

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN VOKASIONAL DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR PRODI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Psikologi  
Jurusan Bimbingan dan Konseling Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*



**Oleh:  
JENIRA LESTARI  
NIM.72445/2006**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## **PERSETUJUAN SKRIPSI**

### **HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN VOKASIONAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PRODI PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

Nama : Jenira Lestari  
NIM : 72445  
Program Studi : Psikologi  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 8 Februari 2011

Disetujui Oleh

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Dr. H. Mudjiran, M.S., Kons.  
NIP. 19490609 197803 1 001

Dra. Hj. Zikra, M.Pd., Kons.  
NIP. 19591130 198503 2 003

## PENGESAHAN

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Psikologi Jurusan Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Hubungan Antara Kematangan Vokasional dengan  
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa  
Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang**

Nama : Jenira Lestari

NIM : 72445

Program Studi : Psikologi

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 8 Februari 2011

### Tim Penguji

|               | Nama                                         | Tanda Tangan |
|---------------|----------------------------------------------|--------------|
| 1. Ketua      | : Dr. H. Mudjiran, M.S., Kons.               | 1. _____     |
| 2. Sekretaris | : Dra. Hj. Zikra, M.Pd., Kons.               | 2. _____     |
| 3. Anggota    | : Dr. Afif Zamzami, M. Psi                   | 3. _____     |
| 4. Anggota    | : Dra. Marwisni Hasan, M.Pd., Kons.          | 4. _____     |
| 5. Anggota    | : Yolivia Irna Aviani, S. Psi., M.Psi., Psi. | 5. _____     |

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, 8 Februari 2011  
Yang menyatakan,

Jenira Lestari

## ABSTRAK

### **Jenira Lestari (2011): Hubungan Antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang**

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa memperoleh pekerjaan merupakan hal yang sangat sulit, termasuk bagi lulusan perguruan tinggi sekalipun. Fakta ini ditandai dengan meningkatnya jumlah pengangguran di belahan dunia beberapa tahun terakhir dengan sarjana sebagai *output* perguruan tinggi menjadi Tingkat Pengangguran Terbuka terbesar. Di Indonesia, pengangguran tingkat sarjana pada Februari 2010 mengalami kenaikan menjadi 14,24% dibanding Agustus 2009 yang hanya 13,08%. Kondisi ini mendatangkan kekhawatiran pada berbagai pihak, termasuk mahasiswa tingkat akhir. Selain kondisi sempitnya lapangan pekerjaan, persaingan yang semakin ketat, minimnya pengalaman dan kompetensi, kesiapan untuk membuat keputusan tentang pekerjaan atau karir yang ingin dijalani juga memiliki hubungan dengan kecemasan seseorang dalam menghadapi dunia kerja yang disebut sebagai kematangan vokasional.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang. Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, dimana penelitian korelasional adalah suatu tipe penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel dengan satu atau beberapa variabel lain. Subjek penelitian berjumlah 60 orang mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang yang mengambil mata kuliah skripsi dan sedang mengerjakan skripsi. Teknik sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *product moment* dari *Pearson* yang diolah menggunakan SPSS 12.0 for Windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis kerja diterima, dengan demikian terdapat hubungan negatif antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang. Terbukti dari hasil uji hipotesis didapatkan  $r_{xy} = -0,45$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Kontribusi variabel kematangan vokasional terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja adalah sebesar 20,2% yang ditunjukkan oleh  $R^2$  sebesar 0,202.

Kata Kunci : Kematangan Vokasional, Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

## **ABSTRACT**

**Jenira Lestari (2011) : *Relationship Between Vocational Maturity and Anxiety of Facing the World of Work on Final Level of College Students of Psychology Studies Program of Padang State University***

*Facts found in the field shows that obtaining a job is a very difficult thing, even though for college graduates. This fact is marked by rising unemployment of the world in recent years with a scholar as the output of college becomes the largest Unemployment Rate. In Indonesia, unemployment of graduate in February 2010 increased to 14,24% compared to August 2009 which was only 18,08%. These conditions bring concerns to the various sectors, including the final level of college students. In addition the conditions of jobs narrowness, the increasingly of competition, the lack of experience and competence, the readiness to make decisions about job or career that wish to face also has a relationship with someone anxiety facing the world of work reffered to as vocational maturity.*

*This research aims to look at the relationship between vocational maturity and with the anxiety of facing the world of work on final level college students of Psychology Studies Program of Padang State University. Quantitative research design is correlational, which is a type of correlational research studies examine the relationship between one or several variables with one or several other variables. Research subjects amounted to 60 college student of Psychology Studies Program of Padang State University class of 2005 and 2006 who currently working on thesis. Sampling technique that is used was total sampling. Technique of analysis data that is used in this research was from the Pearson product moment that is processed using SPSS 12.0 for Windows.*

*Results showed that the hypothesis is accepted with the terms of employment have a negative relationship between vocational maturity with the anxiety of facing the world of work on final level college students of Psychology Studies Program of Padang State University. Proven hypothesis test results obtained  $r_{xy} = -0,45$  with  $p = 0,000$  ( $p < 0.01$ ). The contribution of vocational maturity variables anxiety of facing the world of work was 20,2% posed at by  $R^2$  equal to 0,202.*

**Keywords:** Vocational Maturity, Anxiety of Facing the World of Work

## KATA PENGANTAR



Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan nikmat-Nya hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang”. Penyusunan skripsi ini dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Padang.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Orang tua peneliti, Ayahanda Syahruman dan Ibunda Nurhayati yang terhormat atas kasih sayang yang tak ternilai harganya, dukungan yang sangat besar baik moril maupun materil serta do'a yang selalu menyertai peneliti.
2. Bapak Dr. H. Mudjiran, M. S., Konselor dan ibu Dra. Hj. Zikra, M. Pd., Konselor, selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan saran serta dukungan yang sangat berarti kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.

3. Bapak Dr. Afif Zamzami, M. Psi., Ibu Dra. Marwisni Hasan M. Pd., Konselor dan Ibu Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membaca dan menguji skripsi peneliti.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Konselor, selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang dan Pembimbing Akademik (PA).
5. Bapak Dr. Daharnis, M. Pd., Konselor dan Bapak Drs. Erlamsyah, M. Pd., Konselor, selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling. Terimakasih atas pendidikan, perhatian, dan kemudahan selama penulis mengikuti jenjang perkuliahan yang Bapak berikan.
6. Bapak Dr. Afif Zamzami, M. Psi., dan Bapak Mardianto S. Ag., M. Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi dan Sekretaris Program Studi Psikologi serta seluruh staf pengajar Program Studi Psikologi yang telah memberikan bimbingan dan pengetahuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Zuyetti, S. Pd., M. Pd., selaku pengurus tata usaha Prgram Studi Psikologi yang telah membantu peneliti dalam mengurus masalah yang berhubungan administrasi.
8. Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuludin IAIN Imam Bonjol yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam uji coba skala penelitian yang dilakukan peneliti.
9. Kakak-kakak angkatan 2005 dan Rekan-rekan angkatan 2006 yang telah bersedia dan meluangkan waktunya menjadi sampel penelitian yang dilakukan peneliti.

10. Pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu proses penelitian skripsi ini.

Semoga segala amal, kebaikan, dan pertolongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat berkah dari Allah SWT. Akhir kata peneliti mohon maaf apabila masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan berguna untuk pengembangan ilmu di kemudian hari.

**Padang, Februari 2011**  
**Peneliti**

**Jenira Lestari**

## DAFTAR ISI

|                                     |            |
|-------------------------------------|------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                | <b>i</b>   |
| <b><i>ABSTRACT</i> .....</b>        | <b>ii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>         | <b>iii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>             | <b>vi</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>           | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>          | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>         | <b>xi</b>  |
| <br><b>BAB I    PENDAHULUAN</b>     |            |
| A. Latar Belakang .....             | 1          |
| B. Batasan Masalah .....            | 7          |
| C. Rumusan Masalah .....            | 8          |
| D. Tujuan Penelitian .....          | 8          |
| E. Manfaat Penelitian .....         | 9          |
| 1. Manfaat Teoritis .....           | 9          |
| 2. Manfaat Praktis .....            | 9          |
| <br><b>BAB II    TINJAUAN TEORI</b> |            |
| A. Kecemasan .....                  | 10         |
| 1. Pengertian Kecemasan .....       | 10         |
| 2. Macam-macam Kecemasan .....      | 12         |
| 3. Gejala Kecemasan .....           | 13         |
| 4. Faktor Penyebab Kecemasan .....  | 14         |

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5. Komponen Kecemasan .....                                                        | 16 |
| B. Kematangan Vokasional .....                                                     | 17 |
| 1. Pengertian Kematangan Vokasional .....                                          | 17 |
| 2. Tahap-tahap Kematangan Vokasional .....                                         | 19 |
| 3. Faktor-faktor Kematangan Vokasional .....                                       | 21 |
| 4. Tugas-tugas Kematangan Vokasional .....                                         | 22 |
| 5. Dimensi Kematangan Vokasional .....                                             | 23 |
| C. Hubungan Kematangan Vokasional dengan Kecemasan<br>Menghadapi Dunia Kerja ..... | 26 |
| D. Kerangka Konseptual .....                                                       | 29 |
| E. Hipotesis Penelitian .....                                                      | 29 |

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| A. Desain Penelitian .....                      | 30 |
| B. Defenisi Operasional .....                   | 31 |
| C. Populasi dan Sampel .....                    | 32 |
| 1. Populasi .....                               | 32 |
| 2. Sampel .....                                 | 32 |
| D. Instrumen dan Alat Pengumpulan Data .....    | 33 |
| 1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja ..... | 35 |
| 2. Skala Kematangan Vokasional .....            | 36 |
| E. Prosedur Penelitian .....                    | 38 |
| 1. Persiapan Penelitian .....                   | 38 |
| 2. Pelaksanaan Penelitian .....                 | 38 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| F. Validitas dan Reliabilitas ..... | 39 |
| 1. Validitas .....                  | 39 |
| 2. Reliabilitas .....               | 41 |
| G. Teknik Analisis Data .....       | 46 |

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| A. Deskripsi Data Penelitian .....        | 47 |
| 1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja ..... | 48 |
| 2. Kematangan Vokasional .....            | 54 |
| B. Analisis Data .....                    | 61 |
| 1. Uji Normalitas .....                   | 61 |
| 2. Uji Linearitas .....                   | 62 |
| 3. Uji Hipotesis .....                    | 63 |
| C. Pembahasan .....                       | 64 |

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 69 |
| B. Saran .....      | 70 |

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                                                                                                                            | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Skor Pilihan Alternatif Pernyataan dalam Skala .....                                                                                                                          | 34      |
| 2. Norma Pengkategorian Hasil Pengukuran Kematangan Vokasional dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang ..... | 34      |
| 3. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....                                                                                                                 | 35      |
| 4. <i>Blueprint</i> Skala Kematangan Vokasional .....                                                                                                                            | 36      |
| 5. Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Alat Ukur Penelitian .....                                                                                                               | 42      |
| 6. Item Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (n=40) .....                                                                                 | 43      |
| 7. Item Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Skala Kematangan Vokasional (n=40) .....                                                                                            | 44      |
| 8. Rerata Empiris dan Rerata Hipotetik Kematangan Vokasional dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (n=60) .....                                                                   | 47      |
| 9. Kriteria Kategori Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dan Distribusi Skor Subjek (n=60) .....                                                                              | 49      |
| 10. Pengkategorian Subjek Berdasarkan Aspek Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....                                                                                               | 52      |
| 11. Kriteria Kategori Skala Kematangan Vokasional dan Distribusi Skor Subjek (n=60) .....                                                                                        | 56      |
| 12. Pengkategorian Subjek Berdasarkan Aspek Kematangan Vokasional                                                                                                                | 59      |
| 13. Hasil Uji Normalitas Sebaran Variabel Kematangan Vokasional dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (n=60) .....                                                                | 62      |
| 14. Korelasi Antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir (n=60) .....                                                      | 64      |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                                        | Halaman |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kerangka Konseptual .....                                                  | 29      |
| 2. Histogram Proporsi Data Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia<br>Kerja ..... | 50      |
| 3. Histogram Proporsi Data Aspek Kecemasan Menghadapi Dunia<br>Kerja .....    | 53      |
| 4. Histogram Proporsi Data Variabel Kematangan Vokasional .....               | 56      |
| 5. Histogram Proporsi Data Aspek Kematangan Vokasional .....                  | 60      |

## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran                                                                             | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Sebelum Uji Coba .....    | 71      |
| 2. <i>Blueprint</i> Skala Kematangan Vokasional Sebelum Uji Coba .....               | 74      |
| 3. Instrument Penelitian Sebelum Uji Coba .....                                      | 78      |
| 4. Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Ketika Uji Coba ...                   | 83      |
| 5. Skor Skala Kematangan Vokasional Ketika Uji Coba .....                            | 87      |
| 6. Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja ..... | 92      |
| 7. Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala Kematangan Vokasional ..               | 94      |
| 8. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Setelah Uji Coba .....    | 96      |
| 9. <i>Blueprint</i> Skala kematangan Vokasional Setelah Uji Coba.....                | 97      |
| 10. Instrument Penelitian Setelah Uji Coba .....                                     | 99      |
| 11. Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Ketika Penelitian ..                 | 104     |
| 12. Skor Skala Kematangan Vokasional Ketika Penelitian .....                         | 109     |
| 13. Deskriptif Statistik .....                                                       | 114     |
| 14. Uji Normalitas .....                                                             | 117     |
| 15. Uji Linieritas Kematangan Vokasional dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....  | 119     |
| 16. Uji Hipotesis .....                                                              | 120     |
| 17. Uji Regresi .....                                                                | 121     |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pekerjaan merupakan suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Bekerja membuat manusia bisa memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dan dapat memperbaiki taraf kehidupannya lebih baik dari sebelumnya. Pekerjaan merupakan salah satu aspek terpenting dalam kehidupan manusia dewasa yang sehat, di mana pun dan kapan pun mereka berada. Pentingnya pekerjaan bagi seseorang bukanlah hal yang berlebihan. Para ahli sepanjang zaman telah mengakui pentingnya manusia bekerja dan dibuktikan bahwa menemukan pekerjaan adalah salah satu tugas hidup yang paling menantang.

Kerja dalam suatu jabatan tertentu bagi manusia, khususnya dewasa awal, tidak saja punya arti individual melainkan juga punya arti penting bagi masyarakat. Bagi individu dewasa khususnya, pekerjaan merupakan salah satu upaya dalam realisasi diri dan satu diantara unsur penting dalam integritas pribadi. Sedangkan bagi masyarakat merupakan, satu diantara faktor pengikat dalam jalinan kehidupan suatu masyarakat. Masyarakat yang dipenuhi oleh pengangguran dan diisi oleh individu yang salah dalam jabatan dan pekerjaan akan mengalami kemunduran yang lambat laun akan menjadi lemah dan secara pelan-pelan ataupun cepat akan menuju kehancuran secara pasti (Mappiare, 1983).

Pentingnya bekerja ini mendorong setiap orang berusaha untuk memperoleh pekerjaan dan ikut bersaing dengan pencari kerja lainnya. Setiap orang memiliki gambaran masing-masing mengenai dunia kerja. Banyak yang beranggapan bahwa persaingan dalam dunia kerja adalah sesuatu yang menantang, tetapi tidak sedikit pula yang berpendapat bahwa persaingan tersebut adalah hal yang menakutkan. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa memperoleh pekerjaan merupakan hal yang sangat sulit, termasuk bagi lulusan perguruan tinggi sekalipun. Fakta ini ditandai dengan meningkatnya jumlah pengangguran beberapa tahun terakhir.

Sebuah paper Lembaga Kebijakan Ekonomi Amerika (*Economic Policy Institute*) pada tanggal 11 Mei 2010 dengan tema “*The Class Of 2010 Economic Prospects for Young Adults in the Recession*” ([epi.3cdn.net](http://epi.3cdn.net)), menjabarkan fakta tentang permasalahan tenaga kerja dan lapangan pekerjaan yang dialami tenaga kerja muda Amerika. Menurut EPI, tingkat pengangguran diprediksi mencapai puncaknya pada tahun 2010. Pada bulan April, tingkat pengangguran mencapai 9,9%. Selama 12 bulan terakhir (April 2009-Maret 2010), tingkat pengangguran lulusan perguruan tinggi di bawah usia 25 tahun rata-rata mencapai 9,0%, mengalami kenaikan dibandingkan tahun 2007 rata-rata hanya mencapai angka 5,4%.

Data statistik Eropa juga menunjukkan angka pengangguran di zona Eropa naik dengan angka yang cukup signifikan pada bulan April 2010. Total pengangguran pada 16 negara di Eropa yang menggunakan mata uang Euro adalah sebesar 15.86 juta orang atau setara dengan 10,1% populasi penduduk.

Ranking pengangguran tertinggi diduduki oleh Spanyol (mendekati 20%), Irlandia dan Cekoslavakia (Surabayaforex. com, 2010).

Potret pengangguran di Indonesia tidak jauh berbeda dengan negara-negara lain. Jumlah pengangguran semakin meningkat dengan sarjana menjadi Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) terbesar. Data resmi Badan Pusat Statistik pada 10 Mei 2010 (bps.go.id, 2010), menunjukkan tingkat pengangguran terbuka (TPT) di Indonesia pada Februari 2010 mencapai 7,41%. Mengalami penurunan dibanding TPT Agustus 2009 yang sebesar 7,87%. Akan tetapi pengangguran lulusan universitas pada Februari 2010 untuk setingkat diploma mengalami kenaikan menjadi 15,71% dibanding pada Agustus 2009 yang hanya 13,66%. Tingkat sarjana pada Februari 2010 mengalami kenaikan menjadi 14,24% dibanding Agustus 2009 yang hanya 13,08%.

Meningkatnya jumlah pengangguran yang didominasi oleh lulusan perguruan tinggi, selain disebabkan oleh ketidakseimbangan antara lapangan pekerjaan dengan *job seekers* di dunia kerja, juga disebabkan oleh kesempatan kerja yang ada tidak sesuai dengan kompetensi yang dimiliki atau bahkan dibawah standar kualifikasi. Terbukti, dari setiap penyelenggaraan bursa kerja disebutkan hanya sekitar 25% yang bisa terisi para pencari kerja. Selebihnya, lulusan perguruan tinggi tidak diterima dunia kerja, sehingga mereka semakin harus berjuang keras untuk memperoleh pekerjaan (Purnama, 2009).

Kondisi ini mendatangkan kekhawatiran pada berbagai pihak, termasuk mahasiswa tingkat akhir yang berada pada tahap dewasa awal. Dua kriteria yang diajukan untuk menentukan akhir masa muda dan permulaan masa dewasa awal

adalah kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan (Santrock, 2002). Berkaitan dengan hal tersebut, kekhawatiran yang dihadapi sebagian besar mahasiswa menjelang wisuda, yakni rasa pesimis dan ketakutan tidak mendapatkan dan tidak bisa memilih pekerjaan. Lulusan perguruan tinggi berharap dengan proses pendidikan yang dijalaninya, akan mempermudah untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Namun pada kenyataannya, pada saat sekarang memiliki gelar sarjana tidak menjadi jaminan bahwa seseorang akan mudah memperoleh pekerjaan.

Kekhawatiran dan ketakutan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir merupakan tanda-tanda dari kecemasan. Atkinson (1999), menyatakan kecemasan sebagai emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan "kekhawatiran", "keprihatinan" dan "rasa takut" yang dialami dalam tingkat berbeda-beda. Menurut Freud, kecemasan merupakan perasaan subyektif yang dialami oleh individu. Hal ini disebabkan oleh situasi-situasi yang mengancam sehingga menyebabkan ketidakberdayaan individu (dalam Pratiwi, 2010). Kecemasan merupakan sesuatu yang dialami dari waktu ke waktu, sebagai gambaran dari perasaan atau emosi dan sebagai respon terhadap situasi maupun objek yang berada diluar ataupun dalam diri sendiri.

Dunia kerja merupakan salah satu situasi diluar diri yang mendatangkan kecemasan. Kecemasan menghadapi dunia kerja ini dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal, diantaranya adalah minimnya pengalaman dan kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku.

Faktor eksternal, diantaranya adalah peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat dan pengangguran semakin banyak,

Faktor internal lain yang juga berhubungan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja adalah kesiapan untuk membuat keputusan tentang pekerjaan atau karir yang ingin dijalani. Kesiapan untuk membuat keputusan pekerjaan atau karir ini disebut sebagai kematangan vokasional atau dikenal juga dengan kematangan karir. Dalam membuat pilihan pekerjaan yang tepat, seseorang harus menampilkan tingkat kematangan vokasional tertentu.

Kematangan vokasional mengacu pada kesiapan individu untuk membuat informasi, yang sesuai usia keputusan karir dan mengatasi tugas-tugas pengembangan karir (Savakis dalam Akbulut, 2010). Menurut Super (dalam Osipow, 1983) penyelesaian tugas-tugas yang sesuai pada masing-masing tahap perkembangan vokasional merupakan indikasi kematangan vokasional (*vocational maturity*). Indikasi yang relevan bagi kematangan vokasional misalnya adalah kemampuan membuat rencana, kerelaan memikul tanggung jawab, kesadaran akan segala faktor internal dan eksternal yang harus dipertimbangkan dalam memilih pekerjaan dan memantapkan diri dalam suatu pekerjaan. Kesiapan dalam pengambilan keputusan tentang pekerjaan yang dijalani ini tercipta pada tahun-tahun perkuliahan. Hal ini berdasarkan tahap perkembangan vokasional yang dikemukakan Super (dalam Boyd dan Bee, 2008; Osipow 1983), eksplorasi karir berada pada usia 19 hingga 24 tahun.

Selain itu, kematangan vokasional yang dimiliki individu mempengaruhi kompetensinya, yang merupakan modal untuk memenuhi kualifikasi dunia kerja

dan mendapatkan peluang karir yang potensial, sehingga mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sesuai dengan pendapat Wasylyow (2006) eksplorasi karir yang merupakan tahapan dalam perkembangan kematangan vokasional pada dewasa awal tidak hanya akan meningkatkan pengetahuan mereka tentang peluang karir yang potensial, tetapi juga menyebabkan penurunan kecemasan dalam pemilihan pekerjaan atau karir.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap pembicaraan para mahasiswa tingkat akhir di kampus Psikologi Universitas Negeri Padang tentang masa setelah lulus kuliah, kecemasan ini juga diindikasikan terjadi pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang. Para mahasiswa menyatakan kekhawatiran dan rasa pesimis dalam menghadapi masa depan yaitu dunia kerja. Apakah setelah lulus dari perguruan tinggi, akan mendapatkan peluang untuk bekerja di instansi atau perusahaan tertentu, merupakan permasalahan yang mengganggu pikiran mereka. Bahkan ada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Padang, memutuskan untuk menunda penyelesaian skripsinya, karena khawatir dan merasa belum siap menghadapi dunia kerja.

Hasil wawancara (Mei 2010) yang dilakukan peneliti kepada A, salah seorang mahasiswa tingkat akhir Psikologi Universitas Negeri Padang, ia menyatakan cemas menghadapi masa setelah lulus kuliah. A mengaku belum bisa menentukan secara pasti bagaimana rencana setelah lulus kuliah, ia belum bisa memutuskan pekerjaan yang ingin dilakoninya, karena menurutnya pilihan pekerjaan untuk sarjana psikologi di kawasan Sumatera Barat masih terbatas. Sementara itu hasil wawancara (23 Agustus 2010) dengan seorang mahasiswa

lain, yaitu B mengungkapkan kekhawatirannya dalam menghadapi dunia kerja, karena adanya keinginan dan tuntutan, baik itu dari dalam diri maupun dari luar dirinya untuk memperoleh pekerjaan yang selaras dengan tingkat pendidikan yang telah dijalannya selama ini, sedangkan kesempatan kerja tidak sebanding dengan jumlah lulusan yang bersaing untuk mendapatkan pekerjaan. Sehingga, membuat instansi atau perusahaan semakin selektif dalam menyaring kompetensi yang dimiliki oleh para pencari kerja. Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa, rasa cemas dan khawatir yang dialami mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang disebabkan karena keraguan dalam memutuskan pekerjaan yang ingin dijalani setelah lulus kuliah.

Berdasarkan uraian diataslah peneliti tertarik untuk melihat apakah ada hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.

## **B. Batasan Masalah**

Bertitik tolak dari latar belakang masalah, maka penelitian ini dibatasi sebagai berikut: (1) sebagai variabel terikat (dependen) adalah kecemasan menghadapi dunia kerja, dan (2) sebagai variabel bebas (independent) adalah kematangan vokasional. Unit analisis dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.

### **C. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang dan batasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah gambaran tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang?
2. Bagaimanakah gambaran tentang kematangan vokasional pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang?
3. Apakah terdapat hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang?

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.
2. Untuk mengetahui gambaran tentang kematangan vokasional pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.

## **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi pendidikan, dengan memberikan tambahan data empiris yang teruji secara statistik, baik hipotesis itu teruji atau tidak.
  - b. Penelitian selanjutnya, diharapkan dapat dijadikan pembandingan untuk penelitian selanjutnya dan mengembangkan penelitian dengan variabel yang lebih luas lagi, terutama yang berkaitan dengan kematangan vokasional dan kecemasan menghadapi dunia kerja.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi penulis, yaitu penulis mendapatkan pengetahuan yang bersifat aplikatif tentang hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang.
  - b. Bagi ketua Prodi Psikologi, yaitu sebagai gambaran tentang hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga penelitian ini menjadi salah satu dasar pemikiran untuk memberikan program pembelajaran berbasis bimbingan karir yang membawa para mahasiswa kepada pemahaman diri dan pengolahan informasi tentang dunia kerja.

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Kecemasan**

##### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan atau dalam Bahasa Inggrisnya *anxiety* berasal dari Bahasa Latin “angustus” yang berarti kaku, dan “ango, anci” yang berarti mencekik (dalam Trismiati, 2007). Kamus istilah psikologi, Chaplin (2000), kecemasan adalah perasaan campuran yang berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Kecemasan merupakan emosi subjektif yang dirasakan oleh individu, sesuai dengan pendapat Freud (dalam Pratiwi, 2010) kecemasan merupakan perasaan subyektif yang dialami oleh individu. Hal ini disebabkan oleh situasi-situasi yang mengancam sehingga menyebabkan ketidakberdayaan individu.

Kecemasan ditandai dengan “kekhawatiran” dan “ketakutan”, sesuai dengan pendapat Atkinson (1999) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti ”kekhawatiran”, ”keprihatinan”, dan ”rasa takut”, yang kadang-kadang dialami individu dalam tingkat berbeda-beda. Kartono (1997) menyatakan kecemasan ialah semacam kegelisahan, kekhawatiran dan “ketakutan” terhadap sesuatu yang tidak jelas, yang difus atau baur, dan mempunyai ciri yang *mengazab* pada seseorang. Nevid, dkk (2005) juga

mendefinisikan kecemasan sebagai suatu keadaan apprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Daradjat (1980) menyatakan kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Kaplan dkk (dalam Fauziah dan Widury, 2006) menyatakan kecemasan sebagai respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan.

Kecemasan melibatkan fungsi psikologis dan fisiologis individu. Calhoun (1990) kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realitas maupun tidak realistis), yang disertai dengan keadaan peningkatan reaksi kejiwaan. Menurut Davidoff (1991) kecemasan adalah emosi yang ditandai oleh perasaan akan bahaya yang diantisipasi, termasuk juga ketegangan dan stress yang menghadang dan oleh bangkitnya syaraf simpatetik. Branca (dalam Firdaus, 2009) menyatakan kecemasan sebagai suatu perasaan yang tidak menyenangkan karena frustasi dan ketidakpastian tentang masa depan serta adanya ancaman akan kegagalan dan rasa sakit. Selain itu kecemasan adalah keadaan dimana individu atau kelompok mengalami perasaan gelisah dan aktivasi sistem saraf autonom dalam merespon terhadap ancaman yang tidak jelas, non spesifik.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan gelisah dan khawatir terhadap objek atau situasi yang dianggap mengancam, dan seringkali mengganggu keadaan fisik dan psikologis individu

Nevid dkk (2005) menyatakan banyak hal yang harus dicemaskan dan menjadi sumber kekhawatiran, salah satunya adalah karir atau pekerjaan. Kecemasan menghadapi dunia kerja dalam penelitian ini adalah perasaan takut, gelisah dan tegang berlebihan yang diiringi peningkatan reaksi fisik ketika memikirkan tentang pekerjaan, ketika melihat dan mendengar berbagai masalah persaingan dunia kerja yang semakin ketat serta terbatasnya lapangan pekerjaan pada suatu pekerjaan.

## **2. Macam-macam Kecemasan**

Menurut Daradjat (1980), terdapat 3 macam kecemasan, yaitu:

1. Rasa cemas yang timbul akibat melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya. Cemas ini lebih dekat kepada rasa takut, karena sumbernya jelas terlihat dalam pikiran. Misalnya seorang mahasiswa yang sepanjang tahun main-main saja, merasa cemas (gelisah) apabila ujian datang.
2. Rasa cemas yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Yang paling sederhana ialah cemas yang umum, dimana orang merasa cemas (takut) yang kurang jelas, tidak tertentu dan tidak ada hubungannya dengan apa-apa, serta takut itu mempengaruhi keseluruhan diri pribadi. Ada pula

cemas dalam bentuk takut dan benda-benda atau hal-hal yang tertentu, misalnya serangga dan darah.

3. Rasa cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal – hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

Freud (dalam Hall dan Lindzey, 1993) membedakan kecemasan menjadi tiga macam:

1. Kecemasan realitas

Kecemasan ini merupakan kecemasan tipe pokok. Kecemasan *realitas* adalah rasa takut akan bahaya-bahaya nyata di dunia luar.

2. Kecemasan neurotik

Merupakan rasa takut jangan-jangan insting-insting akan lepas kendali dan menyebabkan sang pribadi berbuat sesuatu yang bisa membuatnya dihukum. Kecemasan neurotik bukanlah ketakutan terhadap insting-insting itu sendiri melainkan ketakutan terhadap hukuman yang mungkin terjadi jika suatu insting dipuaskan.

3. Kecemasan moral atau perasaan bersalah

Merupakan rasa takut terhadap suara hati. Orang-orang yang superegonya berkembang dengan baik cenderung merasa bersalah jika mereka melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma moral dimana mereka dibesarkan.

### **3. Gejala-gejala Kecemasan**

Gejala pengikut pada kecemasan adalah: gemetar, getetar, berpeluh dingin, mulut jadi kering, membesarkan anak mata atau pupil, sesak nafas, percepatan

nadi dan detak jantung, mual, muntah, murus atau diare dan lain-lain. (Kartono, 1997).

Sundari (2005) membedakan gejala-gejala kecemasan menjadi 2 bentuk, yaitu: gejala fisik dan gejala mental. Gejala fisik diantaranya : jari-jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak nafas. Gejala mental diantaranya: ketakutan, merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tentram, ingin lari dari kenyataan.

Menurut *American Psychiatric Association* (dalam Gliatto, 2000) gejala dan perilaku yang berhubungan dengan kecemasan adalah :

1. Aktivitas fisiologis berlebihan : otot tegang, mudah tersinggung, mudah lelah, gelisah, kesulitan tidur.
2. Distorsi proses kognitif : konsentrasi lemah, tidak realistis dalam menilai masalah, khawatir.
3. Keterampilan pemecahan masalah : menghindar, menunda, kurangnya keterampilan memecahkan masalah

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa gejala-gejala kecemasan dapat terlihat dari tiga hal yaitu dari ciri-ciri fisik, ciri-ciri behavioral atau tingkah laku dan yang terakhir dari kognitif individu.

#### **4. Faktor Penyebab Kecemasan**

Ada bermacam-macam pendapat tentang sebab-sebab yang menimbulkan kecemasan. Ada yang mengatakan akibat tidak terpenuhinya keinginan-keinginan

seksual, karena merasa diri (fisik) kurang dan karena pengaruh pendidikan waktu kecil, atau sering terjadi karena tidak tercapainya yang diinginkan baik materil maupun sosial. Mungkin pula karena dipelajari atau ditiru atau dari rasa tidak berdaya, tidak ada rasa kekeluargaan dan sebagainya. Jadi dapat dikatakan, bahwa cemas itu timbul karena orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan dirinya, dengan orang lain, dan lingkungan sekitarnya (Daradjat, 1980).

Menurut Freud (dalam Davidoff, 1981) dua hal yang menyebabkan kecemasan, yaitu:

1. Bahaya yang berasal dari dunia nyata, kecemasan disebabkan karena situasi sesungguhnya yang mengarah kepada rasa sakit tubuh
2. Kesadaran akan datangnya hukuman yang berkaitan dengan pelampiasan dorongan seperti seksual, agresi, dan tindakan amoral lainnya yang pada dasarnya dilarang oleh norma agama.

Menurut Burnhamm (dalam Supriyantini, 2010) sumber rasa cemas akan lebih mudah ditelusuri dengan meneliti tiga penyebab dasar yaitu:

1. Rasa percaya diri yang mungkin terancam oleh keraguan akan penampilan lahiriah dan kemampuan
2. Kesejahteraan pribadi kita mungkin akan terancam oleh ketidakpastian akan masa depan, keraguan akan pengambilan keputusan dan keprihatinan akan materi
3. Kesejahteraan kita mungkin akan terancam oleh berbagai konflik yang mungkin tidak akan terpecahkan.

## 5. Komponen Kecemasan

Maher (dalam Calhoun dan Acocela, 1995) membagi komponen kecemasan kedalam tiga macam, yaitu :

1. Emosional, yaitu : mempunyai ketakutan yang amat sangat dan secara sadar
2. Kognitif. Ketakutan tersebut meluas dan sering berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih, memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan.
3. Psikologis. Pada saat pikiran dijangkiti rasa takut, sistem syaraf otonom menyebabkan tubuh bereaksi secara mendalam seperti jantung berdebar lebih keras, nadi dan nafas bergerak meningkat, biji mata membesar, tekanan darah meningkat akhirnya darah dialirkan ke otot rangka sehingga tegang dan siap melakukan gerakan.

Bucklew (dalam Trismiati, 2007) menyatakan para ahli membagi bentuk kecemasan dalam 2 tingkat, yaitu :

1. Psikologis

Kecemasan yang berwujud sebagai gejala-gejala kejiwaan, seperti tegang, bingung, khawatir, sukar berkonsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya.

2. Fisiologis

Kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, terutama pada fungsi sistem syaraf, misalnya tidak dapat tidur, jantung berdebar-debar, gemetar, perut mual, dan sebagainya.

Sue, dkk (dalam Trismiati, 2007) menyebutkan bahwa manifestasi kecemasan terwujud dalam empat hal berikut ini.

1. Manifestasi kognitif, yang terwujud dalam pikiran seseorang, seringkali memikirkan tentang malapetaka atau kejadian buruk yang akan terjadi.
2. Perilaku motorik, kecemasan seseorang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar.
3. Perubahan somatik, hampir semua penderita kecemasan menunjukkan peningkatan detak jantung, respirasi, ketegangan otot dan tekanan darah.
4. Afektif, diwujudkan dalam perasaan gelisah, dan perasaan tegang yang berlebihan.

## **B. Kematangan Vokasional**

### **1. Pengertian Kematangan vokasional**

Menurut Betz (dalam Walsh & Osipow, 1988) kematangan dapat diasumsikan sebagai dasar psikologis yang mencerminkan tingkat perkembangan, sama halnya dengan perkembangan intelektual, moral dan sosial.

Konstruk kematangan vokasional atau juga dikenal dengan sebutan kematangan karir, pertama kali diperkenalkan oleh Super pada tahun 1955. Kematangan vokasional menurut Savakis (dalam Bozgeyikli, 2009) mengacu pada kesiapan individu untuk membuat informasi, yang sesuai usia pemilihan karir dan

menyelesaikan tugas-tugas pengembangan karir. Menurut Amadi dkk (2007) *“Vocational maturity can simply be put as the ability of an individual to choose a preferred vocation or an occupation”*. Kematangan vokasional bisa diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk memilih suatu pekerjaan.

Crites (dalam Akbulut, 2010) menekankan istilah kematangan vokasional sebagai tingkat kemajuan individu yang terus menerus dari awal pilihan pekerjaan di masa kecil hingga pensiun. Super dan Thompson (dalam Perron dkk, 1988) *“Vocational maturity is generally defined as the extent to which an individual succeeds in mastering the tasks appropriate to his or her stage of career development”*. Kematangan vokasional secara umum didefinisikan sebagai sejauh mana seorang individu berhasil menguasai tugas yang sesuai dengan perkembangan karir.

Kematangan vokasional adalah tingkat kesiapan untuk menyelesaikan tugas perkembangan vokasional, sehingga sesuai dengan usia pemilihan keputusan, memiliki informasi yang dapat dipercaya mengenai dunia kerja (Savickas dalam Akbulut, 2010). Kematangan vokasional adalah suatu proses perkembangan yang dimulai pada tahun awal dan berlanjut sepanjang tahap kehidupan seseorang. (Gonzales, 2008).

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa, kematangan vokasional adalah kesiapan individu untuk memutuskan dan memilih pekerjaan berdasarkan pengetahuan dan sikap sesuai dengan tahap perkembangan yang telah dilalui.

Kematangan vokasional dalam penelitian ini adalah kemandirian mahasiswa psikologi untuk memilih dan memutuskan pekerjaan yang ingin dijalani sesuai dengan bidang pendidikan, minat, sikap dan kemampuan berdasarkan pengetahuan atau informasi yang dimilikinya tentang pekerjaan yang ingin dijalani tersebut.

## **2. Tahap-tahap Perkembangan Vokasional**

Super (dalam Boyd dan Bee, 2008; Osipow 1983) membagi tahapan perkembangan vokasional, yaitu :

1. Tahap pertumbuhan (sejak lahir hingga 14/15 tahun). Ditandai dengan perkembangan kapasitas sikap, minat, dan kebutuhan yang terkait dengan konsep diri.
2. Tahap eksplorasi (usia 15-24 tahun). Pada tahap ini, individu harus memutuskan karier secara hati-hati, dan mencari-cari pekerjaan yang tersedia sesuai kemampuan dan minat. Keseluruhan proses lebih banyak mencoba-coba seperti halnya keberuntungan atau kesempatan. Hal ini kemungkinan disebabkan banyak pekerjaan yang tersedia, sangat tidak menantang dan sebab banyak orang-orang dewasa muda belum menemukan pekerjaan yang cocok.
3. Tahap pemantapan (usia 25-44 tahun). Setelah memilih suatu jabatan dan pekerjaan, orang yang muda harus belajar seluk beluk dan mulai bergerak melalui langkah awal dalam tangga karir serta menguasai keterampilan yang diperlukan. Di dalam periode ini, seseorang fokus untuk memenuhi apapun

yang dicita-citakannya atau tujuan yang mungkin telah ditetapkan untuk dirinya.

4. Tahap pemeliharaan (usia 45-64 tahun). Tujuan utama langkah pemeliharaan adalah untuk melindungi dan memelihara pekerjaan atau keuntungan yang telah diraih sepanjang langkah penetapan. Untuk memenuhi tujuan ini, para pekerja lebih tua harus memelihara dengan pengembangan baru di dalam bidang mereka dan harus pula memperoleh keterampilan baru.
5. Tahap kemunduran. Pada tahap ini, memasuki masa pensiun dan harus menemukan pola hidup baru sesudah melepaskan jabatan.

Tahap-tahap perkembangan vokasional menurut Ginzberg (dalam Crites, 1969), sebagai berikut :

1. Fantasi (sebelum usia 11 tahun). Selama periode fantasi, kegiatan bermain secara bertahap menjadi berorientasi kerja dan merefleksikan preferensi awal untuk jenis aktivitas tertentu. Berbagai peran okupasional tercermin dalam kegiatan bermain, yang menghasilkan pertimbangan nilai dalam dunia kerja.
2. Tentatif (usia 11-17 tahun). Periode tentatif terbagi ke dalam empat tahap :
  - (1) tahap minat, di mana individu membuat keputusan yang lebih definitif tentang suka atau tidak suka. (2) Tahap kapasitas untuk menjadi sadar akan kemampuan sendiri yang terkait dengan aspirasi vokasional. (3) Tahap nilai, yaitu masa terbentuknya persepsi yang lebih jelas tentang gaya-gaya okupasional. (4) Tahap transisi, yaitu saat di mana individu menyadari

keputusannya tentang pilihannya serta tanggung jawab yang menyertai pilihan tersebut.

3. Realistik (usia 17 tahun-awal masa dewasa). Periode realistik terbagi ke dalam tiga tahap, yaitu : (1) Tahap eksplorasi, yang berpusat pada saat masuk ke perguruan tinggi. Pada tahap ini, individu mempersempit pilihan karir atau pekerjaan menjadi dua atau tiga kemungkinan tetapi pada umumnya masih belum menentu. (2) Kristalisasi, yaitu ketika komitmen pada satu bidang tertentu sudah terbentuk. Jika ada perubahan arah, itu disebut “pseudo-crystallization”. (3) Tahap spesifikasi, yaitu bila individu sudah memilih suatu pekerjaan atau pelatihan profesi untuk karir tertentu.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Vokasional**

Crites (1969), penelitian-penelitian di barat menunjukkan bahwa perkembangan vokasional dan kematangan vokasional diantaranya dipengaruhi oleh informasi tentang pekerjaan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan vokasional menurut Crites (1969) yaitu : (1) budaya, efeknya tidaklah sama dari satu kelas sosial ke lain, (2) kelas sosial, (3) latar belakang ras, (4) letak geografis atau daerah, yaitu perbedaan utama menjadi antara area pedesaan dan area perkotaan, (5) kelompok atau masyarakat, (6) keluarga, berhubungan dengan jabatan dan pekerjaan orangtua, (7) sekolah, merupakan agen vokasionalisasi yang sangat penting, (8) kesesuaian umum; terkait dengan kesesuaian pilihan dengan cita-cita, kecerdasan, (9) minat, dan (10) faktor kepribadian.

Super dan Overstreet (dalam Crites, 1969; Osipow, 1983) menghubungkan kematangan vokasional dengan (1) faktor Biososial: berhubungan dengan kematangan vokasional adalah umur dan kecerdasan, (2) faktor Lingkungan, berhubungan secara positif dengan tingkatan jabatan orangtua, Kurikulum Sekolah, jumlah stimulus budaya, dan kelekatan keluarga serta latar belakang tempat tinggal, (3) faktor vokasional berhubungan dengan cita-cita kejuruan dan juga dengan derajat tingkat kesamaan antara cita-cita dan harapan, (4) karakteristik atau sifat-sifat kepribadian, dan (5) Prestasi : nilai, keikutsertaan aktivitas dalam dan luar sekolah.

Menurut Denga (dalam Amadi dkk, 2007) terdapat beberapa faktor untuk membentuk dan menentukan kematangan vokasional dari setiap individu. faktor-faktor tersebut yaitu: latar belakang budaya, keluarga (Orang tua), guru, teman sebaya, kecerdasan intelektual, motivasi berprestasi, kemampuan pengambilan keputusan, pengaruh pilihan sekolah dan kesempatan.

#### **4. Tugas-tugas Perkembangan Vokasional**

Super (dalam Crites, 1969) menyatakan tugas perkembangan vokasional adalah tugas pada suatu periode tertentu di dalam hidup individu dan diharapkan bahwa anggota suatu kelompok sosial melaksanakan urutan tingkah laku yang rapi sebagai persiapan menghadapi dan mengambil bagian dalam aktivitas dunia kerja.

Super (dalam Osipow, 1983) berpendapat bahwa penyelesaian tugas-tugas yang sesuai pada masing-masing tahapan merupakan indikasi kematangan

vokasional (*vocational maturity*). Tahapan perkembangan vokasional ini menjadi kerangka untuk perilaku dan sikap vokasional, yang dimanifestasikan melalui lima aktivitas yang dikenal dengan *Vocational Developmental Tasks*. Tugas-tugas perkembangan vokasional tersebut adalah :

1. Kristalisasi (14-18 tahun). Merupakan periode proses kognitif untuk memformulasikan sebuah tujuan vokasional umum melalui kesadaran akan sumber-sumber yang tersedia, berbagai kemungkinan, minat, nilai, dan perencanaan untuk okupasi yang lebih disukai.
2. Spesifikasi (18-21 tahun). Periode ini merupakan peralihan dari preferensi vokasional tentatif menuju preferensi vokasional yang spesifik.
3. Implementasi (21-24 tahun). Pada periode ini individu menamatkan pendidikan/pelatihan untuk pekerjaan yang disukai dan memasuki dunia kerja.
4. Stabilisasi (24-35 tahun). Periode ini merupakan tahap mengkonfirmasi karir yang disukai dengan pengalaman kerja yang sesungguhnya dan penggunaan bakat untuk menunjukkan bahwa pilihan karir sudah tepat.
5. Konsolidasi (35 tahun keatas). Merupakan periode pembinaan keamanan karir dengan meraih kemajuan, status dan senioritas.

## **5. Dimensi Kematangan Vokasional**

Berdasarkan hasil penelitiannya Super (dalam Crites, 1969; Osipow, 1983) membagi kematangan vokasional menjadi 5 dimensi:

1. Orientasi pemilihan pekerjaan. Individu menunjukkan perhatian terhadap masalah pekerjaan dan efektivitas sumber daya yang tersedia dalam mengatasi tugas pemilihan pekerjaan
2. Informasi dan perencanaan tentang pekerjaan yang lebih disukai. Mempelajari informasi tentang jabatan yang lebih disukai, perencanaan untuk jabatan yang dipilih, dan tingkat keterlibatan kegiatan-kegiatan perencanaan kejuruan.
3. Konsistensi pemilihan pekerjaan. Merupakan konsistensi terhadap pilihan kejuruan di dalam bidang, di dalam tingkatan, dan di dalam keluarga.
4. Kristalisasi. Minat untuk pekerjaan, perhatian untuk penghargaan pekerjaan, kemerdekaan pilihan pekerjaan, dan penerimaan terhadap tanggung jawab, perencanaan *educational vocational* dan pola nilai-nilai kerja
5. Kebijaksanaan pemilihan pekerjaan. Kecocokan antara kemampuan dan pilihan, bandingan minat dengan pilihan, minat diukur dengan pilihan khayalan, tingkat dari jabatan dari minat diukur dengan tingkat jabatan yang dipilih, dan keadaan sosial ekonomis.

Crites (1969), mengemukakan empat dimensi kematangan vokasional yang merupakan konstruk dari kematangan vokasional, yaitu : *consistency of vocational choice*, *realism of vocational choice*, *choice competencies*, dan *choice attitude*. Crites (dalam Walsh & Osipow, 1988) mengorganisir kematangan vokasional kedalam dua faktor utama, isi pilihan karir dan proses pilihan karir. Isi pilihan karir digambarkan dengan oleh *consistency of vocational choice* (kemantapan

terhadap pekerjaan yang dipilih), *realism of choice* (memilih pekerjaan secara realistis). Proses pilihan karir digambarkan oleh *competencies* (kompetensi), merupakan faktor kognitif dan *attitudes* (sikap), merupakan faktor konatif atau afektif.

Dimensi-dimensi yang menggambarkan tinggi rendahnya kematangan vokasional menurut Crites (dalam Walsh & Osipow, 1988) yaitu :

1. *Consistency of Vocational Choice* (kemantapan terhadap pekerjaan yang dipilih), mengacu pada bagaimana individu konsisten pada pilihan berdasarkan waktu, bidang dan tingkat pekerjaan
2. *Realism of Choice* (memilih pekerjaan secara realistis), mengacu pada perbandingan kemampuan, minat atau keinginan, kepribadian dan status sosial individu dengan lingkungan pekerjaan
3. *Choice Competencies* (kompetensi pilihan), mengacu pada kemampuan mengevaluasi kekuatan dan kelemahan memilih pekerjaan, memiliki informasi atau pengetahuan tentang pekerjaan, kemampuan dalam memilih pekerjaan yang terbaik, memiliki rencana dalam memilih pekerjaan, kemampuan memecahkan masalah dalam memilih pekerjaan
4. *Choice Attitude* (Sikap terhadap pilihan), mengacu pada faktor-faktor dalam memilih pekerjaan, keterlibatan aktif dalam membuat pilihan pekerjaan, kemerdekaan dalam menentukan pilihan, orientasi sikap dan nilai-nilai dalam memilih pekerjaan, kemampuan kompromi antara kebutuhan dan kenyataan

Berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh kedua ahli, Super dan Crites diatas, disimpulkan bahwa dimensi kematangan vokasional yang dikemukakan Crites yang digunakan sebagai konstruk dalam kematangan vokasional, dengan pertimbangan pendapat yang dikemukakan Crites lebih mewakili dalam menggambarkan tinggi rendahnya kematangan vokasional individu.

### **C. Hubungan Antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir**

Branca (dalam Firdaus, 2009) menyatakan kecemasan merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan karena frustasi dan ketidakpastian tentang masa depan serta adanya ancaman akan kegagalan dan rasa sakit. Menurut Freud, kecemasan merupakan perasaan subyektif yang dialami oleh individu. Hal ini disebabkan oleh situasi-situasi yang mengancam sehingga menyebabkan ketidakberdayaan individu (dalam Pratiwi, 2010). Kecemasan merupakan sesuatu yang dialami dari waktu kewaktu, sebagai gambaran dari perasaan atau emosi dan sebagai respon terhadap situasi maupun objek yang berada diluar ataupun dalam diri sendiri.

Dunia kerja merupakan salah satu dari sekian banyak situasi diluar diri yang mendatangkan kecemasan, sesuai dengan yang diungkapkan Nevid, dkk (2005), tentang hal yang harus dicemaskan salah satunya adalah karir atau pekerjaan. Kecemasan menghadapi dunia kerja ini dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat

dan pengangguran semakin banyak, pengalaman yang sedikit dan dibutuhkannya kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku.

Kecemasan menghadapi dunia kerja juga berhubungan dengan kesiapan untuk membuat keputusan tentang pekerjaan atau karir yang ingin dijalani. Kesiapan untuk membuat keputusan pekerjaan atau karir ini disebut sebagai kematangan vokasional. Kematangan vokasional mengacu pada kesiapan individu untuk membuat informasi, yang sesuai usia keputusan karir dan mengatasi tugas-tugas pengembangan karir (Savickas dalam Akbulut, 2010).

Super (dalam Osipow, 1983) menyatakan bahwa penyelesaian tugas-tugas yang sesuai pada masing-masing tahap perkembangan vokasional merupakan indikasi kematangan vokasional (*vocational maturity*). Indikasi yang relevan bagi kematangan vokasional misalnya adalah kemampuan membuat rencana, kerelaan memikul tanggung jawab, kesadaran akan segala faktor internal dan eksternal yang harus dipertimbangkan dalam memilih pekerjaan dan memantapkan diri dalam suatu pekerjaan. Kesiapan dalam pengambilan keputusan tentang pekerjaan yang dijalani ini tercipta pada tahun-tahun perkuliahan. Hal ini berdasarkan tahap perkembangan vokasional yang dikemukakan Super, eksplorasi karir berada pada usia 19 hingga 24 tahun.

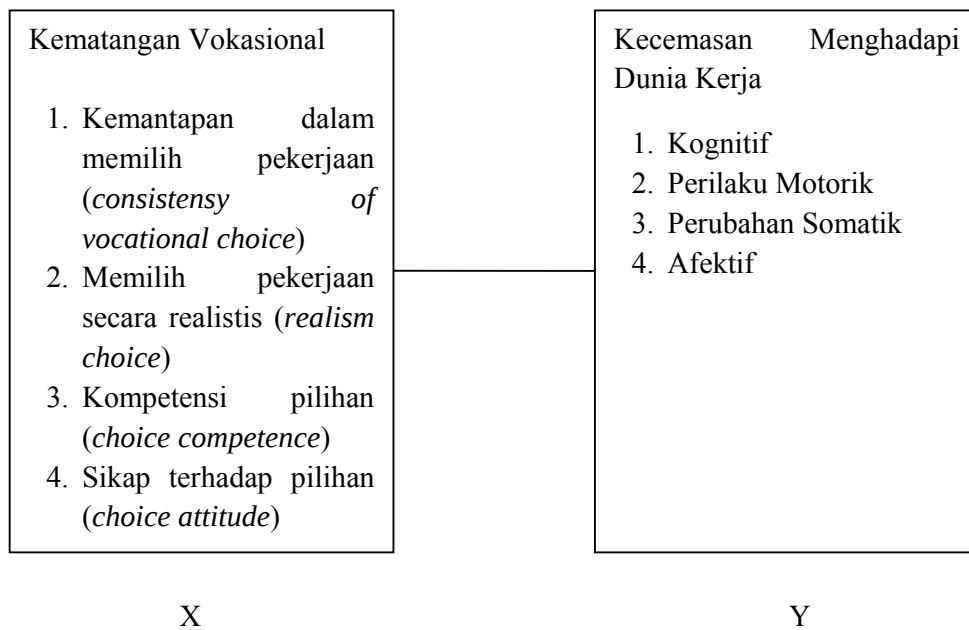
Individu yang memiliki kematangan vokasional yang tinggi lebih realistis tentang pekerjaan sehingga akan mengurangi munculnya kecemasan menghadapi dunia kerja dan dapat memahami kemampuan yang dimiliki serta menjadi awal kesuksesan dalam menghadapi dunia nyata dalam memilih pekerjaan. Sesuai dengan yang dikatakan Crites (dalam Amadi, 2007) seseorang dikatakan memiliki

kematangan vokasional yang tinggi jika ditandai oleh keajegan memilih pekerjaan yang diharapkan, dan sesuai dengan kemampuan atau sikap terhadap pekerjaan. Sebaliknya, seseorang yang memiliki kematangan vokasional yang rendah akan membuat pemilihan pekerjaan secara tidak bijaksana dan tidak realistis, sehingga menyebabkan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Asumsi ini telah dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan Salami pada tahun 2008. Penelitian ini dilakukan pada lulusan perguruan tinggi di Nigeria. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan lulusan muda Nigeria memiliki kematangan vokasional rendah sehingga tidak realistis dalam memilih pekerjaan. Kebanyakan dari mereka memilih pekerjaan terutama karena gaji, posisi, kemewahan dan prestise melekat pada mereka tanpa mempertimbangkan pengetahuan mereka tentang pekerjaan yang mereka pilih, sehingga kemana setelah lulus adalah problem yang dihadapi oleh para lulusan muda di Nigeria.

Selain itu, kematangan vokasional yang dimiliki individu mempengaruhi kompetensi yang dimilikinya, yang merupakan modal untuk memenuhi kualifikasi dunia kerja dan mendapatkan peluang karir yang potensial, sehingga mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sesuai dengan pendapat Wasylyow (2006) eksplorasi karir yang merupakan tahapan dalam perkembangan kematangan vokasional pada dewasa awal tidak hanya akan meningkatkan pengetahuan mereka tentang peluang karir yang potensial, tetapi juga menyebabkan penurunan kecemasan dalam pemilihan pekerjaan atau karir.

#### D. Kerangka Konseptual

Berdasarkan hubungan antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja yang telah dijelaskan sebelumnya, diduga ada hubungan negatif antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

#### E. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai hubungan negatif antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kategori kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang secara umum berada pada kategori rendah (55%).
2. Kategori kematangan vokasional pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang memiliki kematangan vokasional yang tinggi (68,33%).
3. Terdapat hubungan negatif antara kematangan vokasional dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang, dengan korelasi ( $r_{xy}$ )= -0,45. Kontribusi kematangan vokasional terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja adalah sebesar 20,2% yang ditunjukkan  $R^2 = 0,202$ . Dengan demikian semakin tinggi kematangan vokasional maka semakin rendah kemungkinan terjadinya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Kelemahan penelitian ini yaitu belum dapat mengukur faktor-faktor lain yang mungkin saja memiliki hubungan atau mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja selain kematangan vokasional, diantaranya adalah *self efficacy*, *self esteem*, kecerdasan emosi, dukungan sosial, lingkungan keluarga dan variabel-variabel lainnya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi para mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Padang, khususnya mahasiswa tingkat akhir agar memiliki kesiapan dalam memutuskan karir (pekerjaan) yang ingin dijalani, sehingga nantinya menjadi lulusan yang memiliki kompetensi dan siap mengambil bagian dalam persaingan dunia dunia kerja.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini disarankan untuk mempertimbangkan variabel-variabel lain yang mungkin mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaiknya juga dilakukan penelitian dengan responden para siswa sekolah yang tidak mampu melanjutkan keperguruan tinggi, sehingga hasil yang diperoleh dapat dijadikan pembanding dan mengoreksi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja



## DAFTAR PUSTAKA

- Akbulut, Nur. 2010. *The Relationship Between Vocational Maturity and Hopelessness Among Female and Male Twelfth Grade Students*. Master Of Science Thesis. Middle East Technical University. Thesis Abstrac International. 12612135.
- Amadi, Chinyere Cristy, Monday.T.J & C.G Asagwara. 2007. *Assessment of the Vocational Maturity of Adolescent Students in Owerri Education Zone of Imo State, Nigeria*. Jurnal Hum. Ecol. 21(4): 257-263
- Atkinson, Rita.L, dkk. 1999. *Pengantar Psikologi ( Jilid 2)*. Jakarta: Erlangga
- Azwar, S. (1999). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik. 2010. *Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia Februari 2010*. [www.bps.go.id](http://www.bps.go.id)
- Boyd, Denise & Helen bee. 2008. *Lifespan Developments. Fifth Edition*. United State of America: Pearson International America (Pearson A & B)
- Bozgeyikli, Hasan, Susron E.E & Habib Hamarucu. 2009. *Career Decision Making Self-Efficacy, Career Maturity and Sosioeconomic Status With Turkish Youth*. Georgian Electronic Scientific Journal: Educational and Psychology No. 1 (14)
- Calhoun, James F & Joan Ross Acocella. 1990. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (R.S Satmoko. Terjemahan). New York: McGraw-Hill
- Chaplin. J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Crites, John. O. 1969. *Vocational Psychology*. United States of America: McGraw-Hill Book company
- Daradjat, Zakiah. 1980. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Gunung Agung
- Davidoff, Linda L.1991. *Psikologi Suatu Pengantar Edisi Lima (Jilid 2)*. Jakarta: Erlangga