

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Dalam era saat ini, sumber daya manusia (SDM) adalah salah satu elemen penting dalam persaingan global yang sedang berkembang. Sumber daya manusia (SDM) yang dimaksud adalah individu yang memiliki kualitas tinggi, memiliki keterampilan yang diperlukan, dan siap untuk bekerja. Pendidikan adalah bagian penting dari pembentukan dan peningkatan kualitas sumber daya manusia. Tujuan pendidikan nasional, menurut pasal ketiga UU No. 2 tahun 2003 adalah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sedini mungkin melalui berbagai upaya nasional yang inovatif dan produktif. Hal ini akan memungkinkan generasi muda untuk tumbuh dan berkembang secara optimal serta mendapatkan dukungan dan lingkungan yang mereka butuhkan.

Pendidikan kejuruan adalah Pendidikan menengah yang mempersiapkan siswa terutama untuk bekerja dalam bidang tertentu, seperti yang dinyatakan dalam pasal 15 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN). Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah salah satu jenis lembaga pendidikan formal yang menawarkan pendidikan kejuruan pada jenjang Pendidikan menengah dengan tujuan membuat siswa siap untuk bekerja. Diharapkan siswa memiliki pengetahuan yang dapat digunakan di tempat kerja.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap siswa-siswi, dapat diketahui bahwa terdapat kecemasan yang dirasakan ketika membayangkan hal apa yang akan dihadapi didalam dunia kerja. Kemudian adanya rasa takut ketika tidak bisa mengerjakan tugas yang diberikan oleh orang lain. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengalaman pekerjaan. Sementara hal lainnya disebabkan karena takut tidak diterima oleh teman kerja, takut berada di dalam lingkungan dunia kerja, dan memiliki rasa takut dalam melakukan pekerjaan apakah sudah benar atau belum. Persaingan dalam dunia kerja, juga menjadi hal yang membuat mereka menjadi khawatir akan masa depan, karena banyaknya oknum yang mengandalkan orang dalam ketika masuk kedalam dunia pekerjaan.

Setelah lulus sekolah, siswa akan menghadapi tantangan baru di dunia kerja. Karena ketatnya persaingan di tempat kerja, mencari pekerjaan akan menjadi salah satu masalah pertama yang muncul. Kebutuhan akan pekerjaan berkualitas tinggi terus meningkat setiap tahunnya, yang membuat para pekerja semakin sulit mendapatkan pekerjaan, terbatasnya lapangan kerja dan

banyaknya orang yang ingin mendapatkan pekerjaan maka terjadi ketimpangan sehingga muncul pengangguran

Menurut Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) Badan Pusat Statistik (BPS), 8,43 juta orang Indonesia menganggur pada Agustus 2022. Lulusan sekolah menengah atas merupakan mayoritas dari pengangguran terbuka, sementara mereka yang tidak pernah bersekolah merupakan persentase terkecil. Secara spesifik, terdapat 1,66 juta lulusan SMA/SMK, 673,49 ribu (7,99%) lulusan universitas yang menganggur, dan 159,49 ribu (1,89%) lulusan Akademi/Diploma yang menganggur. Sumber: Badan Pusat Statistik, (2022).

Siswa merasa khawatir dengan tingginya angka pengangguran di kalangan lulusan SMK. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa siswa masih harus bersaing dengan alumni SMK yang masih menganggur setelah mereka lulus. Jumlah pengangguran yang tinggi menunjukkan bahwa semakin banyak orang yang mencari pekerjaan, tetapi tidak banyak tersedia lapangan kerja dan ketentuan Perusahaan meningkatkan persaingan antara kandidat, terutama bagi lulusan SMK. Lulusan SMK diharapkan dapat bekerja, tetapi perusahaan mempertimbangkan pengalaman dan keahlian sebagai kriteria utama saat memilih karyawan. Kondisi tersebut membuat siswa-siswi lulusan SMK mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dikarenakan belum adanya pengalaman kerja serta minimnya lowongan pekerjaan.

Semakin banyak lulusan SMK yang menganggur karena persaingan yang meningkat dalam melamar pekerjaan. Pandangan seseorang terhadap dunia kerja akan dipengaruhi oleh tantangan yang semakin ketat. Hal itu membuat anak SMK yang berada di kelas 12 mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Namun, faktanya adalah banyak siswa lulusan SMK yang belum mendapatkan pekerjaan atau bekerja tetapi tidak sesuai kemampuan yang mereka pelajari di SMK (Yulianti & Khafid, 2015), sehingga kondisi tersebut menimbulkan kecemasan pada siswa-siswi SMK.

Kecemasan adalah suatu kondisi ketika perasaan negatif muncul karena memikirkan ancaman tak terduga yang mungkin muncul di masa depan (Annisa & Ifdil, 2016). Kecemasan adalah emosi alamiah manusia karena berfungsi untuk mengingatkan manusia terhadap ancaman yang akan mereka hadapi. (Suwandi & Malinti, 2020). Kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan yang dapat dirasakan pada berbagai tingkatan, ditandai dengan kata-kata seperti khawatir, prihatin, dan takut (Atkinson, 2015)

Nevid, dkk., (2005) mendefinisikan kecemasan sebagai kondisi emosional yang ditandai dengan tingkat ketegangan yang tidak nyaman, aktivitas fisik yang meningkat, dan ketakutan akan terjadi sesuatu yang buruk. Kecemasan adalah perasaan takut atau khawatir yang tidak berdasar. Nevid, dkk., (2005) menyatakan bahwa karir seseorang adalah salah satu hal yang menyebabkan kecemasan mereka. Ketika seseorang mulai terjun di dunia kerja, mereka dapat mengalami perasaan takut atau khawatir yang dikenal sebagai kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Banyak faktor, seperti meningkatnya pengangguran dan persaingan yang ketat, sedikitnya lowongan pekerjaan, kurangnya pengalaman, dan persyaratan kompetensi seperti pengetahuan, *hard skill* dan *soft skill*, dapat menyebabkan kecemasan saat memasuki dunia kerja.

Nevid, dkk., (2005) mengatakan kecemasan terdiri dari tiga aspek, yaitu: Reaksi Fisik, perilaku dan kognitif. Reaksi fisik adalah reaksi pada tubuh yang muncul pada seseorang yang cemas. Sedangkan perilaku yaitu seseorang yang mengalami kecemasan menunjukkan perilaku menghindari dari sesuatu yang jadi pemicu perasaan cemas pada dirinya. Sedangkan kognitif yaitu ketika mengalami kecemasan seseorang akan berfikir secara berlebihan terhadap situasi yang sedang dihadapi.

Isaac (dalam Fadila, 2018), menyebutkan bahwa jenis kelamin adalah salah satu dari lima penyebab kecemasan. Berdasarkan jenis kelamin kecemasan seringkali dialami oleh perempuan daripada laki-laki hal itu karena perempuan lebih sensitif perasaannya. Penelitian Mukminina dan Abidin (2020) mengatakan bahwa dalam menghadapi kecemasan laki-laki dan perempuan memiliki teknik coping masing-masing. *Coping* pada laki-laki adalah *managing avoidance* yaitu menghindari pemicu kecemasan untuk sementara waktu, setelah itu bisa kembali dengan pikiran yang lebih jernih. Teknik *solving* yaitu dengan menyelesaikan masalahnya dengan solusi, membuat strategi dan persiapan lebih lama untuk menghindari masalah yang mungkin terjadi di masa depan. Selain itu, laki-laki menggunakan metode tidur untuk menghindari pikiran yang kacau akibat kecemasan. Pada perempuan adalah melakukan upaya mendistraksi diri dari kecemasan yaitu mengobrol dengan teman, mencari dukungan sosial supaya mereka tidak terfokus lagi dengan masalah yang mereka sedang hadapi. Karena perempuan merasakan kecemasannya dari emosi maka untuk meredakan emosinya perempuan akan berdoa. Teknik *coping* kecemasan yang dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan adalah *challenging anxious thought*, yang berarti menentang pikiran negatif dengan mengidentifikasi keadaan, pikiran, dan bagaimana pikiran tersebut dapat mempengaruhi perasaannya. Pada laki-laki cenderung akan mengidentifikasi

pikiran apa yang membuatnya cemas dan mengubah pola pikir nya tentang apa yang membuatnya cemas. Sedangkan pada perempuan sering menggunakan *self-talk* untuk menyemangati diri mereka sendiri dan melawan pikiran negatif.

Hasil penelitian dari Cahyani dan Putrianti (2022) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan berdasarkan jenis kelamin dalam hal kecemasan di tempat kerja, dengan perempuan mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada laki-laki. Hasil penelitian dari Simarmata, dkk., (2023) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan pada laki-laki dan perempuan. Menurut temuan penelitian oleh Suminta dan Sayekti (2017), perempuan mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada pria, wanita biasanya membutuhkan kolaborasi, sedangkan pria biasanya bekerja dengan cara yang aktif dan mandiri. Hipotesis dalam penelitian ada 2 yaitu  $H_0$  “Tidak terdapat perbedaan signifikan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja antara siswa laki-laki dan perempuan di SMK” dan  $H_1$  “Terdapat perbedaan signifikan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja antara siswa laki-laki dan perempuan di SMK”

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa studi sebelumnya umumnya berfokus pada siswa SMA atau mahasiswa, sedangkan data spesifik tentang siswa SMK masih terbatas. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang perbedaan tingkat kecemasan pada siswa SMK dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

Rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan signifikan pada tingkat kecemasan siswa SMK dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin?”. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin pada tingkat kecemasan siswa SMK dalam menghadapi dunia kerja di SMK Swasta Sinar Husni. Penelitian ini memiliki dua keuntungan yaitu manfaat secara teori dan praktisi. Secara teoritis, dari hasil riset ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman psikologis, khususnya yang berkaitan dengan perbedaan jenis kelamin dalam kecemasan siswa SMK ketika mereka memasuki dunia kerja, kemudian hasil temuan ini juga diharapkan dapat memajukan ilmu-ilmu psikologi lainnya, seperti di bidang rekrutmen dan seleksi. Selanjutnya yaitu manfaat praktisnya yaitu hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat mengetahui persiapan-persiapan psikologis yang diperlukan untuk menghadapi dunia kerja khususnya dalam mengurangi kecemasan siswa berdasarkan jenis kelamin. Bagi sekolah untuk mempersiapkan siswa dengan berbagai pengetahuan dan keterampilan yang dapat mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi dunia kerja dan memberikan data bagi sekolah untuk merancang intervensi

berbasis gender guna mengurangi kecemasan pada siswa-siswi. Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian yang diharapkan dapat menjadi acuan untuk studi atau penelitian lebih lanjut.