

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pekerjaan masih menjadi kesulitan tersendiri untuk mendapatkannya hingga saat ini, termasuk di Indonesia. Hal ini disebabkan oleh berbagai hal, seperti ketidaksesuaian antara tenaga kerja dengan kualifikasi yang ditetapkan (Rosalina et al., 2018), serta jumlah angkatan kerja yang meningkat sementara lapangan kerja yang tersedia tidak mampu untuk menampung seluruh angkatan kerja tersebut (Amelia, 2018; Mada & Ashar, 2015; Putri, 2015). Selain itu, pertumbuhan ekonomi yang menurun di suatu daerah juga bisa menjadi penyebab terjadinya pengangguran (Fauzi et al., 2020; Putri, 2015).

Seseorang dikatakan menganggur apabila memenuhi salah satu dari tiga kriteria menganggur, yaitu ketika seseorang telah melakukan upaya untuk memperoleh pekerjaan setidaknya selama empat minggu terakhir, apabila ia diberhentikan atau berhenti atas kemauannya sendiri untuk sementara waktu, serta apabila ia sedang menunggu panggilan kerja kembali (Isnaini & Lestari, 2015). Menurut Cahyani (2014), usaha untuk mendapatkan panggilan kerja ini tidak terbatas dalam seminggu maupun sebulan, artinya individu yang telah berusaha untuk menerima panggilan kerja dan permohonannya dikirim satu minggu lalu tetap dikatakan sebagai pengangguran atau pencari kerja.

Saat ini, semakin banyak pengangguran dengan tingkat lulusan perguruan tinggi (Fauzi et al., 2020; Ikawati, 2019; Pratomo, 2017). Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti sulitnya memasuki pasar kerja yang sesuai dengan keinginan dan latar belakang pendidikan individu, institusi atau lembaga pelatihan yang masih sedikit untuk menyalurkan angkatan kerja terampil, dan lain sebagainya. Selain itu, angkatan kerja muda yang telah lulus dari perguruan tinggi semakin banyak di kalangan masyarakat, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan persaingan untuk mendapatkan pekerjaan (Pratomo, 2017). Putri (2015) mengatakan bahwa seorang lulusan perguruan tinggi bisa menganggur disebabkan karena ia lebih selektif untuk mencari pekerjaan, sehingga jarang dari mereka yang menginginkan pekerjaan di luar latar belakang pendidikan mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Amelia (2018) mengatakan bahwa, pengangguran yang paling banyak di Kota Padang adalah lulusan perguruan tinggi atau *fresh graduate* yang belum memiliki pengalaman kerja sebelumnya. Badan Pusat Statistik (2021) menyatakan bahwa tingkat pengangguran terbuka yang berpendidikan diploma di Sumatera Barat mencapai 4,02% pada bulan Februari 2020, lalu meningkat menjadi 8,35% pada bulan Agustus 2021. Jumlah pengangguran yang berpendidikan sarjana atau universitas mencapai 8,11% pada bulan Februari 2020, dan meningkat menjadi 8,09% pada bulan Agustus 2021.

Tingkat pendidikan yang dimiliki oleh seseorang tidak bisa menjadi jaminan untuk mendapatkan pekerjaan, namun bisa mengidentifikasi kualitas

dan produktivitas tenaga kerja (Badan Pusat Statistik, 2021). Kualitas dan produktivitas yang dimaksud adalah bahwa sebagian orang cenderung memandang pendidikan sebagai sarana untuk memperoleh sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas dan bermutu tinggi (Ikawati, 2019). Hal ini dapat dilihat pula pada pernyataan Rosalina et al. (2018), bahwa orang dengan pendidikan tinggi dipandang sebagai individu yang memiliki pengetahuan dan kemampuan yang tinggi pula. Pada kenyataannya, tidak sedikit orang yang telah lulus dari perguruan tinggi bahkan kesulitan dalam mencari pekerjaan dan akhirnya menganggur (Ikawati, 2019), hal ini dikenal dengan pengangguran terdidik.

Pengangguran terdidik atau *educated unemployment* dapat didefinisikan sebagai seorang individu yang telah lulus dari perguruan tinggi negeri maupun swasta dan ingin memiliki pekerjaan, namun belum bisa memperolehnya karena berbagai alasan tertentu (Ansar & Mario, 2017; Karmeli et al, 2019). Rosalina et al. (2018) mengatakan bahwa pengangguran terdidik adalah individu atau tenaga kerja terdidik yang sulit untuk memperoleh pekerjaan, bukan karena tidak ada perusahaan yang mau menerimanya, melainkan karena mereka lebih selektif dalam mendapatkan pekerjaan yang diinginkannya. Tingginya tingkat pengangguran terdidik bahkan menjadi salah satu karakteristik pengangguran yang ada di Indonesia (Pratomo, 2017).

Seorang pengangguran terdidik cenderung memunculkan respon yang berbeda-beda seiring dengan jumlah waktu menganggur yang telah dijalannya. Individu yang durasi menganggurnya lebih singkat akan

memunculkan dampak psikologis yang lebih kecil dibandingkan individu yang menganggur dalam waktu lama (Khan & Yousaf, 2013; Moustari, et al. 2018). Sesuai dengan hasil penelitian oleh Isnaini dan Lestari (2015) bahwa lulusan sarjana yang telah menganggur selama lebih dari empat bulan menunjukkan reaksi cemas ketika belum memiliki pekerjaan. Hal ini ditunjukkan pula dengan survei awal peneliti terhadap pengangguran terdidik di Sumatera Barat yang menunjukkan bahwa semakin lama seseorang menganggur, maka semakin rentan orang tersebut untuk mengalami stres dan kesedihan serta mengalami kegagalan dalam mendapatkan pekerjaan yang diinginkannya. Pekerjaan yang diinginkan tersebut sesuai dengan latar belakang pendidikan yang ditempuhnya. Adapun bagi individu yang baru lulus dan belum mendapat pekerjaan, mereka cenderung lebih semangat dalam mencari pekerjaan dan tingkat kesedihan yang dialaminya masih tergolong rendah.

Selain durasi menganggur yang dijalani, pengalaman bekerja juga bisa membedakan respon seorang pengangguran. Penelitian yang dilakukan oleh Zatzah, et al. (2021) mengatakan bahwa individu yang belum pernah bekerja sebelumnya atau tidak memiliki pengalaman kerja akan lebih rentan untuk mengalami pengangguran dibanding dengan individu yang sudah pernah bekerja sebelumnya. Zwagery (2021) juga menyebutkan bahwa mahasiswa *fresh graduate* yang belum pernah memiliki pekerjaan akan merasakan kecemasan ketika melamar pekerjaan yang kualifikasinya mengharuskan untuk memiliki pengalaman kerja. Semakin ketatnya persaingan kerja saat ini juga membuat seorang mahasiswa *fresh graduate* merasa cemas karena

peluang untuk mendapatkan pekerjaan menjadi lebih kecil ketika ia belum memiliki pekerjaan sebelumnya.

Permasalahan lain yang dihadapi oleh pengangguran terdidik cenderung berkaitan dengan status pendidikan yang telah ditempuhnya, seperti berkurangnya apresiasi atau penghargaan dari orang lain ketika ia tidak memperoleh pekerjaan, meskipun telah berstatus diploma atau sarjana (Sari & Eva, 2021). Status sosial yang diberikan oleh masyarakat terhadap lulusan sarjana ini akan berpengaruh terhadap keputusan pekerjaan yang dipilih oleh pengangguran terdidik, dimana masyarakat cenderung menuntut lulusan sarjana agar mendapatkan pekerjaan yang lebih baik dibandingkan dengan lulusan SLTA ke bawah (Isnaini & Lestari, 2015).

Penelitian lain juga menyatakan bahwa sarjana yang menganggur cenderung gelisah dan khawatir karena tidak bisa membantu beban orang tua dan masih bergantung secara finansial, serta lelah karena terus berusaha mencari pekerjaan namun belum ada panggilan *interview* (Sari & Eva, 2021). Menurut Ikawati (2019) seorang pengangguran terdidik cenderung merasa risau karena belum bisa mendapatkan pekerjaan yang diinginkannya meskipun telah memperoleh gelar atau status sarjana. Carlson (dalam Isnaini & Lestari, 2015) mengatakan bahwa ketika individu telah lulus dari perguruan tinggi, mereka tidak terlalu memahami apa yang harus dikerjakan karena kurangnya bekal keterampilan dan pengalaman kerja, sehingga hal tersebut menjadi *stressor* tersendiri bagi mereka dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dikatakan bahwa tuntutan dan status sosial masyarakat terhadap pengangguran terdidik serta apresiasi yang menurun dapat menimbulkan reaksi negatif terhadap kondisi fisik maupun emosionalnya. Reaksi negatif tersebut dapat berupa gangguan tidur atau insomnia, perasaan tertekan, kecemasan, dan lain sebagainya (Isnaini & Lestari, 2015). Individu juga cenderung merasa belum mandiri, mudah tersinggung, kehilangan motivasi, merasa kesepian, hingga merasa tidak puas terhadap kehidupan yang dijalannya (Ikawati, 2019; Sari & Eva, 2021). Selain itu, individu juga bisa merasa kurang percaya diri karena belum bisa memberikan kontribusi atau manfaat bagi keluarga maupun lingkungan sekitarnya.

Ketika seorang pengangguran terdidik merasa tidak puas terhadap kehidupannya, tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari, serta belum bisa mencapai kesuksesan dengan potensi yang dimilikinya, hal tersebut dapat membuat *psychological well being* yang dimilikinya menurun, karena salah satu ciri dari *psychological well being* yang baik adalah ketika individu mampu mengoptimalkan potensi dirinya ke arah yang lebih positif, salah satunya adalah dengan memperoleh pekerjaan yang sesuai (Sari & Eva, 2021). Hal ini sesuai dengan pendapat Moustari, et al. (2018), keadaan menganggur dapat mempengaruhi *psychological well being* pada seseorang. Semakin banyak kegagalan ketika mencari pekerjaan, maka akan semakin tinggi pula tantangan yang dirasakan individu tersebut dalam mencapai kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* (Isnaini & Lestari, 2015).

Psychological well being merupakan suatu bentuk kepuasan individu terhadap berbagai aspek kehidupan yang bisa memunculkan perasaan bahagia dan damai pada hidupnya, namun standar kepuasan ini bersifat subjektif dan berbeda pada tiap-tiap individu (Hardjo & Novita, 2015). Lebih lanjut, *psychological well being* ini dicirikan sebagai indikator fungsi mental yang baik dan sebagai dorongan kepada individu untuk menggali potensi yang dimilikinya agar mencapai kesuksesan. *Psychological well being* mampu menggambarkan sebuah kondisi mental individu yang berfungsi secara positif serta memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kepuasan individu terhadap kehidupannya (Gupta & Nafis, 2014). Selain itu, *psychological well being* juga bisa memancarkan emosi positif pada individu ketika menghadapi masalah sehingga mengarahkannya pada solusi yang tepat (Eva et al., 2020).

Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa ketika seorang pengangguran terdidik memiliki *psychological well being* yang baik, maka ia mampu menemukan solusi atas permasalahannya. Terdapat hasil penelitian oleh Robinson (2019) yang mengungkapkan bahwa terdapat tiga dari enam dimensi *well being* yang dipengaruhi oleh krisis seorang sarjana yang masih menganggur, yaitu *autonomy* (kemampuan individu untuk terlepas dari pengaruh orang lain dalam memutuskan suatu perkara), *environmental mastery* (kemampuan individu dalam menghadapi hal-hal di lingkungannya), dan *positive relationship* (hubungan yang positif dengan lingkungan sekitar).

Penelitian yang dilakukan oleh Robinson (2019) mendapatkan hasil bahwa ketika individu sering mengalami kegagalan dalam mencari pekerjaan,

individu tersebut cenderung merasa tidak berdaya, adanya penolakan, kesepian, dan terisolasi. Ketika individu merasa tidak berdaya dan mendapat penolakan, hal ini berkaitan dengan dimensi *psychological well being* yaitu *autonomy* dan *environmental mastery* karena individu merasa bahwa ia belum mampu untuk menyelesaikan perkara atas dirinya sendiri dan menghadapi permasalahannya. Ketika individu merasa kesepian dan terisolasi, hal tersebut berkaitan dengan dimensi *positive relationship*.

Menurut penelitian Huffman et al. (2015) bekerja bisa membantu individu dalam memenuhi kebutuhan psikologis dasarnya, termasuk dimensi dari *psychological well being*. Lebih lanjut, hal-hal seperti struktur waktu, rasa kebersamaan, dan aktivitas yang terorganisir juga sangat penting bagi individu, dimana hal tersebut bisa mereka dapatkan di tempat kerja. Oleh karena itu, apabila individu tidak mendapatkan pekerjaan, maka kebutuhan psikologis tersebut tidak terpenuhi dan bisa mengakibatkan rendahnya tingkat *psychological well being* yang dimiliki individu.

Banyak faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well being*, salah satunya adalah dukungan sosial. Selain karena dukungan sosial merupakan salah satu konstruk psikologis yang berkaitan dengan kesejahteraan, hal ini menjadi penting karena lingkungan yang ada di sekitar individu berkaitan erat dengan diri individu tersebut (Ismail & Indrawati, 2013). Semakin positif hubungan yang dibentuk dengan lingkungan sekitar, maka semakin tinggi pula *psychological well being* pada individu. Bantuan atau dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar juga akan membantu

individu untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan, mengurangi perasaan kesepian dan terisolasi, meningkatkan kepercayaan diri individu, serta bisa meningkatkan penyesuaian diri individu dengan lingkungan (Huffman et al., 2015).

Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial adalah sebuah bantuan yang diberikan oleh individu kepada penerimanya hingga membuat penerima tersebut merasa nyaman, dicintai, dan dihargai. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh individu akan bermakna apabila individu tersebut merasakan dampak positif dari dukungan yang diterimanya, merasa diperhatikan, dicintai, dan dihargai (Ermayanti & Abdullah, 2007). Pemberian dukungan sosial ini dapat dilakukan oleh siapa saja, baik tenaga profesional maupun tidak, seperti orang tua, kekasih, kerabat, teman, dan masyarakat lainnya (Ermayanti & Abdullah, 2007; Ismail & Indrawati, 2013; Sarafino & Smith, 2011).

Bentuk dukungan sosial yang diberikan seseorang juga bermacam-macam, seperti dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan informatif, dan dukungan instrumen (Hardjo & Novita, 2015). Dukungan emosional dapat berupa empati, perhatian, dan kepedulian. Dukungan penilaian mencakup ungkapan hormat yang disampaikan secara positif kepada seseorang, dan dorongan untuk maju. Dukungan informatif bisa berupa pemberian nasehat, saran, petunjuk, dan umpan balik. Dukungan instrumental adalah dukungan atau bantuan yang bersifat langsung seperti bantuan peralatan, pemberian pekerjaan, dan bantuan terkait finansial.

Apabila seseorang memperoleh dukungan sosial yang baik dari lingkungan, maka hal itu akan berpengaruh terhadap *psychological well being* yang dimilikinya (Nugroho, 2019). Begitu pula pada pengangguran, terdapat penelitian yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting terhadap *psychological well being* yang dimiliki oleh individu menganggur (Huffman et al., 2015). Hasil penelitiannya menjelaskan bahwa hubungan atau akses dengan orang lain dapat mempertahankan *psychological well being* pada individu yang menganggur serta mengurangi rasa kesepian dan terisolasi pada individu tersebut.

Ketika individu mendapatkan motivasi dan penilaian positif dari lingkungan, hal tersebut akan meningkatkan kualitas dan kepercayaan diri individu tersebut (Cutrona & Russell, 1987). Hal ini sejalan dengan berbagai hasil penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa dukungan sosial mampu menurunkan depresi, tingkat stres, rasa malu dan kesepian, serta peningkatan harga diri dan kualitas hidup seseorang (Ates, 2016). Adanya peningkatan kualitas dan kepercayaan diri tersebut akan membuat individu merasa puas dan berguna bagi kehidupannya, sehingga ia bisa menggali dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Apabila individu telah berhasil menggali potensi yang dimiliki dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalannya, individu tersebut dapat dikatakan memiliki *psychological well being* yang baik (Gupta & Nafis, 2014; Hardjo & Novita, 2015).

Untuk mendukung penjelasan tersebut, terdapat pula pernyataan oleh Lakey dan Orehek (2011) yang memberikan kerangka kerja untuk memahami

mengapa dukungan sosial berkaitan dengan *psychological well being*. Salah satu poin penting dari teorinya adalah bahwa seseorang butuh untuk memiliki dan menjadi bagian dari suatu *personal relationship* demi menjaga *psychological well being* yang ada pada dirinya. Dukungan sosial yang sering diperoleh adalah berupa pemberian motivasi dan informasi lowongan pekerjaan yang sesuai dengan latar belakang pendidikan individu. Menurut Johnson dan Johnson (dalam Ermayanti & Abdullah, 2007) kedua hal tersebut berkaitan dengan bentuk dukungan sosial yaitu dukungan emosional dan dukungan instrumental.

Berbagai penelitian sebelumnya menyatakan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan *psychological well being*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh oleh seseorang, maka semakin baik pula *psychological well being* yang dimilikinya (Hardjo & Novita, 2015; Ismail & Indrawati, 2013; Lavasani et al., 2011; Nugroho, 2019; Pradana & Kustanti, 2017). Dukungan sosial diperlukan untuk meningkatkan dan mempertahankan *psychological well being* dan menjadi prediktor untuk *psychological well being* tersebut (Eva et al., 2020). Garcia et al. (2002) dalam hasil penelitiannya mengatakan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *psychological well being*. Karakteristik dukungan sosial yang memberikan kontribusi signifikan diantaranya adalah penilaian global yang menentukan sejauh mana individu merespon kebutuhan terhadap kasih sayang dan informasi, serta potensi untuk mengatasi masalah kehidupan sehari-hari.

Kroll dan Lampert (2011) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa seorang pengangguran akan mampu mengatasi keluhan atas permasalahan yang dihadapinya apabila ia memiliki dan mampu mengandalkan jaringan dukungan sosial yang baik. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa berbagai permasalahan yang dihadapi oleh seorang pengangguran, baik masalah fisik, emosional, maupun sosial akan dapat diringkankan apabila individu tersebut merasa masih ada orang lain yang ingin membantunya dan ia tidak sendirian untuk menghadapi masalah tersebut. Hal tersebut juga bisa memunculkan solusi yang tepat atas tantangan yang dihadapinya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian sebelumnya telah menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan *psychological well being*, dan *psychological well being* pada pengangguran terdidik cenderung menurun akibat permasalahan yang dihadapinya. Terdapat pula penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa dukungan sosial berperan penting terhadap *psychological well being* pada seorang pengangguran. Penelitian kali ini berfokus pada dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada pengangguran terdidik. Pengangguran terdidik memiliki permasalahan yang berbeda dibanding dengan pengangguran pada umumnya, karena pengangguran terdidik cenderung kesulitan mencari pekerjaan yang sesuai dengan latar belakang pendidikannya tersebut. Selain itu, tuntutan masyarakat kepada lulusan perguruan tinggi untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik dibanding dengan lulusan lain juga membuat seorang pengangguran terdidik merasa tertekan. Sejauh ini belum ditemukan penelitian mengenai pengaruh

dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada pengangguran terdidik, sehingga penelitian ini penting untuk dilakukan. Mengacu pada penelitian terdahulu, peneliti menduga bahwa adanya pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada pengangguran terdidik tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada pengangguran terdidik?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada pengangguran terdidik.
- b. Untuk mengetahui bagaimana gambaran *psychological well being* dan dukungan sosial pada pengangguran terdidik.
- c. Untuk mengetahui perbedaan dukungan sosial berdasarkan daerah domisili dan perbedaan dukungan sosial berdasarkan rentang gaji orang tua pada pengangguran terdidik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai sumbangan ilmiah dan tinjauan literatur bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya mengenai *psychological well being* dan dukungan sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

Selain manfaat teoritis, adapun manfaat praktis dari penelitian ini ditujukan kepada:

- a. Pengangguran terdidik, dalam meningkatkan *psychological well being* dan memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar.
- b. Sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai dukungan sosial dan *psychological well being* bagi pengangguran terdidik.

