
Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Dunia Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19

¹Mutiara Fazirah*

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author :
mutiarafazir4h@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan subjek sebanyak 291 mahasiswa semester akhir di Universitas Islam Sultan Agung. Metode pengambilan sampel memakai cluster random sampling. Pengambilan data menggunakan skala kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan jumlah item 30, dengan reliabilitas 0.914 dan skala konsep diri dengan jumlah item 31, dengan reliabilitas 0.902. Analisis data menggunakan korelasi Product moment menunjukkan adanya korelasi antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 sebesar $r = 0,392$, dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti yaitu ada hubungan negative yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 dapat diterima. Konsep diri memberikan sumbangan efektif sebesar 15,4% pada kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 dan sebesar 84,6% dipengaruhi faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci : Kecemasan menghadapi dunia kerja, Konsep diri, Covid-19

Abstract

This research aims to determine the relationship between self concept and the student anxiety of facing the working of world during the Covid-19 pandemic. The study used quantitative research methods, with subject amounting 291 members of last year undergraduate students Universitas Islam Sultan Agung. Sampling methods using cluster random sampling. Retrieving data using anxiety of facing the working of world scale (30 item valid with $\alpha = 0.914$) and self concept scale (31 item valid with $\alpha = 0.902$). The analytical techniques uses pearson correlation showed a correlation between self-concept and anxiety of facing the working of world during the Covid-19 pandemic amount to $r_{xy} = 0,392$ $0,000$ ($p < 0,01$). The results indicate that hypothesis of research that there is a negative relationship between self-concept and anxiety of facing the working of world during the Covid-19 pandemic acceptable. Effective self-concept contributes 15,4% to the anxiety of facing the working of world during the Covid-19 pandemic and by 84,6% influenced by other factors not disclosed this study

Keywords : anxiety of facing the working of world, self-concept, Covid-19 pandemic,

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa semester akhir memiliki kekhawatiran khusus mengenai bagaimana dirinya akan segera menghadapi dunia serta tanggung jawab yang lebih berat setelah kelulusan. Seringkali memikirkan serta menanyakan apakah proses yang telah dilalui selama masa kuliah dapat membuka pintu kehidupan yang lebih baik dan membuat mudah untuk mendapatkan pekerjaan. Mahasiswa semester akhir dituntut mempunyai kesiapan mental untuk menghadapi dunia kerja. Sementara itu pandemi Covid-19 telah menciptakan ketidakpastian baru, sebuah laporan oleh *Institute of Fiscal Studies* (IFS), yang berjudul “A Bad Time to Graduate” menunjukkan bahwa Kelas 2020 akan mengalami kesulitan.

Pandemi Covid-19 juga memukul keras perekonomian dunia, banyak perusahaan yang terancam gulung tikar hingga pemecatan karyawan secara besar-besaran. Pada kuartal pertama tahun 2020, IMF melaporkan penurunan 2,97% dalam aktivitas ekonomi, yang menyebabkan perekrutan berhenti. Penelitian oleh situs web pekerjaan pascasarjana yang berbasis di Inggris Milkround menunjukkan hanya 18% lulusan yang mendapatkan pekerjaan tahun ini dibandingkan dengan biasanya 60%, sementara situs web pekerjaan yang berbasis di AS ZipRecruiter mengatakan jumlah pekerjaan yang tersedia yang populer dengan lulusan universitas telah anjlok sejak pertengahan Puncak Februari: turun 77% pada pertengahan Mei dan masih turun 61% pada level sebelum Covid-19 (Jones, 2020)

Bagi seorang mahasiswa dunia kerja dapat dikatakan sebagai suatu hal yang belum jelas. Dengan persaingan yang semakin ketat menyebabkan menjadi sarjana saja tidak jaminan untuk seseorang mendapatkan pekerjaan apabila tidak diimbangi dengan adanya sumber daya manusia yang berkualitas. Hal ini seringkali memicu kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dimana beban dan tanggung jawab yang dirasa semakin berat. Sementara itu kecemasan yang dialami mahasiswa semester akhir akan memberikan ketidaknyamanan seperti kegelisahan, kehilangan nafsu makan dan tidur yang kurang nyenyak. Dalam keadaan yang lain, reaksi fisik yang ditimbulkan dari kecemasan yaitu detak jantung berdegup kencang, anggota tubuh gemetar, keringat dingin, mual bahkan sampai muntah. Menghadapi dunia kerja pada penelitian ini dimaksudkan pada bagaimana seorang mahasiswa melakukan usaha dalam rangka mencapai tujuan. Mulai dari bagaimana dirinya akan mendapatkan pekerjaan, kemampuan yang dimiliki sesuai dengan apa yang dibutuhkan, upah yang diberikan atas hasil kerjanya, cara beradaptasi dilingkungan kerjanya dan gambaran lain tentang dunia kerja.

Kecemasan yakni keadaan emosional yang disertai dengan perasaan tegang yang tidak menyenangkan, keterangsangan fisiologis serta perasaan aprehensif yang menganggap bahwa akan terjadi suatu hal yang buruk (Nevid, 2005). Dengan adanya emosi tidak menyenangkan tersebut dapat mengurangi produktivitas seseorang karena ketakutan maupun ketegangannya mampu mempengaruhi fokus seseorang dalam beraktivitas. Kecemasan yang dialami mahasiswa semester akhir pada dasarnya berasal dari dirinya sendiri. Mahasiswa yang kurang siap menghadapi konflik atas dirinya sendiri beresiko mengalami kecemasan. Terdapat beberapa beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut (Kaplan & Sadock, 1997) diantara faktor intrinsik yang mempengaruhi kecemasan yaitu konsep diri yang meliputi semua ide, kepercayaan, pendirian dan pikiran individu terhadap diri sendiri yang mampu berpengaruh pada hubungannya dengan orang lain.

Konsep diri sendiri didefinisikan sebagai identitas diri, yaitu skema yang terdiri dari kumpulan keyakinan dan perasaan yang terorganisir tentang diri sendiri (Bailey, 2003). Konsep diri adalah salah satu faktor penting bagi setiap individu karena dianggap dapat mengubah perilaku, membuat diri individu lebih berharga dan memberikan kemajuan pada individu dalam berhubungan dengan dunia luar (Mehrad, 2016). Konsep diri seseorang adalah kekuatan pendorong dalam perilakunya. Individu bertindak sesuai dengan cara dia melihat dirinya sendiri saat ini. Jika individu merasa bahwa dia disalahpahami atau didiskriminasi, dia akan bertindak seperti seorang martir. Konsep diri merupakan unsur dominan dalam pola kepribadian, itu mengatur reaksi karakteristik individu terhadap individu lain dan situasi tersebut menentukan kualitas perilakunya. Dengan konsep diri positif yang dimiliki individu, maka kemungkinan kecemasan akan dapat diturunkan (Mishra, 2016)

Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 menjadi penting di teliti karena berdasarkan penelitian terdahulu ditemukan bahwa mahasiswa memiliki kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan kategori tinggi. Sedangkan dari apa yang kita ketahui pada masa pandemi Covid-19 banyak terjadi pemutusan hubungan kerja yang dilakukan secara besar-besaran oleh perusahaan yang terdampak Covid-19.

Berdasarkan dari uraian diatas, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian hubungan antara konsep diri dengan kecemasan pada mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan populasinya yakni mahasiswa semester akhir di Universitas Islam Sultan Agung. Metode pengambilan sampel memakai *cluster radom sampling*. pengambilan data menggunakan skala kecemasan menghadapi dunia kerja (30 item valid dengan $\alpha = 0.914$) dan skala konsep diri (31 item valid dengan $\alpha = 0.902$). Analisis data menggunakan korelasi Pearson menunjukkan adanya korelasi antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 sebesar $r = 0,392$ ($p < 0,01$).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Uji asumsi ini menggunakan bantuan SPSS versi 22.0

Uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Z*. Standarisasi sistem penilaian untuk memastikan data normal atau tidak yaitu apabila nilai menunjukkan angka ($p > 0,05$). Pemaparan hasil ujinya, ialah:

Tabel 1. Hasil Analisis Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Kecemasan	75,90	5,924	0,062	0,206	p>0,05	Normal
Konsep Diri	73,48	6,016	0,076	0,062	p>0,05	Normal

Sesuai dengan pemaparan tersebut, pada variabel kecemasan K-SZ yaitu 0,062 serta $p=0,206$ ($p<0,05$). Kondisi ini menunjukkan distribusi data variabel intensi mempunyai distribusi yang normal. Pada variabel konsep diri K-SZ senilai 0,076 serta $p=0,062$ ($p>0,05$) yang berarti distribusi datanya normal.

Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan Uji F_{linier} . . Suatu data dapat dikatakan linier apabila memiliki signifikansi $\leq 0,05$ (Priyanto, 2016). Uji linieritas hubungan antara variabel konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja menghasilkan $F_{lin} = 52,428$ dengan taraf signifikansi sebesar $p=0,000$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan linier antara variabel konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Uji hipotesis ini menggunakan analisa *Pearson Correlation*. Berdasarkan uji korelasi, dihasilkan $r_{xy} = 0,392$ dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara variabel konsep diri dengan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja yang berarti semakin baik konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19, dan berlaku juga sebaliknya yaitu semakin buruk konsep diri maka akan semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemic Covid-19. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara konsep diri dan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemic Covid-19 dapat diterima.

Persentase kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemic Covid-19 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$97,5 < X \leq$	Sangat Tinggi	0	0%
$82,5 < X \leq 97,5$	Tinggi	40	13,74%
$67,5 < X \leq 82,5$	Sedang	229	78,69%
$52,5 < X \leq 67,5$	Rendah	22	7,56%
$X \leq 52,5$	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat ditarik kesimpulan jika subjek dengan kecemasan menghadapi dunia kerja kategori sangat tinggi sebesar 0%, kategori tinggi sebesar 13,74%, kategori sedang 78,69%, kategori rendah 7,56%, serta kategori sangat rendah

0%. Deskripsi norma kategorisasi data variabel kecemasan menghadapi dunia kerja dalam gambar.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala Konsep Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$100,75 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
$85,25 < X \leq 100,75$	Tinggi	8	2,75%
$69,75 < X \leq 85,25$	Sedang	213	73,2%
$54,25 < X \leq 69,75$	Rendah	70	24,05%
$X \leq 54,25$	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat ditarik kesimpulan jika subjek dengan konsep diri sangat tinggi sebesar 0%, kategori tinggi sebesar 2,75,74%, kategori sedang 73,2%, kategori rendah 24,05%, serta kategori sangat rendah 0%. Deskripsi norma kategorisasi data variabel konsep diri dalam gambar.

Penelitian ini secara garis besar bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19 serta untuk mengetahui sumbangan efektif konsep diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Hasil uji linieritas variabel konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja memperoleh $F_{linear} = 57,740$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan adanya hubungan yang linier antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Pada uji hipotesis dihasilkan $r_{xy} = 0,392$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel konsep diri dengan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja yang berarti semakin baik konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19, dan berlaku juga sebaliknya yaitu semakin buruk konsep diri maka akan semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19. Sumbangan efektif yang didapatkan dari variabel konsep diri pada kecemasan menghadapi dunia kerja yaitu sebesar 15,4% dimana R square yaitu 0,154 dan 84,6% kecemasan menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Penelitian ini menunjukan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki *mean* empirik sebesar 75,90 dan standar deviasi empiri sebesar 5,92, dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa kecemasan mahasiswa semester akhir Unissula dalam menghadapi dunia kerja tergolong pada kategori yang sedang dengan analisis deskriptifnya menunjukan hasil 229 subjek (78,69%), kategori tinggi dengan 40 subjek (13,74%) dan kategori rendah dengan 22 subjek (7,56%).

Pada variabel konsep diri memiliki *mean* empirik sebesar 73,48% dengan standar deviasi sebesar 6,016 dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa konsep diri pada mahasiswa Unissula tergolong pada kategori yang sedang dengan analisis deskriptif menunjukan hasil 213 subjek (73,2%) %, kategori tinggi dengan 8 subjek (2,75%) dan kategori rendah dengan

22 subjek (24,05%). Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri mahasiswa Unissula tergolong cukup baik.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang berarti semakin baik konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19, dan berlaku juga sebaliknya yaitu semakin buruk konsep diri maka akan semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan menguji secara empirik mengenai hubungan antara konsep diri dengan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil analisis maka dapat disimpulkan bahwa semakin baik konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19, dan berlaku juga sebaliknya yaitu semakin buruk konsep diri maka akan semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi Covid-19. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, J. A. (2003). Self-image, self-concept, and self-identity revisited. *Journal of the National Medical Association*, 95(5), 383–386.
- Jones, J. (2020, September 9). The uncertain present and future for recent graduates. *BBC Worklife*. <https://www.bbc.com/worklife/article/20200901-the-class-of-2020s-uncertain-present-and-future>
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (1997). *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis* (Edisi ke T). Binarupa Aksara.
- Mehrad, A. (2016). Mini Literature Review of Self-Concept. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(2), 62. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v5i2.6036>
- Mishra, S. K. (2016). Self-Concept-A Person's Concept of Self-Influence. *International Journal of Recent Research Aspects*, 1(1), 8–13.
- Nevid, J. S. (2005). *Psikologi Abnormal Jilid 1* (1 ed.). Erlangga.
- Priyanto, D. (2016). *SPSS handbook : Analisis data, olah data dan penyelesaian kasus-kasus statistik*. MediaKom.