

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dunia kerja bagi mahasiswa semester akhir menjadi sebuah tantangan awal untuk melanjutkan kehidupan supaya menjadi lebih baik lagi. Dunia kerja sendiri sudah bukan lagi hal yang asing bagi mahasiswa semester akhir, karena mahasiswa semester akhir harus sudah mulai memikirkan mengenai masa depan dan perkembangan karir yang akan dikerjakan untuk kedepannya. Dalam menghadapi dunia kerja semakin banyak ditemukan permasalahan, seperti yang dikatakan Muqaramma, Razak, dan Hamid (2022) yang mengatakan bahwa pada era industri 4.0 atau yang disebut dengan era revolusi digital atau era disrupsi, yang menyebabkan proses industri terhubung secara digital dan mencakup berbagai jenis teknologi, mulai dari teknologi *3D printing* hingga robotik yang diyakini mampu untuk meningkatkan produktivitas kinerja. Hal ini mengakibatkan persaingan kerja menjadi tidak linear. Persaingan kerja yang tidak linear ini terjadi karena semakin banyaknya pengurangan karyawan yang dilakukan oleh banyak perusahaan-perusahaan besar, karena banyak perusahaan besar yang lebih memilih untuk memanfaatkan teknologi yang ada.

Selain itu permasalahan yang sering ditemui saat menghadapi dunia kerja, seperti semakin banyaknya mahasiswa yang lulus namun semakin berkurangnya lapangan pekerjaan. Sering kali dalam bidang lapangan pekerjaan dibutuhkan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, terampil, memiliki daya saing, dan dapat berkembang pesat. Namun dari tahun ke tahun tuntutan-tuntutan ini semakin meningkat dan menjadi semakin sulit, yang menyebabkan persaingan

antar para pelamar semakin meningkat. Meskipun banyak pelamar yang sedang mencari pekerjaan memiliki kriteria yang sesuai, namun karena banyaknya pelamar kerja yang mencari pekerjaan dan semakin sedikit nya lapangan kerja yang tersedia, mengakibatkan terjadinya ketimpangan dan munculah sebuah fenomena yang sering disebut sebagai pengangguran.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah pengangguran di Indonesia tercatat tembus sebanyak 9,10 juta orang per Agustus 2021. Jumlah ini mengalami penurunan sebesar 0,58 persen poin dibandingkan dengan Agustus tahun 2020 yang jumlah pengangguran nya mencapai 9,77 juta orang. Akan tetapi mengalami peningkatan sebesar 0,23 persen dari periode Februari 2021 dengan jumlah sebanyak 8.75 juta orang. Per Agustus tahun 2021 Pengangguran lulusan tingkat pendidikan sarjana pun terbilang masih cukup banyak dengan jumlah 848.657 orang. Dari informasi yang ada ini, mahasiswa semester akhir mengalami kecemasan saat nanti dirinya harus menghadapi dunia kerja. Ditambah lagi sering kali di Indonesia seorang pengangguran itu dianggap sebagai hal yang tidak baik, karena dianggap sebagai beban keluarga, masyarakat, negara, dan orang yang tidak produktif. Adanya tanggapan seperti itu semakin membuat mahasiswa semester akhir merasa cemas akan dunia kerja. Kecemasan ini timbul karena adanya dampak psikologis dari ketidakjelasan karir mereka nanti saat sudah lulus.

Gelar sarjana pun belum bisa menjamin mahasiswa yang telah lulus bisa langsung mendapatkan pekerjaan, maka dari itu mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja sudah harus dipersiapkan mahasiswa yang memasuki semester akhir sejak dini. Mahasiswa semester akhir adalah mahasiswa yang telah memasuki semester 7 atau lebih dan yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi sebagai syarat kelulusan dan mendapatkan gelar sarjana

(Asrun, Herik, dan Sunarjo, 2019). Mahasiswa semester akhir sebentar lagi akan menamatkan kuliahnya dan mulai berpikir mengenai karir dimasa depan nya. Kesiapan mahasiswa semester akhir dalam menghadapi dunia kerja dapat dilihat dari pengalaman hidupnya. Ada mahasiswa yang semasa kuliah aktif dalam berorganisasi atau pernah memiliki pengalaman kerja, ada juga mahasiswa yang tidak memiliki pengalaman dalam berorganisasi dan pengalaman dalam bekerja. Mahasiswa yang memiliki pengalaman berorganisasi dan pengalaman bekerja akan lebih siap dalam menghadapi dunia kerja, dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak memiliki pengalaman apapun. Mahasiswa yang tidak memiliki pengalaman apapun akan memiliki kecemasan yang lebih tinggi dalam menghadapi dunia kerja, karena kurangnya pengetahuan mengenai dunia kerja itu seperti apa nantinya. Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman dan takut mengenai suatu kejadian yang hasilnya belum pasti (Ormrod, 2009).

Alloy, Riskind, & Manos (dalam Azhari & Mirza, 2016) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan perasaan takut mengenai sesuatu yang berupa kesulitan maupun ancaman yang pada kenyataannya tidak jelas yang bahkan tidak realistis, sehingga membuat bahaya kesejahteraan seseorang. Sedangkan menurut Kartono (dalam Yunita, 2013), kecemasan yaitu suatu bentuk reaksi emosi yang kurang menyenangkan dan perasaan takut biasanya muncul sebagai salah satu tandanya. Perasaan takut ini muncul karena adanya suatu ancaman maupun gangguan terhadap suatu objek yang pada kenyataannya masih abstrak serta perasaan takut yang bersifat subjektif, hal ini bisa dilihat dengan munculnya tanda-tanda seperti perasaan khawatir, tegang dan lain-lain. Salah satu kecemasan yang biasa dihadapi oleh mahasiswa. semester akhir biasanya adalah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Atmadja (2013) mengungkapkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dapat terjadi bila seseorang merasa tidak siap. Dari ketidaksiapan menghadapi dunia kerja tersebut, mahasiswa bisa mengalami konflik dalam diri dan pola pikirnya, seperti akan munculnya perasaan khawatir dan takut mengenai dunia kerja, dan adanya perilaku menghindar pada segala sesuatu yang bersangkutan dengan dunia kerja.

Mahasiswa seringkali memikirkan mengenai bagaimana situasi dunia kerja nantinya. Situasi-situasi yang dipikirkan mahasiswa semester akhir mengenai kecemasan menghadapi dunia kerja pun juga beragam seperti peluang, persaingan, gaji, pengalaman, lingkungan kerja, keterampilan, dan masih banyak lagi yang lainnya. Oleh sebab itu mahasiswa semester akhir harus mulai mempersiapkan dirinya dalam menghadapi dunia kerja, agar kedepannya tidak kaget dan dapat menghadapinya. Mahasiswa yang kekurangan persiapan dalam menghadapi dunia kerja akan lebih cenderung mengalami kecemasan. Menurut Yunita (2013) kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bisa disebabkan oleh berbagai hal seperti kurangnya kompetensi yang dimiliki mahasiswa itu sendiri, semakin banyaknya persaingan yang dihadapi mahasiswa, serta semakin berkurangnya peluang dalam mendapatkan pekerjaan.

Peneliti melakukan wawancara yang terhadap 6 orang mahasiswa semester akhir atau mahasiswa yang telah memasuki semester 7 atau lebih di Unika Soegijapranata Semarang dengan rincian 1 orang mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 1 orang Fakultas Hukum dan Komunikasi, 1 orang fakultas Arsitektur dan Desain, 1 orang Fakultas Ilmu Komputer, dan 2 orang Fakultas Psikologi pada tanggal 24-25 September 2021 secara online.

Hasil wawancara mengenai apakah mereka saat ini merasakan cemas atau tidak saat menghadapi dunia kerja beserta alasannya, mengindikasikan bahwa terdapat kecemasan terhadap mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang. Mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang yang telah diwawancarai ini mengungkapkan bahwa dirinya merasakan cemas dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan yang dialami mereka seperti mengalami kegelisahan, jantung berdetak kencang, adanya perasaan untuk menghindar mengenai pertanyaan seputar dunia kerja, adanya pemikiran bahwa dirinya tidak dapat menghadapi masa depan, dll

“aku merasa cemas, saat memikirkan persaingan di dunia kerja, soalnya kan aku juga ga tau dunia kerja kaya gimana, terus persaingan kan ga cuma dari mahasiswa di Unika tok tapi luas banget. Terus aku juga cemas kalo harus memikirkan tentang lingkungan kerja yang baru, takutnya aku ga bisa beradaptasi, atau bahkan lebih parah aku ga di terima di sana kan takut juga” (Clarissa, 2021)

Hasil wawancara lebih lanjut menunjukkan adanya indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang. Ditunjukkan dengan mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang yang merasakan perasaan cemas ini, seperti tidak adanya gambaran mengenai pekerjaan apa yang kedepannya akan dikerjakan, semakin banyak nya persaingan dalam mendapatkan pekerjaan, kurangnya pengalaman dalam berorganisasi, kurangnya pengalaman dan keterampilan pada bidang yang nantinya akan dikerjakan setelah lulus. Mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang ini juga mengungkapkan bahwa mereka juga merasakan gugup, sering mengeluarkan keringat, berpikiran negatif saat adanya pembahasan mengenai kedepannya saat mereka sudah bekerja, apakah lingkungan kerja dan orang-orang di tempat kerja itu sesuai dengan apa yang diekspektasikan atau tidak. Mereka juga merasa cemas apakah mereka dapat

beradaptasi dengan lingkungan kerja yang baru atau tidak. Selain itu mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang juga merasa bahwa perusahaan-perusahaan semakin banyak memiliki tuntutan pada mahasiswa *fresh graduate* mengenai pengalaman pada bidang yang akan ditekuni.

Berdasarkan penjelasan dan hasil wawancara mengenai hal-hal yang dapat menyebabkan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan ini terjadi karena mahasiswa kurang memiliki persiapan, semakin sedikitnya kesempatan dalam mendapatkan pekerjaan, semakin banyaknya saingan dalam mendapatkan pekerjaan, kurangnya pengalaman dan keterampilan pada bidang yang ditekuni, kurangnya pengalaman berorganisasi, serta adanya pemikiran apakah bisa beradaptasi pada lingkungan kerja yang baru atau tidak. Hasil wawancara ini sejalan dengan penelitian milik Beatrice, Agatha, dan Yamin (2021) yang mengatakan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir program sarjana pada tingkat yang tinggi, yang berarti menandakan ada kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir program sarjana keperawatan di Universitas Padjajaran.

Kecemasan menghadapi dunia kerja haruslah segera diatasi oleh setiap mahasiswa yang telah sampai pada semester akhir dan yang merasakan kecemasan ini. Apabila kecemasan ini tidak dapat diatasi, akan membuat dampak yang negatif bagi mahasiswa itu sendiri. Salah satu dampak negatif yang akan muncul yaitu perilaku menghindar, dari perilaku menghindar ini akan membuat mahasiswa saat telah lulus semakin kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan (Rachmady & Aprilia, 2018). Selain itu kecemasan yang tidak ditangani dengan baik akan membuat mahasiswa itu sendiri menjadi memiliki perasaan kurang

percaya diri, merasa dirinya selalu gagal, kerap kali melamun dan merenung, gampang putus asa, dan yang paling parah bisa menyebabkan kecemasan kronis (Isnaini & Lestari, 2015)

Mahasiswa semester akhir atau mahasiswa yang sedang belajar di perguruan tinggi dan telah memasuki semester 7 atau lebih harus memiliki mental yang cukup baik guna untuk menghadapi dunia kerja. Jika mahasiswa tidak sanggup mempersiapkan dirinya dengan baik, bisa membuat dirinya merasa cemas ketika harus memasuki dunia kerja pada saat nya nanti. Menurut Greenberger & Padesky (2016) tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja juga dipengaruhi oleh berbagai aspek psikologis seperti tingkat kepercayaan diri, dukungan sosial, *self efficacy*, regulasi diri, kontrol diri, serta *adversity intelligence*

Agar mahasiswa semester akhir di Unika Soegijapranata Semarang dapat mengatasi kecemasan menghadapi dunia kerjanya, mahasiswa harus memiliki pemikiran kalau dirinya itu bisa bersaing dalam dunia kerja, yakin kalau dirinya memiliki kemampuan yang dapat digunakan saat menghadapi dunia kerja, serta bisa menghadapi segala rintangan serta tekanan yang dirinya terima. Dalam dunia psikologi kemampuan ini sering dikenal dengan yang namanya *adversity intelligence*.

Stoltz (2007) menyatakan kalau *adversity intelligence* ini adalah sebuah kecerdasan seseorang dalam menghadapi kesulitan atau hambatan dalam kehidupan. *Adversity intelligence* ini bisa mengurangi dampak negatif dari suatu kecemasan, karena *adversity intelligence* mendorong seseorang untuk kedepannya menjadi individu yang lebih baik . Agustina & Komalasari (2014) menyatakan *adversity intelligence* merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengatasi permasalahan hidup serta kesanggupan individu untuk bertahan

hidup. Untuk mengetahui *adversity intelligence* seseorang, bisa dilihat dari sejauh mana seseorang tersebut bisa mengatasi permasalahan di hidupnya. Stoltz (2007) juga mengatakan kalau seseorang memiliki *adversity intelligence* akan bisa menghadapi permasalahan atau rintangan untuk mencapai tujuan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *adversity intelligence* mempengaruhi kesuksesan individu dalam menghadapi permasalahan. Penelitian yang dilakukan oleh Parvathy & Praseeda (2014) menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara masalah akademik dengan *adversity intelligence*. Hal ini menunjukkan seseorang yang memiliki *adversity intelligence* yang tinggi bisa mencapai tujuannya, walaupun harus melewati berbagai halangan. Penelitian yang dilakukan oleh Upadianti & Indrawati (2017) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rachmady & Aprilia (2018) menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduated* Universitas Syiah Kuala. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Verma, Aggarwal, dan Bansal (2017) yang dilakukan secara kualitatif menghasilkan, bahwa *adversity intelligence* dapat mempengaruhi keahlian seseorang agar dapat mengontrol serta bekerja secara efektif pada saat kondisi dibawah tekanan maupun disaat situasi yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah ditulis di atas, terdapat beberapa perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu: waktu penelitian, segi identifikasi lokasi penelitian, sampel yang akan digunakan, serta permasalahan yang sedang terjadi pada mahasiswa semester akhir di Unika

Soegijapranata Semarang, seperti yang semakin kesini mahasiswa semester akhir mengalami banyak tekanan karena adanya peraturan-peraturan baru yang dikeluarkan oleh pemerintahan dan kampus yang sudah menjadwalkan mahasiswa untuk melakukan perkuliahan secara online dan offline. Mahasiswa semester akhir sudah terbiasa dengan adanya perkuliahan online, karena itu perkuliahan secara offline menjadi tantangan untuk mahasiswa. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pun dituntut kembali untuk melakukan bimbingan secara offline dan sidang secara offline, hal ini semakin menjadi tekanan untuk mahasiswa semester akhir untuk melanjutkan kehidupannya. Semakin takutnya mahasiswa untuk melakukan kegiatan secara offline maka akan semakin lama mahasiswa untuk lulus dan mempersiapkan dunia kerjanya. Maka dari itu penelitian yang dilakukan oleh penulis mempunyai beberapa perbedaan dari penelitian terdahulu, sehingga keaslian penelitian ini bisa dipertanggungjawabkan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara *Adversity Intelligence* Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa ?

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara *Adversity Intelligence* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa

1.3. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan pada bidang psikologi pendidikan, khususnya tentang kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dalam kaitanya dengan *adversity intelligence*.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk mengetahui hubungan *adversity intelligence* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

