

**TINGKAT KECEMASAN SARJANA *FRESH GRADUATE* MENGHADAPI
PERSAINGAN KERJA DAN MENINGKATNYA PENGANGGURAN
INTELEKTUAL**

Nurmantika Wiji Sejati dan Rahmawati Prihastuti ✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima 15 September 2012
Disetujui 29 Oktober 2012
Dipublikasikan 1
November 2012

Keywords:
anxiety, fresh graduate

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran secara deskriptif tingkat keceemasan sarjana fresh graduate menghadapi persaingan kerja dan meningkatnya pengangguran intelektual. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Semarang. Subjek penelitian berjumlah 205 alumni mahasiswa UNNES tahun 2011 yang ditentukan menggunakan teknik insidental sampling. Penelitian ini diukur menggunakan skala kecemasan. Uji analisis menggunakan teknik product moment dengan bantuan program SPSS 17.00 for windows. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan tergolong dalam kategori rendah dengan perolehan hasil sebesar 52,7% atau 108 subjek. Hasil tersebut ditinjau dari antara lain aspek fisik dengan perolehan hasil terbanyak 64,4% atau 132 subjek pada kategori rendah, aspek behavior dengan perolehan hasil terbanyak 76,6% atau 157 subjek pada kategori sedang dan aspek kognitif dengan perolehan hasil terbanyak 64,4% atau 132 subjek pada kategori sedang. Kesimpulan yang didapat bahwa dapat dilihat secara umum pada Sarjana fresh graduate Unnes dalam menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual tergolong dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa responden lebih tenang dalam menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat dan adanya fenomena pengangguran intelektual sekarang.

Abstract

This research is the portrayal of the phenomenon condition about how difficult and hard the job competition after the students finish their study that it indirectly makes the anxiety to fresh graduate student. The fresh graduate student anxiety facing the competitive job and the intellectual unemployment is the psychological condition including the depression and the fearfulness which comes to anybody because there is a condition causing an individual threatened by something that make their fear and painful coming from the inside and outside of themselves so that those make the anxiety disturbing their health and restfulness which it is sometimes causing physical disturbance. This research aims to find out descriptively the portrayal of the fresh graduate student anxiety facing the job competition and the increasing of intellectual unemployment. The method of the research is descriptive quantitative method. Then, This research is taken in Semarang State University. Moreover, The number of the research subject is 205 fresh graduate students of UNNES on 2011 which is determined by using incidental sampling technique. Furthermore, This research is measured by using anxiety scale. The last, Analysis test uses product moment technique by applying SPSS 17_00_/or windows program. The result of the research shows that the anxiety level is in low category with the result 52,7 % or 108 subject, The result is observed by physical aspect with the dominant result 64,4 % or 132 subject in low category, behavior aspect 76,6% or 157 subject in medium category, and cognitive aspect 64,4% or 132 subject in medium category with the dominant result. The conclusion can be concluded that mostly the fresh graduate student of UNNES in facing competitive job and intellectual unemployment is in low level category. The result shows that respondent is more reposed full facing the hardest job competition and the phenomenon of intellectual unemployment nowadays.

© 2012 Universitas Negeri Semarang

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan satu golongan dari masyarakat yang mempunyai dua sifat, yaitu manusia muda dan calon intelektual. Mahasiswa juga mempunyai peran penting sebagai agen perubahan (*agent of change*) bagi tatanan kehidupan yang secara realistis dan logis diterima oleh masyarakat. Setiap mahasiswa juga memiliki gambaran berbeda-beda mengenai dunia kerja dan juga mempunyai keinginan masing-masing untuk bekerja di instansi mana atau bekerja sebagai apa untuk sukses di masa depan dan tidak menjadi seorang pengangguran.

Pengangguran dengan menyandang gelar Sarjana atau Diploma yang sering disebut dengan istilah "Pengangguran Intelektual". Data tenaga kerja tahun 2009 menurut Bappenas menyebutkan "Pengangguran Intelektual" di Indonesia dari 21,2 juta masyarakat Indonesia dalam daftar angkatan kerja, sebanyak 4,1 juta atau sekitar 22,2 persennya adalah pengangguran, yang didominasi oleh lulusan Diploma dan sederajat dari berbagai universitas dengan kisaran angka di atas 2 juta orang. (<http://mudakompasiana.com/2010/07/21/di-tema-penggangur-ang-akademik/19sept jam 14.5 I>).

Jumlah serupa dialami kota Semarang tahun 2010 berdasarkan hasil survei pengangguran yang diperoleh melalui data kumulatif, jumlah pengangguran mencapai 100 ribu orang dengan tingkat pendidikan beragam. Kemudian berdasarkan data tahun 2009, lebih dari 19 ribu orang mencari kerja. Kebanyakan pencari kerja adalah yang memiliki latar belakang lulusan strata satu atau Sarjana, yaitu 10.996 orang, sementara lulusan sekolah menengah atas sebanyak 4.800 orang. (<http://www.liputan6.com>).

Badan Pusat Statistik (BPS) tentang Keadaan Angkatan Kerja di Provinsi Jateng periode Agustus 2009 menjelaskan bahwa pengangguran di kota Semarang dengan jumlah sebesar 159.230 orang meliputi dari perkotaan sebanyak 157.286 orang dan pedesaan sebanyak 1.944 orang. Terbagi dengan jumlah masing-masing adalah 81.802 laki-laki dan 77.428 perempuan dari perkotaan dan pedesaan. Semua data pengangguran diatas yaitu dari kalangan lulusan Universitas, baik Diploma maupun Sarjana. (Katalog BPS, 2009: 26-30). Fenomena diatas secara tidak langsung dapat menimbulkan kecemasan dalam diri seseorang, terutama bagi seorang mahasiswa yang telah lulus dan belum mendapatkan pekerjaan. Kecemasan sendiri berhubungan dengan kondisi psikologis seseorang, dapat berupa

rasa tertekan dan ketakutan sehingga menimbulkan kekhawatiran, kegelisahan yang mengganggu ketenangan dan kesehatan yang terkadang menimbulkan kekacauan fisik.

Meningkatnya jumlah pengangguran yang tanpa dibarengi pula dengan meningkatnya jumlah lapangan pekerjaan tentunya memperkuat persaingan untuk berlomba-lomba memperoleh pekerjaan yang layak dan sesuai dengan bidang akademik para alumni mahasiswa selama berkuliah. Persaingan tersebut tidak dipungkiri dapat berdampak pada kecemasan para alumni bila-mana mereka tidak kunjung mendapat pekerjaan yang diharapkan.

Sigmund Freud dalam Alwisol (2008: 22) mengemukakan bahwa kecemasan sebagai fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Freud dalam Corey (2009: 17) mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan tegang yang memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu. Freud dalam Corey (2009: 76) mengatakan juga bahwa kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman. Kecemasan menyerang inti keberadaan. Kecemasan adalah apa yang dirasakan ketika keberadaan diri terancam.

Kecemasan pada sarjana fresh graduate menghadapi persaingan kerja dan Pengangguran intelektual adalah kondisi psikologis seseorang, dapat berupa rasa tertekan dan ketakutan yang muncul karena adanya keadaan dimana individu merasa terancam oleh salah satu hal yang dianggapnya menakutkan dan menyakitkan yang berasal dari luar maupun dari dalam sehingga menimbulkan kekhawatiran, kegelisahan yang mengganggu ketenangan dan kesehatan yang terkadang menimbulkan kekacauan fisik.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Identifikasi variabel adalah "Tingkat kecemasan sarjana fresh graduate". Kecemasan sarjana fresh graduate merupakan kondisi psikologis seseorang, dapat berupa rasa tertekan dan ketakutan yang muncul karena adanya keadaan dimana individu merasa terancam oleh salah satu hal yang dianggapnya menakutkan dan menyakitkan yang berasal dari luar maupun dari dalam sehingga menimbulkan kekhawatiran, kegelisahan yang mengganggu ketenangan dan kesehatan yang kadang menimbulkan kekacauan fisik. Gejala kecemasan tersebut terbagi berdasarkan tiga aspek, yaitu: a) Gejala

Fisik. b) Gejala Behavioral. c) Gejala Kognitif. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah: Tercatat sebagai alumni mahasiswa UNNES baik laki-laki ataupun perempuan. Alumni UNNES yang lulus pada periode 11 (Oktober) tahun 2011 dan belum mendapatkan pekerjaan. Sampel, sebanyak 205 orang peserta alumni mahasiswa Universitas Negeri Semarang yang mengikuti pembekalan Wisuda periode 11 Oktober 2011. Pelaksanaan uji coba dilakukan oleh peneliti selama dua kali penelitian dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 205 orang, penelitian dilakukan yakni pada hari Selasa tanggal 11 Oktober di Fakultas Ilmu Sosial (FIS) dan hari Kamis 13 Oktober 2011 di Fakultas Bahasa dan Seni (FBS). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi yaitu dengan skala kecemasan sarjana fresh graduate yang terdiri dari 98 item.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kecemasan sarjana fresh graduate UNNES dalam menghadapi persaingan kerja dan meningkatnya pengangguran intelektual tergolong pada kategori rendah, dengan perolehan hasil sebesar 52,7% atau 108 subjek. Hasil tersebut ditinjau dari tiga aspek yaitu aspek fisik, aspek behavior dan aspek kognitif antara lain aspek fisik dengan perolehan hasil terbanyak 64,4% atau 132 subjek termasuk pada kategori rendah, aspek behavior dengan perolehan hasil terbanyak 76,6% atau 157 subjek termasuk pada kategori sedang dan aspek kognitif dengan perolehan hasil terbanyak 64,4% atau 132 subjek termasuk pada kategori sedang. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sarjana fresh graduate UNNES memiliki tingkat kecemasan menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual yang rendah.

Variabel kecemasan memiliki beberapa gejala atau aspek yang menyusunnya, yaitu aspek fisik, aspek behavior dan aspek kognitif. Adapun aspek dalam kecemasan yang mempunyai nilai mean empiris terbesar adalah pada aspek fisik sebesar 96,8. Hal ini menunjukkan bahwa pada aspek fisik mempunyai proporsi yang besar dalam variabel tingkat kecemasan pada sarjana fresh graduate UNNES.

Kecemasan pada sarjana fresh graduate dalam menghadapi persaingan kerja dan meningkatnya pengangguran intelektual yang tergolong rendah dapat disebabkan oleh faktor-faktor penyebabnya. Maramis dalam Fadly dkk (2010), mengatakan setiap responden

memiliki reaksi yang berbeda terhadap masalah yang sedang dihadapinya. Tidak semua orang yang mengalami stressor psikososial seperti berbagai permasalahan yang dihadapi sarjana fresh graduate, antara lain mulai memikirkan masalah karir, masalah pendidikan lanjutan setelah mereka lulus nantinya, kekhawatiran karena tidak dapat memprediksi atau mengontrol kejadian yang akan datang dan semakin ketat dan sulitnya mencari pekerjaan akan menderita gangguan cemas, hal ini tergantung pada struktur kepribadiannya. Orang dengan kepribadian pencemas lebih rentan (vulnerable) untuk menderita gangguan cemas, atau dengan kata lain orang dengan kepribadian pencemas resiko untuk menderita gangguan cemas lebih besar daripada orang yang tidak berkepribadian pencemas.

Pembahasan

Kecemasan merupakan dampak dari adanya stresor psikologik, namun tidak semua orang yang mengalami stres akan mengalami kecemasan yang sama. Daya tahan terhadap stres setiap orang berbeda-beda, Hal ini bergantung pada keadaan somatopsikososial orang itu (Maramis dalam Fadly dkk 2010). Menurut Hartono dalam Fadly dkk (2010), ada beberapa faktor yang menentukan besar prestasi akademik mahasiswa yang menyebabkan bervariasinya respon terhadap kecemasan yang dialami, seperti : 1) Faktor lingkungan (keluarga, kampus, tempat tinggal dan sosial); 2) Keadaan jasmani dan kesehatan; 3) Masalah-masalah pribadi; 4) Masalah seks dan perkawinan; 5) Masalah moral, sopan santun dan agama; 6) Faktor psikologis (minat, kemampuan, motivasi dan kepribadian).

Kecemasan yang dialami oleh sarjana fresh graduate dalam menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual ini merupakan Realistic Anxiety, yaitu ketakutan pada bahaya yang nyata ada di dunia luar, ketakutan terhadap bahaya dari dunia eksternal, dan taraf kecemasannya sesuai dengan derajat ancaman yang ada. Dilihat juga pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sarjana fresh graduate mengalami kecemasan pada aspek behavior dan aspek kognitif yang pada kategori sedang, dan responden tidak mengalami kecemasan pada aspek fisik yang cenderung pada diagnosa secara klinis.

Teori Nevid, Raus dan Greene (2003: 201) dalam pembuatan skala kecemasan fresh graduate yang terdiri dari aspek fisik, aspek behavior dan aspek kognitif cenderung pada diagnosa klinis dan sebaiknya menggunakan teori kecema-

san-kecemasan lain yang pada aspek-aspeknya menunjukkan gejala kecemasan secara umum bukan gejala kecemasan pada diagnosa klinis. Kesesuaian penggunaan teori dalam penelitian ini adalah untuk lebih mendapatkan hasil yang lebih tepat dengan fenomena yang ada.

Berbeda dengan Hawari (2001: 65) yang menyebutkan bahwa ciri-ciri kepribadian pencemas tidak pada diagnosa klinis, antara lain: a) Cemas, khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang. b) Memandang masa depan dengan rasa was-was (khawatir). c) Kurang percaya diri, gugup apabila tampil di muka umum "demam panggung". d) Sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain. e) Seringkali mengeluh ini dan itu (keluhan-keluhan somatik). f) Mudah tersinggung, suka membesar-besarkan masalah yang kecil (dramatisasi). g) Dalam mengambil keputusan sering diliputi rasa bimbang dan ragu. Ciri-ciri kepribadian pencemas ini menunjukkan adanya kesesuaian pada kecemasan sarjana fresh graduate menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual dilihat dari aspek behavior dan kognitif yang pada kategori sedang. Artinya, sarjana fresh graduate mengalami kecemasan bukan pada aspek fisik yang cenderung pada diagnosa klinis melainkan pada aspek behavior dan kognitif yang sesuai dengan ciri-ciri kepribadian pencemas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu: Tingkat kecemasan yang dilihat secara umum pada sarjana fresh graduate UNNES dalam menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual tergolong dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa responden lebih tenang dalam menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat dan adanya fenomena pengangguran intelektual sekarang ini. Tingkat kecemasan sarjana fresh graduate menghadapi persaingan kerja dan pengangguran intelektual tergolong rendah dibagi dari beberapa aspek, yaitu aspek fisik tergolong rendah, aspek behavior tergolong sedang dan aspek kognitif tergolong sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2008. Psikologi Kepribadian. Cetakan ke enam. Jakarta: Kanisius
- Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi VI. Penerbit: Rineka Cipta
- Atkinson, 2004. Pengantar Psikologi. Edisi ke-11. Jilid II. Penerbit Erlangga
- Azwar, Saifuddin. 2007. Metode Penelitian. Cetakan VIII. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- . 2008. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bertens, K. 2006. Psikoanalisis Sigmund Freud. Jakarta: Gramedia
- Corey, Gerald. 2009. Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Bandung: PT. Refika Aditama
- Djojodibroto, R, 2004. Tradisi Kehidupan Akademik. Yogyakarta: Galang Press.
- Fadly, Syamsulhadi, Susilohati, Makmuroch dan Hikmayani. 2010. Perbedaan Kecemasan pada Mahasiswa Lulusan Sarjana Kedokteran UNS Angkatan 2005 yang IPK-nya di Atas 2,75 dengan IPK-nya di Bawah 2,75. Jurnal Psyche
- Friedman, H. S dan Schustack, M. W. 2006. Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern. Jakarta: Erlangga.
- Ganda, Yahya. 2004. Cara Mahasiswa Belajar di Perguruan Tinggi. Jakarta: PT Grasindo
- Hawari, Dadang. 2001. Manajemen Stres, Cemas dan Depresi. Jakarta: Gaya Baru.
- Katalog BPS. 2009. Indikator Ulama Sosial, Politik dan Keamanan Provinsi Jawa Tengah. BPS Jateng
- Katalog BPS. 2009. Keadaan Angka Kerja di Provinsi Jawa Tengah. BPS Jateng
- Maslim, Rusdi. 2001. Diagnostik gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III. Jakarta: PT Nuh Jaya
- Nafi dan Rohman. 2011. Lulus Tanpa Nganggur, Mengubah Mentalis Sarjana Pencari Kerja. Yogyakarta: Bahtera Buku.
- Nevid Rathus, and Greene. 1996. Abnormal Psychology in a Changing Word. New Jersey: Prentice Hall
- Nevid Rathus dan Greene. 2003. Psikologi Anormal. Edisi ke-5. Jilid I. Erlangga.
- Prasetyo, A dan Wurjaningrum, F. (2008). Pengaruh Stres terhadap Komitmen Mahasiswa-Mahasiswa Universitas Airlangga untuk Menyelesaikan Pendidikan Mereka dengan Faktor Kecemasan sebagai Variabel Moderator. Jurnal Economy. Th XVIII, No. 3. Hal 275-270
- Sari dan Kuncoro. 2006. Kecemasan dalam menghadapi masa pensiun ditinjau dari dukungan sosial pada pt. Semen Gresik (PERSERO) Tbk. Jurnal Psyche
- Sugiyono. 2009. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Suryabrata, Sumadi. 2005. Psikologi Kepribadian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sundari, Siti. 2005. Kesehatan Mental dalam Kehidupan. Jakarta: Rineka Cipta
- Wade, C dan Tavris, C. 2007. Psikologi. Edisi ke-9. Jilid 2. Jakarta: Erlangga
- Yustina, Sherly (2000). Perbedaan Kecemasan Menghadapi Persaingan Kerja antara Mahasiswa yang Pernah PKL dan Mahasiswa yang tidak pernah PKL. Jurnal Psyche

- Zulkarnain, Ferry Novliadi. (2009). Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Psyche*. Volume 42. No. 1. Hal 48-54
- <http://www.anneahira.com/data-pengangguram-di-indonesiahtm/22-sept-jam-7.13>
- <http://www.liputan6.com>
- <http://organisasiorg/22-sept-jam-6:46>
- <http://id.Wikipediaorg/wiki/Sarjana/19-sept-jam-13.40>
- <http://mudakompasiana.com/2010/07/21/dilema-penggangurang-akademild19-sept-jam-14.51>