

KECEMASAN PADA PENGANGGURAN TERDIDIK LULUSAN UNIVERSITAS

Nikmah Sari Nur Isnaini¹, Rini Lestari²

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

²rinilestari3@yahoo.com

Abstract. *This study aims to determine the level of anxiety experienced by university graduates who are unemployed and uneducated to know the condition of unemployed university graduates. Descriptive quantitative method chosen by the researcher to achieve the objectives of this study. Respondents of this research is university graduates who are actively looking for work in the ACEC (Alumny Career & Employment Center) University of Muhammadiyah Surakarta, at least 2 months passed and more than 23 years of age. This study uses a scale of anxiety TMAS and using an open questionnaire about the educated unemployed university graduates. The results showed that the educated unemployed university graduates do not experience anxiety in living circumstances as unemployed. It is based on the percentage that showed that 94% of the unemployed educated university graduates do not experience anxiety, 6% for the category a bit anxious, high anxious 0% and 0% are very worried. Educated unemployed university graduates who actively search for jobs 58% were male, 46% of the first child and 38% of university graduates the salaries of the parents is less than 2.5 million dollars. Soft skills are acquired mostly college graduates, which is 94% gain in the field of computer skills and English, 58% of respondents obtain entrepreneurship training, leadership and employment. The majority of university graduates feel anxious / worried as when applying for a job with the percentage of 58%. University graduates are still unemployed, people respond to comments about either of the family, community and peers by sharing information about job vacancies.*

Keywords: *anxiety, university graduates, unemployment*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami oleh lulusan universitas yang menganggur dan mengetahui kondisi pengangguran terdidik lulusan universitas. Metode kuantitatif deskriptif dipilih oleh peneliti untuk mencapai tujuan penelitian ini. Responden penelitian ini adalah lulusan universitas yang sedang aktif mencari pekerjaan di ACEC (*Alumny Career & Employment Center*) Universitas Muhammadiyah Surakarta, minimal 2 bulan dinyatakan lulus dan usia lebih dari 23 tahun. Penelitian ini menggunakan skala kecemasan TMAS dan menggunakan kuesioner terbuka tentang pengangguran terdidik lulusan universitas. Hasil menunjukkan bahwa pengangguran terdidik lulusan universitas tidak mengalami kecemasan dalam menghayati keadaannya sebagai pengangguran. Hal ini berdasarkan hasil prosentase yang menunjukkan bahwa 94% pengangguran terdidik lulusan universitas tidak mengalami kecemasan, 6% untuk kategori agak cemas, 0% cemas tinggi dan 0% sangat cemas. Pengangguran terdidik lulusan universitas yang aktif mencari lowongan pekerjaan 58% adalah laki-laki, 46% anak pertama dan 38% lulusan universitas yang jumlah penghasilan orang tuanya kurang dari 2,5 juta rupiah. Soft skill yang diperoleh sebagian besar lulusan universitas semasa kuliah, yaitu 94% memperoleh ketrampilan di bidang komputer dan Bahasa Inggris, 58% responden memperoleh pelatihan enterpreneurship, leadership dan ketenagakerjaan. Mayoritas lulusan universitas merasa cemas/khawatir saat saat melamar pekerjaan dengan prosentase 58%.

Kata kunci: kecemasan, lulusan universitas, pengangguran terdidik

PENDAHULUAN

Dalam rentang kehidupan, individu berkembang dari masa kanak-kanak yang sepenuhnya tergantung pada orangtua, ke masa remaja yang ditandai oleh pencarian identitas diri dan kemudian ke masa dewasa. Saat meraih gelar kesarjana, individu sedang berada pada tahap kehidupan dewasa awal. Tahap ini merupakan tahap dimana individu dapat memilih cara hidup sendiri dan mencari gaya hidup di luar keluarga. Saat usia dewasa awal, individu diharapkan sudah memiliki pilihan pekerjaan tertentu. Namun, adanya tekanan dari lingkungan dan kompleksitas lingkungan pekerjaan membuat pemilihan dan pemerolehan pekerjaan menjadi sulit.

Hurlock (2002) mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan individu adalah adanya tuntutan dari lingkungan untuk bekerja, sebagai sarana untuk mencari nafkah juga memberikan status sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Havighurst bahwa bekerja merupakan salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal (Monks dkk., 2002). Pekerjaan tidak hanya dipandang sebagai lahan untuk mencari nafkah, namun nilai dan kepuasan yang diperoleh dari pekerjaan tidak lagi semata-mata untuk memenuhi kebutuhan fisik, namun juga kebutuhan psikis dan sosial. Mencari lapangan pekerjaan justru menjadi hal yang tidak mudah. Hal ini disebabkan, lajunya pembangunan kurang disertai dengan luasnya lapangan pekerjaan, padahal pencari kerja justru semakin bertambah. Akibatnya mencari kerja menjadi suatu problem tersendiri bahkan untuk orang dengan latar belakang pendidikan tinggi sekalipun.

Menurut Heriawan (2010), jumlah pengangguran sarjana meningkat dibandingkan dengan posisi tahun-tahun sebelumnya. Hampir 30 persen lulusan terdidik di Indonesia tidak terserap dunia

kerja. Bahkan penyumbang paling dominan pengangguran tersebut adalah angkatan kerja lulusan perguruan tinggi. Hal ini sesuai dengan fakta yang dipaparkan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun 2010, bahwa dari 8,32 juta orang pengangguran di Indonesia sampai Agustus 2010, ternyata paling banyak didominasi para lulusan sarjana dan diploma yang masing-masing berjumlah 11,92% dan 12,78%. Sementara pengangguran lulusan sekolah dasar ke bawah hanya 3,81%. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik per Februari dan Agustus 2009, pengangguran sarjana masing-masing hanya 12,94 persen dan 13,08 persen. Pada Februari 2010 Badan Pusat Statistik mencatat jumlah pengangguran terbuka berdasarkan riwayat pendidikan tertinggi ditempati oleh pendidikan diploma I/II/III yang mencapai 15,71 persen dari 8,59 juta pengangguran. Sementara untuk pengangguran lain dengan angka pengangguran total 8,59 juta pengangguran masing-masing adalah lulusan universitas 14,24 persen, SMK 13,81 persen, SMA 11,9 persen, SMP 7,55 persen, dan SD ke bawah 3,71 persen. Dengan demikian, prosentase jumlah pengangguran di Indonesia dari tahun ke tahun masih mengalami peningkatan terutama pada lulusan universitas. Namun, di sisi lain perhatian maupun tindakan pemerintah untuk menguranginya masih minim dan terbatas (Sarjana Menganggur, 2010).

Pengangguran adalah istilah untuk orang yang tidak bekerja sama sekali, sedang mencari kerja, bekerja kurang dari dua hari selama seminggu, atau seseorang yang sedang berusaha mendapatkan pekerjaan yang layak. Pengangguran umumnya disebabkan oleh jumlah angkatan kerja atau para pencari kerja tidak sebanding dengan jumlah lapangan kerja yang ada dan mampu menyerapnya (wikipedia.org, 2011). Dalam studi

ketenagakerjaan (BPS 1999), mendefinisikan pengangguran sebagai angkatan kerja yang tidak bekerja tetapi sedang mencari pekerjaan atau orang yang *full timer* dalam mencari pekerjaan.

Pengangguran itu terdiri dari tiga tingkatan (Hurlock, 2002). Pertama, apabila pengangguran itu atas dasar suka rela, efeknya akan jauh lebih kecil dibandingkan orang yang menganggur karena terpaksa. Kedua, lamanya waktu menganggur menentukan tinggi rendahnya tingkat efek psikologisnya. Apabila pengangguran terjadi dalam jangka waktu yang relatif pendek maka dampak psikologisnya jauh lebih kecil dibandingkan dengan yang menganggur lama, khususnya apabila standar hidup telah berubah secara cepat, sehingga harus segera mendapatkan pekerjaan. Ketiga, beberapa orang mengembangkan perilaku defensif dan cenderung menyalahkan dirinya sendiri bahwa keadaan menganggur berasal dari kegagalannya.

Seorang sarjana akan memunculkan reaksi yang berbeda-beda terhadap kondisinya, seiring dengan lamanya masa menganggur yang telah dialami. Menurut Powell (1983) hal ini disebabkan individu yang menganggur tidak dapat memenuhi : pertama *self preservation* yaitu bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya, kedua *social bonding* yang berkaitan dengan hubungan individu dengan lingkungan dan masyarakat, ketiga *appreciation* yaitu kebutuhan akan adanya penghargaan dan terakhir *competence* yaitu kemampuan individu untuk mewujudkan sesuatu.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh para ahli di Robert Koch Institute di Berlin, Jerman, menyatakan bahwa menganggur itu rawan dengan gangguan fisik dan mental. Para pengangguran cenderung menderita gangguan fisik, emosional; seperti

insomnia, kecanduan pada hal-hal tertentu dan memiliki rasa cemas yang berlebihan (news-medical.net, 2011). Kecemasan merupakan ketidaknyamanan pikiran yang berkaitan dengan ketakutan untuk menghadapi masa depan. Seseorang yang mengalami kegagalan dalam pekerjaan atau yang sedang berjuang untuk mendapatkan pekerjaan sering mengalami kecemasan. Kecemasan ini terkadang tanpa alasan apapun (Mulyana, 2003).

Gambaran kecemasan pada pengangguran terdidik lulusan universitas dapat digambarkan oleh AD. Saudara AD menyelesaikan kuliahnya di Fakultas Hukum Universitas Padjajaran pada tahun 2009. Setelah lulus, AD mencoba mengikuti tes CPNS, namun ternyata gagal. Sejak mengalami kegagalan tersebut, AD menjadi pesimis untuk mengikuti seleksi karyawan, karena takut akan mengalami kegagalan lagi. Bahkan, setelah berkeluarga dan mempunyai dua anak, AD masih bergantung dengan kedua orang tuanya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Pada individu lain yang hampir serupa yaitu WD, yang memutuskan *resign* dari pekerjaannya untuk mengikuti suami yang ditugaskan keluar kota. Kebiasaan selalu sibuk dengan pekerjaan sebelumnya membuatnya tidak nyaman ketika WD sama sekali tidak bekerja. Bahkan, keadaan ini berlangsung selama kurang lebihnya 2 tahun.

Menurut Leahy (2009), keadaan menganggur dapat menurunkan kualitas kesehatan mental, kesejahteraan objektif dan kepuasan hidupnya. Individu yang menganggur cenderung mengkhawatirkan kondisi finansialnya untuk masa depan. Beberapa pengangguran menikmati keadaannya yang menganggur dan memiliki keyakinan akan mampu merubah situasinya menjadi lebih baik. Namun, sebagian besar pengangguran mengalami depresi, sering

melamun atau merenung, merasa putus asa dan mengalami kecemasan yang berkelanjutan.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat kecemasan pada individu pengangguran terdidik lulusan universitas. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kecemasan pada Pengangguran Terdidik Lulusan Universitas”.

Penelitian ini secara garis besar bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan dan kondisi pada pengangguran terdidik lulusan universitas.

Penulis berharap agar data empirik yang diperoleh dari hasil penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi :

1. Lulusan universitas yang belum bekerja, agar termotivasi untuk mencari pekerjaan dan mampu meminimalisir kecemasan yang dirasakannya.
2. Kalangan Praktisi Psikologi, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan kepada psikologi untuk mengembangkan pengetahuan yang berkaitan dengan fenomena pengangguran terdidik lulusan universitas.
3. Peneliti dengan tema sejenis, diharapkan penelitian ini bisa memberikan informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan sebagai kajian teoritis kepada para peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis khususnya bidang psikologi sosial yang berkaitan dengan kecemasan pada pengangguran terdidik lulusan universitas.

KECEMASAN

Spielbelger (dalam Amir, 2004), berpendapat bahwa kecemasan sebagai rasa takut mengalami kegagalan (*fear of failure*) atau takut menderita kekalahan.

Lebih lanjut, dikatakan oleh Hawari (2006) bahwa kecemasan (*ansietas/ anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, kepribadian dan pengalaman terhadap realitas masih baik, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal.

Adanya kecemasan dapat dialami secara sadar maupun tidak disadari, sehingga sering terjadi individu merasa bahwa tidak ada sebab yang jelas mengapa merasa cemas, namun demikian ada individu yang cemas pada situasi-situasi tertentu saja. Kartono (2001), membedakan kecemasan sebagai suatu respon menjadi 2 jenis :

1. Kecemasan sesaat (*state anxiety*), timbul karena individu dihadapkan pada situasi-situasi tertentu. Kecemasan ini tinggi apabila individu berada dalam keadaan yang dianggap mengancam dan akan turun bila keadaan dianggap tidak menekan atau membahayakan. Persepsi tentang membahayakan tidaknya suatu keadaan dipengaruhi oleh pengalaman yang didapatkan atau dipelajari individu pada waktu yang lalu.
2. Kecemasan yang relatif menetap (*trait anxiety*), merupakan suatu keadaan yang relatif menetap pada diri individu. Kecemasan yang tampak pada individu berhubungan dengan kepribadian individu tersebut. Kecemasan disini dipandang sebagai suatu keadaan yang menunjukkan adanya kesukaran dalam mengadakan proses penyesuaian diri. Biasanya individu akan cenderung lebih mudah mengartikan lingkungan hidupnya sebagai suatu kecemasan.

Berdasarkan teori-teori di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa macam

kecemasan antara lain kecemasan realistik (*the anxiety of fate and death* atau *ontic anxiety*), kecemasan neurotik, kecemasan moral (*the anxiety of guilt and pondermation* atau *moral anxiety*), kecemasan menyeluruh; kecemasan traumatik, kecemasan sesaat, dan kecemasan yang relatif menetap.

Gejala kecemasan baik yang bersifat akut maupun kronik (menahun) merupakan komponen utama bagi hampir semua gangguan jiwa atau *psychiatric* (Hawari, 2006). Maher (Agustin, 2008), mengatakan gejala kecemasan terdiri dari :

- a. Aspek fisiologis : diketahui dari munculnya reaksi-reaksi tubuh tertentu yang sebagian besar merupakan hasil kerja sistem syaraf otonom yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh. Jika pikiran individu dikuasai oleh kecemasan, maka sistem syaraf otonom akan berfungsi dan akan muncul gejala-gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, tekanan darah meningkat, nafas menjadi cepat dan terjadi gangguan pencernaan.
- b. Aspek emosional : yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan reaksi afektif individu. Komponen ini ditunjukkan dengan munculnya kondisi perasaan yang tidak menyenangkan seperti kegugupan, kegelisahan dan ketegangan.
- c. Aspek kognitif: ditunjukkan dengan adanya kekuatiran individu terhadap konsekuensi-konsekuensi negatif yang mungkin akan dialaminya atau adanya harapan yang negatif. Jika kekuatiran ini meningkat, maka kemungkinan akan mengganggu kemampuan individu untuk berpikir jernih, memecahkan masalah dan memenuhi tuntutan lingkungan.
- d. Menurut Ancok (Yulianingsih, 2008), kecemasan timbul karena adanya pikiran

yang keliru tentang suatu hal dan reaksi yang berlebihan terhadap hal-hal tersebut. Kecemasan muncul karena terdapat beberapa situasi yang mengancam manusia sebagai makhluk sosial.

Menurut Ancok (Yulianingsih, 2008), kecemasan timbul karena adanya pikiran yang keliru tentang suatu hal dan reaksi yang berlebihan terhadap hal-hal tersebut. Kecemasan muncul karena terdapat beberapa situasi yang mengancam manusia sebagai makhluk sosial. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Page (Yulianingsih, 2008) antara lain :

- a. Faktor fisik
- b. Trauma dan konflik
- c. *Conditioning*
- d. Hereditas
- e. Lingkungan awal yang tidak baik

PENGANGGURAN TERDIDIK LULUSAN UNIVERSITAS

Individu yang menganggur adalah individu yang dipandang mampu bekerja, memiliki keinginan untuk bekerja dan membutuhkan pekerjaan namun tidak atau belum mempunyai pekerjaan (Baharuddin, 1980). Mulyana dkk. (2003) berpendapat bahwa seseorang disebut menganggur jika tidak bekerja dan (a) telah melakukan upaya-upaya tertentu untuk mendapatkan pekerjaan selama 4 minggu terakhir, (b) diberhentikan untuk sementara dan sedang menunggu untuk dipanggil kembali bekerja, atau (c) sedang menunggu untuk melaporkan diri siap bekerja bulan depan.

Menurut BPS (dalam Adi, 2011) pengangguran terdidik (*educated unemployment*) merupakan rasio jumlah pencari kerja yang berpendidikan SLTA keatas (sebagai kelompok terdidik) terhadap besarnya angkatan kerja pada kelompok

tersebut. Dengan kata lain, pengangguran terdidik yaitu pengangguran lulusan SMA, Diploma, Sarjana dan tidak bekerja. Keadaan menganggur bagi lulusan universitas dapat menyebabkan efek negatif. Menurut Carlson (2007), setelah dinyatakan lulus oleh universitas, individu tidak mengerti apa yang harus dilakukan setelah lulus. Kondisi tersebut bisa menjadi stresor bagi lulusan universitas, sehingga akan menimbulkan kecemasan.

Baharuddin (1980) menggolongkan jenis-jenis pengangguran menjadi empat, yaitu :

- a. Penganggur Murni, ialah seseorang yang termasuk angkatan kerja/usia kerja yang membutuhkan dan mempunyai keinginan untuk bekerja, akan tetapi benar-benar tidak ada kesempatan atau tidak ada lowongan.
- b. Pencari Kerja, terdapat tiga pengertian mengenai “pencari kerja”, antara lain :
 - a) Pencari kerja untuk pertama kali, yaitu seseorang yang belum pernah bekerja, dan baru pertama kali mencari pekerjaan;
 - b) Pencari kerja untuk beberapa kali, karena sesuatu hal ; yaitu seseorang yang mencari kerja karena sesuatu hal. Misalnya: karena terjadi pemutusan hubungan kerja;
 - c) Mencari kerja, walaupun sudah bekerja; seseorang yang telah mempunyai pekerjaan tetap, akan tetapi karena merasa tidak puas dengan pekerjaan yang ada, maka dia berusaha mendapatkan pekerjaan lain, mencari pekerjaan baru.
- c. Penganggur Musiman, ialah para pekerja atau tenaga kerja, yang mana bekerjanya atau kesempatan kerjanya, sangat bergantung kepada faktor musim. Para pekerja semacam ini disebut sebagai buruh musiman, maka apabila pekerja ini

tidak bekerja, yaitu apabila belum musim panen atau bila setelah panen, para pekerja atau buruh ini adalah menganggur.

- d. Setengah Penganggur (Penganggur Terselubung), adalah individu yang bekerja kurang dari jam kerja normal, melakukan pekerjaan secara terpaksa dan bekerja tetapi masih mencari pekerjaan lain.

Taris (dalam Sjabadhyni, 2008) faktor penyebab individu menganggur setelah meraih gelar sarjana atau lulus dari universitas yaitu mencari atau melamar pekerjaan yang tidak sesuai dengan minat dan tipe atau tingkat pendidikan.

Suroto (dalam Setiawan, 2010) berpendapat bahwa pengangguran terdidik disebabkan oleh beberapa faktor sebagai berikut :

- a. Adanya penawaran tenaga kerja yang melebihi dari permintaan tenaga kerja (*supply > demand*), yaitu pada saat tingkat kemakmuran masyarakat tinggi, menurunnya permintaan terhadap tenaga kerja dapat menurunkan partisipasi masyarakat untuk masuk dalam dunia kerja.
- b. Kebijakan rekrutmen tenaga kerja sering bersifat tertutup. Hasil penelitian menunjukkan tenaga kerja lebih memilih media lain yaitu teman atau famili yang sudah bekerja lebih dahulu bekerja pada perusahaan yang dilamar, hal ini membuktikan bahwa penerimaan tenaga kerja banyak yang dilakukan secara tertutup.
- c. Perguruan tinggi belum berfungsi sebagaimana mestinya. Sebagai lembaga pendidikan perguruan tinggi dalam melaksanakan tugasnya harus mampu mengembangkan tiga aspek kompetensi yaitu, kepribadian, professional, dan

- kemasyarakatan. Sehingga hal tersebut semakin menuntut mahasiswa untuk mandiri, kritis, kreatif serta ekspresif. Keempat sifat tersebut dapat dijadikan sebagai modal dalam proses pencarian kerja, karena suatu perusahaan akan memerlukan sumber daya manusia dengan kualitas yang tinggi
- d. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin besar harapannya pada jenis pekerjaan yang aman.

Lebih lanjut menurut DIKTI (dalam Wijono, 2010) meningkatnya sarjana yang menganggur disebabkan oleh rendahnya soft skill atau keterampilan di luar kemampuan utama dari sarjana yang bersangkutan. Jadi, bukan karena rendahnya IPK melainkan rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal, kemampuan berhubungan dengan orang lain dan diri sendiri.

KECEMASAN PADA PENGANGGURAN TERDIDIK LULUSAN UNIVERSITAS

Sarjana adalah salah satu gelar yang diperoleh setelah menamatkan masa pendidikan di bangku kuliah atau universitas tepatnya Strata Satu (S1). Salah satu tujuan individu melanjutkan pendidikan ke tingkat perguruan tinggi yaitu setelah lulus menjadi seorang sarjana dapat bekerja sesuai dengan lapangan kerja yang diharapkan dengan bekal ilmu yang diperoleh dari perkuliahan (ekonomi.kompasiana.com, 2011). Telah diuraikan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab lulusan universitas banyak yang menganggur, karena rendahnya *soft skill*, melamar pekerjaan yang tidak sesuai dengan latar belakang pendidikan dan kemampuan diri, terlalu menuntut gaji yang besar ketika melamar kerja sehingga bisa memberatkan perusahaan dan bergantung pada orangtua dalam mencukupi kebutuhan

hidupnya, dengan kata lain adanya jaminan kelangsungan hidup jika tidak bekerja.

Perasaan cemas pada pengangguran ditunjukkan dengan rasa rendah diri, tidak mempunyai rasa percaya diri, merasa diri selalu gagal dalam segala hal, antisosial (terutama dengan *peer group*), menimbulkan semacam kekhawatiran-kekhawatiran seperti khawatir akan tidak adanya pekerjaan tetap, khawatir akan keberhasilan memperoleh kerja dan khawatir akan kemampuan menemukan pekerjaan yang sesuai dengannya. Orang menjadi cemas dan merasa dirinya tidak aman, karena bagaimanapun juga pekerjaan diperlukan untuk kelangsungan hidup di kemudian hari.

Seseorang yang mengalami kegagalan dalam pekerjaan atau yang sedang berjuang untuk mendapatkan pekerjaan sering mengalami kecemasan. Kecemasan ini terkadang tanpa alasan apapun (Mulyana, 2003). Hal yang paling dikhawatirkan saat berjuang mendapatkan pekerjaan (melamar kerja) yaitu psikotes dan *interview*. Menurut Astuti (2011), kegagalan saat mengikuti wawancara (*interview*) disebabkan oleh *irrational believe* yang dapat mempengaruhi pola pikir (*kognitif*), perasaan (*emotion*), dan perilaku (*behavior*). Ketika dihadapkan dengan masalah yang sama, individu memiliki keyakinan tidak akan berhasil, sehingga menjadi cemas ketika akan menghadapi wawancara.

Pekerjaan berperan penting dalam memberikan indikasi status seseorang di masyarakat, dan tentu saja dihadapan keluarganya. Oleh karena itu, orang memilih pekerjaan yang sesuai dan bisa memenuhi kebutuhannya. Sementara penganggur tidak memiliki kesempatan untuk beraktivitas dan harus terus mencari kegiatan untuk mempertahankan keaktifannya. Pekerjaan akan membuat waktu lebih terstruktur.

Kegiatan yang akan dilakukan setiap hari, setiap minggu, setiap bulan dan seterusnya akan lebih jelas. Hilangnya struktur ini dapat menyebabkan hilangnya orientasi akan waktu, yang akhirnya dapat menyebabkan gejala kecemasan. Penganggur tidak memiliki status kepegawaian dan identitas, dan hal ini akan menurunkan harga dirinya.

Keadaan menganggur bagi lulusan universitas dapat menyebabkan efek negatif. Menurut Carlson (2007), setelah dinyatakan lulus oleh universitas, sebagian besar individu tidak mengerti apa yang harus dilakukan setelah lulus. Kondisi tersebut menjadi stresor bagi lulusan universitas, dan akan menimbulkan kecemasan.

Dari paparan di atas diperoleh kesimpulan bahwa banyaknya lulusan universitas yang masih menganggur, disebabkan oleh beberapa hal, meliputi rendahnya *soft skill*, relasi dan tingkat ekonomi orang tua. Beberapa pengangguran menikmati keadaannya yang menganggur dan memiliki keyakinan akan mampu merubah situasinya menjadi lebih baik. Namun, sebagian besar pengangguran mengalami depresi, sering melamun atau merenung, merasa putus asa dan mengalami kecemasan.

PERTANYAAN PENELITIAN

Pada penelitian yang akan dilaksanakan ini, penulis mengajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kecemasan pada pengangguran terdidik lulusan universitas?
2. Bagaimanakah kondisi lulusan universitas yang masih menganggur, yang mencakup beberapa hal berikut :
 - a. Apa saja faktor yang mempengaruhi pengangguran terdidik lulusan universitas untuk mencari lowongan pekerjaan?

- b. Apa saja faktor yang menyebabkan lulusan universitas masih banyak yang menganggur?
- c. Apa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada pengangguran terdidik lulusan universitas?
- d. Bagaimana tanggapan pengangguran terdidik lulusan universitas terhadap komentar orang-orang di sekitarnya?

METODE PENELITIAN

1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecemasan pada pengangguran terdidik lulusan universitas.

2. Subjek Penelitian

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa alumni Universitas Muhammadiyah Surakarta baik pria atau wanita yang belum bekerja, entah karena belum mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan harapan, berkali-kali mencoba melamar pekerjaan namun gagal ataupun yang sengaja menganggur.

Penelitian ini menggunakan *purposive sample*, yaitu penelitian pada sekelompok subjek didasarkan atas ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Arikunto, 2002). Sampel yang diambil berjumlah 50 orang dengan karakteristik atau ciri-ciri yang ditentukan oleh peneliti yakni:

- a. Pria / wanita lulusan Universitas
- b. Lamanya menganggur minimal 2 bulan setelah lulus
- c. Sedang aktif mencari kerja
- d. Usia lebih dari 23 tahun
- e. Menjadi pengunjung ACEC (*Alumny Career & Employment Center*)

Alasan dipilihnya pria/wanita usia lebih dari 23 tahun, lulusan universitas dan sedang aktif mencari kerja, sesuai dengan pendapat

Hurlock (2002) mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan adalah adanya tuntutan dari lingkungan untuk bekerja, sebagai sarana untuk mencari nafkah juga memberikan status sosial. Hal ini juga diungkapkan oleh Havighurst bahwa bekerja merupakan salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal (Monks dkk., 2002).

Menurut Carlson (2007), setelah dinyatakan lulus oleh universitas, sebagian besar individu tidak mengerti apa yang harus dilakukan setelah lulus. Kondisi tersebut menjadi stresor bagi lulusan universitas, dan akan menimbulkan kecemasan.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive non random sampling* yaitu tidak semua anggota populasi mempunyai peluang atau kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel tetapi berdasarkan ciri-ciri yang sudah ditentukan peneliti sebelumnya.

3. Metode Pengumpulan Data

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan skala kecemasan TMAS dan kuesioner terbuka tentang pengangguran terdidik lulusan universitas.

4. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini diketahui hanya terdapat satu variabel. Dalam konteks keberadaan prediktor tersebut, maka metode analisis data yang dirasa paling tepat adalah dengan menggunakan metode analisis deskriptif kuantitatif, yaitu data yang dianalisis adalah data yang diangkakan dan kemudian dideskripsikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari 50 responden, dapat diketahui bahwa responden yang termasuk dalam kategori sangat cemas sebanyak 0 %, kategori cemas tinggi 0 %, kategori agak cemas 6 % dan tidak cemas

94 %. Jumlah responden yang merasa agak cemas yaitu 6%, 2 diantaranya memiliki kriteria sudah menganggur selama 4 bulan dan merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Kedua responden tersebut masing-masing pernah dua kali mencoba melamar pekerjaan. Satu responden yang lain adalah laki-laki dan merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, sudah menganggur selama 6 bulan, serta sudah dua kali melamar kerja.

Mayoritas lulusan universitas merasa sudah mencari/melamar pekerjaan yang sesuai dengan minat, latar belakang pendidikan, dan *softskill* yang diperoleh selama kuliah. Keyakinan – keyakinan tersebut meminimalisir perasaan cemas yang dialami oleh lulusan universitas. Hal ini tidak sesuai dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Carlson (2007), bahwa setelah dinyatakan lulus oleh universitas, sebagian besar individu tidak mengerti apa yang harus dilakukan setelah lulus. Kondisi tersebut menjadi stresor bagi lulusan universitas, dan akan menimbulkan kecemasan. Pada kenyataannya, berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, sebagian besar pengangguran terdidik lulusan universitas tidak mengalami kecemasan dan meyakini bahwa masih banyak kesempatan untuk memperoleh pekerjaan.

Kondisi tersebut lebih sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Leahy (2009) yang menyatakan bahwa beberapa pengangguran menikmati keadaannya yang menganggur dan memiliki keyakinan akan mampu merubah situasinya menjadi lebih baik. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hofstede (dalam Wishnuwardhani dan Mangundjaya, 2008) menunjukkan budaya Indonesia lebih bersifat kolektif sedangkan negara-negara barat lebih bersifat individualis. Menurut Triandis (dalam Melly, 2008) pada budaya kolektif lebih menekankan pada pentingnya

kesesuaian perilaku seseorang dengan norma sosial dibandingkan budaya individualis. Sebaliknya, pada budaya individualis lebih mementingkan sikap individu itu sendiri dan meletakkan kepentingan pribadi di atas kepentingan kelompok. Dengan demikian, cemas yang dirasakan tinggi pada orang-orang di negara barat berbeda dengan orang di Indonesia.

Urutan kelahiran dapat menjadi ukuran pada pengangguran terdidik untuk mencari pekerjaan. Data-data tersebut memberikan gambaran nyata bahwa lulusan universitas yang urutan kelahiran dalam keluarganya adalah anak pertama (anak sulung) memiliki kemauan yang lebih besar untuk secepatnya memperoleh pekerjaan, sehingga frekuensi mereka untuk mencari informasi lowongan pekerjaan dan mencoba melamar pekerjaan lebih sering daripada lulusan universitas yang bukan anak pertama. Hal ini karena anak pertama memiliki keinginan yang lebih besar untuk membantu orang tua dan cenderung mendapatkan tuntutan untuk segera mendapatkan pekerjaan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Murtiati (2006) bahwa anak pertama (anak sulung) memiliki kekhawatiran yang lebih kompleks saat belum memiliki pekerjaan, karena tuntutan dari orang tua yang berlebihan sehingga mengakibatkan terjadinya konflik dalam diri dan harus menghadapi kejadian yang tidak dapat diprediksi seperti saat menunggu panggilan kerja. Hal ini menimbulkan situasi yang tidak biasa apalagi adanya dua pendapat yang berbeda antar keinginan subjek dengan tuntutan orang tua.

Berdasarkan data-data yang diperoleh, para lulusan universitas yang masih menganggur tidak mengalami kecemasan terhadap kondisi menganggur, namun justru merasa cemas/khawatir pada saat

melamar/mencari pekerjaan. Hal yang paling dikhawatirkan lulusan universitas ketika melamar pekerjaan yaitu ketika *interview* atau wawancara. Hal ini juga diungkapkan oleh beberapa responden yang menyatakan bahwa ketika proses wawancara, sering merasa bingung dengan apa yang harus dilakukan dan cenderung takut salah menjawab. Menurut Astuti (2011), kegagalan saat mengikuti wawancara (*interview*) disebabkan oleh *irrational believe* yang dapat mempengaruhi pola pikir (*kognitif*), perasaan (*emotion*), dan perilaku (*behavior*). Setiap kali dihadapkan dengan masalah yang sama, maka memiliki keyakinan tidak akan berhasil, sehingga menjadi cemas ketika akan menghadapi wawancara.

Softskill yang diperoleh saat kuliah hanya terbatas pada bidang komputer dan Bahasa Inggris. Pelatihan-pelatihan kerja (*job training*) yang diperoleh para lulusan universitas juga masih terbatas pada *softskill* yang sifatnya masih umum, dalam arti belum mengacu pada bidang yang ditekuninya semasa kuliah. Misalnya: pada mahasiswa jurusan akuntansi diberikan ketrampilan tentang brevet pajak dan pada mahasiswa teknik mesin diberikan ketrampilan tambahan berupa teknik pengelasan. Menurut DIKTI (dalam Wijono, 2010) meningkatnya sarjana yang menganggur disebabkan oleh rendahnya *soft skill* atau ketrampilan di luar kemampuan utama dari sarjana yang bersangkutan. Jadi, bukan karena rendahnya IPK melainkan rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal, kemampuan berhubungan dengan orang lain dan diri sendiri.

Saat mengalami kegagalan dalam melamar pekerjaan, mayoritas lulusan universitas merasa kecewa dan putus asa karena sangat membutuhkan pekerjaan setelah lulus dari universitas. Keterkaitan

ini diungkapkan oleh Leahy (2009) bahwa sebagian besar pengangguran mengalami depresi, sering melamun atau merenung, merasa putus asa dan mengalami kecemasan. Berbagai upaya yang dilakukan untuk menghadapi kegagalan antara lain dengan berusaha di kesempatan yang lain dan melamar pekerjaan di perusahaan lain. Hal inilah yang memberikan kontribusi bagi mereka untuk bangkit dan tidak putus asa untuk mencoba melamar pekerjaan.

Ketika menghadapi keluarga, masyarakat dan teman sebaya yang memberikan komentar terhadap keadaan belum bekerja, mayoritas lulusan universitas menanggapi dengan sabar, *sharing* atau sekedar bertukar informasi tentang lowongan pekerjaan. Sebagian dari lulusan universitas justru menganggap komentar tersebut sebagai motivasi untuk tetap optimis bahwa secepatnya akan mendapatkan pekerjaan, sehingga tetap berusaha mencari/melamar pekerjaan.

SIMPULAN

1. Lulusan universitas yang masih menganggur (proses mencari kerja)

memiliki tingkat kecemasan pada kategori sangat cemas sebanyak 0%, cemas tinggi 0%, agak cemas 6% dan tidak cemas 94%.

2. Kondisi pengangguran terdidik lulusan universitas dapat dipahami melalui beberapa kesimpulan berikut :

- a. Pengangguran terdidik lulusan universitas yang aktif mencari lowongan pekerjaan adalah lulusan universitas yang jumlah penghasilan orang tuanya kurang dari 2,5 juta rupiah.
- b. *Soft skill* yang diperoleh sebagian besar lulusan universitas semasa kuliah, antara lain bidang komputer, Bahasa Inggris, pelatihan *entrepreneurship*, *leadership* dan ketenagakerjaan.
- c. Lulusan universitas mampu mengendalikan diri dari tanggapan orang-orang sekitar baik dari keluarga, masyarakat maupun teman sebaya dengan cara *sharing* tentang informasi lowongan pekerjaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin,A. (2008). Hubungan Antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan menghadapi Dunia kerja. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta : Fakultas Psikologi UMS
- Arikunto, (2002). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arsyad, Lincoln. (2004). *Ekonomi Pembangunan*. Edisi keempat. Yogyakarta: STIE YKPN
- Astuti, D.T. (2011). *Mengatasi Wawancara Kerja dan Psikotes*. <http://www.psikologizone.com/>. Diakses 16 Oktober 2011
- Baharuddin, M. 1980. *Tuna Karya/ Pengangguran Indonesia, masalah Penanggulangan: Yayasan kesejahteraan Keluarga Pemuda "66"*
- Carlson, R. 2003. *Don't sweet guide for graduates*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Hawari, D. 2006. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hurlock, E.B. 2002. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (terjemahan : Istiwidayati Tjandrasa). Jakarta : Erlangga

- Kartono, K. 1989. *Psikologi Wanita*. Jakarta : CV. Rajawali.
- Leahy, R.L. 2009. *Facing Unemployment: Ten Steps to Handling Your Unemployment Anxiety*. www.psychologytoday.com. Diakses 10 Mei 2011
- Melly. 2008. *Hubungan Antara Kreativitas dengan Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Jurusan Arsitektur*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Monks, F.J. Knoers, A.M.P. Haditono, S.R . 2002. *Psikologi Perkembangan : Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Mulyana, D. 2003. *Penduduk dan Pengangguran*. <http://matakuliah.files.wordpress.com/2007/09/penduduk-dan-pengangguran.pdf>. Diakses 22 Maret 2011
- Nevid, dkk. 2005. *Psikologi Abnormal Jilid 1*. Jakarta : Erlangga
- Powell, D.H. 1983. *Understanding Human Adjustment*. Canada : Little, Brown & Company
- Setiawan, S.A. 2010. Pengaruh Umur, Pendidikan, Pendapatan, Pengalaman Kerja Dan Jenis Kelamin Terhadap Lama Mencari Kerja Bagi Tenaga Kerja Terdidik Di Kota Magelang. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro
- Yulianingsih, E. 2008. Hubungan Antara Obesitas dengan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup pada Perempuan Dewasa Awal. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Lebih dari 1,2 Juta Sarjana Jadi Penganggur*. <http://www.vivanews.com>. Diakses 21 Februari 2011
- Sarjana Menganggur Lebih Banyak Ketimbang SD*. <http://www.vivanews.com>. Diakses 21 Februari 2011