

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang telah menempuh pendidikan selama kurang lebih empat tahun pada bidang studi yang dipilihnya. Selama masa perkuliahan, mahasiswa diharapkan telah memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman yang memadai sehingga mampu memahami kompetensi yang dimiliki serta memiliki gambaran mengenai pilihan karier yang sesuai dengan bidang keilmuannya. Dengan bekal tersebut, mahasiswa seharusnya memiliki keyakinan yang lebih baik dalam menentukan arah karier setelah lulus.

Memasuki tahun terakhir perkuliahan menjadi fase yang penting karena merupakan masa transisi dari dunia pendidikan menuju dunia kerja. Pada fase ini, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan studi akademiknya, tetapi juga mulai menentukan pilihan karier, mempersiapkan diri memasuki dunia kerja, dan menghadapi persaingan kerja yang semakin kompetitif. Sejalan dengan Jo et al. (2016), mahasiswa pada masa akhir perkuliahan tidak hanya dituntut menyelesaikan studinya, tetapi juga mulai mempersiapkan diri untuk menentukan pekerjaan pertama setelah lulus, sehingga kondisi tersebut dapat menimbulkan tekanan yang cukup besar. Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa tingkat akhir merasa yakin untuk berkarier sesuai dengan jurusan yang telah dipelajari. Banyak mahasiswa masih mengalami keraguan dalam menentukan pilihan karier dan mempertanyakan apakah kompetensi yang dimilikinya dapat diterapkan di dunia kerja.

Keraguan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti ketidaksesuaian antara bidang pendidikan dengan kebutuhan dunia kerja, terbatasnya lapangan pekerjaan yang sesuai dengan program studi, serta tingginya persaingan dalam memperoleh pekerjaan. Selain itu, kompleksitas dunia kerja yang terus berkembang dan ketidakstabilan ekonomi global turut menjadi tantangan bagi mahasiswa dalam menentukan pilihan karier yang tepat menjelang kelulusan (Trevor-roberts & Parker, 2018). Kondisi tersebut menyebabkan sebagian mahasiswa merasa peluang untuk bekerja sesuai dengan bidang studinya semakin kecil, sehingga mereka menjadi kurang yakin terhadap pilihan karier yang akan

diambil setelah lulus. Selain itu, banyak mahasiswa tingkat akhir masih mengalami kebingungan dalam mengenali potensi diri, merasa cemas terhadap masa depan, takut memilih karier yang salah, serta mengalami keraguan dalam menentukan langkah setelah lulus.

Fenomena tersebut didukung oleh kondisi ketenagakerjaan lulusan perguruan tinggi di Indonesia, dimana terdapat ketidaksesuaian yang signifikan antara dunia pendidikan dan dunia kerja yang memengaruhi kesiapan lulusan untuk terjun langsung ke dunia profesional (Ardhana et al., 2025). Kesenjangan (*mismatch*) antara kualifikasi pendidikan dan pekerjaan telah menjadi permasalahan dalam dunia ketenagakerjaan di Indonesia. Hal ini khususnya terlihat pada lulusan yang menghadapi berbagai tantangan, termasuk ketidaksesuaian antara jurusan dan posisi pekerjaan, tingkat pergantian karyawan yang tinggi, dan tingkat pendapatan yang rendah (Jemini-gashi & Duraku, 2019).

Menurut survei Angkatan Kerja Nasional 2015 yang diolah oleh Lembaga Demografis Universitas Indonesia, *vertical mismatch* atau ketidaksesuaian pekerjaan dengan tingkat pendidikan dan pendapatan mencapai 53.33%, sementara *horizontal mismatch* atau ketidaksesuaian kualifikasi pekerjaan dengan latar belakang pendidikan mencapai 60.52% (Mahdiyah, 2019). Data dari laman finance.detik.com tahun 2017 menjelaskan bahwa sebanyak 63% pekerja Indonesia bekerja tidak sesuai dengan jurusannya (Mardiana, 2017). Hal ini dikarenakan lowongan pekerjaan yang lebih sedikit atau terjadi ketidakseimbangan antara jumlah pekerja dan jumlah lowongan pekerjaan yang tersedia, meningkatnya persiapan angkatan kerja dan mengakibatkan pengangguran di antara angkatan kerja. Situasi ini menyebabkan banyak mahasiswa tingkat akhir merasa tertekan ketika harus menentukan pilihan karier. Ketidakpastian tersebut dapat memunculkan berbagai pikiran negatif mengenai kemampuan diri maupun masa depan karier sehingga menghambat proses pengambilan keputusan karier yang efektif. Sejalan dengan Galles et al. (2019), fenomena ini membuat banyak mahasiswa merasa bingung, ragu, dan cemas saat proses pengambilan keputusan karier di masa depan yang dinamakan *dysfunctional career thoughts*.

Dysfunctional Career Thoughts (DCT) merupakan pikiran, asumsi, keyakinan, atau cara berpikir negatif yang menghambat individu dalam

menyelesaikan masalah karier dan mengambil keputusan karier secara efektif (Sampson et al., 2023). Pikiran-pikiran tersebut menyebabkan individu sulit mengevaluasi alternatif pilihan, kurang percaya terhadap kemampuan dirinya, serta lebih mudah dipengaruhi oleh kecemasan maupun tekanan dari lingkungan. Menurut Lee & Li (2025), DCT adalah pikiran, keyakinan, sikap, dan emosi yang tidak sehat atau keliru yang mengganggu proses pengambilan keputusan karier secara rasional, dapat berupa kurangnya pemahaman tentang diri sendiri, keraguan dalam memilih karier, atau keyakinan negatif tentang proses pengambilan keputusan itu sendiri. Sejalan dengan Hechtlinger et al. (2017) menjelaskan bahwa DCT adalah pemikiran atau kepercayaan yang dapat menghambat proses pengambilan keputusan karier seseorang yang menyebabkan menunda atau menghindari proses memilih karier, merasa ragu-ragu atau menyesal setelah mengambil keputusan, serta gagal menemukan pilihan karier yang optimal, contohnya percaya bahwa memilih karier merupakan keputusan sekali seumur hidup atau hanya mengikuti pilihan orang lain tanpa mementingkan keinginan pribadi.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *dysfunctional career thoughts* merupakan salah satu faktor psikologis yang berpengaruh terhadap kesiapan karier mahasiswa. Kleiman et al. (2004) menemukan bahwa *dysfunctional career thoughts* memiliki hubungan yang kuat dengan berbagai kesulitan dalam pengambilan keputusan karier. Individu yang memiliki tingkat pikiran disfungsi yang tinggi cenderung mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan, sulit mengevaluasi alternatif pekerjaan, serta membutuhkan waktu yang lebih lama dalam mengambil keputusan karier. Sejalan dengan Sampson et al. (1996) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *dysfunctional career thoughts*, semakin rendah kesiapan individu dalam menyelesaikan masalah dan menentukan pilihan karier secara efektif.

Penelitian Dipeolu et al. (2013) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam masa transisi pendidikan memiliki tingkat *dysfunctional career thoughts* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok mahasiswa yang lebih siap menghadapi perkembangan kariernya. Temuan tersebut menegaskan bahwa hambatan berpikir mengenai karier perlu mendapatkan

perhatian sejak masa kuliah agar tidak mengganggu proses transisi menuju dunia kerja. Sejalan dengan penelitian Lee & Li (2025) menunjukkan bahwa mahasiswa yang belum mengenal dirinya dengan baik, memiliki kecemasan tinggi terhadap pilihan karier, serta kurang yakin terhadap proses pengambilan keputusan akan menunjukkan tingkat *dysfunctional career thoughts* yang lebih tinggi.

DCT menyebabkan banyak hambatan dalam memahami informasi, mengambil keputusan, dan perilaku terkait karier. Hambatan ini misalnya merasa cemas saat memilih karier, menunda keputusan, terlalu bergantung pada orang lain, memilih pekerjaan secara terburu-buru saat stress, sering berpindah pekerjaan, kurang aktif dalam mencari lowongan kerja, menilai pilihan karier secara tidak objektif, kehilangan motivasi, merasa tidak puas dengan pilihan, kurang percaya diri dalam mengambil keputusan, dan kurang mengenal diri sendiri. Selain itu, pola pikir yang keliru ini juga menghambat persiapan karier karena mengganggu proses pengambilan keputusan, dan menyulitkan seseorang menemukan minat serta nilai pribadinya (Sampson et al., 1996).

Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada hubungan atau pengaruh *dysfunctional career thoughts* terhadap variabel lain. Penelitian yang secara khusus memaparkan kondisi *dysfunctional career thoughts* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Teknik, masih sangat terbatas. Padahal, seharusnya mahasiswa Fakultas Teknik sudah memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai potensi diri dan gambaran karier setelah lulus karena mereka menempuh pendidikan pada program studi yang bersifat spesifik dan memiliki keilmuan yang jelas. Namun, pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang mengalami kecemasan, ketakutan, dan kebingungan dalam proses pengambilan keputusan karier. Selain menghadapi masa transisi menuju dunia kerja, mahasiswa Fakultas Teknik juga dihadapkan pada tantangan yang berbeda dibandingkan mahasiswa dari fakultas lain. Hal ini disebabkan oleh perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berlangsung cepat serta perubahan kebutuhan industri yang terus berkembang, sehingga menuntut lulusan untuk mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang memberikan gambaran empiris mengenai *dysfunctional career thoughts* pada

mahasiswa Fakultas Teknik sebagai dasar dalam penyusunan program pengembangan karier yang lebih efektif di perguruan tinggi.

Untuk memperoleh gambaran mengenai *dysfunctional career thoughts* pada mahasiswa, dilakukan studi pendahuluan berupa kuesioner yang dibagikan kepada 50 mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta. Dari 50 mahasiswa terdapat 40 mahasiswa (80%) menyatakan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa akhir adalah keresahan mahasiswa terhadap karier yang akan mereka lakukan setelah mereka lulus seperti, kurangnya ketersediaan lapangan pekerjaan yang sesuai dengan program studi, tingkat pendapatan yang rendah, merasa salah jurusan sehingga bingung menentukan arah karier, kurangnya informasi bimbingan karier terkait prospek kerja yang disediakan oleh kampus, kurangnya pengarahan dari orang tua mengenai karier yang akan dilakukan, adanya rasa khawatir tidak dapat memenuhi ekspektasi keluarga, serta kurangnya rasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki tidak dapat memenuhi tuntutan dunia kerja. Pada saat awal semester, kebanyakan mahasiswa hanya fokus terhadap materi perkuliahan, hanya sedikit mahasiswa yang mulai mencoba pelatihan pengembangan karier dan eksplorasi karier (magang) di awal semester, sehingga pada akhir semester mahasiswa belum memiliki banyak persiapan terkait kehidupan pasca-sarjana yakni pekerjaan.

Mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami *dysfunctional career thoughts* karena berada pada fase transisi dari dunia pendidikan menuju dunia kerja. Pada fase ini mereka harus mampu mengenali dirinya, mengevaluasi berbagai alternatif pekerjaan, serta membuat keputusan karier yang sesuai dengan tujuan hidupnya. Apabila *dysfunctional career thoughts* tidak segera diatasi, berbagai dampak negatif dapat muncul baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Mahasiswa dapat mengalami penundaan dalam mengambil keputusan karier, rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri, meningkatnya kecemasan terhadap masa depan, kurangnya eksplorasi karier, hingga kesalahan dalam memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat dan kompetensinya. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat menyebabkan rendahnya kepuasan kerja, tingginya keinginan berpindah pekerjaan, serta kurang optimalnya perkembangan karier individu. Oleh karena itu, penting dilakukan

penelitian yang bertujuan menganalisis tingkat *dysfunctional career thoughts* pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa dalam proses pengambilan keputusan karier sehingga dapat menjadi dasar penyusunan program layanan bimbingan karier dan intervensi yang lebih tepat di lingkungan perguruan tinggi.

Dari pemaparan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada mahasiswa akhir di Universitas Negeri Jakarta yang menjadi fokus utama yakni keresahan mahasiswa akhir terhadap karier. Perubahan yang terjadi pada mahasiswa akhir bukan hanya dituntut untuk menyelesaikan studi akademik, melainkan juga harus mempersiapkan diri untuk menentukan pilihan karier pertama mereka di masa depan yang membuat peneliti ingin menganalisis *dysfunctional career thoughts* pada mahasiswa dengan judul penelitian “**Analisis Dysfunctional Career Thoughts pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta**”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Masih banyak mahasiswa merasa kemampuan yang dimiliki tidak dapat memenuhi tuntutan dunia kerja
2. Masih banyak mahasiswa yang tidak mendapat pengarahan dari orang tua terkait karier yang akan dijalani
3. Informasi bimbingan karier terkait prospek kerja yang disediakan oleh kampus belum berjalan maksimal
4. Masih banyak mahasiswa yang kurang aktif dalam mengikuti pelatihan pengembangan karier dan eksplorasi karier (magang) guna meningkatkan *soft skill* dan *hard skill*

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka batasan masalah dari penelitian ini yakni hanya melihat gambaran *dysfunctional career*

thoughts pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *dysfunctional career thoughts* pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta?

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi banyak orang dan pihak terkait. Manfaat tersebut diantaranya sebagai berikut:

a. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk mendalami teori tentang *dysfunctional career thoughts*.

b. Manfaat Praktis

a) Pemerintah

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pemerintah terkait kecemasan mahasiswa dalam memilih karier. Selain itu pemerintah dapat mengadakan pelatihan pra-kerja di beberapa bidang secara merata guna meningkatkan *soft-skill* dan *hard-skill* masyarakat sebagai persiapan kerja, serta menjalin kerjasama dengan perusahaan/lembaga/instansi di beberapa bidang guna membuka lapangan pekerjaan.

b) Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi masyarakat untuk lebih mengeksplor minat/bakat yang mereka sukai sebagai bekal persiapan kerja di masa depan.

c) Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan serta acuan bagi setiap keluarga agar lebih mendalami minat/bakat/potensi yang dimiliki oleh seorang anak, dan mengikutsertakan anak dalam kegiatan bimbingan karier sebagai bekal persiapan karier di masa depan.