

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang belajar, menjalani proses pendidikan dan menimba ilmu yang secara resmi terdaftar dalam suatu perguruan tinggi meliputi universitas, politeknik, akademi, institut dan sekolah tinggi. Adapun menurut Siswoyo (Hulukati & Djibran, 2018), mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang tengah mengikuti tahapan pembelajaran di institusi pendidikan tinggi, termasuk perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta. Fungsi vital perguruan tinggi sebagai tahap pendidikan yang berperan dalam menciptakan sumber daya manusia unggul dan berwawasan, karena salah satu tugas krusial mahasiswa adalah merencanakan karir untuk masa depannya selama dalam fase perkembangan tersebut.

Perencanaan karir individu dapat dikaitkan dengan psikologi perkembangan yang dialami individu tersebut. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Ginzberg, et al (Ardini & Rosmila, 2021) yang mengelompokkan perkembangan karir berdasarkan rentang usia individu menjadi tiga tahap utama, yakni tahap fantasi (0–11 tahun, fase Sekolah Dasar), tahap tentatif (12–18 tahun, fase Sekolah Menengah), serta tahap realistik (19–25 tahun, fase Perguruan Tinggi). Pada tahap realistik, mahasiswa telah memasuki fase di mana mereka lebih memahami dengan lebih mendalam tentang minat pribadi, potensi, serta prinsip-prinsip yang ingin mereka tekuni. Menurut Crites dan Savickas (Khasanah & Sayekti, 2020) mengemukakan bahwa mencari dan merencanakan karir yang

sesuai memerlukan tingkat kematangan karir, yang melibatkan pemahaman tentang diri sendiri, pemahaman mengenai dunia pekerjaan, kemampuan pemilihan pekerjaan, dan ketrampilan menyusun langkah-langkah untuk mencapai tujuan karir yang diinginkan.

Karir merujuk pada serangkaian posisi yang diemban oleh seseorang sepanjang perkembangan hidupnya. Adapun menurut Winkel (Annisa & Alamanda, 2021) karir dapat diartikan sebagai sebuah pekerjaan atau posisi yang dijalani dan diyakini sebagai bagian penting dari kehidupan seseorang, karena karir merupakan salah satu unsur penting dalam kehidupan seseorang. Karir tidak hanya berhubungan dengan aspek fisik, melainkan juga melibatkan aspek psikologis individu. Karena alasan ini, individu perlu mengembangkan perencanaan dan persiapan karir sejak dini. Melalui pendekatan perencanaan karir yang terstruktur, individu berupaya untuk menggapai jalur karir yang sejalan dengan potensi, ketertarikan, dan kapabilitas yang dimiliki. Perencanaan karir mewakili sebuah kapabilitas untuk merenungi masa depan, merancang visi masa depan secara terperinci, guna menetapkan tujuan dan pencapaian yang diinginkan pada jangka waktu yang akan datang.

Super dan Savickas (Khasanah & Sayekti, 2020) mengemukakan bahwa dalam tahap dewasa awal, yaitu antara usia 15 hingga 24 tahun, individu mengalami fase eksplorasi dalam perkembangan karir. Pada masa dewasa awal ini, yang biasanya berada dalam lingkungan perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa. Mahasiswa dihadapkan pada tugas-tugas penting seperti mengidentifikasi tujuan karir, memulai langkah-langkah karir, merumuskan

identitas pribadi, serta mengumpulkan data terkait perencanaan karir guna mendukung pengambilan keputusan yang akurat mengenai jalur karir yang diinginkan.. Sangat dianjurkan bagi mahasiswa untuk menetapkan bidang minat karir dengan segera, bahkan sejak awal semester, sehingga langkah-langkah yang diperlukan dalam mencapai keberhasilan dalam karir dapat diarahkan dan keterampilan yang relevan dengan dunia kerja dapat dikembangkan. Pada tahap ini, penting bagi individu untuk mulai menjelajahi berbagai pilihan karir, mengumpulkan informasi yang berhubungan, serta mengembangkan kemampuan yang sejalan dengan bakat dan minat karir mereka, meskipun keputusan yang mengikat mengenai pilihan karir belum diambil.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 7 orang mahasiswa dengan mengacu pada definisi kecemasan karir menunjukkan bahwa pada saat memasuki dunia perkuliahan mahasiswa belum memikirkan terkait perencanaan karirnya, diantaranya mahasiswa merasa salah memilih jurusan karena dorongan dari orang tua dan tidak lolos masuk perguruan tinggi negeri dengan jurusan yang diminati, tidak eksplorasi terkait peluang karir dari jurusan yang tengah dijalani, tidak melakukan pengembangan diri terkait keahlian dalam menunjang karir kedepannya. Sesuai temuan dari studi yang dilakukan oleh Pisarik et al., (2017) dapat diidentifikasi bahwa mahasiswa seringkali mengalami perasaan cemas dan ketakutan dalam konteks keputusan karir mereka. Faktor-faktor penyebab adalah rasa tidak percaya diri dalam kemampuan, kecenderungan untuk membandingkan diri dengan individu lain, serta kekhawatiran akan penyesalan atas pilihan karir yang diambil. Fenomena ini terjadi karena proses pemilihan jalur karir selama

masa kuliah umumnya tidak memberi cukup ruang bagi mahasiswa untuk merenung dan mengeksplorasi secara mendalam tentang persiapan karir mereka.

Santrock (2010) menguraikan bahwa dalam fase tahap eksplorasi, mahasiswa aktif terlibat dalam usaha untuk mengidentifikasi jalur karir yang cocok untuk mereka, merancang persiapan masa depan dengan merujuk pada sumber informasi pribadi, serta memulai upaya untuk memahami diri sendiri melalui pengeksplorasian minat, kemampuan, dan nilai-nilai yang dimiliki. Mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk merencanakan jalur karir mereka di masa mendatang dan telah mempersiapkan diri baik secara psikologis, pendidikan, dan keterampilan yang relevan dengan pilihan karir yang diambil. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan melakukan upaya optimal untuk memproyeksikan kemungkinan-kemungkinan yang dapat muncul di masa depan terkait karir mereka sendiri. Hal ini menjadi faktor mendasar yang memicu timbulnya tantangan bagi mahasiswa, di mana fase ini berkontribusi terhadap munculnya rasa kecemasan.

Merujuk pada pendapat Priest, Fortinash dan Worret (Adriansyah et al., 2015) Karir menjadi salah satu sumber yang dapat menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa, karena kecemasan terhadap karir dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi mahasiswa. Kecemasan menghadapi karir merupakan sebuah bentuk respon negatif yang dirasakan seperti perasaan ketakutan, khawatir, dan gelisah pada hal buruk yang kemungkinan akan menimpa dirinya di masa depan meskipun hal tersebut belum tentu terjadi yang berkaitan dengan ketersediaan lapangan pekerjaan dan persaingan yang ketat dalam bidang pekerjaan.

Kecemasan karir dapat dianggap sebagai kecemasan dalam bentuk kondisi atau situasi yang bersifat temporer, yakni perasaan cemas yang tidak berlangsung secara konsisten, namun cenderung muncul sebagai akibat dari ancaman atau pemicu stres tertentu (Mirah & Indianti, 2018). Karena dalam hal ini berkaitan dengan karir masa depan maka pemikiran terkait pemilihan karir dan penentuan karir selama perkembangan karir dapat dikategorikan sebagai *stressor* ataupun ancaman yang menimbulkan kecemasan. Kecemasan karir adalah ekspresi dari kekhawatiran, ketidakpastian, dan keragu-raguan saat menghadapi penentuan arah karir yang sesuai dengan pribadi individu tersebut (Mariah et al., 2020). Kecemasan terkait karir adalah bentuk kecemasan realistis yang meliputi perasaan takut terhadap ancaman-ancaman nyata yang berasal dari lingkungan eksternal, karena lingkungan luar yang menjadi penyebab kecemasan adalah takut tidak mendapat pekerjaan yang sesuai dan sulitnya mencari lapangan kerja (Aprilana, 2016). Thai (Pratiwi & Irawati, 2020) menyatakan terdapat beberapa indikator kecemasan karir diantaranya takut memikirkan masa depan karir, mengalami keraguan saat mengambil keputusan terkait aspek karir, dan merasa tertekan saat mempertimbangkan penyusunan riwayat hidup (CV atau *curriculume vitae*), dan merasa tidak dapat mendapatkan pekerjaan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa dari beberapa perguruan tinggi dengan merujuk pada indikator kecemasan karir menyatakan bahwa mahasiswa merasa takut, cemas dan khawatir menghadapi karir setelah lulus dari perguruan tinggi. Hal tersebut lantaran pandangan mahasiswa terkait terbatasnya lapangan pekerjaan dibandingkan dengan jumlah lulusan atau pencari

kerja. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan pada tahun 2021 sebanyak 9,99 ribu orang atau sebesar 5,98% dengan tingkat pendidikan akhir dari universitas, menganggur. Begitu pula dengan tingkat pendidikan akhir dari diploma sebanyak 2,54 ribu orang atau sebesar 5,87% menganggur (bps.go.id, 2022). Hal tersebut dapat menjadikan mahasiswa mengalami kecemasan pada pencapaian karir dalam dunia kerja yang diakibatkan dari perasaan takut serta khawatir sulit mendapatkan pekerjaan. Kurangnya pengalaman kerja, kurang pengalaman dalam berorganisasi karena tidak aktif berorganisasi selama kuliah dan kurangnya *skill* atau keahlian serta tidak percaya diri akan kemampuan yang dimiliki turut menyumbang bertambahnya tingkat kecemasan mahasiswa. Dorongan dari orang tua yang mengharapkan anaknya menjadi sesuai harapan orang tua juga menjadikan salah satu alasan mahasiswa cemas karena takut tidak dapat memenuhi keinginan orang tua sehingga menjadikan mahasiswa cemas. Secara tidak langsung, kekhawatiran terhadap karir kerap ditemui pada mahasiswa pada tahap akhir studi, lantaran mereka tengah berada dalam proses peralihan dari status sebagai mahasiswa ke dunia kerja yang profesional.

Berdasarkan penelitian dari Blustein & Phillips (Mirah & Indianti, 2018) Dapat diamati bahwa kekhawatiran mengenai perkembangan karir memiliki dampak yang signifikan terhadap langkah individu dalam menjalani tahap eksplorasi karir, salah satunya kecemasan terkait karir yang memiliki potensi untuk menghambat individu dalam melibatkan diri dalam tindakan yang bermanfaat untuk mengambil keputusan terkait jalur karir mereka. Sejalan dengan

penelitian Daniels, Stewart, Stupnisky, Perry & Lo Verso (Mirah & Indianti, 2018) menunjukkan bahwa kecemasan juga memiliki dampak terhadap perilaku penghindaran yang terkait dengan proses pengambilan keputusan karir, seperti aktivitas pengumpulan informasi tentang karir dan partisipasi dalam konseling karir. Menurut Daniels, Dkk (Mirah & Indianti, 2018) jika kecemasan mengenai perkembangan karir tidak ditangani dengan cepat dan tepat, maka konsekuensinya akan memengaruhi individu, salah satunya adalah menurunkan tingkat komitmen individu terhadap pilihan karir yang telah diambil, serta menyebabkan rasa ketidakpuasan dan perasaan kegagalan terhadap lingkungan sekitar dalam hal kontribusi, meskipun individu telah memiliki pengetahuan dan pendidikan yang memadai. Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa dampak kecemasan karir dapat menghambat proses perkembangan karir individu.

Realitas lingkungan karir mendorong setiap personal untuk mempersiapkan diri secara kompetitif guna mengoptimalkan peluang, baik dalam meraih pekerjaan maupun pengalaman sesuai dengan preferensi, minat, dan potensi yang dimiliki (Ghufron & Risnawati, 2016). Dalam upaya bersaing demi pencapaian karir, individu berupaya semaksimal mungkin untuk mencapai yang terbaik dalam bidangnya, karena bagi lulusan perguruan tinggi saat berkarir tidak hanya bersaing dengan sesama lulusan sarjana saja, namun juga bersaing dengan lulusan vokasi/diploma.

Pendidikan vokasi adalah jenis pendidikan tinggi yang mengarahkan proses pembelajaran melalui penerapan praktik sebagai sarana pengembangan kompetensi kerja di bidang-bidang spesifik, dan memberikan porsi yang lebih

besar pada keterampilan teknis. Tujuan pendidikan vokasi adalah mempersiapkan individu untuk menjadi tenaga ahli di bidang yang dipilih, yang siap berpartisipasi dalam lingkungan kerja dan berdaya saing di skala global. Konsep dan maksud pendidikan vokasi, yang menekankan kesiapan untuk bekerja, tercermin dalam pendekatan kurikulumnya, yang menempatkan penekanan lebih pada praktek daripada teori. Struktur kurikulum pendidikan vokasi secara umum mengusung proporsi 60% praktek dan 40% teori dan sistem pendidikan vokasi mengenal empat tingkatan yaitu D1, D2, D3, dan D4. Bagi siswa vokasi yang menempuh jenjang pendidikan D3, memiliki pilihan melanjutkan studi ke tingkat S1 ketika memutuskan untuk mengejar karier yang lebih tinggi, kemudian bagi lulusan D4 dalam pendidikan vokasi, peluang melanjutkan ke jenjang S2 tersedia, karena kualifikasinya setara dengan S1. Bagi para mahasiswa vokasi yang memutuskan untuk langsung bekerja, sesuai dengan penekanan kurikulum yang praktis, peluang pekerjaan yang luas terbuka, terutama di bidang pekerjaan yang memerlukan keahlian khusus dan kemampuan dalam bidang tertentu (Sukoco et al., 2019).

Tidak seperti pendidikan vokasi, pendidikan sarjana merupakan tahap pendidikan tinggi yang fokus pada pengetahuan, teknologi, dan seni yang lebih spesifik. Tujuan utama pendidikan sarjana adalah mengedepankan pemahaman dalam bidang ilmu yang dipilih, menekankan penerapan prinsip-prinsip ilmu, dan memberikan penekanan lebih besar pada aspek teoritis daripada praktik. Dalam penyusunan kurikulum pendidikan sarjana, proporsi yang lebih besar dialokasikan untuk komponen teori sekitar 60%, sedangkan 40% lainnya diberikan untuk

praktik dan sistem pendidikan sarjana mengenal tiga tingkatan yaitu S1, S2, dan S3. Bagi mahasiswa yang menempuh pendidikan sarjana pada tingkat S1, jika memutuskan untuk melanjutkan studi sebagai langkah karir, mereka memiliki opsi untuk melanjutkan ke tingkat S2. Dalam hal lulusan sarjana yang memilih berkarir melalui pekerjaan, orientasi kurikulum yang lebih berfokus pada aspek teoritis membuat peluang pekerjaan lebih terfokus pada posisi konseptor yang berkaitan dengan teori dan pengetahuan inti bidang studi pendidikan. (siva.kemenperin.go.id).

Kecemasan karir dapat memberikan dampak terhadap mahasiswa yang berkaitan dengan penghentian dini dalam konseling karir dan cenderung tergesa-gesa dalam membuat keputusan agar dapat segera menghilangkan kecemasan terhadap karir serta dapat menghambat mahasiswa dalam proses perkembangan karirnya (Shin & Lee, 2019; Mirah & Indianti, 2018). Masalah ini menjadi menarik untuk dikaji dengan tujuan untuk memperoleh informasi terkait tingkat kecemasan karir mahasiswa serta membandingkan tingkat kecemasan karir mahasiswa sarjan dan mahasiswa vokasi.

B. Masalah Penelitian

Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan karir antara mahasiswa sarjana dan mahasiswa vokasi?

C. Tujuan Penelitian

Untuk membedakan tingkat kecemasan karir antara mahasiswa sarjana dan mahasiswa vokasi di Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat memberikan kontribusi ilmu atau referensi ilmiah dalam perspektif psikologi terkait dengan kecemasan karir khususnya kecemasan karir bagi mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa sarjana dan mahasiswa vokasi untuk dapat meminimalisir kecemasan terhadap karir dan sebagai rujukan bagi mahasiswa sarjana dan mahasiswa vokasi dalam mempersiapkan diri serta karirnya.

E. Keaslian Penelitian

Pada sub bab ini, penulis akan memaparkan persamaan dan perbedaan beberapa penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, diantaranya yaitu :

Penelitian yang dilakukan oleh (Mariah et al., 2020) dengan judul “Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa”. Populasi dalam penelitian ini adalah 373 orang siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Seruway. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 43 siswa yaitu 54% mengalami kecemasan karir kategori tinggi, 32 siswa yaitu 40% mengalami kecemasan karir kategori sedang, dan 4 siswa yaitu 5% mengalami kecemasan karir kategori sangat tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mirah & Indianti, 2018) dengan judul “Pengaruh Kecemasan Karir Terhadap *Commitment To Career Choice* Dengan Kelekatan Orang Tua Sebagai Moderator”. Populasi dalam penelitian ini adalah

siswa SMA di Jakarta Selatan dalam masa perkembangan remaja akhir yang berada pada rentang usia 15 hingga 18 tahun sebanyak 315 partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh kecemasan karir terhadap *Commitment To Career Choice* dimensi *Tendency To Foreclose* hanya muncul pada remaja yang memiliki tingkat kelekatan dengan orang tua yang rendah atau rata-rata. Semakin seorang remaja tidak memiliki kelekatan yang aman dengan orang tuanya, dan diiringi kecemasan karir yang tinggi, maka akan semakin tinggi kecenderungannya untuk memutuskan satu pilihan karir tanpa periode eksplorasi. Sebaliknya, jika diiringi kecemasan karir yang rendah, maka akan semakin rendah kecenderungannya untuk memutuskan satu pilihan karir tertentu tanpa periode eksplorasi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi & Irawati, 2020) dengan judul “Pengaruh *Career Exploration* Terhadap *Career Indecision* Yang Dimediasi *Career Anxiety* Mahasiswa Diploma III Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Syiah Kuala”. Populasi dalam penelitian ini adalah 729 mahasiswa D3 (diploma 3) Universitas Syiah Kuala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis HLM, mengindikasikan bahwa *career exploration* berpengaruh terhadap *career indecision*, *career exploration* berpengaruh terhadap *career anxiety*, *career anxiety* berpengaruh terhadap *career indecision*, dan *career anxiety* memediasi secara parsial pengaruh *career exploration* terhadap *career indecision*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Aprilana, 2016) dengan judul “Hubungan Antara Kecemasan Terhadap Karir Masa Depan Dan Konsep Diri Akademik

Dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa”. Populasi dalam penelitian ini adalah 939 mahasiswa aktif program S1 (strata satu) Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara konsep diri akademik dengan prokrastinasi skripsi. Kecemasan terhadap karir masa depan dan konsep diri akademik bersama-sama memberikan sumbangan efektif atau pengaruh sebesar 42,00% terhadap prokrastinasi skripsi, sedangkan sisanya 58,00% dipengaruhi oleh faktor lain. Kecemasan terhadap masa depan karir memberikan pengaruh sebesar 6,27% terhadap prokrastinasi skripsi, sedangkan konsep diri akademik memberikan pengaruh sebesar 35,73%.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menitikberatkan pada perbedaan tingkat kecemasan karir yang dialami oleh mahasiswa sarjana dan mahasiswa vokasi. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk meneliti terkait variabel kecemasan karir.