

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa semester akhir yang merupakan calon sarjana yang diharapkan telah memiliki arah dan tujuan dalam menjalankan tugas perkembangan berikutnya dalam hidup, yaitu dapat bekerja pada bidang pekerjaan yang sesuai dengan minat dan kemampuannya. Namun, pada kenyataannya tidak jarang dari mahasiswa tersebut belum mengetahui tentang bidang pekerjaan yang ingin dicapainya dan ingin digelutinya setelah menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Menurut Lestari (2014) hal ini terjadi dikarenakan banyaknya kasus di kalangan mahasiswa yang pekerjaannya tidak sesuai dengan bakat dan minat yang mereka miliki. Selain itu juga, terdapat banyak mahasiswa yang masih tidak percaya diri dan kurang yakin untuk masuk ke dalam dunia kerja, serta masih bingung tentang apa yang akan mereka kerjakan setelah tamat dari perguruan tinggi.

Individu dewasa awal memiliki tugas perkembangan yang berhubungan dengan dunia kerja, yaitu menjalani suatu pekerjaan. Tugas perkembangan ini berimbas pada kelompok mahasiswa tingkat akhir untuk mulai memikirkan masalah pekerjaan yang akan dijalani setelah lulus nanti. Tantangan dunia kerja yang akan dihadapi mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi dapat memunculkan perasaan negatif, salah satunya yaitu kecemasan. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh semakin sulitnya mencari pekerjaan karena lowongan pekerjaan yang semakin sedikit.

Tidak menutup kemungkinan beberapa mahasiswapun memilih untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi lagi, akan tetapi tidak sedikit pula sebagian mahasiswa yang lebih memilih bekerja terlebih dahulu demi mencari peluang karir dengan berbagai macam tujuan salah satunya ingin bisa meringankan beban untuk orang terdekatnya. Dua hal tersebut sudah menjadi pemikiran tersendiri pada mahasiswa khususnya saat mahasiswa telah menginjak semester akhir. Menurut Ghufrani dan Risnawati, R.S (2016) mengungkapkan

Ketika seseorang mahasiswa memasuki tahapan semester akhir umumnya mahasiswa-mahasiswa tersebut berusia sekitar 21 tahun keatas, dengan begitu usia tersebut masuk pada kategori dewasa awal pada tahap perkembangan manusia, yang diharuskan memiliki kemampuan untuk dapat mencapai keputusan demi langkah selanjutnya.

Hasil survey di *tracer study* Universitas Negeri Makassar pada tahun 2020-2022 memiliki lulusan 14.770 mahasiswa, kemudian lapangan pekerjaan yang tersedia hanya 6.908, dan tiap tahunnya Universitas Negeri Makassar memiliki banyak lulusan yang semakin bertambah, akan tetapi jumlah lapangan pekerjaan tidak bisa mencukupi semua lulusan mahasiswa diperguruan tinggi, maka dari itu dampaknya adalah akan semakin banyak lulusan pada mahasiswa yang mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja. Berdasarkan penelitian Husna, dkk (2023) tentang kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja, 35 mahasiswa aktif di Universitas Negeri Makassar, data yang diperoleh dari aspek fisik sebanyak 21 mahasiswa (60%) mengaku bahwa merasa pusing ketika memikirkan pekerjaan yang akan didapatkan nanti dan juga merasa gugup dan panik terhadap lapangan pekerjaan yang semakin sempit. Sebanyak 26 mahasiswa (74,3%) pada aspek kognitif, menganggap dirinya tidak mampu bersaing dalam seleksi kerja. Pada aspek behavior, sebanyak 34 mahasiswa (97,1%) mengaku bahwa memiliki rasa khawatir ketika mendengar berita atau informasi terkait peluang dalam mencari pekerjaan. Oleh karena itu mahasiswa mengaku mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan alasan tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki, dan juga mengaku merasa gugup ketika memikirkan lapangan pekerjaan yang semakin sempit dan jumlah pengangguran yang semakin bertambah.

Sari & Astuti (dalam Scarvanovi & Putri, 2020) menyatakan bahwa:

Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah penilaian seseorang terhadap diri dan terhadap sesuatu yang belum pasti mengenai bagaimana pencapaian tujuan dalam dunia kerja. Hal tersebut kemudian menimbulkan konflik pada diri dan pola pikir individu tersebut seperti munculnya perasaan takut dan khawatir mengenai dunia kerja serta perilaku menghindari segala sesuatu yang berkaitan dengan dunia kerja.

Rasullah Muhammad SAW pun sama seperti manusia lain, pernah merasakan keresahan hati serta kekhawatiran, Allah SWT kemudian menurunkan Al-Insyirah sebagai penghibur. Dalam Q.S Al-Insyirah ayat 5-6, tercantum ayat Al-Qur'an berkaitan dengan penyemangat yang berbunyi:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ( ٥ ) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ( ٦ )

Artinya: *“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”*

Banyak aspek baik dari luar diri maupun dari dalam diri individu yang mempengaruhi kecemasan mendapatkan peluang kerja, salah satunya adalah *self efficacy*. Menurut Lalita (2019: 7) "*Self efficacy* adalah keyakinan seorang individu dimana individu yakin mampu untuk menghadapi segala tantangan dan mampu memprediksi seberapa besar usaha yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tersebut". Langkah awal pada mahasiswa khususnya disemester akhir dalam menghadapi dunia kerja kelak dituntut untuk mampu mengembangkan ilmu pengetahuan, keterampilan, serta *self efficacy* yang nantinya dapat bermanfaat dalam menghadapi dunia kerja. Adapun salah satu faktor penting menghadapi dunia kerja pada mahasiswa khususnya yang telah menginjak semester akhir adalah *self efficacy* dimana ketika mahasiswa mempunyai tingkat kepercayaan positif dalam dirinya untuk mengerjakan sesuatu maka hasil yang didapatkan akan menjadi maksimal dan hal tersebut secara tidak langsung mempermudah untuk memahami pekerjaan yang sesuai dengan kemampuannya.

*Self efficacy* ini mengarahkan mahasiswa untuk memahami kondisi dirinya secara realistis sehingga mahasiswa mampu menyesuaikan antara harapan akan pekerjaan yang diinginkannya dengan kemampuan yang mahasiswa miliki. Menurut Pool dan Sewell (2017) yaitu ketika individu memiliki kemampuan yang baik dalam memikirkan pikiran-pikiran positif bahwa dirinya memiliki kemampuan agar memperoleh pekerjaan maka peluang yang akan didapatkan semakin besar dengan adanya pemikiran positif tersebut, sebagian mahasiswa memiliki anggapan bahwa dengan berfikir positif serta selalu bersemangat demi prinsip mereka agar dapat meringankan beban orang tuanya, serta dapat menjadi kebanggaan untuk kedua orang tuanya. Untuk dapat memberi arah hidup menjadi lebih baik maka *self efficacy* dapat menjadi suatu pemahaman yang realistis untuk memberikan keyakinan diri, maka dari itu individu kemudian akan dapat menyeimbangkan antara pekerjaan yang diinginkan serta yang diharapkan dengan berbagai kemampuan yang sudah dimiliki oleh individu tersebut.

Menurut Bandura (2017) bahwasanya efikasi diri adalah bentuk perasaan yang positif serta percaya terhadap kemampuan yang dimiliki untuk dapat menyelesaikan tanggung jawab tugas. Mempercayai bahwa dengan berkompetisi dengan diri sendiri adalah bentuk untuk mencapai efektivitas diri sebagai bentuk keberhasilan dari gratifikasi diri pun bisa dikatakan sebagai bentuk dari hasil

yang dilakukan dengan semaksimal mungkin adalah bentuk dari keyakinan diri yang sangat kuat. Pentingnya kepercayaan diri dalam bersaing di dunia kerja merupakan sebuah keharusan yang harus dimiliki para pencari pekerjaan untuk memperoleh pekerjaan yang layak.

Berdasarkan hasil prasurvey dilakukan dengan wawancara yang telah dilakukan dengan empat mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan tahun 2020 pada tanggal 30 Maret 2024 terhadap mahasiswa pertama yaitu EA (22 tahun) yang menyatakan bahwa kecemasan yang individu rasakan ketika menghadapi dunia kerja kerap muncul dalam benaknya karena individu tidak percaya diri dengan kemampuannya. DA (21 Tahun) menyatakan bahwa kecemasan yang di alami terkait menghadapi masa depan mungkin didasari karena dirinya belum mempunyai skill untuk menghadapi dunia kerja. Begitu pula dengan RS (21 Tahun), juga merasakan ketakutan dan kecemasan dalam hidupnya terkait bagaimana akan menghadapi dunia kerja setelah lulus dari perkuliahan ini karena merasa kurang dalam *soft skill* dan *hard skill* yang dimilikinya. Sedangkan menurut IY (23 Tahun), walaupun mendapatkan banyak pengetahuan baik teori dan praktek, menurutnya itu hanya sebagai modal agar ada bekal begitu lulus dari perkuliahan sedangkan jika dihadapkan dalam dunia kerja saat ini belum sanggup, menurutnya kemampuan yang dimiliki masih belum cukup untuk menghadapi persaingan dunia kerja yang ketat. Kemudian YD (23 Tahun) menyatakan bahwa tidak mengalami kecemasan ketika menghadapi dunia kerja, karena merasa sudah cukup pengalaman terkait bidang pekerjaan. Kemudian dari hasil wawancara awal peneliti dapat diketahui bahwa, *self efficacy* diperlukan untuk mengelola kecemasan menghadapi dunia kerja dengan kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan Berdasarkan masalah kecemasan menghadapi dunia kerja yang ditemukan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan "Hubungan Antara *Self efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2020 Universitas Muhammadiyah Metro".

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa

bimbingan dan konseling Angkatan tahun 2020 Universitas Muhammadiyah Metro?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan tahun 2020 Universitas Muhammadiyah Metro.

### **D. Manfaat Penelitian**

Bila tujuan penelitian ini tercapai, maka penelitian ini akan memiliki manfaat penelitian sebagai berikut :

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan untuk mahasiswa khususnya dibidang bimbingan dan konseling mengenai hubungan *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Mahasiswa

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa sebagai referensi mengatasi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

##### b. Program Studi

Bagi Program Studi, diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu dalam pengembangan strategi yang efektif, dengan metode atau program yang membantu dalam menghadapi dunia kerja.

##### c. Peneliti Lain

Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana informasi untuk menambah pengetahuan tentang penelitian serupa di lapangan serta sebagai sarana pengembangan teori di penelitian selanjutnya

### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Agar penelitian ini tetap pada batas permasalahan yang diteliti, maka ruang lingkup penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sifat Penelitian : Penelitian Kuantitatif
2. Jenis Penelitian : Korelasi

3. Subyek Penelitian : Mahasiswa Bimbingan dan Konseling  
Universitas Muhammadiyah Metro
4. Obyek Penelitian : *Self efficacy* (X) dan Kecemasan Menghadapi  
Dunia Kerja (Y)
5. Tempat Penelitian : Universitas Muhammadiyah Metro
6. Waktu : Tahun Ajaran 2023- 2024