

BAB I PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Kesejahteraan suatu negara salah satunya dilihat dari Keadaan perekonomiannya. Keadaan perekonomian salah satunya dipengaruhi oleh pengangguran karena menurunkan produktivitas dan pendapatan masyarakat, yang dapat mengakibatkan kemiskinan dan masalah sosial lainnya (Ishak, 2018). Karena tidak menghasilkan uang, individu yang menganggur mengurangi tingkat pendapatan, sehingga menurunkan kemakmuran dan kesejahteraan. Individu yang menganggur juga dapat mengalami masalah psikologis seperti stress. *International Monetary Fund* (IMF) atau Dana Moneter Internasional mengemukakan tingkat pengangguran Indonesia tertinggi di negara-negara Asia Tenggara lainnya. Meskipun demikian, Badan Pusat Statistik (BPS) menjelaskan tingkat pengangguran terbuka (TPT) per Februari 2024 menurun 0,63 persen dibanding tahun 2023 lalu. Kini TPT Indonesia berada di angka 4,82 % yang sebelumnya pada tahun 2023 berada di angka 5,45%.

Badan Pusat Statistik (BPS) juga mengemukakan pengangguran sesuai dengan lulusan pendidikan terakhirnya. Disajikan dalam grafik berikut ini:



Dari grafik tersebut menunjukkan adanya penurunan pengangguran di setiap lulusan tingkat pendidikan terakhir atau setidaknya tidak meningkat. Namun, dari grafik tersebut dapat dilihat pula adanya kenaikan pengangguran pada lulusan tingkat sarjana. Menurut Menteri Ketenagakerjaan Ida Fuziya, besarnya pengangguran lulusan perguruan tinggi ini disebabkan karena ketidaksesuaian antara pendidikan tinggi dengan pasar tenaga kerja, yang menjadi

penyebab tingginya angka pengangguran di kalangan lulusan baru (*fresh graduated*). Pada kesempatan berbeda, Staf Ahli Menteri Koperasi dan UKM Bidang Produktivitas dan Daya Saing menyatakan bahwa ketidaksesuaian antara tuntutan dunia industri dengan pendidikan menjadi akar penyebab tingginya angka pengangguran di Indonesia. Padahal, sebagian besar masyarakat juga bekerja di bidang yang tidak sesuai dengan bidang studinya. *World Economic Forum* (WEF) menyatakan bahwa pertumbuhan ekonomi yang rendah, biaya bahan baku yang tinggi, pasokan yang menurun, dan lapangan kerja yang menurun merupakan penyebab utama pengangguran.

Selain pertumbuhan ekonomi yang lambat di Indonesia, munculnya kecerdasan buatan (AI), pembelajaran mesin, dan analisis keamanan informasi telah menyebabkan perubahan dalam keterampilan dan kebutuhan tenaga kerja, yang selanjutnya menurunkan permintaan tenaga kerja, khususnya di kalangan lulusan perguruan tinggi yang mengantisipasi upah atau gaji yang lebih tinggi. Kenyataannya, sudah ada pilihan pengganti yang tersedia bagi karyawan saat ini atau calon karyawan, seperti memperoleh keterampilan dan pelatihan baru. Namun, pelatihan ini memiliki biaya lebih yang sering kali harus dibayar. Pasokan pekerjaan akan terus meningkat secara dinamis sebagai respons terhadap kemajuan teknologi.

Masalah yang dihadapi pendidikan tinggi adalah menghasilkan lulusan yang mengikuti tuntutan zaman. Menurut Bapak Nadiem Makarim dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, masa depan tidak dapat dipastikan. Masyarakat menjadi cemas karena ketidakpastian ini, dan ketegangan serta kecemasan disebabkan oleh rasa takut tidak dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan tersebut (Hinkelmann & Luzzo, 2007).

Kecemasan terhadap masa depan adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan cemas yang sering muncul ketika memikirkan masa depan atau disebut *future anxiety*. (Archuleta, Dale, & Spann, 2013). *Future anxiety* merupakan keadaan di mana kekhawatiran, kecemasan, dan perasaan teror dihasilkan oleh gambaran mental tentang peristiwa masa depan yang tidak menguntungkan (Miloyan, Pachana, & Suddendorf, 2014). *Future anxiety* merupakan emosi buruk yang dialami orang dan berdampak buruk pada perilaku mereka, memiliki kecemasan tinggi terhadap masa depan dapat menurunkan kepuasan hidup. Seperti yang dikemukakan oleh Prawirohusodo (Prawirohusodo dalam Rusli, 2004, sebagaimana dikutip dalam Nugroho & Karyono, 2014), bahwa Kecemasan dapat menghambat keinginan seseorang untuk sukses, menciptakan hambatan, dan menghambat kinerja. Seseorang yang mengalami tingkat kecemasan tinggi mungkin juga merasa sulit untuk bersosialisasi, dan anggapan ini juga dapat mencegah

individu tersebut mencapai potensi penuhnya. Sesuai dengan data hasil Swaperiksa yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada tahun 2020 dengan 4.010 responden. Menunjukkan 65% mengalami kecemasan. berdasarkan data tersebut ternyata Presentase nilai kecemasan termasuk cukup tinggi. Dan berdasarkan kelompok usia, kelompok terbanyak mengalami masalah psikologis berada pada kelompok usia diatas 60 tahun dan kelompok usia 17 sampai 29 tahun(PDSKJI / PDSKJI.Org, n.d.). Selain itu Penelitian lain dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) terhadap 14.988 orang selama kurun waktu 2020-2022. Hasilnya menunjukkan bahwa pada tahun 2020, sebanyak 68,8% orang mengalami masalah kecemasan, pada tahun 2021 sebanyak 76,1% orang mengalami masalah kecemasan, dan pada tahun 2022 sebanyak 75,8% orang mengalami masalah kecemasan. Kelompok usia dengan persentase tertinggi orang yang mengalami masalah kecemasan adalah usia 20-30 tahun.

Fakta ini menunjukkan bahwa orang-orang yang berusia 17-30 tahun adalah mereka yang paling banyak mengalami kecemasan. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 1 Tahun 2020, orang-orang mulai terdaftar di perguruan tinggi pada usia tersebut. Selain itu, menurut Santrock (2011) Masa dewasa awal mencakup rentang usia tersebut. Rentang usia antara masa remaja dan dewasa disebut sebagai masa dewasa awal. Seseorang yang sudah dianggap dewasa tentu memiliki lebih banyak tanggung jawab dan peran. Orang-orang sudah mulai memutuskan hubungan ekonomi, sosial, dan psikologis dengan orang lain, terutama orang tua mereka.

Masa dewasa awal sangat rentan akan kecemasan, terutama awal masa dewasa. Oleh karena itu, dibandingkan tingkat kecemasan pada kelompok usia yang lebih tua, tingkat kecemasan pada dewasa awal lebih memiliki dampak yang besar pada kesehatan mental dan hasil fungsional jangka Panjang (Piccolo & Noble, 2018). Selain itu, Penelitian telah menunjukkan bahwa kecemasan memengaruhi perkembangan otak, dan pada orang dewasa awal, kecemasan yang terus berlanjut dapat berdampak jangka panjang pada pertumbuhan sosial, psikologis, dan intelektual. Seiring berjalannya waktu, meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja dapat menyebabkan peningkatan kecemasan dan keputusan, terutama setelah tahun 2011 (Barthorpe et al., 2020).Sebagaimana dalam studi longitudinal di Pegunungan Great Smoky (Amerika Serikat) berkaitan dengan analisis epidemiologi responden berusia 9–26 tahun tentang gangguan kecemasan sejak bayi hingga dewasa awal. Peningkatan paling signifikan dalam gangguan

kecemasan, menurut hasil penelitian, terjadi selama transisi menuju dewasa awal dan bahkan tampaknya tidak menurun selama penelitian berlangsung. Gangguan kecemasan umum, gangguan panik, dan agorafobia adalah jenis gangguan kecemasan yang paling umum terjadi pada masa dewasa awal ini. Ketakutan terhadap dampak gejala gangguan kecemasan dapat menghambat fungsi di awal masa dewasa (Copeland et al., 2014)

Timbulnya atau memburuknya gejala gangguan kecemasan di awal masa dewasa ini dapat mengganggu kapasitas seseorang untuk mandiri. Lalu, apa saja yang harus dimasukkan dalam proses yang sesuai dengan perkembangan, seperti memahami keinginan untuk melanjutkan pendidikan tinggi, bertanggung jawab atas studinya, mengelola keuangan, dan memiliki gambaran awal tentang pekerjaan, disertai saran tentang cara mencapainya, rencana cadangan jika pekerjaan yang diinginkan tidak terwujud, dan risiko yang terkait dengan setiap keputusan yang diambil. Sebaliknya, kecemasan dapat sangat merugikan individu karena ukuran keberhasilan periode perkembangan ini bergantung pada penyelesaian dan pengelolaan tugas-tugas yang menimbulkan kecemasan seperti mendaftar di perguruan tinggi, berkomunikasi dengan atasan atau publik, melamar dan memulai pekerjaan, atau mengembangkan hubungan dan memulai hubungan romantis. Jika kecemasan meningkat, orang akan merasa tidak siap untuk bertanggung jawab atas diri mereka sendiri, terpisah dari orang tua mereka, dan bahkan tidak ingin berkembang pada tahap ini.

Berdasarkan Hasil dari studi awal yang diberikan kepada 31 Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. 19 diantaranya mengalami kecemasan masa depan. Hal ini tampak dari gejala-gejala kekhawatiran yang dialami orang ketika merenungkan masa depan: pusing, detak jantung meningkat, mual, sulit tidur, sensasi tidak menyenangkan, harga diri rendah, melankolis, dan amarah (Taylor, 1953). Hal yang mereka takutkan dari masa depan adalah mereka takut akan kegagalan, takut akan ketidaksesuaian antara perencanaan dan hasil, takut kesulitan mendapatkan pekerjaan, takut mengalami kekurangan finansial, takut tidak mampu menyelesaikan permasalahan di masa depan, takut mengecewakan orangtua dan takut berjauhan dengan orangtua. Dampak dari kecemasan yang mereka rasakan pada kehidupan sehari-hari adalah kesulitan menentukan pilihan, tidak menyelesaikan pekerjaan dan tugas mereka saat ini dengan maksimal bahkan tertundanya pekerjaan yang saat ini dilakukan, tidak bergairah mengerjakan apapun dan hanya berdiam diri, bermalas-malasan, mengurung diri karena *insecure*, dan berkurangnya nafsu makan. Usaha yang mereka lakukan untuk mewujudkan masa depan mereka

adalah memulai mencari pekerjaan dari sebelum lulus kuliah, berusaha berkuliah dengan nilai yang baik, dan mencari minat dan bakat. kemudian mereka tidak mampu menceritakan masa depannya ke orang lain, sebagian hanya mampu menceritakan ke orang terdekat seperti keluarga dan saudara, karena mereka merasa orang lainpun tidak mau tau prosesnya seperti apa yang mereka ingin tahu hanya hasilnya. Tekanan yang mereka hadapi dalam mewujudkan masa depan mereka antara lain, harapan orang tua, ekonomi keluarga, sering dibandingkan dengan saudara, balas budi kepada orangtua, dan tuntutan tanggung jawab serta biaya untuk adik-adiknya.

Hal tersebut sama dengan yang dikatakan oleh Maurofah Hanim dkk. dalam jurnalnya bahwa “Individu pada masa dewasa awal yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya” (Author et al., n.d.). Menurut Nurmi (1991) Masa dewasa awal merupakan masa yang paling tepat bagi seseorang untuk memiliki visi yang jelas tentang masa depan mereka, terutama dalam hal karier. Kemampuan untuk membuat rencana masa depan dikenal sebagai orientasi masa depan atau orientasi masa depan. Proses inspirasi, perencanaan, dan evaluasi yang beragam lainnya adalah Orientasi Masa Depan. Perencanaan merupakan upaya individu untuk mewujudkan tujuan yang perlu dicapai; evaluasi merupakan penilaian sejauh mana tujuan yang diantisipasi dapat terpenuhi. Motivasi merupakan minat individu terhadap sesuatu. Orientasi masa depan dapat dipahami sebagai perilaku yang disengaja yang mengekspresikan pandangan seseorang terhadap masa depannya. Ada rencana, tujuan, metode, dan harapan untuk mencapai tujuan yang dimiliki dalam orientasi masa depan. Individu harus memiliki pengetahuan tentang konteks masa depan agar Orientasi Masa Depan dapat berkembang, karena pengetahuan memberi seseorang kemampuan untuk menetapkan tujuan objektif dan mengelola sarana untuk mencapainya (Syahrina & Wulan, 2015).

Thoms mengemukakan bahwa orientasi terhadap masa depan dapat dipahami melalui lima dimensi, yaitu *pessimism*, *intention*, *pace*, *optimism*, dan *density*. *Pessimism* berkaitan dengan kecemasan dan kecenderungan memandang masa depan secara negatif. *Intention* berkaitan dengan pemahaman individu terhadap tindakan dan peristiwa yang akan terjadi di masa depan. *Pace* menggambarkan kecemasan atau perasaan negatif yang berkaitan dengan masa depan, sedangkan *optimism* berkaitan dengan harapan dan pengaruh positif terhadap masa depan. Adapun *density* merujuk pada banyaknya aktivitas yang diantisipasi individu untuk dilakukan di masa depan (Thoms, 2004).

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Lailatul, M, H dan Sa'adatul, Ahlas (2020) menunjukkan bahwa kecemasan dan orientasi masa depan memiliki hubungan negatif yang substansial pada mahasiswa tahun akhir, dengan individu antara usia 18 dan 25 tahun diklasifikasikan sebagai orang dewasa awal . Kemudian penelitian yang dilakukan oleh halgin dan whitbourne (2010) juga menunjukan korelasi negatif antara orientasi masa depan dengan kecemasan. Serta, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayyaturrahman (2018) menunjukkan bahwa semakin tinggi orientasi masa depan maka kecemasan akan mengalami penurunan.

Selain *future orientation*, dari hasil study pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti juga terdapat aspek-aspek dari *social support* seperti merasa takut melihat orangtua dan keluarga kecewa, merasa orang lain tidak mau mendengarkan rencana dan proses dalam mewujudkan masa depannya, merasa tidak nyaman karena dibanding-bandingkan, tuntutan untuk balas budi kepada orangtua, dan tuntutan tanggung jawab serta biaya untuk adik-adiknya. Perasaan- perasaan tersebut juga membuat individu merasa cemas. Adicondro & Purnamasari (2011) mengatakan bahwa lingkungan dan dukungan sosial merupakan faktor yang mempengaruhi kecemasan. Hal tersebut juga dikatakan Nevid, Rathus dan Grenee (2005) bahwa lingkungan sosial merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan. Komponen ini terdiri dari terpaparnya seseorang pada situasi yang menakutkan atau menjengkelkan, melihat orang lain bereaksi dengan ketakutan, dan kurangnya dukungan sosial Taylor (2009) juga mendefinisikan *social support* sebagai informasi bahwa seseorang dihormati dan dihargai, dicintai dan diperhatikan, dan menjadi bagian dari keterkaitan serta komunikasi. Sependapat dengan hal itu, Uchino (Sarafino & Smith, 2011) mengungkapkan bahwa *social support* adalah dukungan yang diterima orang dari satu sama lain, serta rasa nyaman, rasa hormat, dan perhatian yang mereka terima. Hubungan sosial, orang tua, pasangan, saudara, dan teman hanyalah beberapa orang yang dapat memberikan dukungan sosial (Sarafino & Smith, 2011).

Kemudian, Hasil penelitian yang dilakukan oleh Faradina dan Jati (2015) menunjukkan bahwa di antara mahasiswa sarjana S1, ada hubungan terbalik yang substansial antara dukungan sosial dari teman sebaya dan kekhawatiran memasuki dunia kerja. Adapula hasil penelitian yang dilakukan oleh Herawati, Muhid dan Hamdani menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *social support* terhadap *anxiety*.

Selain itu, Penelitian yang dilakukan Puspoky, Forchuk dan Griffin (2006) menemukan bahwa hubungan dengan teman sebaya membantu pemulihan kesehatan mental. Serta penelitian

oleh Tahmasbipoura dan Taheri (2012) pada 1242 Mahasiswa dari Universitas Shahid Rajaee dinyatakan bahwa dukungan sosial penting untuk meningkatkan kesehatan mental.

Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui pengaruh dari *future orientation* dan *social support* terhadap *future anxiety* pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian ini yaitu :

1. Apakah *future Orientation* berpengaruh terhadap *future Anxiety* pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?
2. Apakah *social support* berpengaruh terhadap *future anxiety* pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *future orientation* dan *social support* terhadap *future anxiety* pada mahasiswa uin sunan gunung djati bandung?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang akan dilakukan adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh *future orientation* terhadap *future anxiety* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung
2. Untuk mengetahui pengaruh *social support* terhadap *future anxiety* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung
3. Untuk mengetahui pengaruh *future orientation dan social support* terhadap *future anxiety* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Kegunaan Penelitian

Terdapat dua kegunaan dalam penelitian ini, yaitu:

Kegunaan Teoritis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya Psikologi Klinis, Psikologi Perkembangan, dan Psikologi Sosial, mengenai *future anxiety* pada dewasa awal serta keterkaitannya dengan *future orientation* dan *social support*. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan penelitian selanjutnya.

Kegunaan Praktis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman bagi individu dewasa awal mengenai *future anxiety* serta faktor psikologis dan sosial

yang berkaitan dengannya. Bagi praktisi dan pihak yang mendampingi dewasa awal, hasil penelitian dapat menjadi bahan informasi dan pertimbangan dalam memahami fenomena kecemasan terhadap masa depan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi empiris bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji *future anxiety*, *future orientation*, dan *social support* pada dewasa awal.

