

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang tidak terlepas dari berbagai masalah sosial yang terus menjadi perhatian pemerintah dari tahun ke tahun, salah satunya adalah pengangguran. Pengangguran menjadi salah satu permasalahan yang merupakan akibat dari jumlah penduduk yang terus bertambah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023), jumlah penduduk Indonesia naik 1,1% atau sekitar 2 juta jiwa dari tahun sebelumnya. Beriringan dengan hal tersebut, jumlah pencari kerja juga terus bertambah dan tidak terserap oleh lapangan pekerjaan yang tersedia. Hal ini diartikan bahwa pertumbuhan lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sejalan dengan cepatnya pertumbuhan jumlah para pencari kerja.

Menurut Sukirno (dalam Franita & Fuady, 2019) pengangguran merupakan keadaan dimana seseorang masuk dalam golongan angkatan kerja dan ingin bekerja tetapi belum mendapatkan pekerjaan. Badan Pusat Statistik menyebutnya sebagai pengangguran terbuka yaitu mereka yang tidak punya pekerjaan dan sedang mencari pekerjaan atau mempersiapkan usaha. Berdasarkan data BPS (2023), tingkat pengangguran terbuka di Indonesia sebesar 5,32% atau sekitar 7,86 juta orang. Hal ini diartikan dari 100 orang angkatan kerja, ada sekitar 5 orang pengangguran. Jumlah ini turun jika dibandingkan pada Agustus 2022 namun menurut Kepala Badan Pusat Statistik, Amalia Adininggar Widyasanti, angka tersebut masih tergolong tinggi jika dibandingkan dengan angka sebelum pandemi COVID-19 yaitu 5,01% sekitar 6,82 juta orang (BPS, 2019). Tingginya angka pengangguran tersebut tersebar berdasarkan kelompok usia, jenis kelamin, daerah tempat tinggal dan tingkat pendidikan yang ditamatkan.

Pengangguran dapat disebabkan oleh beberapa hal salah satunya adalah terkait dengan tingkat pendidikan yang sesuai dengan kualifikasi yang diinginkan pasar tenaga kerja (Ishak, 2018). Tingkat pendidikan menjadi salah satu yang sering dikaitkan dengan pengangguran karena diartikan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin berkualitas sumber daya manusianya, menciptakan tenaga kerja yang bermutu tinggi, maka semakin besar pula kesempatan dan peluang yang terbuka untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan (Suaidah & Cahyono, 2013). Banyaknya lowongan pekerjaan yang mencatumkan syarat strata pendidikan dan gelar minimal yang harus dimiliki calon pekerja meningkatkan harapan mereka yang merupakan lulusan sarjana sebagian besar mengharapakan untuk segera mendapatkan pekerjaan (Rizki & Pasaribu, 2021). Gelar sarjana sebagai salah satu cara individu untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan keterampilan hingga menciptakan lulusan yang kompeten dan berkarakter yang mana hal tersebut dibutuhkan dalam produktivitas pekerjaan. Peningkatan ini yang kemudian menjadi senjata dalam penyerapan di pasar tenaga kerja (Astuti, Yanti & Noor, 2022). Oleh karena itu diharapkan keterserapan lulusan pendidikan yang tinggi dalam lapangan pekerjaan menjadi peluang yang lebih besar (Muhson, dkk., 2012).

Faktanya tidak sedikit dari mereka dengan tingkat pendidikan yang tinggi juga belum terserap oleh lapangan pekerjaan yang tersedia dan menganggur. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2023), mereka yang lulusan diploma dan sarjana salah satu kelompok pendidikan dengan tingkat pengangguran tertinggi yaitu sebesar 5,18% dan memiliki peningkatan jumlah pengangguran terbesar dari tahun sebelumnya, yaitu sebesar 0,38%. Dilansir dari [Republika.id](https://www.republika.id), Menteri Tenaga Kerja (Menaker) RI pada tahun 2023 menyebutkan sekitar 958.800 orang lulusan sarjana masih belum mendapatkan pekerjaan. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang tinggi di Indonesia belum menjamin seseorang untuk mendapatkan pekerjaan. Dengan latar belakang gelar yang didapatkannya dan persepsi negatif masyarakat sekitar terhadap pengangguran seperti penilaian tentang belum bisa mandiri karena tidak memiliki penghasilan untuk memenuhi kebutuhan dan masih bergantung pada

orang tua, yang kemudian membuat individu merasa tidak percaya diri, malu saat keluar rumah, merasa gagal, merasa bersalah dan tidak berharga (Ikawati, 2019).

Kasus pengangguran yang berujung pada tindakan bunuh diri juga banyak terjadi di berbagai kanal berita. Seorang pria 22 tahun asal Bandung mengakhiri hidupnya karena menganggur dan tidak memiliki penghasilan (Sanjaya & Nugroho, 2023). Kasus serupa juga terjadi di Kabupaten Kupang mengakhiri hidupnya karena belum memiliki pekerjaan tetap, tidak dapat menafkahi keluarga, pikirannya terganggu hingga melakukan tindakan tersebut. Dari kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa pengangguran berdampak pada ketegangan finansial yang kemudian mengganggu psikologi individu menjadi tidak stabil karena tekanan akan kebutuhan ekonomi yang tidak dapat dipenuhi (Jumhur, 2020).

Beberapa penelitian membahas terkait kondisi psikologis yang dirasakan pengangguran dalam masa tunggu mendapatkan pekerjaan, diantaranya penelitian yang dilakukan Lorenzini dan Giugni (2010) membahas terkait dampak dari pengangguran terutama dalam aspek kesehatan mental menemukan hasil yang signifikan bahwa pengangguran merasakan hal-hal seperti, kurang tidur karena merasa khawatir dan merasa tidak mampu menghadapi kesulitan. Penelitian oleh Primadanik dan Simanjuntak (2022) menemukan hasil bahwa tingkat pengangguran memiliki hubungan yang positif terhadap tingkat kecemasan seseorang. Hubungan positif dalam hal ini berarti semakin tinggi tingkat pengangguran maka semakin tinggi pula tingkat kecemasannya.

Dari beberapa bentuk perilaku dan keluhan yang muncul dari pengangguran seperti sulit tidur karena perasaan khawatir, tertekan, malu untuk bersosialisasi di luar rumah karena belum bekerja sampai menghindari pembahasan terkait pekerjaan tergabung dalam perasaan tidak menyenangkan yang berupa kecemasan. Hal ini merujuk pada pendapat Atkinson (dalam Widiyati, Chandra & Purwadi, 2019) kecemasan merupakan emosi tidak menyenangkan yang memunculkan perasaan seperti kekhawatiran, keprihatinan dan ketakutan yang dialami dalam tingkatan yang berbeda. Kecemasan ini menjadi masalah saat hal tersebut terus menyerap energi kita dan mengganggu kegiatan sehari-hari karena banyak hal yang menumpuk di pikirannya

(Dixon dalam Rif'a, Ummah & Rosyid, 2023). Hal ini diuraikan sebelumnya bahwa kecemasan pada pengangguran mengganggu mereka dalam menghadapi dunia sosial.

Kecemasan yang dirasakan oleh pengangguran ini berkaitan dengan beberapa faktor. Menurut Bandura (dalam Susilarini, 2012) salah satu faktornya adalah *self-efficacy* yang merupakan tingkat keyakinan seseorang mengenai kemampuannya dalam menghadapi suatu keadaan. Saat individu memiliki efikasi yang rendah maka akan cenderung ragu akan kemampuannya, dan memandang segala sesuatu sebagai suatu hal yang sulit. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan mengembangkan usahanya untuk menghadapi tuntutan situasi yang dalam hal ini situasi belum mendapatkan pekerjaan (Chemers, Hu & Garcia, 2001).

Beberapa penelitian membahas terkait bagaimana pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Swastiratu dan Izzaty (2021) yang meneliti tentang pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan bertanding pada atlet dan menemukan hasil bahwa terdapat pengaruh negatif antara *self-efficacy* terhadap kecemasan. Hal ini diartikan sebagai semakin tingginya *self-efficacy* seseorang maka akan mengurangi tingkat kecemasannya. Hasil yang sama juga didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, Hamid, dan Firdaus (2023) terkait menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Dalam penelitiannya menunjukkan *self-efficacy* yang tinggi akan menimbulkan perasaan yakin dan keinginan untuk selalu berusaha sehingga kecemasan dapat dikelola dengan baik.

Namun, hasil yang berbeda ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Jannah (2019) meneliti mengenai hubungan efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa keperawatan saat OSCA. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan kecemasan yang artinya semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan. Hal ini dikarenakan walaupun memiliki *self-efficacy* yang tinggi mereka tidak fokus pada tindakan untuk mendapatkan yang diharapkan tetapi berfokus pada memikirkan apa hasil yang akan didapat atau kemungkinan buruk yang akan terjadi.

Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Septiyani (2023) juga menunjukkan hasil yang berbeda. Dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh

positif antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja. Hal ini dikarenakan adanya faktor lain yang lebih berperan dalam kecemasan pada *fresh graduate* seperti karena merupakan lulusan baru yang belum memiliki pengalaman bekerja sebelumnya, ketakutan harus menghadapi tes wawancara, takut memulai sesuatu yang baru, idealisme yang cenderung tinggi dalam memilih pekerjaan. Hal-hal tersebut tidak berperan dalam *self-efficacy* yang dimiliki *fresh graduate* sehingga tidak dapat mengatasi kecemasan yang dirasakan.

Hasil yang berbeda juga ditunjukkan oleh penelitian Ihsan (2021) terkait pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan PNS dalam menghadapi mutasi di lingkungan Kementerian Agama Kabupaten Tuban. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap kecemasan menghadapi mutasi pada PNS. Hal ini dikarenakan individu dengan tingkat kecemasan sedang cenderung tidak perhatian secara selektif dan fokus pada ruang lingkup yang luas akan mengalami kecemasan yang tinggi saat menghadapi situasi yang dianggap sangat sulit.

Dari uraian beberapa penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat inkonsistensi antara teori dengan data yang dihasilkan dalam penelitian. Hal ini juga disebabkan oleh tingkat *self-efficacy* individu, faktor yang melatarbelakangi *self-efficacy* dan bagaimana aktualisasi *self-efficacy* yang dimiliki individu tersebut sehingga pengaruhnya pada kecemasan dan perasaan-perasaan yang ditimbulkan juga beraneka ragam. Selain itu, belum adanya penelitian yang spesifik membahas pada konteks pengangguran lulusan sarjana. Dengan alasan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti terkait dengan pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan dengan partisipan yang berbeda yaitu, pengangguran lulusan sarjana yang belum mendapatkan pekerjaan dan sedang aktif mencari pekerjaan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka identifikasi permasalahan dalam penelitian ini, antara lain:

- 1.1.1 Para pengangguran lulusan sarjana dalam periode menunggu mendapatkan pekerjaan merasakan gejala psikologis karena berbagai tuntutan yang belum terpenuhi.
- 1.1.2 Salah satu yang dirasakan pengangguran lulusan sarjana dalam masa menganggurnya adalah kecemasan
- 1.1.3 *Self-efficacy* sebagai keyakinan akan kemampuan diri sendiri membantu individu dalam mengelola dan mengatasi kecemasan yang dirasakannya.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini diperlukan agar penelitian lebih terfokus dan hasil yang diperoleh sesuai pada tujuan penelitian yang telah ditentukan. Berdasarkan latar belakang dan uraian permasalahan yang telah dijabarkan maka pembatasan dalam penelitian ini adalah meneliti pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan pada pengangguran lulusan sarjana.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada pengangguran lulusan sarjana?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada pengangguran lulusan sarjana yang sedang mencari pekerjaan.

1.6 Manfaat Penelitian

Dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memberikan dan memperkaya kajian psikologi, terutama dalam lingkup psikologi sosial serta memberikan

pemahaman baru terutama terkait dengan pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan yang dirasakan pengangguran lulusan sarjana.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi bahan komparasi dan referensi baru untuk penelitian selanjutnya, khususnya pada penelitian yang terkait dengan *self-efficacy* dan kecemasan.

b. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi dan pandangan yang komprehensif terkait kecemasan pada pengangguran lulusan sarjana di Jabodetabek serta mendapatkan pemahaman terkait *self-efficacy* dalam mengatasi atau mengurangi kecemasan pada pengangguran lulusan sarjana.

