

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID-19 adalah wabah penyakit berskala besar yang menyerang jutaan manusia di seluruh dunia, termasuk Indonesia. WHO memberikan pernyataan secara resmi pada tanggal 11 maret 2020 terkait virus COVID-19 sebagai wabah dunia. Pandemi COVID-19 mengakibatkan seluruh tatanan kehidupan masyarakat menjadi terhambat. Semua sektor terdampak akibat pandemi ini, tidak terkecuali pada sektor ekonomi dan sector pendidikan. Pada sektor ekonomi, cukup banyak orang yang harus di PHK karena banyak terjadi pembatasan, seperti jarak antar manusia, mobilisasi, dan sebagainya. Badan Pusat Statistik RI (BPS) (2021) menunjukkan data Tingkat Pengangguran Terbuka dengan jumlah angkatan kerja pada Februari 2021 berjumlah 139,81 juta orang, diantaranya terdapat 8,75 juta orang yang menjadi pengangguran. Sedangkan berdasarkan data Badan Pusat Statistik RI (BPS) (2019) menunjukkan data Tingkat Pengangguran Terbuka sebanyak 126,51 juta orang, dengan jumlah 7,05 juta orang yang menganggur. Perbandingan kedua data diatas menunjukkan bahwa dalam situasi pandemi di tahun 2021, jumlah pengangguran lebih banyak dibandingkan sebelum pandemi di tahun 2019. Hal ini menjadi bukti bahwa jumlah lowongan pekerjaan yang ada di Indonesia masih sangat minim. Dan terdapat kenaikan jumlah pengangguran saat pandemi COVID-19 ada di Indonesia.

Pada sektor Pendidikan, banyak pelajar yang harus beradaptasi dengan perubahan metode pembelajaran, yang dilakukan secara daring. Selain itu, perencanaan kurikulum bagi mahasiswa yang mengharuskan praktik kerja lapangan mengalami perubahan pula. Hal ini menyebabkan banyak mahasiswa yang mulai mengkhawatirkan dan mencemaskan nasib masa depan kariernya. Karena tidak didukung

dengan pengalaman secara nyata melalui praktik, kurang berkembangnya pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menyukseskan mahasiswa dalam dunia kerja atau kariernya. Para mahasiswa akan merasakan kecemasan jika nanti tidak memiliki pekerjaan yang sesuai dengan keinginan atau sejalan dengan pendidikan yang ditempuh.

Beberapa penelitian terkait kecemasan karier yang dilakukan saat pandemi COVID-19, menunjukkan bagaimana pandemi COVID-19 memberikan dampak-dampak psikologis bagi isu karier, seperti stress, fobia, dan kecemasan. Diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Mahmud, Talukder dan Rahman (2021) menghasilkan ketakutan pandemi 'Covid-19', menyebabkan kecemasan para calon tenaga kerja terhadap karier masa depannya. Dan secara tidak langsung, ketakutan pandemi 'Covid-19' menyebabkan depresi pada para calon tenaga kerja. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Mahmud, Rahman, Masud-UI-Hasan & Islam (2021) mengenai 'Fobia COVID-19' mampu atau tidak merangsang kecemasan karier di negara berkembang, menunjukkan bahwa faktor-faktor dari 'Fobia COVID-19' memberikan pengaruh besar dalam merangsang kecemasan karier pada tenaga kerja di negara berkembang. Penelitian mengenai peran stress selama pandemi COVID-19 pada kecemasan karier masa depan pada mahasiswa tingkat akhir, yang dilakukan oleh Rahmadani & Sahrani, (2021) menunjukkan bahwa stress selama masa pandemi COVID-19 memiliki peran penting terhadap kecemasan karier masa depan mahasiswa tingkat akhir. Artinya, akibat meluasnya ketakutan pandemi 'Covid-19' banyak individu yang menjadi depresi dan cemas tentang karier.

Pembahasan mengenai karier adalah topik yang banyak dibicarakan oleh kebanyakan orang pada masa kini dan merupakan problematika yang cukup serius. Ketidakseimbangan antara jumlah lowongan pekerjaan yang tersedia dengan jumlah mahasiswa ataupun

pelajar yang telah menyelesaikan pendidikan, menjadikan hal ini sebuah masalah. Dibuktikan dengan masih cukup tinggi angka pengangguran di Indonesia ini. Keputusan Presiden republik Indonesia nomor 37 tahun 2014 mengenai komite nasional persiapan pelaksanaan masyarakat ekonomi *association of southeast asian nations* (MEA) yang memberikan perizinan terkait kedatangan tenaga kerja dari negara-negara di Asia Tenggara dengan bebas melamar pekerjaan di Indonesia. Hal ini telah memunculkan rasa cemas pada mahasiswa, karena setelah tamat berkuliah dan melalui persaingan untuk memperoleh pekerjaan, mahasiswa tidak hanya melakukan persaingan dengan warga Indonesia saja, tetapi juga dengan warga negara asing yang memiliki SDM yang kemungkinan akan lebih berkualitas.

Ketika berlomba-lomba untuk meraih pekerjaan, para pencari kerja telah mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya, semua pihak berusaha untuk memberikan kemampuan yang terbaik dalam bidangnya. Maka dari itu mahasiswa-mahasiswa Indonesia juga harus melakukan usaha yang terbaik. Dalam proses memberikan dan menjadi yang terbaik, pencari kerja perlu memiliki sikap profesional, sikap kompeten, memiliki rasa juang tinggi dan di dukung pengalaman yang memadai. Daya saing yang cukup ketat dalam memperoleh pekerjaan menyebabkan individu merasa kurang percaya diri dengan kemampuannya, akibatnya muncul rasa cemas dan khawatir, jika di masa depan tidak akan mendapatkan pekerjaan.

Kecemasan merupakan sebuah rasa khawatir atau takut akan sesuatu hal, May dalam (Miller & Rottinghaus, 2014) mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan terkait perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Kecemasan adalah kombinasi perasaan yang berisi rasa takut dan prihatin terkait masa depan tanpa ada sebab khusus akan ketakutan itu. Kecemasan adalah reaksi fisiologis, perilaku, dan psikologis. Pada tingkat perilaku, itu dapat mempengaruhi kemampuan

individu untuk bertindak, mengekspresikan diri, atau menghadapi situasi sehari-hari (Ozen et al., 2010). Mengalami kecemasan adalah suatu reaksi yang wajar dialami oleh individu dan merupakan hal yang tidak menyenangkan.

Menjalani karier yang sejalan dengan keinginan diri memang kadang adalah tuntutan yang menghantui mahasiswa, sehingga menjadikan dirinya tidak percaya diri dengan keterampilan yang dimiliki. Hal tersebut mampu menyebabkan munculnya rasa takut terhadap sesuatu yang tidak pasti dan berkepanjangan sampai memunculkan kecemasan yang membayangi setiap langkahnya. Kecemasan memang dapat terjadi dalam situasi apapun termasuk situasi untuk menentukan masa mendatang. Kecemasan akan masa depan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan mengenai bermacam-macam masalah yang wajib dihadapi di masa perkembangan serta akan mempengaruhi aspek afektif, kognitif dan perilaku (Siburian et al., 2010).

Papalia et al., (2008) menyebutkan situasi ketika memilih untuk meneruskan pendidikan atau menekuni dunia kerja merupakan salah satu permasalahan yang akan dirasakan oleh mahasiswa setelah selesai pendidikan tinggi. Mahasiswa yang memilih menekuni dunia pekerjaan setelah lulus akan menghadapi status baru sebagai pencari pekerjaan atau sebagai pengangguran. Sulitnya mendapatkan pekerjaan menjadi penyebab timbulnya rasa cemas, sehingga mahasiswa yang memilih menekuni dunia pekerjaan setelah selesai dari dunia perkuliahan, akan mengalami kecemasan terhadap karier masa depan. Sempitnya lapangan pekerjaan, dan daya saing yang ketat dalam bidang pekerjaan adalah hal yang ditakutkan dan dikhawatirkan. Asal-usul kecemasan terhadap masa depan dapat meliputi isu mengenai pendidikan, pekerjaan dan kehidupan berkeluarga (Siburian et al., 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Kautish, Walia & Kour (2021) mengenai pengaruh moderat dari dukungan sosial pada kecemasan karier dan komitmen karier pada pelajar pariwisata dan perhotelan, menunjukkan bahwa pengaruh moderat dari dukungan sosial memiliki hubungan yang negatif antara kecemasan dan komitmen karier. Hanya cukup besar pada pelajar dengan dukungan sosial yang rendah. Penelitian Boo, Kim & Kim (2021) mengenai hubungan antara kecemasan karier mahasiswa jenjang sarjana dengan pilihan & tujuan karier dan prestasi akademik, menunjukkan bahwa kecemasan karier memiliki hubungan negatif terhadap prestasi akademik dan pilihan & tujuan karier.

Penelitian mengenai *trait anxiety* dan kecemasan karier dan kaitannya dengan kontrol atensi, yang dilakukan oleh Takil & Sari, (2021), menunjukkan bahwa mengurangi kontrol atensi dapat terkait dengan *trait anxiety* tetapi tidak dengan kecemasan karier. Hamdani, Lisnawati & Widyastuti (2020) melakukan penelitian mengenai peran *spiritual quotient* dan perbandingan sosial terhadap kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir, dan hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat korelasi antara *spiritual quotient* dan perbandingan sosial atas kecemasan karier.

Ali Abu Darwish, Banat, Sarhan & Aleid (2020) melakukan penelitian mengenai kecemasan karier masa depan dan hubungannya dengan kesulitan perkawinan di kalangan mahasiswa Universitas Al-Hussein Bin Talal, hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan karier masa depan yang tinggi dan tingkat kesulitan perkawinan yang sedang, dan terdapat hubungan positif antara kedua faktor tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh ŞEKER (2020) mengenai kesejahteraan dan kecemasan karier sebagai *predictor* dari keragu-raguan karier, menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara keragu-raguan karier dan kesejahteraan. Sedangkan, terdapat hubungan positif yang signifikan antara keragu-raguan karier dan kecemasan

karier. Penelitian mengenai peran mediasi dalam kemampuan adaptasi karier dengan *Self-Focused Attention* dan Kecemasan karier, yang dilakukan oleh (Shin & Lee, 2019) menunjukkan pengaruh tidak langsung yang signifikan dari refleksi diri & perenungan diri terhadap kecemasan karier melalui adaptasi karier.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti terhadap 132 Mahasiswa S1 di Universitas Negeri Jakarta, sebanyak 55,3% mahasiswa belum memiliki rencana untuk pekerjaan setelah lulus S1. Meskipun, sebanyak 75% mahasiswa sudah menyatakan bahwa program studi yang dijalani sekarang sudah sesuai. Dari hasil studi awal ini, diketahui pula alasan sebagian besar mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta masih belum memiliki rencana untuk pekerjaannya diantaranya adalah mengalami kebingungan karena belum mengetahui kemampuan diri, merasa kurang kompeten, pengalaman dan informasi yang masih sedikit terkait dunia kerja. Selain itu, persaingan di dunia kerja yang ketat dan situasi masa depan yang kurang pasti juga menjadi alasan mengapa mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta belum memiliki rencana pekerjaan untuk kedepannya.

Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta menjadi menarik untuk dijadikan objek penelitian karena beberapa alasan, diantaranya adalah letaknya berada di kota Jakarta. DKI Jakarta menjadi wilayah dengan penyebaran kasus covid-19 paling tinggi, dengan mencapai tingkat *positive rate* sebesar 11,1%, sedangkan standar dari WHO sendiri adalah 5%. Selain itu, Jakarta yang merupakan pusat kegiatan di pulau Jawa, menjadikan banyak kegiatan yang ada di Jakarta menjadi terhambat, dan menimbulkan berbagai dampak bagi masyarakat Jakarta dan sekitarnya. Program studi di Universitas Negeri Jakarta yang mayoritas Pendidikan, dimana para mahasiswanya adalah calon tenaga pendidik, menjadi menarik karena berkaitan langsung dengan manusia dan bidang pelayanan. Selain itu, menarik pula untuk melihat apakah ada perbedaan kecemasan karier antara

program studi Pendidikan dan non Pendidikan di Universitas Negeri Jakarta, yang merupakan satu-satunya PTN dengan dua jenis program studi.

Karier juga menjadi isu penting dalam ranah bimbingan dan konseling. Bagi tenaga pendidik di sekolah maupun universitas, penting untuk mengetahui kecemasan karier yang dialami oleh mahasiswanya. Karena, kecemasan terhadap karier masa depan yang menciptakan efek negatif jangka panjang pada manusia. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti akan melakukan penelitian mengenai gambaran kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Jakarta di masa pandemi COVID-19.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut, yaitu:

1. Bagaimana gambaran kondisi dunia kerja saat ini?
2. Bagaimana dampak kondisi dunia kerja saat ini dengan kecemasan karier?
3. Bagaimana gambaran kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Jakarta?

C. Pembatasan Masalah

Batasan masalah yang ditetapkan oleh peneliti dalam penelitian kali yaitu mengenai gambaran kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Jakarta?”

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini akan memperkaya kajian ilmu dalam bidang Bimbingan dan Konseling mengenai kecemasan karier mahasiswa di masa pandemi COVID-19.

2. Secara Praktis

- Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pentingnya mengetahui bagaimana kecemasan karier didalam diri, dan mahasiswa yang membaca penelitian ini dapat mengatasi kecemasan karier dalam dirinya, sehingga mampu membuat keputusan karier yang baik dan sesuai dimasa mendatang.

- Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini sebagai tambahan wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai gambaran kecemasan karier mahasiswa di masa pandemi COVID-19.