

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di dalam dunia perkuliahan atau bisa disebut dengan perguruan tinggi, mahasiswa akan mempelajari teori-teori dan menempuh SKS semester terkait dengan jurusan yang dipilih. Setelah sampai pada tingkat akhir dan telah mencapai jumlah SKS yang dijadikan prasyarat untuk menempuh ketahap berikutnya, mahasiswa akan masuk pada tahap terakhir dalam dunia perkuliahan yaitu tugas akhir atau yang disebut juga dengan skripsi. Skripsi adalah syarat wajib untuk mahasiswa meraih gelar sarjana. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Darmono, A & Hasan, 2005). Seseorang yang telah melewati masa kuliah akan menghadapi tahap baru yaitu dunia kerja. Dunia kerja ini merupakan tahap yang akan dimasuki seseorang dalam melakukan kegiatan bekerja sesuai dengan minat maupun ketrampilannya.

Setelah seorang mahasiswa selesai mengerjakan tugas akhir perkuliahannya, mahasiswa harus bisa menghadapi dunia kerja, dunia kerja merupakan lingkungan dimana individu melakukan kegiatan kerja dalam lembaga maupun organisasi. Memiliki kemampuan yang mumpuni adalah salah satu unsur penting dalam dunia kerja. Di Indonesia, khususnya dalam bidang lapangan kerja membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas agar perusahaan dapat bersaing dan berkembang pesat. Tuntutan kualitas tenaga kerja terus meningkat dari tahun ke tahun, sehingga persaingan untuk mendapatkan pekerjaan bagi para pencari kerja juga semakin berat. Dalam data Badan Pusat Statistik (2023) menjelaskan bahwa tingkat pengangguran di Kota Bekasi sejumlah 7,90% dari 2,530,436 jumlah penduduk di Kota Bekasi. Hal ini menandakan seberapa banyaknya tingkat pengangguran di Kota Bekasi, sehingga menimbulkan kecemasan terhadap mahasiswa tingkat akhir. Menurut Syaharani et al. (2022) individu di katakan siap dalam dunia kerja jika memiliki kemampuan dan

keterampilan untuk siap dalam bekerja. Individu dapat memperoleh kemampuan dan keterampilan dimana saja, salah satunya dalam lembaga pendidikan.

Dalam menghadapi dunia kerja mahasiswa perlu banyak menyiapkan bekal untuk kesiapannya dalam menjalani kehidupan setelah lulus dari perguruan tinggi, seperti halnya yg dijelaskan oleh Susilarini (2022) tantangan dunia kerja yang akan dihadapi mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi dapat memunculkan perasaan negatif, salah satunya yaitu kecemasan. Menurut Sarason (2014) kecemasan sebagai suatu pola atau sindrom reaksi yang meliputi aspek fisiologis, afektif, kognitif, dan perilaku dalam menanggapi ancaman yang dipersepsikan oleh individu. Menurut Mora et al. (2021) Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal normal yang terjadi yang disertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru, serta dalam menemukan identitas diri dan hidup. Dunia kerja dapat memicu kecemasan bagi siapa saja yang hendak memasukinya tak terkecuali pada mahasiswa semester akhir karena nantinya setelah lulus mereka dituntut untuk bekerja dan ketika mencari kerja mereka akan menghadapi banyak persaingan, dimana akan ada kemungkinan-kemungkinan seperti mendapat pekerjaan atau menjadi pengangguran.

Menurut Chaplin J.P. (2011) bahwa kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Menurut Greenberger & Padesky (2016) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu kegugupan atau rasa takut sementara ketika dihadapkan pada pengalaman yang sulit dalam kehidupan. Kata kecemasan juga digunakan untuk menggambarkan kegugupan sementara atau ketakutan yang kita alami sebelum dan selama pengalaman hidup yang menantang, seperti wawancara kerja atau tes medis. Ketidakpastian tentang bagaimana kelak mereka setelah lulus dari perguruan tinggi memicu timbulnya rasa cemas pada mahasiswa tingkat akhir, hal ini memunculkan banyak ketakutan berlebih terhadap

mahasiswa tingkat akhir, pentingnya kepercayaan diri yang baik dalam menghadapinya. Sejumlah tuntutan tersebut pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, kesulitan tidur, sering cemas, mudah marah, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda menyelesaikan tugas akhir (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020).

Adapun aspek-aspek kecemasan menurut Sarason (2014) yaitu Emosionalitas (*Emotionality*). emosionalitas mengacu pada reaksi emosional dan fisiologis yang muncul ketika seseorang mengalami kecemasan. Emosionalitas meliputi tekanan perasaan (frustrasi) dan pertentangan batin (konflik). Ketakutan (*Worry*) yaitu ketakutan yang mengacu pada pikiran-pikiran negatif dan kekhawatiran yang mengganggu. Ketakutan meliputi *Performance anxiety*, *Impostor syndrome*, dan *Generalized anxiety*. Mahasiswa yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya. Menurut Chaplin J.P. (2011) menggambarkan kecemasan masa depan sebagai emosi yang tidak menyenangkan terkait berbagai masalah yang harus dihadapi pada masa perkembangannya serta berpengaruh pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Pengertian pada pembahasan sebelumnya mendukung pendapat Sigmund Freud (dalam Feist et al., 2014) tentang kecemasan, Sigmund Freud berpendapat bahwa kecemasan adalah kondisi yang tidak menyenangkan, bersifat emosional dan sangat terasa kekuatannya, disertai sebuah sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang sedang mendekat. Kecemasan dan kepercayaan diri mempunyai pengaruh yang signifikan yaitu semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan (Kristanto et al., 2014).

Selain itu peneliti juga melakukan mini riset menggunakan *g-form* untuk memperkuat fenomena dan variabel yang ingin diteliti pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bekasi. Indikator mini riset ini berdasarkan dari Sarason (2021) dan Ghufron, (2017). Berdasarkan hasil mini riset yang telah dilakukan pada 20 mahasiswa menunjukkan bahwa 19 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 95% mahasiswa akhir mulai

merasa cemas saat memikirkan dunia kerja, 18 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 90% mahasiswa akhir merasa cemas ketika orang tua mereka menanyakan perihal pekerjaan setelah lulus kuliah, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa senang jika teman di sekelilingnya membahas tentang dunia kerja, 18 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 90% mahasiswa akhir merasa cemas ketika tau tingginya tingkat pengangguran di kota bekasi, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa khawatir jika orang di sekeliling mereka akan mendapatkan pekerjaan yang lebih baik di bandingkan dirinya, 17 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 85% mahasiswa akhir merasa cemas untuk melamar pekerjaan setelah lulus nanti karena persaingan yang cukup tinggi, 16 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 80% mahasiswa akhir merasa cemas dan tidak percaya diri ketika membayangkan prosedur seleksi penerimaan kerja, 17 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 85% mahasiswa akhir percaya dengan menanamkan rasa percaya diri dapat sedikit menghilangkan rasa kecemasan tentang dunia kerja, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa percaya diri dengan kapasitas mereka dalam klasifikasi di dunia kerja nanti, 13 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 65% mahasiswa akhir percaya diri bisa menerapkan hasil pembelajaran mereka selama berkuliah dalam lingkup kerja nanti.

Kepercayaan diri adalah sebagai suatu keyakinan diri sendiri terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu dan tidak merasa cemas untuk bisa mencapai berbagai tujuan. Menurut Ghufron (2017) kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Menurut Taylor (2013) rasa percaya diri (self confidence) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari. Kepercayaan diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan,

kepercayaan diri dapat dilatih atau dibiasakan. Dari Hasil Penelitian Saputro dan Suseno (2019) menyatakan bahwa adanya kepercayaan diri maka para mahasiswa yang nantinya akan memasuki dunia kerja semakin mampu untuk mengekspresikan dan mengimplementasikan kemampuan serta kompetensi yang dimilikinya setelah melalui jenjang pendidikan, sehingga apabila harus menghadapi sebuah kompetisi mahasiswa sebagai angkatan kerja yang produktif sudah siap tidak hanya secara praktek namun juga mental.

Penelitian mengenai kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja menarik untuk dilakukan, berdasarkan data pengangguran yang ada di kota Bekasi dalam data Badan Pusat Statistik (2023) menjelaskan bahwa tingkat pengangguran di Kota Bekasi sejumlah 7,90% dari 2,530,436 jumlah penduduk di Kota Bekasi, hal itu menunjukkan tingginya pengangguran di kota Bekasi serta sempitnya peluang untuk mendapatkan pekerjaan dikarenakan tingkat persaingan yang tinggi di dunia kerja. Menurut Perry (2005) mengungkapkan kepercayaan diri memungkinkan seseorang mengatasi tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah orang tersebut lakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya, kepercayaan diri memberi seseorang keberanian untuk tidak mengkhawatirkan akibat kegagalan. Menurut Ernia dan Amini (2014) cemas tidaknya seseorang menghadapi dunia kerja tidak berasal dari pengakuan umum, oleh karena itu diharapkan apabila seseorang merasa cemas terhadap sempitnya lapangan pekerjaan dan menyadari bahwa ia harus memecahkan masalah tersebut, maka akan timbul prakarsa, ide-ide yang cemerlang untuk mencari terobosan guna menanggulangi keterbatasan lapangan pekerjaan karena semakin tingginya tingkat persaingan kerja. Salah satu upaya individu untuk mengatasi timbulnya kecemasan menghadapi dunia kerja adalah dengan cara memiliki kepercayaan diri.

Seperti halnya dalam penelitian Ernia (2013) Kepercayaan adalah faktor penting dalam membangun sebuah kepercayaan diri. Semakin besar kepercayaan seseorang pada diri sendiri, semakin besar kemampuan ia untuk membuat keputusan

sulit dan melakukan hal yang belum pernah ia coba sebelumnya. Hal ini sesuai dengan mahasiswa semester akhir yang akan menyelesaikan studinya dan beralih ke dunia kerja, di mana dunia kerja merupakan dunia baru terutama bagi mereka yang belum berpengalaman bekerja. Salah satu determinan yang diasumsikan berperan terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja adalah kepercayaan diri. Seperti yang dijelaskan oleh Wiramihardja (2017) bahwa salah satu hal yang berpengaruh di dalam kecemasan adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan.

1.2 Rumusan Masalah

Berikut akan dipaparkan beberapa pembaruan penelitian mengenai variabel yang akan diteliti. Penelitian mengenai Kepercayaan Diri dan Kecemasan, antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Mora et al. (2021) yang berjudul Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. Berdasarkan hasil penelitian, nilai $R = 0,75$ menunjukkan adanya hubungan antara variabel kepercayaan diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir program studi farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. Nilai $R^2 = 0,06$, angka tersebut mempunyai arti sebesar 0,6% sedangkan sisanya 94% dipengaruhi oleh faktor lain. Rasa percaya diri yang tinggi pada mahasiswa semester akhir program studi farmasi tidak memberikan pengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Syaharani et al. (2022) yang berjudul Perbedaan kepercayaan diri dalam menghadapi dunia kerja antara siswa sma dan smk di kabupaten bojonegoro. Penelitian bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan kepercayaan diri dalam menghadapi dunia kerja antara siswa SMA dan SMK di Kabupaten Bojonegoro. Hasil analisis data dengan uji-t di peroleh $t = 0.455$ dengan $p = 0,650$ Nilai Mean

empiris SMK 86,8133 lebih tinggi daripada Nilai mean SMA sebesar 86,0933. Hasil analisis data ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri dalam menghadapi dunia kerja antara siswa SMA dan SMK. Kepercayaan diri dalam menghadapi dunia kerja siswa SMK lebih tinggi daripada siswa SMA.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Silaban (2022) yang berjudul Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas HKBP Nommensen Di Masa Pandemi Covid-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas HKBP Nommensen Di Masa Pandemi Covid-19. Besarnya pengaruh kepercayaan diri Fresh Graduate terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dilihat dari koefisien determinansi R-square sebesar 0,209 yang berarti bahwa kepercayaan diri Fresh Graduate berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 20,9 %, sedangkan sisanya 79,1% dipengaruhi oleh faktor lain.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate di UIN Ar-Raniry. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi product moment $r_{xy} = -0,260$ dengan taraf signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,005$), yang mana bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di UIN Ar-Raniry, artinya semakin negatif kepercayaan diri pada fresh graduate maka semakin tinggi kecemasan, begitupun sebaliknya semakin positif kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di UIN Ar-Raniry.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Nurrossanti (2021) yang berjudul Hubungan Tingkat Percaya Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Fresh Graduate Profesi Ners Di STIKes Medistra Indonesia Dalam Menghadapi

Dunia Kerja Pada Massa Pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh p value 0,045 dapat disimpulkan p value $(0,045) < (0,05)$ sehingga dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak. Terdapat hubungan antara tingkat percaya diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa fresh graduate Profesi Ners di STIKes Medistra Indonesia dalam menghadapi dunia kerja pada masa covid-19.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengetahuan dan perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial, perkembangan dan kepribadian. Serta memberikan informasi baru khususnya mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Bagi Mahasiswa

Memberikan edukasi serta pemahaman bagi mahasiswa, mengenai kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir.

b) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan peneliti, serta mengukur kemampuan peneliti dalam melihat fenomena yang terjadi di dalam masyarakat.

c) Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain diharapkan agar dapat memperluas dan melakukan pengembangan penelitian terkait dengan variabel yang ada pada penelitian ini, dan dapat menggunakan alat ukur yang telah ada dalam penelitian ini.

