

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Pendidikan sarjana merupakan salahsatu langkah yang diambil oleh individu dalam melakukan persiapan karir. Sejalan dengan itu, mahasiswa yang menempuh pendidikan sarjana dalam tahap perkembangannya berada pada masa peralihan antara masa remaja dengan dewasa awal. Eksplorasi karir merupakan salahsatu tugas perkembangan pada masa dewasa awl, namun pada masa ini dasar-dasar yang dimiliki individu relatif masih kurang. Sehingga individu cenderung mengalami ketidakstabilan, membutuhkan waktu yang lama dan sulit untuk menyesuaikan diri, yang mana hal tersebut dapat memicu munculnya perasaan cemas dan kekhawatiran (Hurlock, 1992).

Menurut Hurlock (1992) terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seorang individu sulit menentukan pilihan karir. Diantaranya adalah persiapan yang lama dan memakan biaya, jenis pilihan pekerjaan yang terus bertambah, dan tidak terpenuhinya persyaratan pada lowongan pekerjaan. Kesulitan dalam penentuan karir ini selanjutnya dapat menjadi penyebab dari sulitnya seseorang dalam mendapatkan pekerjaan. Akibatnya, angka pengangguran juga semakin meningkat. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), angka pengangguran meningkat setiap tahunnya.

Tabel 1. 1 Data pekerja dan pengangguran di Indonesia bulan agustus 2017 -2021

Tahun	Bekerja	Pengangguran
2017	124.538.850	7.040.320
2018	129.479.540	7.073.390
2019	131.692.590	7.104.420
2020	133.292.870	9.767.750
2021	131.064.310	9.102.052

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa sejak 5 tahun terakhir, angka pengangguran di Indonesia meningkat setiap tahun. Pada tahun 2017 hingga 2021, terdapat

selisih sekitar 20 ribu jiwa. Namun, terdapat lonjakan drastis pada tahun 2020 dimana angka pengangguran bertambah hingga 2,66 juta jiwa.

Tingginya angka pengangguran ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Sukidjo (dalam Azhari & Mirza, 2016) menyatakan bahwa faktor-faktor tersebut diantaranya yaitu jumlah lapangan kerja yang terbatas, kebijakan pemerintah yang tidak tepat, dan rendahnya upaya pemerintah dalam melakukan pelatihan untuk meningkatkan kualitas tenaga kerja. Salah satu penyebab meningkatnya angka pengangguran pada tahun 2020 yaitu karena terjadinya PHK besar-besaran akibat Covid-19 yang menurut survey nasional yang diselenggarakan oleh SMRC (Saiful Mujamil Research & Consulting), pada Juli 2020 terdapat sekitar 29 juta warga Indonesia yang mengalami PHK (Redaksi, 2020).

Di sisi lain setiap tahunnya, setiap universitas di Indonesia meluluskan ribuan sarjana. Usia rata-rata mahasiswa yang lulus dari universitas yaitu sekitar 23-25 tahun, yang berdasarkan teori perkembangan karir pada usia ini individu akan memilih jalur karir dan mulai mengembangkan ekspektasi karirnya dan membuat komitmen karir (Super, dalam Tsai et al., 2017). Namun, pada tahun 2020, 13.18% diantara jumlah pengangguran merupakan lulusan sarjana dan diploma. Kemudian 34% dari jumlah tersebut diisi oleh masyarakat dengan usia produktif yaitu 15 hingga 24 tahun. Hal ini terjadi karena terdapat sarjana yang tidak melanjutkan studi, ketatnya persaingan antara pencari kerja, pesatnya pertumbuhan sumber daya manusia, dan kemajuan teknologi yang juga berkembang dengan pesat (Isnaini & Lestari, 2015). Kemudian pengaruh lain yang dapat menjadi penyebab banyaknya pengangguran dari lulusan perguruan tinggi yaitu karena kurangnya pengalaman dalam dunia kerja, tidak memenuhi standar perusahaan, dan kompetensi yang tidak cukup dimiliki oleh lulusan tersebut. Akibatnya, jumlah pengangguran terdidik akan semakin banyak. Hal ini dapat menimbulkan rasa khawatir bagi yang sedang mempersiapkan karirnya, khususnya bagi mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh ahli di *Robert Koch Institute* di Berlin, Jerman, para pengangguran rawan mengalami gangguan fisik dan mental. Para pengangguran tersebut cenderung mengalami insomnia, kecanduan terhadap hal-hal tertentu, dan mengalami cemas (Isnaini & Lestari, 2015).

Kecemasan merupakan rasa takut mengenai hal-hal berupa ancaman yang belum jelas dan tidak realistis (Alloy dalam Azhari & Mirza, 2016). Menurut Freud, kecemasan adalah

kondisi dimana individu mengalami perasaan tidak menyenangkan yang diikuti dengan reaksi fisik saat menghadapi situasi yang berbahaya dan mengancam (Feist & Feist, 2009).

Spielbelger menyatakan bahwa kecemasan adalah rasa takut mengalami kegagalan (*fear of failure*) atau takut menderita kekalahan (Isnaini & Lestari, 2015). Pada dasarnya rasa cemas dan khawatir merupakan hal yang wajar dialami oleh manusia saat sedang menghadapi situasi tertentu yang kurang menyenangkan dan dianggap mengancam. Contohnya adalah rasa cemas yang dialami oleh mahasiswa yang sedang mempersiapkan dirinya untuk berkarir. Rasa cemas dan khawatir tentang pekerjaan ini disebut dengan istilah kecemasan karir atau *career anxiety*.

Career anxiety mengacu pada emosi negatif yang dialami sebelum atau saat berada dalam tahap penentuan karir dan pada saat bekerja (Fouad dalam Shin & Lee, 2019).

Kecemasan dalam menentukan karir ini sebenarnya bisa dialami oleh setiap tahap masa perkembangan karir, namun masa perkembangan karir ini merupakan tahap yang sangat kritis untuk menjadi penentu tahapan karir selanjutnya di masa depan. Bagaimanapun tahapan ini merupakan tahapan yang sangat krusial, karena saat mahasiswa memuai menjalani karirnya setelah lulus, ini akan menjadi periode transisi dari peran siswa menjadi peran pekerja. Dalam masa transisi ini pula mahasiswa akan menghadapi berbagai kemungkinan dalam persiapan memulai dunia kerja, yang mungkin akan menimbulkan rasa cemas dan panik. Sehingga jika dilakukan tanpa persiapan yang matang disertai dengan pemahaman diri kecemasan yang dialami akan meningkat (Tsai et al., 2017).

Pada tahun 2020, Menteri pendidikan Indonesia meluncurkan program baru yang diharapkan mampu membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi dunia kerja, yaitu program Kampus merdeka. Program ini juga diadakan untuk menangani tingginya angka pengangguran terdidik dengan sasaran seluruh mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia (Herlina, 2021). Namun pada pelaksanaannya, hanya perguruan tinggi yang ada dalam naungan Kemdikbud yang mampu berpartisipasi dalam program tersebut, sehingga semua mahasiswa dalam perguruan tinggi tidak dalam naungan menteri pendidikan seperti halnya UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang berada dalam naungan menteri agama tidak dapat berpartisipasi. Hal ini dapat menjadi dilema bagi mahasiswa UIN yang sedang mempersiapkan diri dalam kehidupan kariernya setelah lulus.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Trautwein dan Lüdtke (2006) ditemukan bahwa lingkungan akademik dan budaya memiliki pengaruh terhadap banyak aspek psikologis

termasuk konsep diri akademik. Sebagai contoh yaitu lingkungan akademik pada Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang memiliki latar belakang keagamaan yang cukup kental.

Kemudian dalam survei yang dilakukan oleh Job Street Indonesia ditemukan bahwa reputasi kampus memiliki pengaruh dalam proses rekrutmen dengan persentase sebesar 8%. Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung memiliki peringkat ke 1 PTKIN terbaik se Indonesia dan mendapatkan peringkat ke 36 dari total 2593 universitas di Indonesia menurut *webometrics*. Peringkat ini terbilang cukup tinggi, namun tetap saja untuk hal ini, mahasiswa masih perlu untuk meningkatkan aspek lain untuk mempersiapkan diri dalam lingkungan kerja karena selain reputasi kampus, masih terdapat hal lain yang menjadi faktor pengaruh dalam proses penerimaan kerja.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap 51 orang mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung melalui media *google form*, terdapat bahwa sebanyak 41 mahasiswa merasa cemas mengenai karir masa depan. Kecemasan ini dialami juga pada mahasiswa baru. Disamping itu, terdapat mahasiswa yang sudah melakukan persiapan untuk terjun ke dunia karir yaitu dengan cara menjalankan perkuliahan dengan baik sehingga mendapatkan nilai yang bagus serta ilmu yang cukup, mulai merintis bisnis, memperluas relasi, dan mengikuti pelatihan untuk menunjang *skill*. Namun, ternyata usaha yang telah dilakukan tersebut tidak mengurangi rasa cemas yang dialami. Beberapa mahasiswa menyatakan kekhawatiran yang dialami disebabkan karena takut mendapatkan karir tidak sesuai harapan, masalah finansial, belum mengetahui secara pasti tujuannya seperti apa, daya saing yang tinggi, dan khawatir mengenai *skill* yang dirasa masih kurang untuk memasuki dunia kerja.

Berdasarkan hasil tersebut terdapat beberapa faktor yang menyebabkan *career anxiety* yang dialami oleh mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yaitu *academic self concept*, *hope*, regulasi diri, optimisme, religiusitas. Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan satu faktor yang paling banyak muncul menjadi penyebab kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa yaitu mengenai *Academic self concept*.

Academic self concept merupakan perkembangan dari teori *self concept* yang berfokus pada persepsi individu terhadap bidang akademik yang dijalani. *Self concept* atau konsep diri didefinisikan sebagai ide atau pikiran dan keyakinan yang diketahui individu dalam

berhubungan dengan orang lain (Stuart dan Sundeen dalam Kurniawati, 2014). Konsep diri terbentuk dari hasil pembelajaran individu terhadap pengalaman dan realitas dunia. Bandura (dalam Sari & Astuti, 2015) menjelaskan bahwa jika individu tidak percaya dengan kemampuan atau potensi dalam dirinya maka individu tersebut cenderung merasa cemas dalam menghadapi tantangan, misalnya adalah tantangan dalam menghadapi dunia kerja.

Durand dan Barlow (dalam Sari & Astuti, 2015) menjelaskan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan diantaranya adalah faktor biologis, psikologis, dan lingkungan sosial. Konsep diri juga memiliki peran dalam mempengaruhi kecemasan seseorang, karena konsep diri ini terbentuk dari pengalaman dan hasil interaksi individu dengan orang lain sehingga itu individu akan mampu menilai dirinya sendiri. Karena itulah, konsep diri yang negatif yang mungkin akan menjadi salah satu faktor psikologis dari munculnya kecemasan (Durand & Barlow dalam Sari & Astuti, 2015). Sesuai dengan tahap perembangannya, seorang mahasiswa sudah melewati tahap dimana ia mampu mengelola persepsi diri atau konsep dirinya karena sudah melewati tahap perkembangan tersebut, namun tetap saja bukan berarti seorang mahasiswa tidak menghadapi kesulitan dalam mengelola konsep diri salah satunya persepsi mengenai kemampuan akademik. Persepsi diri individu mengenai kemampuan dan evaluasi diri dalam bidang akademik disebut dengan konsep diri akademik atau *academic self concept*.

Academic self concept atau konsep diri akademik mengacu kepada pengetahuan dan persepsi seorang individu tentang dirinya sendiri dalam situasi prestasi akademik (Cai, Ferla & Valcke dalam Apriliana, 2016). Kemudian Trautwein menjelaskan konsep diri akademik merupakan cara pandang individu terhadap berbagai aspek spesifik dari akademik, kemampuan, dan persepsi yang dibentuk berdasarkan *self-knowledge* dan evaluasi dari nilai yang dibangun dari pengalaman bersama dengan interpretasinya dalam satu lingkungan akademik (Trautwein & Lüdtke, 2006).

Berdasarkan studi awal yang telah dilakukan, mahasiswa cenderung belum mengetahui *skill* yang dimiliki, dan merasa diri masih kurang optimal. Hal ini merupakan salah satu contoh dari konsep diri akademik negatif. Kemudian Trautwein menjelaskan konsep diri akademik merupakan cara pandang individu terhadap berbagai aspek spesifik dari akademik, kemampuan, dan persepsi yang dibentuk berdasarkan *self-knowledge* dan evaluasi dari nilai yang dibangun dari pengalaman bersama dengan interpretasinya dalam satu lingkungan akademik (Trautwein et al., 2006).

Terdapat beberapa penelitian yang membahas tentang kecemasan karier. Pada penelitian yang dilakukan oleh Shin dan Lee (2019) ditemukan efek yang signifikan dari *self-rumination* terhadap kecemasan karier, sedangkan hubungan langsung antara kecemasan karier dengan *self-reflection* tidak signifikan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Astuti (2015) yang dilakukan kepada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi/tugas akhir menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan karier. Dimana semakin positif konsep diri yang dimiliki individu, maka semakin rendah kecemasan karier yang dialami. Begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, terdapat beberapa hal yang dapat mengatasi kecemasan mengenai karier di masa depan. Namun yang secara spesifik meneliti mengenai hubungan sebab akibat antara *career anxiety* terhadap *academic self concept* pada *setting* pendidikan perguruan tinggi masih sangat jarang, maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang *academic self concept* dan pengaruhnya terhadap *career anxiety* khususnya pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dipaparkan, maka permasalahan yang dirumuskan adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *academic self concept* mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana tingkat *career anxiety* mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *academic self concept* terhadap *career anxiety* mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati?

Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini diantaranya untuk mengetahui :

1. Tingkat *academic self concept* mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati
2. Tingkat *career anxiety* mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati

3. Pengaruh *academic self concept* terhadap *career anxiety* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

1. Manfaat secara teoritis

Secara umum, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumbangan ilmu pengetahuan terkhususnya untuk bidang keilmuan psikologi dalam perkembangan konsep mengenai *academic self-concept* dan pengaruhnya terhadap *career anxiety*.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang bagaimana pengaruh dari *academic self-concept* terhadap *career anxiety* khususnya pada mahasiswa yang sedang mempersiapkan karirnya agar meningkatkan kesadaran bagi subjek terkait kemampuan dan minatnya sendiri dan terkait fenomena yang ada seperti ketatnya persaingan di dunia kerja dan tingginya standar persyaratan pekerja.

- b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian dengan fenomena yang sama.