

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era modern saat ini, para remaja, terutama siswa SMK, dihadapkan pada berbagai tantangan dalam menetapkan petunjuk karier mereka di waktu mendatang. Di zaman belia merupakan periode penting dalam transisi menuju pendidikan tinggi, seperti sekolah menengah atas atau universitas, di mana individu mulai membuat pilihan terkait karier mereka (Kurtuluÿ et al, 2022). Pada fase ini, para remaja menghadapi perkembangan fisik, beremosi, dan supel yang berarti (Steinberg, 2013). Proses ini sangat kompleks, di mana mereka mengadopsi berbagai peran dalam kehidupan dan mengambil keputusan yang berkaitan dengan masa depan serta pilihan karier mereka (Adams, 2000; Cloutier dan Onur, 2019). Menurut Seligman (dalam Ariyani, 2014), karier yang dimiliki oleh remaja memainkan peran krusial dalam membantu mereka meraih keberhasilan saat menjalani tahapan perkembangan karier. Hal ini tercermin dari ketersediaan pengetahuan yang cukup tentang dunia pendidikan dan pilihan karier, kemampuan untuk melakukan pengkajian yang tersusun tentang dunia kerja, serta kepandaian dalam pengambilan kepastian karier. Selain itu, remaja juga perlu mempunyai pengetahuan terhadap kebiasaan yang diharapkan dan mengembangkan konsep diri yang terbuka, afirmatif, serta realistik. Dengan demikian, mereka akan mampu merencanakan karier sampai saat itu dan menetapkan maksud yang cocok dengan konsep diri serta kebiasaan yang mereka inginkan.

Berdasarkan keterangan Badan Pusat Statistik (BPS), total SMK di Indonesia pada tahun ajaran 2024/2025 mencapai 14.325, dengan rincian 3.775 SMK negeri dan 10.550 SMK swasta. Jumlah siswa yang menempuh pendidikan di SMK sendiri sebanyak 5.066.424 siswa. Jumlah siswa SMK swasta lebih dominan, yakni sebanyak 2.633.242 siswa. Sementara itu, total siswa di SMK negeri sebanyak 2.433.182 siswa. Berdasarkan data dari portal data Pendidikan, jumlah siswa SMK aktif di Provinsi DKI Jakarta pada November tahun 2025 sebanyak 194.337. Dalam konteks DKI Jakarta, sebagai pusat kegiatan ekonomi, siswa SMK dihadapkan pada berbagai pilihan karier

yang kompetitif. Situasi ini berpotensi menimbulkan stres dan kekhawatiran mengenai masa depan serta karier remaja tersebut. Merujuk pada data Badan Pusat Statistik (BPS), pada bulan Agustus 2024, total pengangguran di Indonesia memperoleh 7,47 juta orang, yang mewakili 4,91 persen dari total tenaga kerja. BPS juga menyatakan bahwa di antara mereka, lulusan SMK merupakan mayoritas yang serupa taraf pengangguran terbuka (TPT) sejumlah 8,62 persen. Keadaan tersebut dapat menjadi sumber kecemasan bagi siswa SMK. Perencanaan karier pada siswa SMK tiada hal gampang untuk dilaksanakan. Minimnya perhatian orang tua dan guru menggambarkan satu di antaranya pemicu dari kecemasan tersebut. Dukungan orang tua diperlukan agar siswa dapat merencanakan karier secara tepat dan baik.

Murid kerap kali menghadapi berbagai persoalan dalam penentuan karier mereka. Dalam sebuah pameran kerja pada Mei 2025, seorang pemuda berusia 18 tahun mengungkapkan kekhawatirannya mengenai tingginya angka pemecatan dan kesulitan dalam mencari pekerjaan. Masalah yang sama dirasakan oleh peserta Jakarta Barat Jobfest pada September 2025, merasa khawatir tidak bisa memperoleh pekerjaan setelah menyelesaikan studi mereka (Berita Kompas, 2025). Kecemasan tersebut yang memicu individu menjadi tertekan dan hasilnya individu khawatir untuk merencanakan masa mendatang secara positif.

Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Super (Fitria dkk, 2017), individu yang memiliki kesempurnaan karier tinggi mengarah lebih mampu menemukan laporan yang bermanfaat dan memandu mereka dalam menyeleksi jalur karier di waktu mendatang. Sebaliknya, tahap kesempurnaan karier yang rendah dapat bisa penghalang bagi remaja, mengakibatkan dampak negatif terhadap kemajuan mereka dalam menjelajahi karier. Salah satu unsur yang dapat menghambat remaja menggapai keberhasilan dalam karier mereka adalah adanya rasa gelisah dan waswas. Kekhawatiran adalah suatu keadaan yang mengkhawatirkan dan menimbulkan kegelisahan, biasanya muncul ketika seseorang memikirkan kemungkinan kekalahan yang tidak mengenakan di waktu yang mendatang. Menurut Thai (2014), sebagaimana dikutip oleh Suci dkk. (2020), salah satu unsur penting yang perlu dipedulikan adalah

kekhawatiran. Thai juga mendeskripsikan kekhawatiran karier jadi kondisi kekhawatiran yang berkaitan dengan aspek-aspek karier individu. Menurut definisi yang dikemukakan oleh Haber dan Runyon (1984), kekhawatiran karier adalah rasa gelisah atau cemas terkait masa yang akan datang bagi karier seseorang. Kekhawatiran ini muncul akibat ketidakpastian mengenai pilihan jurusan, prospek pekerjaan, serta tekanan sosial yang dirasakan oleh para siswa. Kecemasan yang terkait dengan karier ini dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa dan berpotensi menghambat perkembangan akademik serta pengambilan keputusan penting dalam hidup mereka. Sering kali, ketika seseorang menjalani proses pengambilan keputusan terkait karier, mereka menghadapi hambatan berupa perasaan cemas terhadap pilihan yang harus diambil. Kecemasan dalam memilih karier dapat diartikan sebagai tekanan emosional yang muncul saat membuat keputusan mengenai jalur karier yang akan diambil (Park dkk. , 2018). Maka dari itu, perlu untuk mengerti hal-hal yang bisa membantu meredakan tingkat kecemasan tersebut.

Salah satu komponen penting yang berkapasitas dalam menyokong kesiapan mental siswa adalah bantuan dari orang tua. Bantuan sosial mempunyai fungsi esensial dalam preventif kekhawatiran pada pribadi. Ketika orang-orang terdekat, seperti teman dan keluarga, bersedia mendengarkan keluh kesah remaja, hal ini memberikan dampak positif. Aktivitas mendengarkan ini tidak hanya berfungsi sebagai pelepasan emosi, tetapi juga mampu meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri remaja, sekaligus mengurangi kecemasan yang mereka rasakan. Dengan demikian, remaja akan merasa diakui dan dipedulikan oleh keadaan sekitar (Hurlock, 2007). Selain memberikan dorongan moral, orang tua juga sebagai asal muasal petunjuk dan bimbingan buat putra-purtinya dalam menghadapi masa depan. Azzahra et al. (2021) menjelaskan bahwa keterkaitan orang tua merujuk pada kontribusi orang tua dalam membimbing dan pengetahuan anak, yang dapat menyampaikan efek positif ketika orang tua memahami makna dan tujuan dari keterlibatan tersebut. Dukungan positif dari orang tua diperkirakan dapat memberikan rasa aman juga menambahkan keyakinan diri pelajar, sehingga dapat menyurutkan fase kekhawatiran terkait karier.

Studi yang diadakan oleh Devinda dan Yeniar (2018) memaparkan adanya hubungan negatif yang bermakna antara bantuan sosial orang tua dan kecemasan siswa SMK Yudya Karya Magelang dalam menuju lapangan kerja. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan orang tua, semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan oleh siswa kelas XII. Sebaliknya, jika dukungan sosial orang tua rendah, maka kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi dunia kerja cenderung meningkat.

Sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Rahmadani, Hidayat, dan Mardjo pada tahun 2023, ditemukan bahwa terdapat pengaruh secara signifikan antara dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan karier siswa kelas XII di SMAN 75 Jakarta. Ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penting antara dukungan sosial orang tua (X_2) dan kecemasan karier (Y), ini memperlihatkan bahwa bantuan dari orang tua mungkin mengurangi tingkat kekhawatiran karier di kalangan siswa.

Meski demikian, tidak semua siswa mendapatkan dukungan optimal dari orang tua mereka. Dukungan sosial tidak selalu dapat memberikan manfaat yang diharapkan, karena setiap individu memiliki kebutuhan yang berbeda. Ketika seseorang tidak memerlukan dukungan yang diberikan atau merasa bahwa dukungan tersebut tidak sesuai dengan kebutuhannya, maka dukungan sosial tersebut menjadi tidak efektif dan tidak berpengaruh terhadap individu tersebut (Astika, 2021). Berbagai alasan, seperti kesibukan atau kurangnya komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak, sering kali menjadi kendala. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa di Indonesia, dukungan orang tua untuk jalur karier anak masih jarang dieksplorasi dari sudut pandang kecemasan terkait karier, berlawanan dengan negara-negara lain yang telah memiliki sejumlah studi mendalam (Wang dan Zhang, 2024). Penelitian yang sebelumnya juga dilakukan terkait dampak dukungan orang tua terhadap kecemasan karier siswa SMA lebih banyak fokus pada dukungan secara umum tanpa membedakan antara jenis dukungan seperti emosional, informasional, dan instrumental (Martiani et al. , 2023; Nurhayati et al. , 2023). Banyak dari penelitian tersebut juga cenderung menggunakan pendekatan deskriptif dan

memandang populasi siswa sebagai kelompok yang seragam, tanpa mempertimbangkan variabel kontekstual seperti latar belakang sosial dan ekonomi, dinamika komunikasi dalam keluarga, serta pengaruh lingkungan perkotaan yang dapat mempengaruhi kualitas dan intensitas dukungan orang tua (Hidayat dan Wulandari, 2024). Selain itu, ada penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan orang tua yang berlebihan atau tekanan dalam pilihan karier dapat meningkatkan kecemasan, yang lalu menimbulkan stres dan kelelahan akademik, namun mekanisme dibalik hal ini masih belum sepenuhnya dipahami (Martiani et al. , 2023).

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, studi ini secara khusus mengkaji dampak berbagai jenis dukungan orang tua terhadap kecemasan karier siswa SMK dengan mempertimbangkan konteks sosial ekonomi dan karakteristik keluarga di wilayah urban Jakarta Timur sebagai faktor penting yang berpengaruh terhadap hubungan tersebut. Saat ini, belum ada studi yang mengungkap dampak dukungan orang tua terhadap kecemasan karier di kalangan siswa SMK di Kecamatan Matraman, Jakarta Timur. Di Kecamatan Matraman, terdapat beberapa SMK Negeri dan Swasta, antara lain: SMKN 5 Jakarta, SMKN 40 Jakarta, dan SMK Satya Bhakti 1 Jakarta. Selain adanya perbedaan dengan studi sebelumnya, pada penelitian ini peneliti memanfaatkan alat terbaru yang dikembangkan oleh Zhang, Cheng, dan Yuen pada tahun 2019, yaitu *Career- Related Parental Support Scale Chinese Version* (CRPPSSCV). Alat ini sudah ditafsirkan ke dalam bahasa Inggris dan Mandarin, serta beberapa pertanyaannya disesuaikan dengan situasi di Tiongkok daratan. Terdapat kesamaan dalam sikap orang tua di Cina dan Indonesia yang memotivasi anak-anak mereka untuk berjuang meraih keberhasilan dalam karier yang mereka pilih. Motivasi ini mencakup dukungan emosional dan materi, seperti arahan dalam menentukan jenjang pendidikan yang tepat serta bantuan keuangan selama proses belajar (Wang et al. , 2023; Prasetyo dan Wijaya, 2024). Pendekatan yang lebih menyeluruh dan kontekstual ini diasumsikan cakap menyampaikan impak yang lebih aplikatif serta relevan untuk langkah intervensi dalam mengatasi kecemasan karier siswa di Indonesia (Yuliana dan Fauzi, 2024).

Dengan demikian, harapannya penelitian ini dapat mengetahui efek dorongan orang tua terhadap pelajar SMK di wilayah Matraman yang memiliki responden dari SMK Negeri dan SMK Swasta dan mendorong pentingnya studi lebih mendalam guna mendapatkan seberapa besar pengaruh dukungan orang tua terhadap kecemasan karier di kalangan siswa SMK di Kecamatan Matraman Jakarta Timur.

B. Identifikasi Masalah

Bersumber pada paparan di atas, kejadian yang tampak adalah seperti berikut:

1. Seberapa besar peran dukungan orang tua dalam menentukan pilihan karier siswa, dan bagaimana ini dapat membantu mereka menghadapi tantangan di dunia kerja?
2. Bagaimana rasa cemas mengenai karier dapat menghalangi siswa dalam membuat keputusan terkait pilihan pekerjaan?
3. Mengapa kajian tentang korelasi antara dukungan orang tua dan kecemasan karier siswa masih sangat sedikit, dan apa dampaknya bagi pemahaman para pembaca?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan analisis masalah, peneliti menetapkan batasan agar topik tidak terlalu umum. Fokus dari penelitian ini adalah pada "Pengaruh Dukungan Orang Tua terhadap Kecemasan Karier Siswa SMK".

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan konteks, penentuan masalah dan batasan yang ada sebelumnya, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: "Apakah ada pengaruh dukungan orang tua dan kecemasan mengenai karier siswa di SMK Kecamatan Matraman dan seberapa besar pengaruh dukungan orang tua dapat menurunkan kecemasan karier siswa?".

E. Tujuan Umum Penelitian

Mengetahui seberapa besar dukungan yang diserahkan oleh orang tua bagi siswa SMK di Kecamatan Matraman Jakarta Timur.

F. Kegunaan Penelitian

1. Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman serta memperluas perspektif mengenai pengkajian di bidang psikologi sosial, spesifiknya yang berhubungan dengan kecemasan terkait karier serta dukungan yang diberikan oleh orang tua.

2. Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Hasil dari studi ini diharapkan mampu memberi pemahaman yang lebih mendalam terkait kondisi siswa ketika menghadapi rasa cemas mengenai karier, sehingga dapat memperluas perspektif serta situasi yang sedang mereka alami, sekaligus menawarkan cara penanganan yang efektif ketika siswa mengalami rasa cemas tersebut.

b. Bagi Siswa

Studi ini juga memiliki tujuan untuk membantu siswa dengan memberikan informasi terkait tingkat kecemasan yang dirasakan saat bersiap memasuki dunia kerja ataupun perkuliahan, sehingga diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan tersebut.

c. Bagi Orang Tua

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi orang tua tentang bagaimana dukungan mereka berpengaruh terhadap kecemasan karier siswa, sehingga dapat berkontribusi untuk mengurangi kecemasan dan mendukung keputusan karier yang diambil oleh siswa.

d. Bagi Peneliti Lain

Pada akhirnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang bermanfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas dampak dukungan orang tua terhadap rasa cemas karier siswa SMK.