingga terlihat gelisah dan cemas.

Namun Taylor (2005) menemukan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan. Dukungan sosial juga berpengaruh terhadap depresi pada masa-masa stress yang dapat diperoleh dari berbagai aspek yaitu Keluarga, pasangan, orang tua, teman sebaya dan komunitas (Sarafino & Smith, 2011). Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

### **1.3 Batasan Masalah**

Dalam penelitian kali ini, berdasarkan identifikasi masalah yang sudah di jelaskan diatas, penulis memberikan batasan atas ruang lingkup penelitian yang dilakukan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan subjek mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya. Penelitian ini memfokuskan permasalahan pada hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Adapun dukungan sosial yang dimaksud adalah yang diberikan keluarga, teman, atau kerabat lainnya kepada mahasiswa. Sedangkan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja merupakan respon seseorang terhadap kondisi yang membuat seseorang merasa cemas. Peneliti membatasi masalahnya pada:

#### **1.3.1 Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja**

Kecemasan dalam dunia kerja merupakan respon seseorang terhadap kondisi yang membuat seseorang merasa cemas. Saat menghadapi dunia kerja, respons kecemasan tidak hanya pada tubuh, pikiran, perilaku, dan respons emosional. Data kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh dari skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang melibatkan aspek kecemasan Greenberger dan Padesky (1995).

#### **1.3.2 Dukungan Sosial**

Menurut penelitian Cohen dan Syme dalam Zimet (1988), dukungan sosial merupakan salah satu faktor positif yang dapat membantu menjaga kesehatan

mental. Dukungan sosial juga dapat digunakan untuk meningkatkan self esteem dan perasaan positif, yang dapat membantu individu dalam menghadapi masalah.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang ingin diteliti pada penelitian ini :

1. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir di Universitas Airlangga?
2. Apakah terdapat perbedaan kecemasan antara wanita dan laki-laki pada mahasiswa akhir di Universitas Airlangga?
3. Apakah terdapat perbedaan kecemasan pada setiap department pada mahasiswa akhir di Universitas Airlangga?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris apakah terdapat hubungan antara dukungan social dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Airlangga.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dibidang psikologi sosial demi mengetahui mengenai hubungan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja serta dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya untuk meneliti hal yang sama demi menemukan permasalahan lain yang terjadi.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Mahasiswa (subjek pada penelitian ini) dan lingkungan sekitar

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi bahwa memiliki dukungan sosial yang cukup baik dapat mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja.

2. Bagi keluarga

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi kepada orang tua dalam membantu dan mengawasi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, hal ini untuk memastikan bahwa hubungan yang dimiliki oleh mahasiswa positif.

