

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Pandemi Covid-19 adalah isu global yang memiliki dampak besar pada seluruh aspek kehidupan, termasuk ekonomi, sosial, dan kesehatan. Pandemi Covid-19 hampir menyebar ke seluruh lapisan negara, tidak hanya negara berkembang, negara maju pun turut merasakannya. Pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai pandemi global (Presiden Republik Indonesia, 2021).

Pemerintah Indonesia berupaya keras untuk menanggulangi virus ini yang semakin meluas. Salah satu cara yang dilakukan adalah dengan pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) (CNN Indonesia, 2020). Pemberlakuan PSBB ini membuat aktivitas masyarakat dan ekonomi menjadi sangat terbatas. Upaya tersebut diharapkan dapat mengurangi penyebaran virus dengan mengimbau masyarakat untuk bekerja dari rumah, melakukan kegiatan belajar mengajar dari rumah, membatasi kerumunan dan menutup sementara beberapa akses, serta tempat public (Kompas.com, 2021). Hal ini menuai pro dan kontra di masyarakat. Kenyataan yang terjadi di lapangan berbeda dengan harapan serta anjuran pemerintah, masih banyaknya masyarakat yang enggan dan acuh dengan peraturan tersebut. Hal ini didominasi oleh masyarakat yang mengharuskan mereka untuk tetap bekerja dengan harapan tidak terkena pengurangan karyawan selama pandemi Covid-19 (Detik News, 2021).

Badan Pusat Statistik (2021) mencatat terdapat 29,12 juta penduduk usia kerja (usia 15 tahun ke atas) terdampak dari pandemi Covid-19 yang terbagi kedalam beberapa sektor. Berdasarkan data yang diberikan oleh BPS, disebutkan tingkat pengangguran karena Covid-19 sebesar 2,56 juta orang; bukan angkatan kerja karena Covid-19 sebesar 0,76 juta orang; sementara tidak bekerja karena Covid-19 sebesar 1,77 juta orang; dan yang bekerja dengan pengurangan jam kerja sebanyak 24,03 juta orang (Kemenaker, 2020). Dari data yang disajikan tersebut, menurut Deputi Bidang Statistik Sosial, kelompok yang terdampak besar dari Covid-19 ini jika dilihat dari karakteristiknya adalah generasi milenial dan generasi Z (CNBC

Indonesia, 2021). Keterbatasan lapangan kerja di Indonesia menjadi salah satu faktor pendukung meningkatnya pengangguran khususnya generasi Z saat ini.

Keterbatasan lapangan kerja di Indonesia juga menjadi salah satu faktor yang menyulitkan masyarakat untuk mendapatkan pekerjaan. Berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional pada Februari 2020 (sebelum pandemi Covid-19) dan Februari 2021 (setelah pandemi Covid-19) menunjukkan bahwa tingkat pengangguran terbuka (TPT) pada kelompok usia muda (usia 15-29 tahun) naik 2,18% selama pandemi (Kompas, 2021). Kenaikan angka pengangguran menjadikan para lulusan perguruan tinggi merasa tertantang ketika mencari pekerjaan. Tanpa keterampilan yang dimiliki, hal ini dapat memicu perasaan negatif dalam diri seseorang, seperti kecemasan.

Kecemasan adalah sebuah topik dalam ilmu psikologi klinis yang sangat banyak ditelaah dalam bidang ilmu (Christanto et al., 2020). Dalam ilmu psikologi sendiri, terdapat dua konsep kecemasan yang bisa muncul dalam diri individu, yakni kecemasan (*anxiety*) dan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Kecemasan dan gangguan kecemasan sendiri adalah dua hal yang berbeda. *Canadian Mental Health Association* (2015) mendefinisikan kecemasan merupakan reaksi yang sangat normal terhadap kejadian di dalam kehidupan sehari-hari. Dijelaskan lebih lanjut lagi jika *anxiety disorder* adalah kecemasan yang menjadi sangat luar biasa, sulit untuk dikendalikan, dan muncul secara tiba-tiba.

American Psychological Association (<https://www.apa.org/topics/anxiety> diakses pada 14 Februari 2023) mendefinisikan kecemasan sebagai sebuah emosi dengan ditandai beberapa simtom yang muncul seperti perasaan tegang, pikiran yang khawatir, dan adanya perubahan yang terjadi pada fisik, seperti meningkatnya tekanan darah. Perubahan yang terjadi pada aspek fisik kemudian akan berkaitan dengan simtom fisik yang lainnya seperti berkeringat, gemetar, pusing dan denyut jantung yang semakin cepat. Kecemasan dan rasa takut adalah hal yang berbeda akan tetapi sering digunakan secara bergantian. Jika berbicara tentang kecemasan, maka hal ini dianggap sebagai respons jangka panjang yang berorientasi pada masa depan, serta berfokus pada ancaman yang nantinya akan muncul. Kecemasan juga dimaksud sebagai respons individu yang berorientasi pada masa kini terhadap ancaman yang dapat dilihat secara jelas dan spesifik.

Kecemasan dapat menyerang siapa saja dan mudah dialami oleh setiap orang, termasuk mahasiswa. Banyak kecemasan yang dapat dialami oleh mahasiswa, baik kecemasan akademik, kecemasan sosial, ataupun kecemasan dalam menghadapi peluang kerja. Berkaitan dengan beberapa kecemasan yang dapat dialami mahasiswa, kecemasan dalam mencari peluang kerja umum terjadi pada mahasiswa, terlebih pasca pandemi Covid-19 ini. Dalam penelitian Beiter et al. (2015) mahasiswa pada tingkat akhir memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi terkait masa depan mereka setelah menyelesaikan pendidikan tinggi dan memasuki dunia kerja, dibandingkan dengan mahasiswa yang berada pada tahap awal studi. Kecemasan yang timbul akibat tidak mendapatkan pekerjaan di masa depan sebenarnya hanyalah kekhawatiran dalam diri individu yang belum tentu akan terjadi. Pernyataan ini mendukung temuan dari penelitian Sari & Astuti (2014) mengenai kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja sebenarnya berasal dari penilaian diri terhadap sesuatu yang tidak pasti, yaitu bagaimana kemampuan mereka mencapai tujuan di dunia kerja nantinya.

Ghufron & Risnawita (2010) berpendapat terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa, diantaranya adalah rasa khawatir akan kegagalan di masa yang akan datang, merasa tidak puas dengan hasil tindakan sebelumnya, pandangan terhadap diri yang buruk, perasaan yang buruk mengenai kemampuan yang dimiliki diri sendiri, dan juga pandangan diri yang negatif. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dikemukakan oleh Zwagery (2021) 43,4% dari 56 responden mahasiswa memiliki kecemasan dalam kategori tinggi dengan masa depannya dikarenakan mereka tidak tahu apa yang akan dilakukannya setelah lulus dan tidak mendapatkan pekerjaan. Beberapa faktor yang membuat kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja menurut penelitian Noviyanti (2021) diantaranya lapangan kerja yang semakin sempit, persaingan kerja yang semakin ketat, tingginya tingkat pengangguran yang diikuti dengan rumitnya persyaratan keterampilan yang harus dimiliki oleh kandidat. Kecemasan ini dapat berkurang pada mahasiswa tingkat akhir apabila ia dapat memahami potensi yang dimilikinya serta pandangan akan masa depannya Noviyanti (2021).

Penyebab kecemasan pada mahasiswa dalam mencari kerja adalah belum memahami potensi yang ada di diri mereka, belum memahami secara penuh akan tuntutan pekerjaan, serta banyak dari mahasiswa khawatir akan tidak mendapatkan pekerjaan nantinya (Hidayat, 2011). Kecemasan tersebutlah yang membuat mahasiswa tingkat akhir dalam perguruan tinggi menjadi terhambat dalam penetapan karir, tertekan, dan bahkan lebih parahnya lagi mahasiswa sulit untuk menetapkan karir secara matang. Jika penyebab kecemasan dapat diatasi, maka kecemasan yang dialami perlahan-lahan akan berkurang. Kecemasan pada mahasiswa dapat teratasi jika mereka memiliki pandangan akan masa depannya atau *Future Time Perspective*.

Future Time Perspective atau pandangan tentang masa depan yakni kecenderungan yang berbeda pada tiap individu mengenai pemikiran tentang masa depan (Betts, 2013). Menurut Dreves & Blackhart (2019), *Future Time Perspective* (FTP) dapat didefinisikan sebagai tindakan antisipasi tujuan oleh seseorang baik dalam waktu yang dekat maupun jauh di masa depan. Betts (2013) mengidentifikasi dua hal dari *Future Time Perspective* yakni fokus pada kesempatan (*focus on opportunities*) dan fokus pada keterbatasan (*focus on limitations*). Fokus pada kesempatan dapat diartikan mahasiswa fokus pada kemungkinan yang ada pada dirinya, sedangkan fokus pada keterbatasan adalah tingkat perhatian mahasiswa terhadap keterbatasan yang ia miliki dalam hidupnya.

Faktor yang memberikan motivasi pada individu dalam melakukan perencanaan pengembangan karir di masa yang akan datang adalah *Future Time Perspective* (Lens et al., 2012). Menurut Husman & Shell (2008), *Future Time Perspective* adalah persepsi seseorang terhadap waktu yang akan datang dan didalamnya berisi sejauh mana mahasiswa merencanakan dan memahami kebutuhan di kemudian hari, keterlibatan antara masa kini dan masa depan, serta segala pertimbangan terkait keputusan yang akan diambil pada masa depan. Husman & Shell (2008) mengungkapkan jika terdapat empat aspek penting dalam *Future Time Perspective*, yakni *Valance*, *Connectedness*, *Extension*, dan *Speed*. Keempat faktor inilah yang menjadikan hal utama akan pengambilan keputusan mahasiswa akan masa depannya.

Perspektif waktu sangat berkaitan dengan perkembangan masa depan mahasiswa, terutama dalam perkembangan karir yang setelah mereka menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shell & Husman (2001) yang mengartikan jika seseorang berfokus pada masa depan, maka akan sangat mempengaruhi kognisi dan tingkah perilaku yang dilakukannya pada saat ini. Apabila kognisi dan perilaku masa kini sudah dipengaruhi oleh perspektif masa depan atau *Future Time Perspective* masing-masing mahasiswa, maka mahasiswa akan mengkonseptualisasikan *Future Time Perspective* sebagai seberapa banyak waktu yang dipikirkan untuk masa depannya dan seberapa mereka sadar akan waktu yang tersisa saat ini (Cate & John, 2007).

Future Time Perspective (FTP) sendiri berkorelasi positif dengan kematangan karir seseorang khususnya mahasiswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cheng et al. (2016) terhadap 431 mahasiswa keperawatan dan menunjukkan hasil bahwa *Future Time Perspective* (FTP) memiliki korelasi yang positif dengan kematangan karir seseorang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan *Future Time Perspective* (FTP) tinggi maka memiliki kematangan karir yang tinggi juga. Jika mahasiswa memiliki *Future Time Perspective* (FTP) yang tinggi, maka dampak positif yang ditimbulkan diantaranya mereka tidak akan cemas akan adanya persaingan yang ada di dalam dunia kerja karena kesiapan yang matang baik mental maupun kognitif dalam dirinya serta mantapnya pemilihan karir atau pekerjaan sesuai dengan *passion* yang dimiliki. Adapun sebaliknya, apabila mahasiswa memiliki *Future Time Perspective* (FTP) yang rendah, maka kecemasan tinggi akan menghampirinya.

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan, penelusuran literatur, dan juga fenomena yang telah dipaparkan oleh peneliti, penelitian ini akan meneliti terkait pengaruh dari *Future Time Perspective* terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akan tidak mendapatkan pekerjaan di masa mendatang. Hal juga didukung dengan sedikitnya lapangan pekerjaan yang ada setelah masa pandemi, sehingga semakin meningkatkan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir, serta jika mahasiswa tingkat akhir perguruan tinggi memiliki pandangan akan masa depannya, apakah akan mempengaruhi kecemasan yang timbul dalam diri

mahasiswa tersebut. Kemudian, belum banyaknya penelitian yang mengangkat terkait topik ini membuat penulis memiliki keinginan yang lebih untuk menggali lebih dalam informasi dari pengaruh *Future Time Perspective* terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja.

1.2 Identifikasi Masalah

Masalah yang dapat diidentifikasi berdasarkan latar belakang di atas adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran *Future Time Perspective* terhadap mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja?
- 1.2.3 Apakah terdapat hubungan *Future Time Perspective* terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja?
- 1.2.4 Apakah terdapat pengaruh *Future Time Perspective* terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *Future Time Perspective* (FTP) terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi peluang kerja di Wilayah Jakarta .

1.4 Rumusan Masalah

Dari uraian yang telah dijabarkan pada bagian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh *Future Time Perspective* (FTP) terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja di wilayah Jakarta?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pengaruh *Future Time Perspective* (FTP) terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja di wilayah Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah atau bahan kajian bagi para peneliti selanjutnya, serta masyarakat yang ingin mengkaji *Future Time Perspective* (FTP) dan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja. Kemudian, penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya yang akan mengangkat variable *Future Time Perspective* (FTP) dan kecemasan karir.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam mengembangkan pemahaman serta wawasan dalam ilmu Psikologi mengenai pengaruh *Future Time Perspective* terhadap kecemasan karir mahasiswa.

1.6.2.2 Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir di DKI Jakarta

Bagi mahasiswa tingkat akhir diharapkan dapat memperhitungkan dan merencanakan tujuan yang relatif jauh di masa depan sehingga mampu mengurangi kecemasan karir akan dunia kerja.

1.6.2.3 Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta evaluasi kepada masyarakat khususnya mahasiswa mengenai *Future Time Perspective* (FTP) sehingga dapat mengontrol kecemasan karir dan juga mengembangkan kompetensi diri untuk persiapan dalam menghadapi dunia kerja.

