

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Zaman era globalisasi seperti sekarang ini persaingan untuk memasuki dunia kerja tidaklah mudah, banyak sekali persaingan yang harus dihadapi oleh calon sarjana. Setiap tahun semakin banyak lulusan sarjana sehingga perbandingan jumlah lapangan kerja dengan pencari kerja lebih banyak para pencari kerja sehingga muncul banyaknya pengangguran. Pengangguran merupakan suatu ukuran yang dilakukan jika seseorang tidak memiliki pekerjaan tetapi mereka sedang melakukan usaha secara aktif dalam empat minggu terakhir untuk mencari pekerjaan Kaufman dan Hotchkiss (dalam Probosiwi 2016). Manusia tidak akan terlepas dari kegiatan bekerja sebab dengan bekerja manusia bisa memenuhi suatu kebutuhan, namun permasalahannya saat sekarang ini adalah lapangan pekerjaan yang sempit serta minimnya mulai dari tingkat pendidikan yang rendah sampai pendidikan yang tinggi seperti sarjana.

Mencari pekerjaan bukan lagi hal yang mudah karena persaingan yang semakin ketat hal ini membuat masing-masing individu berusaha meningkatkan kualitas diri terutama kualitas pendidikan yang dimiliki tetapi dengan memiliki gelar kesarjanaan bukan lagi menjadi jaminan bahwa seseorang akan mudah memperoleh pekerjaan, hal inilah yang terkadang menjadi dilema dan menjadi pokok permasalahan lapangan

pekerjaan bagi setiap mahasiswa semester akhir di Universitas Bung Hatta Kota Padang. Dan inilah yang membuat mahasiswa tingkat akhir cemas akan menghadapi dunia kerja, Mahasiswa semester akhir sering mengalami kecemasan pada saat mereka akan lulus, bingung memikirkan dan menentukan kira-kira langkah apa yang harus dilakukan. Mereka bingung untuk memilih bekerja atau melanjutkan kuliah ke jenjang yang lebih tinggi, ataupun menikah. Sedangkan banyak orang tua yang beranggapan bahwa semakin tinggi level pendidikan yang dimiliki oleh anak-anak mereka, maka semakin terjamin masa depan anaknya. Tidak sedikit dari mahasiswa yang telah menyelesaikan kuliahnya dituntut untuk dapat meringankan ekonomi keluarga dengan bekerja. Namun di sisi lain, mencari pekerjaan bukanlah suatu hal mudah, sulitnya mencari pekerjaan dengan banyaknya persaingan dan sempitnya lapangan kerja membuat mahasiswa cemas menghadapi dunia kerja setelah mereka menyelesaikan studinya.

Kecemasan merupakan salah satu emosi manusia yang dapat dipandang melalui berbagai definisi. David (dalam Shobah & Laily 2012) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Bandura (dalam wahyuni 2015) mengemukakan, bahwa individu yang mengalami kecemasan menunjukkan ketakutan dan perilaku menghindar yang sering mengganggu performansi dalam kehidupan mereka, begitu pula dalam situasi akademik.

Menurut Muchlas (dalam Ghufron & Risnawati 2012) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjek mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Menurut Chaplin (dalam Kasih & Sudarji 2012) kecemasan (*anxiety*), dalam psikologi didefinisikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut serta bersifat individual. Untuk mengatasi keadaan seperti ini, seorang mahasiswa seharusnya mengikuti kegiatan-kegiatan yang akan melengkapinya dan membangun pengetahuan, keterampilan dan pengalaman baik itu kegiatan dalam kampus maupun diluar kampus seperti melalui serangkaian seminar, *workshop*, maupun pelatihan. Supaya mahasiswa lebih mampu memahami dan menginternalisasi studi dan dunia kerjanya akan lebih terlibat dalam tugas-tugas akademiknya dan lebih mempersiapkan masa depannya sehingga lebih besar meraih kesuksesan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada mahasiswa semester akhir FKIP Universitas Bung Hatta, mayoritas dari mereka mengaku bahwa mengalami kecemasan akan menghadapi dunia kerja. Hal ini dikarenakan melihat banyaknya persaingan dan sempitnya lapangan pekerjaan. Mereka juga masih bingung untuk mengambil keputusan kemana langkah yang akan mereka ambil setelah mereka lulus kuliah nanti karena mereka belum mempunyai pengalaman untuk memasuki dunia kerja padahal mereka mempunyai kemampuan yang

mumpuni untuk bersaing dalam dunia kerja. Dari hal tersebut mencerminkan bahwa belum siapnya sebagian dari mahasiswa tingkat akhir masuk ke dunia kerja, dikarenakan banyak sekali persaingan yang harus di hadapi oleh lulusan sarjana, baik dari satu Jurusan maupun Fakultas.

Gejala-gejala yang sering muncul pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Bung Hatta dalam menghadapi dunia kerja adalah merasa gelisah, khawatir tentang sesuatu, takut dan pikiran campur aduk, sangat waspada dan sulit untuk berkonsentrasi. Hal inilah yang menjadi pokok permasalahan pada mahasiswa akhir Universitas Bung Hatta yang akan memasuki dunia kerja. Tetapi ada juga sebagian mahasiswa tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dikarenakan mereka yakin akan kemampuan yang dimiliki, percaya bahwa mampu mendapatkan pekerjaan, dan ada juga yang sudah mendapat tawaran pekerjaan sebelum ia lulus. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan pada seseorang adalah *self efficacy*, sebagaimana ini diungkapkan oleh Myers (dalam Kasih & Sudarji 2012) bahwa individu dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal.

Self efficacy ini adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengatasi berbagai situasi dan dapat melakukan tindakan sesuai dengan situasi tersebut. Namun faktanya kebanyakan

orang tidak yakin dengan kemampuan dan potensi yang ada pada diri mereka. Menurut Alwisol (2009) *self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan persyaratan.

Dalam penelitian Fadlilah (2010) mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan mempunyai kesadaran mengenai seberapa besar kemampuannya dalam menghadapi persaingan pekerjaan. Sebagaimana ini diungkapkan oleh Myers Carlos dkk (dalam Kasih & Sudarji 2012) bahwa individu dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal. Bandura (dalam Wahyuni 2015) mengemukakan bahwa *self-efficacy* adalah suatu keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu dalam situasi tertentu dengan berhasil. Hal ini akan mengakibatkan bagaimana individu bersikap terhadap keputusan yang dipilih, usaha-usaha yang akan dilakukan, dan keteguhannya pada saat menghadapi hambatan, memiliki rasa bahwa individu mampu untuk mengendalikan lingkungan sosialnya. Feist & Feist (dalam Firmawati & Wahyuni 2018), bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi kecemasan yang akut atau tingkat stres yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai *self efficacy* yang rendah. Sementara mereka yang memiliki *self efficacy* yang tinggi merasa mampu dan yakin dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari

Berdasarkan hasil dari *interview* yang saya lakukan kepada enam (6) orang mahasiswa tingkat akhir di Universitas Bung Hatta, mereka mempunyai suatu keyakinan bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu dalam situasi tertentu dan yakin suatu saat nanti mendapatkan pekerjaan atau yang disebut *self efficacy*. Mereka mempunyai keinginan mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan ilmu yang mereka dapatkan sewaktu di bangku kuliah, dan keenam mahasiswa tingkat akhir di FKIP UBH Kota Padang ini percaya akan kemampuan dirinya dan mempunyai *self efficacy* yang tinggi karena mereka telah mempersiapkan berbagai hal dari sewaktu kuliah seperti mengikuti pelatihan, seminar tentang langkah yang akan dilakukan setelah lulus kuliah agar tidak bingung maupun jenuh dalam mengambil keputusan dan berbagai macam yang bersangkutan dengan masa depan mereka nantinya.

Mahasiswa yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi, akan mempunyai kesadaran mengenai seberapa besar kemampuannya dalam menghadapi dunia kerja. Seseorang yang mempunyai *self-efficacy* rendah akan memenuhi tantangan hidup dengan kecemasan yang jauh lebih besar dari pada orang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* juga berkaitan dengan kondisi emosional seseorang ketika menghadapi suatu hal atau permasalahan. Orang yang mempunyai *self-efficacy* tinggi akan membangun suatu kondisi emosional yang baik dan kondusif bagi dirinya untuk menghadapi permasalahan yang sedang dihadapinya. Dengan kondisi emosional yang baik inilah, orang

tersebut akan lebih siap dalam menangani permasalahan dan mengatasi kecemasan yang dirasakan.

Penelitian ini pernah diteliti oleh Wahyu Shobah & Nadhirotul Laily (2012) dengan judul “Hubungan Antara Tingkat *Self Efficacy* Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk Mendapatkan Pekerjaan Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Gresik” Berdasarkan hasil analisa penelitian, dapat dilihat bahwa “terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan”.

Berdasarkan penelitian di atas dapat di simpulkan bahwa kecemasan bisa terjadi pada setiap orang termasuk pada mahasiswa semester akhir yang tidak memiliki pengalaman dan harus menyiapkan diri untuk memasuki lapangan kerja. Penelitian ini sudah pernah dilakukan di Universitas Muhammadiyah Gresik tentang hubungan antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir. Maka penelitian ini perlu dilakukan kembali untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Oleh sebab itu untuk meminimalisir kecemasan perlu ditingkatkan *self efficacy* pada setiap individu. Meskipun demikian tidak semua mahasiswa merasakan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Mahasiswa yang berhasil mengenal kemampuan diri, akan merasa yakin untuk bisa mendapatkan pekerjaan. Hal ini tergantung kesan positif akan kemampuan

dirinya maka peluang untuk mendapatkan pekerjaan semakin besar. Salah satu kondisi internal yang mempengaruhi kecemasan adalah *self efficacy* mahasiswa. *Self efficacy* adalah hal terpenting bagi setiap orang untuk menghadapi suatu permasalahan yang harus dihadapi. Hal ini diperkuat dengan bukti bahwa *self efficacy* sangat mempengaruhi kehidupan kita.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengungkap tentang Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di FKIP Universitas Bung Hatta Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di FKIP UBH kota Padang.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan penelitian bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan bidang psikologi pada khususnya. Sedangkan bagi penelitian lanjutan, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dasar dan sumber ilmu yang dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi mahasiswa

Supaya mahasiswa percaya diri akan kemampuannya dan tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

b. Pihak Fakultas

Agar dapat mengetahui tingkat *self-efficacy* dan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa di FKIP Universitas Bung Hatta Kota Padang. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan pada mahasiswa dalam mengembangkan *self-efficacy* dan mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja.