

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pengangguran merupakan salah satu masalah yang dihadapi oleh semua negara tidak hanya negara maju tetapi juga dihadapi oleh negara berkembang. Menurut Sukirno (2010) pengangguran adalah keadaan tanpa pekerjaan yang dihadapi oleh segolongan tenaga kerja yang telah berusaha mencari pekerjaan, tetapi tidak memperolehnya. Sedangkan menurut Murni (2006) pengangguran adalah orang-orang yang usianya berada pada angkatan kerja dan sedang mencari pekerjaan. Di tahun 2018 angka pengangguran negara maju di Asia salah satunya yaitu Jepang sebesar 2,3%, sedangkan di Eropa yaitu Rusia 4,4%, begitu juga dengan Australia yang memiliki angka pengangguran 5,2%, Indonesia yang tergolong negara berkembang memiliki jumlah pengangguran 5,34% ("Tingkat Pengangguran – daftar negara," 2019). Jakarta merupakan ibukota negara Indonesia, dimana setiap tahunnya penduduk yang berasal dari daerah-daerah (pendatang baru) datang ke ibukota untuk mencari pekerjaan. Di tahun 2018 jumlah pendatang baru yang datang ke ibukota berkisar 69 ribu penduduk ("Jumlah Pendatang Baru 2019 di Jakarta," 2019). Sehingga menjadi salah satu penyebab angka pengangguran Jakarta menjadi tinggi. Menurut Badan Pusat Statistik angka pengangguran di Jakarta yaitu mencapai 5,34%, angka ini tergolong tinggi ("Keadaan Ketenagakerjaan DKI Jakarta," 2018).

Pengangguran berasal dari berbagai tingkat pendidikan yaitu SD, SMP, SMA/SMK, sampai Lulusan Perguruan Tinggi. Badan Pusat Statistik menyatakan pengangguran pada angkatan tahun 2018 yang berasal dari perguruan tinggi mengalami kenaikan menjadi 6,31% atau berkisar 729 ribu jiwa dari total keseluruhan pengangguran yaitu berkisar 7 juta jiwa dibandingkan dengan tahun 2017 yaitu 5,18%. Sedangkan pengangguran yang berasal dari pendidikan smk mengalami penurunan menjadi 8,3% pada tahun 2018, dibandingkan dengan tahun 2017 yaitu 11,41% ("Keadaan ketenagakerjaan Indonesia," 2018). Adanya penurunan jumlah pengangguran pada lulusan smk menurut Mendikbud Muhadjir Effendy karena adanya program pemerintah yaitu SMK BISA dan adanya peningkatan kualitas belajar mengajar untuk memperoleh keterampilan mendasar, kemampuan untuk berpikir kritis sehingga lulusan smk mampu bersaing ("Strategi Pemerintah Kurangi Pengangguran Pada Lulusan Smk," 2018). Menurut Badan Perencanaan Pembangunan Nasional jumlah lapangan kerja dari tahun 2015 sampai tahun 2018 yaitu 1,99% atau berkisar 9,38 juta lapangan pekerjaan yang tersedia dan hanya mampu menyerap berkisar 40 ribu angkatan pengangguran (Silalahi, 2018). Dari data tersebut maka dapat diartikan adanya kesenjangan antara lapangan pekerjaan dengan pencari kerja, yang menyebabkan individu menjadi pengangguran.

Dari tingginya jumlah pengangguran membuat persaingan antara pencari kerja menjadi tinggi. Dengan demikian lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja tidak dapat hanya mengandalkan ijazah serta gelar yang ia miliki, namun lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja perlu memiliki kompetensi atau keahlian lainnya salah satunya seperti pengalaman magang untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Tidak sedikit dari lulusan perguruan tinggi yang sudah berkali-kali melamar di berbagai perusahaan dan tetap tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimiliki. Dari penelitian Sukidjo (2005) diketahui penyebab lulusan perguruan tinggi menjadi pengangguran dikarenakan keterbatasan yang dimiliki individu, keterbatasan informasi lapangan pekerjaan, tidak meratanya lapangan pekerjaan, kebijakan lapangan pekerjaan, rendahnya upaya pemerintahan untuk melakukan penelitian kerja guna meningkatkan kemampuan pencari kerja.

Menurut Kemenristekdikti masa tunggu kerja yang ideal adalah kurang dari enam bulan ("Program Pusat Karir Lanjutan Bimtek Bplplk," 2018). Lulusan perguruan tinggi yang mengalami masa tunggu kerja lama diduga akan memiliki perasaan negatif tentang dirinya sendiri misalnya rendah diri, mudah tersinggung. Selain itu tekanan yang bersumber dari luar diri juga menjadi sumber stres pada pengangguran misalnya, selalu gagal dalam proses seleksi kerja menyebabkan individu menjadi tidak optimis dalam proses seleksi selanjutnya, menjadi pengangguran membuat individu tidak memiliki pemasukan finansial. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dianasari (1996) yang berjudul Sumber-Sumber Stres Pada Sarjana Pengangguran Di Perkotaan, diperoleh delapan faktor yang menjadi sumber stres pada pengangguran yaitu tekanan untuk memperoleh pekerjaan, persaingan untuk memperoleh pekerjaan, perasaan negatif sebagai pengangguran, tekanan finansial, persepsi kemampuan diri, proses pencari pekerjaan, perencanaan masa depan, dan yang terakhir penerapan dan pengembangan ilmu.

Ketika masa tunggu kerja yang dialami oleh lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja terlalu lama diduga akan menimbulkan permasalahan pada individu, baik secara psikologis, fisik, sosial dan juga finansial. Akibat dari tekanan-tekanan yang dialami akan menimbulkan reaksi pada psikologis yang dialami oleh lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja yaitu sulit untuk tidur, mudah marah, sulit untuk berkonsentrasi, dan mudah tersinggung. Sedangkan reaksi fisik yang dapat dialami oleh lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja yaitu tidak nafsu makan, mudah lelah, serta akan mengalami dampak sosial salah satunya yaitu menarik diri dari lingkungan. Kondisi tersebut dapat memicu emosional yang bisa menimbulkan penganiayaan pada diri sendiri. Hal ini sesuai dengan pernyataan Fisher dan Cunningham (dalam Dianasari, 1996) yang menyatakan masa menganggur yang dijalani seseorang dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan dapat menimbulkan problem penyesuaian diri pada individu. Seperti yang dilansir oleh Poskotanews.com 21 Februari 2017, kasus yang pernah dilakukan oleh

pengangguran adalah mengakhiri hidupnya dengan cara menggantung diri di pohon, dikarenakan stres dengan masa tunggu kerja yang lama. Kasus serupa juga terjadi di Jakarta seperti yang dilansir oleh Liputan6.com 17 Mei 2008, seorang pemuda berusia 27 tahun di Jatinegara nekat mengakhiri hidupnya dengan menggantung diri, diduga kuat ia bunuh diri karena frustrasi akibat sudah lima tahun mencari pekerjaan namun belum mendapatkan pekerjaan. Lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja diduga mengalami gangguan emosi akan enggan untuk menerima tanggung jawab untuk mencari pekerjaan dan merasa putus asa dikarenakan dalam keadaan stres.

Lazarus (dalam Baron & Byren, 2005) mendefinisikan stres sebagai peristiwa fisik atau psikologis apapun yang dipersepsikan sebagai ancaman potensial terhadap kesehatan fisik atau psikologis. Sedangkan menurut Sarafino (2006) sebagai kondisi yang disebabkan adanya interaksi antara individu dengan lingkungan sehingga menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres dapat berpengaruh pada kesehatan individu.

Dampak stres menurut Sarafino (2006) yaitu stres dapat menimbulkan dampak biologis dan psikologis. Dampak biologis yang ditimbulkan saat individu mengalami stres yaitu, sakit kepala, sulit tidur bahkan dapat mengalami insomnia, gangguan pencernaan, hilangnya nafsu makan, lelah. Dampak psikologis yang dirasakan individu saat mengalami stres yaitu, menurunnya daya ingat, mudah marah, merasa cemas berlebihan yang mengakibatkan depresi, serta tingkah laku individu menjadi negatif.

Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Ansar dan Mario (2017) yang berjudul Dampak Sosial Pengangguran Terdidik di Desa Kading Kecamatan Tanate Riaja Kabupaten Baru, dampak sosial yang terjadi yaitu pemborosan sumber daya pendidikan, persepsi negatif terhadap pengangguran, menurunkan penghargaan dan kepercayaan masyarakat terhadap pendidikan. Tekanan dalam mencari pekerjaan menunjukkan lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja harus memiliki kemauan untuk mencari pekerjaan yang cukup tinggi, tekanan-tekanan yang tidak dapat dihadapi lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja akan menyebabkan tindakan untuk melukai diri sendiri. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ansar dan Mario (2017) diduga dapat mempengaruhi penilaian pengangguran terhadap dirinya sendiri, individu akan merasa tidak percaya diri, mudah tersinggung, menarik diri dari obrolan pekerjaan.

Ketika lulusan perguruan tinggi belum bekerja dalam waktu yang lama maka individu akan berpikir mengenai kegagalan dalam mendapatkan pekerjaan dan rasa takut akan ketidakmampuan menghadapi masa depan yang bersifat kebutuhan sehari-hari, memikirkan pendapat masyarakat tentang menjadi pengangguran yang berasal dari perguruan tinggi, dan individu merasa tidak mampu mewujudkan keinginan dan cita-citanya sehingga lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja akan mengalami stres. Lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja mengalami

tingkat stres tinggi diduga yang tidak memiliki kegiatan lain selain mencari pekerjaan, memiliki tekanan dari lingkungan sekitar untuk segera mendapatkan pekerjaan sehingga tidak bersemangat dalam mencari pekerjaan, mengakibatkan memiliki kecemasan akan masa depan, serta memikirkan pandangan negatif dari orang lain yang akan menimbulkan reaksi-reaksi fisik dan psikologis yang negatif pada diri individu seperti mengalami nyeri lambung, dan dapat melukai diri sendiri bahkan orang lain.

Tetapi sebaliknya lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja cenderung memiliki aktivitas atau kesibukan dalam kesehariannya, tidak mendapatkan tekanan dari lingkungan sekitar untuk segera mendapatkan pekerjaan sehingga menjadi lebih bersemangat dalam mencari pekerjaan, mengakibatkan kepercayaan akan masa depan serta tidak menghiraukan pandangan orang lain maka individu tidak akan mengalami reaksi negatif pada psikis dan psikologis yang berlebihan dengan kata lain lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja mengalami stres rendah.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Isnaini dan Lestari (2015) yang berjudul Kecemasan Pada Pengangguran Terdidik Lulusan Universitas yang menyatakan individu yang menjadi pengangguran memiliki pemikiran akan mengalami kegagalan dalam mendapatkan pekerjaan dan tidak mampu menghadapi masa depan, yaitu memenuhi kebutuhan sehari-hari, memikirkan pendapat masyarakat tentang individu lulusan perguruan tinggi yang menjadi pengangguran, dan tidak mampu mewujudkan keinginannya. sehingga individu menjadi takut dan cemas yang akan memiliki reaksi sulit tidur, tidak fokus, putus asa, menarik diri, mudah tersinggung.

Berdasarkan penjabaran diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui Gambaran Stres pada Pengangguran Lulusan Perguruan Tinggi di Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran stres yang dialami oleh pengangguran lulusan perguruan tinggi?
2. Bagaimana gambaran tingkat stres ditinjau dari data penunjang?
3. Aspek manakah yang lebih dominan dari gambaran stres pada pengangguran lulusan perguruan tinggi?

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu

1. Mengetahui gambaran stres yang terjadi pada pengangguran lulusan perguruan tinggi.
2. Mengetahui tingkat stres yang dialami pengangguran lulusan perguruan tinggi berdasarkan data penunjang.

3. Mengetahui Aspek manakah yang lebih dominan dari stres pada pengangguran lulusan perguruan tinggi.

1.3.2 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari gambaran stres terhadap pengangguran lulusan perguruan tinggi yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan informasi serta mengetahui secara lebih mendalam mengenai stres yang terjadi pada pengangguran lulusan perguruan tinggi. Sehingga diharapkan mampu memberikan kontribusi positif dalam keilmuan Psikologi khususnya dalam bidang Psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan referensi bagi para pihak seperti pengangguran yang khususnya berasal dari lulusan perguruan tinggi, pemerintah, serta masyarakat luas untuk memberikan perhatian terhadap tingkat stres yang dialami oleh pengangguran agar tidak menjadi tindakan kriminal ataupun melakukan pelanggaran norma yang berlaku.

1.4 Kerangka Berpikir

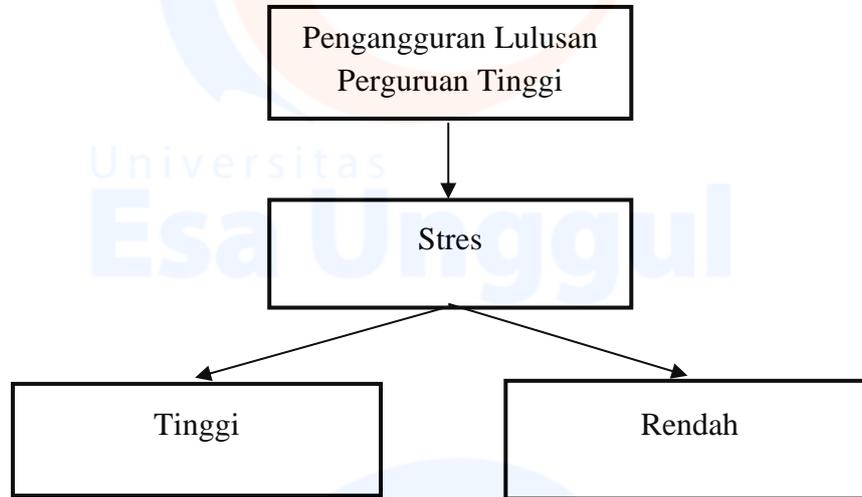
Individu yang berhasil menyelesaikan pendidikannya di universitas biasanya akan berharap semakin mudah baginya untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Namun Jika dilihat dari fakta yang terjadi tidaklah demikian, bahwa sebagai lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja tidaklah mudah untuk mencari pekerjaan dan masih individu yang belum mendapatkan pekerjaan atau menyandang status pengangguran. Memiliki status pengangguran dalam waktu yang lama dapat membuat lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja memiliki perasaan negatif terhadap dirinya sendiri yang akan menimbulkan dampak stres. Stres adalah suatu kondisi atau keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman akan tuntutan-tuntutan fisik dan psikologis yang melebihi kemampuannya.

Stres pada lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja dapat dipicu oleh banyak hal salah satunya tekanan untuk memperoleh pekerjaan, persaingan dalam mencari pekerjaan, faktor ekonomi yang dapat menimbulkan gangguan baik secara fisik, psikologis maupun perilaku. Perasaan negatif yang dimiliki lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja seperti merasa dirinya gagal sebagai seorang sarjana karena ilmu yang sudah didapat tidak bisa dipergunakan dengan baik, merasa tidak mampu mewujudkan keinginan dan cita-cita sebagai seorang sarjana, merasa takut akan ketidakmampuan dalam bersaing mendapatkan pekerjaan yang diinginkan dan tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari untuk masa depan terlebih lagi lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja tidak memiliki kesibukan dalam aktivitas sehari-hari diduga dapat mempengaruhi tingkat stres pada lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja dikarenakan lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja akan terus memikirkan perasaan negatif yang dimilikinya. Perasaan dan pemikiran yang dihadapi lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja dalam

waktu yang lama akan menimbulkan dampak stres. Salah satu dampak stres yang dihadapi lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja dapat timbul berupa reaksi mudah lupa, gelisah atau gugup, merasa sedih sehingga mudah tersinggung, merasa rendah diri, tidak memiliki motivasi untuk mencari pekerjaan, merasa tidak berharga, cemas, dan menjadi stres tinggi yang berpotensi akan melakukan tindakan kriminal.

lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja diduga mengalami stres tinggi adalah lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja cenderung tidak memiliki kegiatan lain selain mencari pekerjaan, memiliki tekanan dari lingkungan sekitar untuk segera mendapatkan pekerjaan sehingga tidak bersemangat dalam mencari pekerjaan, mengakibatkan memiliki kecemasan akan masa depan, serta memikirkan pandangan negatif dari orang lain yang akan menimbulkan reaksi-reaksi fisik dan psikologis yang negatif pada diri individu seperti mengalami nyeri lambung, dan dapat melukai diri sendiri bahkan orang lain. Tetapi sebaliknya lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja cenderung memiliki aktivitas atau kesibukan dalam kesehariannya, tidak mendapatkan tekanan dari lingkungan sekitar untuk segera mendapatkan pekerjaan sehingga menjadi lebih bersemangat dalam mencari pekerjaan, mengakibatkan kepercayaan akan masa depan serta tidak menghiraukan pandangan orang lain maka individu tidak akan mengalami reaksi negatif pada psikis dan psikologis yang berlebihan dengan kata lain lulusan perguruan tinggi yang belum bekerja mengalami stres rendah.

Dari uraian diatas, maka skema kerangka berpikir dari penelitian ini dapat dilihat dari gambar 1.1 berikut:



Gambar 1.1 Skema Kerangka Berpikir