



## Meninjau Kegelisahan Mahasiswa Dengan Kondisi Lapangan Pekerjaan

Alpiq Rizki<sup>1</sup>, Mansur Hidayat Pasaribu<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

<sup>2</sup>SMP 1 Hamparan perak

Corresponding Author: ✉ [alpiqrizki28@gmail.com](mailto:alpiqrizki28@gmail.com)

### ABSTRACT

Persaingan antar pencari kerja sangat tinggi, perusahaan sering mengajukan syarat seperti strata pendidikan dan juga gelar sehingga jurusan menjadi faktor yang tidak kalah penting sebagai penentu peluang individu dalam mendapatkan pekerjaan. Hal tersebut meningkatkan jumlah pengangguran bertambah. Tidak jarang mahasiswa dengan jurusan tertentu dapat merasa khawatir dan cemas dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah besarnya perasaan khawatir berlebihan yang dialami oleh individu pada saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Kecemasan juga di timbulkan oleh situasi pandemic COVID-19 yang telah mewabah dunia khususnya Indonesia Untuk Mahasiswa Semester Akhir. Kondisi pandemic ini menimbulkan kekhawatiran pada Mahasiswa Semester akhir dengan adanya Lapangan pekerjaan yang begitu menyempit dan Banyak Orang yang ter PHK dalam Kondisi ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswa Sangat Khawatir akan tidak adanya Lapangan Pekerjaan Dengan Situasi Pandemi Covid-19 dan Permintaan Jurusan dari Pihak Terkait.

### Kata Kunci

*Kegelisahan, Dunia Kerja, Mahasiswa, Jurusan*

## PENDAHULUAN

Masyarakat mulai menyadari pentingnya pendidikan tinggi untuk kehidupan yang lebih baik. Tingkat strata satu ditempuh untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan yang lebih banyak, sehingga mampu menguasai keterampilan yang tidak dimiliki oleh orang lain dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah (Soemanto, 2006) namun kenyataannya seseorang dengan pendidikan tinggi belum tentu bisa mendapat pekerjaan.

Persaingan antara pencari kerja sangatlah tinggi, hal tersebut terbukti dengan tingginya angka pengangguran yang tercatat disampaikan oleh Kepala Badan Pusat Statistik (BPS) Suryamin menuturkan bahwa tingkat pengangguran terbuka pada Februari 2016 mencapai 7.02 juta orang (Agai, 2017). Sedangkan pada agustus 2017 diperoleh data dari BPS bahwa tingkat pengangguran terbuka meningkat sebesar 5.50% (bps.go.id, 2017). Yang diperoleh dari data

statistik disebutkan jumlah pengangguran lulusan universitas pada Februari 2016 mencapai lebih dari 695 ribu orang yang berarti meningkat sebesar 20% dibanding tahun sebelumnya (Miftakhul, 2017).

Tingginya angka pengangguran di Indonesia salah satunya dikarenakan pada tiap tahunnya, berbagai universitas di Indonesia meluluskan ribuan sarjana baru dari seluruh pelosok negeri, baik itu sarjana dari universitas swasta, maupun universitas negeri. Namun sangat disayangkan, dari sekian banyaknya sarjana yang diluluskan oleh universitas, mayoritas dapat dipastikan akan menjadi pengangguran. hal ini bukan tidak beralasan, data statistik menyatakan jumlah pengangguran lulusan universitas pada Februari 2016 mencapai lebih dari 695 ribu orang yang berarti meningkat sebesar 20% dibanding tahun sebelumnya (Miftakhul, 2017). Sarjana yang setelah lulus malah menjadi pengangguran dikarenakan banyaknya lulusan universitas, karena individu tersebut tidak mau melaksanakan pekerjaan yang setara dengan SMA atau SMK. Mereka menganggap memiliki kompetensi lebih tinggi sehingga harus mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan kompetensinya (Rivianto, 2017).

Meningkatnya jumlah pengangguran dengan lulusan perguruan tinggi pada tiap tahunnya dikarenakan lulusan tersebut dinilai kurang memiliki pengalaman dalam dunia kerja, nilai yang tidak memenuhi standar perusahaan dan tidak cukupnya kompetensi yang dimiliki oleh sarjana (Rosliani & Ariati, 2016). Rasa cemas dalam menghadapi dunia kerja karena kurang yakin dengan kompetensi yang dimiliki menjadi salah satu faktor penyebab munculnya rasa takut, khawatir, dan cemas pada mahasiswa tingkat akhir terhadap kemungkinan mereka mendapatkan pekerjaan (Saidah, 2013).

Mendapatkan pekerjaan menjadi keinginan pertama bagi sebagian besar lulusan perguruan tinggi, namun untuk mendapatkan pekerjaan tersebut salah satu syarat yang sering diajukan perusahaan merupakan strata pendidikan dan juga gelar. Jurusan menjadi faktor yang tidak kalah penting sebagai penentu peluang individu dalam mendapatkan pekerjaan, dikutip dari berita *online* detik.com oleh Zul dan Ang (2012) bahwa terdapat 10 jurusan yang tidak banyak dicari oleh perusahaan baik perusahaan dalam negeri maupun luar negeri, diantaranya adalah Bahasa dan Sastra dengan angka pengangguran didunia pada jurusan ini mencapai 9.2 Antropologi atau Sejarah, persentase pengangguran sebesar 10.2%, Seni komersial dan Disain Grafis mencapai 11.8%, kebugaran fisik dan taman bermain dengan persentase pengangguran sebesar 8.3%, musik, dimana individu yang memilih jurusan ini biasanya untuk menyalurkan hobi dan bakat saja. Kebanyakan mahasiswa dengan lulusan tersebut memilih untuk bekerja sendiri atau berwiraswasta.

Kecemasan adalah suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa-peristiwa yang akan datang dimana hal tersebut belum jelas kapan dan bagaimana terjadinya. Swift, Cyhlarova, Goldie dan O'Sullivan (2014) menjelaskan bahwa sekitar seperlima dari subjek penelitian menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi terkait masa depan terkait pekerjaan dan menjadi pengangguran, individu dengan status karyawan dan memiliki pekerjaan menunjukkan tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki pekerjaan. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jones, Latreille dan Sloane, (2011) menunjukkan bahwa beberapa hal yang biasanya dicemaskan meliputi kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional dan kondisi lingkungan dimana individu tersebut tinggal.

Kecemasan juga dapat timbul dan dirasakan saat individu dihadapkan pada realita dan tanggung jawab yang lebih besar dalam hidupnya. Seperti dengan bertambahnya usia, maka individu mencapai pada proses pencarian kerja, memikirkan dan menata peluang karir dan bersaing dengan para pencari kerja lainnya. Hal tersebut tidak sedikit menimbulkan perasaan bingung dan cemas yang kurang menyenangkan sehingga menyertai perubahan baik secara fisik dan perilaku. Individu menunjukkan perubahan seperti melakukan perilaku menghindar dengan bermain *game*, berpergian, atau mencari kesibukan lainnya (Nugroho, 2010).

Seluruh gejala yang dialami oleh individu tersebut merupakan tanda kecemasan yang dapat muncul ketika individu merasakan ancaman yang kuat terhadap nilai diri dan melibatkan keyakinan terhadap diri, kesuksesan, dan juga karir. Kecemasan berasal dari dalam diri individu itu sendiri, karena individu memiliki perasaan menjadi terancam. Kecemasan sendiri berbeda dengan rasa takut, Swift, Cyhlarova, Goldie dan O'Sullivan (2014) menjelaskan bahwa rasa takut memiliki fokus pada seseorang, atau kelompok atau pada situasi tertentu sehingga dapat diidentifikasi satu sumber eksternal dan dapat dicarikan jalan keluar dari masalah tersebut, sedangkan kecemasan muncul karena adanya pikiran yang irasional dari individu tentang situasi atau seseorang yang belum terjadi atau ditemuinya. Namun disisi lain, kita tahu bahwa tingkat dasar kecemasan normal tertentu, sebenarnya dapat membantu individu untuk lebih berempati, dan juga meningkatkan kewaspadaan.

Kecemasan yang dialami seseorang dapat terjadi pada berbagai kondisi, antara lain kecemasan pada masa depan (Hurlock, 2011). Kecemasan akan masa depan biasanya timbul dikarenakan faktor utama adalah dunia kerja. Muarifah (2005), menjelaskan bahwa kecemasan yang tidak teratasi dapat menyebabkan beberapa perilaku yang muncul, seperti perilaku yang menghindar. Perilaku

tersebut biasanya akan menjadi hambatan individu untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Kecemasan menghadapi dunia kerja sebaiknya harus dikurangi, agar seseorang mampu menghadapi dunia kerja dan memperoleh pekerjaan yang sesuai yang mereka inginkan.

Supriyantini (2010) menemukan bahwa individu dengan kecemasan pada kenyataannya cenderung menghindari situasi yang menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut atau bersalah karena individu menganggap tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan baik. Mortensen (2014) menjelaskan bahwa individu yang cemas sering tidak puas dengan apa yang sudah mereka kerjakan. Individu dengan kecemasan yang tinggi cenderung kurang yakin bahwa mereka memiliki keterampilan yang efektif, individu lebih banyak merasa pesimis tentang apakah yang mereka kerjakan benar, baik, atau apakah yg mereka lakukan akan membuat perbedaan. Dalam kondisi kronis, individu dengan kecemasan menghadapi dunia kerja yang tinggi akan lebih mudah menyerah terlebih saat mereka mendapat kegagalan dalam hidupnya. Munculnya perasaan kecewa dapat membuat individu memiliki kinerja buruk, dan bahkan mungkin dapat kehilangan pekerjaan atau tidak mendapat pekerjaan sama sekali. Namun disisi lain, kecemasan tersebut dapat membuat individu memiliki usaha yang lebih keras.

Lebih dalam dijelaskan oleh (Mortensen, 2014) bahwa rekan tim lebih melihat bahwa individu dengan kecemasan tinggi memiliki kompetensi yang buruk dan kurang terampil secara sosial daripada orang lain sehingga mereka memiliki hubungan yang buruk dengan lingkungannya. Individu dengan kecemasan cenderung tinggi memiliki semangat kerja yang meningkat, namun mereka cenderung untuk tidak mengambil resiko, lebih memilih untuk dapat stabil, menghindari inovasi.

Parasit (2007) dalam penelitiannya, ada dua hal penyebab kecemasan, (1) Faktor internal, yang muncul dari dalam diri pribadi seseorang seperti rasa rendah diri karena rasa bersalah yang pernah dia lakukan, sehingga membuat seseorang tersebut merasa terisolasi dari lingkungan masyarakat; (2) Faktor Eksternal, meliputi sikap yang diperoleh individu dari lingkungan sekitar, seperti tidak diterimanya kembali dalam lingkungan tersebut. Firshein (Nuhriawangsa, 2001) menyebutkan salah satu faktor yang dapat menyebabkan kecemasan antara lain kepribadian. Sejauh mana individu mampu memberikan respon terhadap kecemasan yang muncul dari emosi negatif dan lingkungan, bisa atau tidaknya individu mengurangi penyebab kecemasan atau malah membiarkan berkembang sehingga memunculkan perilaku yang kurang sesuai dalam mengekspresikan kemarahan, kesedihan, dan kekecewan.

Apabila seorang mahasiswa semester akhir memiliki kriteria pencari kerja yang baik dan kualitas pribadi yang memadai, niscaya hal ini akan membuatnya merasa percaya diri untuk memasuki dunia kerja. Namun, apabila ia tidak memiliki kriteria pencari kerja yang baik dan kualitas yang memadai, bukan tidak mungkin ia akan mengalami kecemasan untuk memasuki dunia kerja karena kualitas yang dimilikinya belum mencukupi. Kecemasan yang dimilikinya, bukan tidak mungkin disebabkan oleh dunia kerja yang akan dimasukinya belum dapat menjanjikan apa-apa bagi dirinya. Dalam hal ini yang dimaksud adalah kepastian untuk diterima di sebuah perusahaan atau instansi, gaji yang cukup serta kepastian lama masa kerja. Jangankan pencari kerja yang tingkat pendidikannya rendah, pelamar yang berstatus sarjana pun kadang pesimis dalam menghadapi dunia kerja yang penuh tantangan saat ini.

Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang ketika memasuki dunia kerja. Biasanya kecemasan ini dialami bagi mereka yang baru saja menyelesaikan studi pendidikannya atau *fresh graduate* dan adanya keinginan untuk mencari pekerjaan sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimiliki.

*Fresh graduate* adalah masa dimana seorang mahasiswa lulus kuliah dan bersiap untuk memasuki dunia kerja (Kusuma, 2010). Kecemasan dalam memasuki dunia kerja biasanya dialami oleh seorang *fresh graduate*, karena dunia kerja adalah dunia yang belum pernah dimasuki oleh mereka. Kecemasan ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain membayangkan kepastian mendapatkan pekerjaan, cemas menghadapi panggilan wawancara kerja, cemas karena ketidakjelasan bidang kerja yang diminati/mau diambil serta cemas memikirkan keharusan untuk segera mendapat pekerjaan tetap, sementara usia semakin bertambah. (Juliarti, 2007).

Berdasarkan pemaparan diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan. Manfaat penelitian adalah untuk memberikan wawasan baru pada pembaca, serta menjadi bahan informasi bagi mahasiswa akhir dan perguruan tinggi dalam meminimalisir kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan pada 13 Juli 2021 yang berlangsung dengan lancar. Yang dilakukan hanya 1 (satu) hari saja. Penelitian ini dilakukan secara langsung, yaitu dengan mengunjungi langsung Informan, dan mewawancarai narasumber secara langsung.

### **Langkah-Langkah Penelitian**

1. Perencanaan adalah proses yang mendefinisikan suatu tujuan, dengan membuat suatu strategi digunakan untuk mencapai tujuan suatu hal, serta mengembangkan rencana aktivitas kerja.
2. Persiapan adalah sebuah homonim karena arti-artinya memiliki ejaan dan pelafalan yang sama tapi maknanya berbeda. Persiapan dapat menyatakan nama dari seseorang, tempat atau benda dan segala yang dibendakan. Intinya persiapan adalah suatu kegiatan yang akan dipersiapkan sebelum melakukan sebuah kegiatan. Jika kita melakukan persiapan, maka kegiatan akan terlaksana dengan baik. Hasil dari persiapan adalah sebuah kegiatan yang memuaskan.
3. Pelaksanaan adalah suatu tindakan atau pelaksanaan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara matang dan terperinci, implementasi biasanya dilakukan setelah perencanaan sudah dianggap siap.

### **Analisis Pengolahan Data**

Dimulai dengan mengunjungi Informan dan menemui langsung narasumber yang akan diwawancarai. Dari hasil wawancara itu terdapat data yang harus disimpulkan. Dengan mengumpulkan data-data yang akurat barulah penelitian ini dapat disusun.

- Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa hingga kesimpulan-kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi.
- Penyajian data adalah mekanisasi yang dipergunakan dalam sebuah laporan penelitian untuk menyajikan rangkaian angka numeric agar mudah dibaca. Sehingga secara umumnya, data-data penelitian tersebut dapat disajikan kepada khalayak umum dengan sangat mudah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Ketersediaan lapangan atau kesempatan kerja baru untuk mengatasi permasalahan ketenagakerjaan, yakni pengangguran merupakan salah satu target yang harus dicapai dalam pembangunan ekonomi nasional maupun daerah. Pertumbuhan pengangguran tersebut secara langsung menimbulkan kesulitan bagi pemerintah untuk meningkatkan kesejahteraan rakyatnya,

karena membuat sumber daya terbuang percuma, dan pendapatan masyarakat berkurang. Sementara itu adanya keterbatasan pendidikan dan keterampilan, berakibat pada rendahnya produktivitas tenaga kerja dan menjadi kendala bagi pengangguran untuk memasuki dunia kerja. Keadaan seperti itu menimbulkan tekanan ekonomi yang mempengaruhi emosi masyarakat maupun kehidupan rumah tangga sehingga akan mengurangi kesejahteraan masyarakat (Budi, 2001: 4). Terkait dengan hal itu, diselenggarakan pembangunan ketenagakerjaan.

Atas asas keterpaduan dan kemitraan, sebagaimana telah ditetapkan dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan. Menurut UU tersebut, salah satu tujuan pembangunan ketenagakerjaan adalah untuk memberdayakan dan mendayagunakan tenaga kerja secara optimal dan manusiawi, serta menciptakan pemerataan kesempatan kerja dan penyediaan tenaga kerja yang sesuai dengan kebutuhan pembangunan nasional dan daerah (Hariyadi, 2009: 3). Berdasarkan upaya mencapai tujuan pembangunan ketenagakerjaan dan mengurangi tingkat pengangguran di berbagai daerah, pemerintah pusat dengan kewenangan yang dimiliki, turut berperan serta mengatasi permasalahan tersebut. Bantuan tersebut diberikan melalui Tugas Pembantuan (TP) dari pemerintah pusat kepada pemerintah daerah dengan pembiayaan Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN).

Lapangan kerja terbatas, tidak seimbang dengan pertumbuhan angkatan kerja yang setiap tahun terus bertambah, mengakibatkan jumlah pengangguran semakin tinggi. Menurut data statistik yang disajikan Badan Pusat statistik (BPS) pada bulan pebruari 2005 terlihat peningkatan jumlah pengangguran. Untuk penduduk usia 15 tahun ke atas jumlahnya tercatat 155,5 juta> Dari jumlah tersebut angkatan kerjanya mencapai 105,8 juta. Dari angkatan kerja tersebut yang bekerjanya sebanyak 94,9 juta, dan pengangguran terbuka 10,9 juta.

Selain pengangguran absolut itu, masih ada yang masuk katagori under employment sebanyak 31,2 juta. Berarti saat ini jumlah pengangguran mencapai 42,1 juta orang. Kecenderungan penduduk angkatan kerja pedesaan urbanisasi ke perkotaan karena mereka beranggapan peluang lapangan kerja dan usaha lebih terbuka dibanding dipedesaan, sedangkan potensi - potensi ekonomi yang ada dipedesaan masih banyak yang belum dikembangkan untuk peningkatan ekonomi masyarakat pedesaan.

Terkait dengan itu, sebenarnya sudah ada aktivitas yang mengarah pada proses peningkatan kualitas hidup melalui pelatihan / kursus yang diadakan oleh

Lembaga Kursus dan lembaga lainnya. Namun kegiatan tersebut belum dilaksanakan secara optimal, karena hasil pelatihan warga belajar belum bisa mempraktekan hasil kursus baik usaha mandiri atau bekerja ditempat lain. Hal ini disebabkan program kursus tidak sesuai dengan kebutuhan pasar (dunia usaha) dan industri dimana lembaga kursus itu berada. Di Propinsi Jawa Barat sebagai calon lokasi pengembangan dan ujicoba model telah terbentuk 1875 lembaga kursus (Direktori Lembaga Kursus 2005, Direktorat Dikmas Ditjen PLSP Depdiknas). yang memberikan berbagai program kursus.

## KESIMPULAN

Dari hasil wawancara yang telah saya lakukan Bersama informan seorang mahasiswa semester akhir ialah Bhawasanya Mahasiswa sangat Cemas/Gelisah dengan adanya dunia kerja di masa sekarang yang dimana Jumlah lulusan sarjana yang sangat banyak di bandingkan dengan jumlah lowongan pekerjaan yang ada. Di tambah dengan masa pandemi Covid-19 ini membuat mahasiswa semakin khawatir dengan adanya dunia kerja lantaran semakin berkurangnya lowongan pekerjaan Pada tahun belakangan ini.

Dan dari hasil wawancara ini juga saya dapat menyimpulkan juga bahwasanya Menurut Informan saya bahwa jurusan tidak berpengaruh dalam dunia kerja dia menyimpulkan bahwa di jaman sekarang jurusan bukanlah sebuah patokan dalam dunia kerja ada begitu banyak perusahaan yang menampung semua jurusan asal memadai kriteria dan skill yang ada di sebuah Perusahaan.

## REFERENCE

- Alkhatami, S., Kaviani, H., & Emma, S. (2014). Social anxiety among adolescents and its relation to quality of life. *Eur Proc Soc Behav Sci*, 218, 228
- Cliff, L. (2011). *New measures for witnesses: are they performing as anticipated?* (Doctoral dissertation, University of Glasgow).
- Fauziah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir. *Empati*, 4(4), 255-261.
- Fenn, K., & Byrne, M. (2013). The key principles of cognitive behavioural therapy. *InnovAiT*, 6(9), 579-585.
- Fresco, D. M., Mennin, D. S., Heimberg, R. G., & Ritter, M. (2013). Emotion regulation therapy for generalized anxiety disorder. *Cognitive and Behavioral Practice*, 20(3), 282-300.

- Kurniawati, A. (2012). Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Remaja dengan Ciri Kepribadian Introvert dan Ekstrovert di kelas X SMA Negeri 4 Surakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lutfi, U., & Maliya, A. (2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal e-biomedik (eBM)*, 1, 642-645.
- Muarifah, A. (2012). Hubungan kecemasan dan agresivitas. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 2(2), 102-112.
- Nugroho, T.F.A. (2010). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Skripsi Psikologi*. Yogyakarta.
- Rahmawati, N.S., Dwityanto, A., & Psi, S. (2017). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa smk muhammadiyah karanganyar. *Skripsi Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ratih, N. K., Fitriyani, P., & Nurviyandari, D. (2012). Hubungan tingkat kecemasan terhadap coping siswa SMUN 16 dalam menghadapi ujian nasional. *Skripsitidak dipublikasi*. FIK-Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat.
- Saidah, S. K. (2013). Perbedaan tingkat *fear of success* pada sarjana perempuan Psikologi IAIN Sunan Ampel Surabaya ditinjau dari demografi. *Skripsi IAIN Sunan Ampel Surabaya*.