

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa yang berada pada rentang usia remaja menuju dewasa, harus menjalani salah satu fase kehidupan yang penuh tekanan, karena pada fase ini individu akan menghadapi berbagai ketidakpastian terkait dengan masa depannya (Kuwabara, dkk., 2007) terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Pada mahasiswa tingkat akhir seseorang yang sedang menyelesaikan masa studi di perguruan tinggi dan akan mengalami masa transisi dari dunia belajar menuju dunia kerja (Tentama, 2020). Adaptasi dengan aktivitas atau transisi situasi yang baru bisa mempengaruhi kebahagiaan seseorang (subjektif atau *subjective well-being*) pada mahasiswa itu sendiri.

*Subjective well-being* dan *happiness* Menurut Diener (2009) tidak dianggap sebagai perasaan subjektif semata melainkan keinginan untuk mencapai kehidupan yang berkualitas. *Subjective well-being* merupakan keseluruhan penilaian hidup individu dengan berbagai macam standar atau kriteria. *Subjective well-being* yang tinggi diartikan sebagai kondisi yang terjadi ketika menyenangkan lebih besar dari pada yang tidak menyenangkan, begitu juga sebaliknya.

Pada mahasiswa tingkat akhir terdapat *subjective well-being* yang rendah. Berdasarkan hasil studi penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 22 Agustus 2021 pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Jakarta menunjukkan bahwa 80% mahasiswa tingkat akhir mengalami kepuasan hidup yang kurang baik di karenakan mereka kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir dan merasa cemas terhadap karir kedepannya. Situasi yang baru ini mempengaruhi *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) mahasiswa itu sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Talib (2019) pada mahasiswa tingkat akhir di universitas x malang terdapat *subjective well-being* yang rendah, hal ini dikarenakan mahasiswa tingkat akhir kesulitan untuk berkomitmen pada pilihan kariernya serta memiliki gagasan akan masa depan yang lemah, sehingga berfokus untuk terus membuka akan kemungkinan pilihan karier

dengan harapan terdapat pilihan yang lebih baik di masa yang akan datang.

Dalam menyikapi setiap situasi yang ada, mahasiswa memiliki cara yang berbeda-beda. Sebagian mahasiswa dapat mengendalikan situasi tersebut, tetapi ada juga yang tidak. Mahasiswa yang tidak dapat mengendalikan situasi yang tidak menyenangkan akan merasa tidak puas dan kurang bahagia dalam kehidupannya (Pratiwi, 2016). Perasaan ketidakpuasan dan tidak bahagia menandakan bahwa mahasiswa merasa tidak sejahtera sehingga terdapat permasalahan yang berkaitan dengan *subjective well-being*. *Subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif merupakan salah satu kajian dari psikologi positif, dan diartikan sebagai kebahagiaan (Kulaksızoglu & Topuz, 2018).

*Subjective well-being* yang rendah akan berdampak pada ketidakpuasan dengan hidupnya. Hal ini sejalan menurut pendapat Diener dkk (Eid, dkk., 2008) seseorang yang mempunyai tingkat *Subjective well-being* yang rendah akan sering merasakan emosi negatif seperti amarah atau kecemasan, dan mengalami sedikit kegembiraan dalam hidupnya. Banyaknya Kesulitan yang di hadapi mahasiswa tingkat akhir memiliki afek negatif, salah satunya kecemasan terhadap kesiapan memasuki dunia kerja dimasa yang akan datang. *Subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir terdapat beberapa faktor salah satunya adaptabilitas karir (Hirschi, 2009). Hal ini dukung dengan pertanyaan Menurut Kulaksızoglu, & Topuz (2018) dalam konteks pendidikan juga ditemukan bahwa adaptabilitas karir berkaitan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kırdök (2018) menunjukkan bahwa terdapat peran kemampuan adaptabilitas karir terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Turki. Pendapat lainnya, juga diungkapkan oleh Putri et al, (2009) bahwa adaptasi karir berpengaruh positif terhadap kepuasan hidup, dimana kepuasan hidup merupakan salah satu komponen terpenting dari *subjective well-being*.

Savickas & Porfeli (2012) mendefinisikan *career adaptability* sebagai kemampuan individu dalam mempersiapkan diri untuk menyelesaikan berbagai macam tugas yang terprediksi, dan terlibat dalam peran pekerjaan, serta mampu mengatasi permasalahan yang tidak dapat diduga atau diprediksi

yang akan terjadi karena perubahan dalam pekerjaan dan kondisi kerja. Selain itu, *career adaptability* berperan penting guna mengarahkan individu dalam menentukan tindakan dan strategi demi mewujudkan tujuan yang ingin dicapai dan membantu transisi karir.

Savickas (2005) mengatakan bahwa terdapat empat dimensi *career adaptability* yang juga adalah sumber daya yang harus dimiliki individu untuk mempersiapkan kariernya. Dimensi tersebut antara lain *concern*, *control*, *curiosity*, dan *confidence*. *Concern* (kepedulian), yaitu mengacu pada sejauh mana individu menyadari perlunya perencanaan karier di masa depan; *Control* (pengendalian), yaitu mencakup tanggung jawab individu dalam membentuk diri dari lingkungannya untuk mengambil keputusan secara tegas dan mencapai tujuannya melalui disiplin diri, usaha, dan ketekunan; *Curiosity* (keingintahuan), merujuk pada eksplorasi berbagai kemungkinan pembentukan diri berdasarkan berbagai situasi dan peran di lingkungannya; *Confidence* (kepercayaan diri) merupakan rasa yakin atas pilihan dan percaya diri bahwa individu tersebut mampu mengaktualisasikan pilihan-pilihannya.

Melihat hal tersebut, mahasiswa tingkat akhir memiliki emosi yang menyebabkan sulit untuk menentukan tindakan dan mengambil keputusan. Selain itu, tingginya emosi *negative* seperti tidak puas, marah, cemas dan sedih yang dirasakan mahasiswa menandakan bahwa pada individu memiliki *subjective well-being* yang rendah. Careera, dkk., (2011) juga mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat *subjective well-being* yang cukup rendah seringkali memandang rendah kehidupannya dan menganggap peristiwa yang terjadi merupakan peristiwa yang tidak menyenangkan sehingga memunculkan emosi yang tidak menyenangkan, seperti depresi, kecemasan, dan kemarahan. Park (2004) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *subjective well-being* yang rendah beresiko tinggi mengalami masalah psikologis seperti depresi dan berbagai perilaku maladaptif. Selain itu, *subjective well-being* yang rendah pada mahasiswa akan berdampak buruk pada munculnya kecemasan yang kemudian membuat individu memiliki *coping* yang rendah serta motivasi yang rendah pula (Mukhlis, H., 2015).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis ingin meneliti lebih mendalam mengenai pengaruh antara adaptabilitas karir dan *subjective well-being*. Pembahasan mengenai *subjective well-being* pada mahasiswa akhir bertujuan untuk mengungkapkan seberapa jauh mahasiswa merasakan kesenangan atau kebahagiaan, merasakan kepuasan hidup, serta mengungkapkan emosi-emosi yang dirasakan oleh mahasiswa terhadap adaptabilitas karir kedepannya. Dari pokok pikiran diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Adaptabilitas Karir Terhadap *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan diatas, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Mahasiswa tingkat akhir mengalami *subjective well-being* rendah
2. Seseorang yang memiliki *subjective well-being* rendah cenderung merasakanketidakpuasan terhadap hidup
3. Adanya *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir yang menjadi salah satu faktor adaptabilitas karir

## 1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah penelitian tersebut, maka peneliti membatasi permasalahan, yaitu adaptabilitas karir dan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir khususnya di Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta.

## 1.4 Rumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah tersebut, maka perumusan masalah yang diajukan, yaitu Apakah terdapat pengaruh adaptabilitas karir terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa akhir?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh adaptabilitas karir dengan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.

### 1.6 Kegunaan Penelitian

#### 1. Bagi Perkembangan Ilmu

Kegunaan teoritis dari penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan pemahaman adaptabilitas karir dan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan bahan referensi penelitian selanjutnya sebagai acuan ilmiah bagaimana adaptabilitas karir dan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.

#### 2. Bagi Peneliti

Bagi mahasiswa tingkat akhir, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menentukan pilihan setelah lulus dari perguruan tinggi. Bagi penulis sendiri, kegunaan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam hal analisis.

#### 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak-pihak yang membutuhkan untuk penelitian selanjutnya.