

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Sulitnya mendapatkan pekerjaan di era globalisasi ini menjadi topik hangat yang banyak diperbincangkan oleh masyarakat. Dahulu jumlah tenaga ahli sangatlah sedikit dan pada saat itu pula nilai atau value dari seorang mahasiswa pun sangat tinggi, sehingga mampu mendapatkan penghargaan melalui pekerjaan yang tepat dan sesuai dengan ilmu yang ia miliki serta peroleh ketika kuliah.

Namun seiring bertambahnya jumlah populasi di Indonesia, Jumlah individu yang lulus dari perguruan tinggi pun semakin meningkat dan membuat nilai dari tiap-tiap individu tersebut menurun atau bahkan bisa hilang. Hal ini menyebabkan banyak lulusan dari perguruan tinggi tidak lagi mendapatkan pekerjaan sesuai dengan ilmu yang mereka miliki, atau mendapatkan pekerjaan yang kurang layak, dan tidak sedikit yang tidak memperoleh pekerjaan sama sekali. Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019 jumlah pengangguran tingkat sarjana mencapai 5,67 persen dari total angkatan kerja sekitar 13 juta orang. Meski persentasenya turun dibandingkan Agustus 2018 yang 5,89 persen, angkanya di atas rata – rata pengangguran nasional yang sebesar 5,28 persen (Inews, 2019).

Kesadaran akan fenomena tersebut tidak jarang dapat menimbulkan kecemasan pada masyarakat pada umumnya dan mahasiswa pada khususnya dalam memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan harapan. Saat kuliah tentunya seorang mahasiswa memiliki harapan tinggi untuk memperoleh pekerjaan yang layak nantinya, serta dapat mensejahterakan kehidupannya. Namun, sulitnya keadaan sekarang ini justru mempengaruhi keoptimisan mahasiswa dalam memperoleh kesuksesannya kelak ditengah persaingan pasar yang ketat. Padahal keoptimisan adalah inti dari motivasi seseorang untuk berjuang dalam dunia persaingan ekonomi yang kuat. Tanpa kemampuan untuk berpikir optimis seseorang dapat mengalami tekanan-tekanan dalam dirinya ketika kenyataan tidak sesuai dengan harapannya,

buruknya hal tersebut dapat mengakibatkan kegoncangan mental seseorang. Seorang mahasiswa yang mulai memasuki masa perkembangan dewasa awal, tentunya telah memiliki gambaran yang lebih matang mengenai masa depannya dibandingkan remaja SMA. Dengan kemampuan menilai potensi dan keseluruhan dari dirinya yang lebih matang, seorang mahasiswa akan lebih memiliki optimisme yang tinggi untuk menggapai apa yang diharapkannya. Optimisme sendiri adalah kemampuan seseorang untuk memandang positif akan segala hal. Memiliki pemikiran yang selalu positif akan menghasilkan hal yang positif pula. Disisi lain optimisme juga baik bagi kesehatan psikis maupun fisik seseorang. Berbagai penelitian banyak yang membuktikan manfaat dari berpikir optimis dan pengaruhnya pada kesuksesan atau keberhasilan masa depannya. Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Seligman (Seligman, 2008), diperoleh hasil optimisme sangat berpengaruh pada kesejahteraan psikis dan kesehatan mental seseorang, dapat meningkatkan system imun dan menurunkan tingkat stress.

Dewasa ini, potret lulusan perguruan tinggi kita sungguh memprihatinkan, banyaknya lulusan yang kurang bahkan tidak menguasai kompetensi ditambah dengan sulitnya mereka dalam mendapatkan pekerjaan yang sesuai menambah keterpurukan bangsa ini dalam mencetak generasi pengangguran terdidik. Dari sisi mahasiswa yang notabene sebagai generasi pewaris bangsa harus mulai melakukan transformasi proses perkuliahan diperguruan tinggi sehingga tidak lagi menjadi benalu bangsa sebagai pengangguran terdidik namun diharapkan kelak menjadi lulusan perguruan tinggi yang sukses dalam meraih karir gemilang dibidang apapun. Meraih karir gemilang adalah impian dari setiap orang, terlebih-lebih bagi mereka yang notabene adalah lulusan perguruan tinggi yang jelas-jelas merupakan komunitas intelektual. Namun kenyataannya tidak sedikit dari SDM lulusan perguruan tinggi yang kurang bahkan tidak mampu dalam pengembangan karirnya, banyak kita saksikan para sarjana dalam negeri ini hanya terbatas pada usaha untuk mendapatkan suatu pekerjaan meskipun terkadang tidak sesuai dengan minat dan kemampuan (Kuswara, 2010).

Optimisme dianggap sebagai suatu pertimbangan yang memiliki kecenderungan dapat mempengaruhi perasaan, sikap cara berpikir, dan perilaku seseorang dalam situasi tertentu (Patton et al., 2004). Creed, Patton, dan Bartrum (2002) melakukan tes peninjauan kembali (dari penelitian Scheier, Carver & Bridges, 1994, dalam Muharnia 2010) mengenai dimensi orientasi kehidupan antara optimism dan pesimisme dan hubungan dengan variable karir seperti pengambilan keputusan, kematangan karir, serta tujuan karir masa depan pada mahasiswa. Ditemukan bahwa mahasiswa dengan optimisme yang tinggi menunjukkan hasil yang lebih tinggi terhadap rencana dan penjelajahan karir masa depan, mereka telah melakukan pengambilan keputusan tentang karir masa depan, dan lebih memiliki tujuan karir terhadap masa depan mereka. Sebaliknya, mereka yang pesimis menunjukkan hasil yang rendah terhadap pengetahuan tentang karir masa depan dan lebih ragu – ragu dalam pengambilan keputusan untuk karir masa depan, dan dilaporkan memiliki prestasi sekolah yang lebih rendah.

Seligman, 1975; Taylor (1971 dalam Muharnia, 2010) menjelaskan bahwa suatu pemikiran yang positif memiliki hubungan yang erat dengan kesehatan, kesuksesan dalam menyesuaikan diri pada kondisi depresi, kehilangan harapan, dan keputusan yang mengarah pada rasa menyerah, rasa sakit, dan bahkan kematian). Yates berpendapat bahwa terdapat suatu penelitian menetapkan tentang perbedaan antara orang yang optimis dan pesimis dalam penjelasan atribusi meliputi pada aspek-aspek penting pada penyesuaian pribadi, serta memberikan pengaruh pada kesehatan, motivasi, dan pembelajaran (Peterson & Bossio, 1991; Schulman, 1995). Kecendrungan optimis dan pesimisnya seseorang dibentuk sejak masa kanak-kanak (Nolen-Hoeksema & Girgus, 1995; Yates, 1998) dari banyaknya pengalaman keseharian (Peterson & Bossio, 1991) yang dapat mempengaruhi kesehatan anak, motivasi dan prestasinya (Seligman, 1990, 1995). Pada suatu tes yang dilakukan di California menggunakan California Achievement Test, anak yang pesimis lebih sedikit mengalami sukses dibanding anak yang optimis (Nolen-Hoeksema & Girgus, 1995). Menurut, Seligman (1995), mahasiswa yang mengembangkan kerangka berpikir yang pesimis memiliki

resiko untuk tidak berhasil dalam bidang akademisnya. (Yates 2002, dalam Muharnia 2010)

Selain itu, menurut Seligman dalam bukunya *the optimistic child* menyatakan bahwa mereka yang pesimis melakukan suatu pekerjaan lebih buruk dari mereka yang optimis dalam tiga aspek : pertama, mereka lebih sering merasakan depresi. Kedua, prestasi mereka rendah di sekolah, dalam pekerjaan, dan di lapangan bermain dibandingkan bakat yang mereka sebenarnya. Ketiga, kesehatan fisik mereka lebih buruk dibandingkan orang yang optimis.

Sifat optimis tidak hanya baik bagi kesehatan fisik dan kesejahteraan psikis, dalam islam pun Allah Swt memerintahkan pada hamba-Nya untuk tidak berputus asa dan selalu berpikir positif (optimis) baik secara Habluminnanas (hubungan antara manusia dengan manusia) maupun Habluminnallah (hubungan antara manusia dengan Allah) seperti dalam surat Al-Hijr ayat 56 dan surat Yusuf ayat 87 dimana Allah SWT membenci orang-orang yang berputus asa.

Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan optimisme, yakni faktor dari dalam diri seperti kreativitas, motivasi, percaya diri, dan faktor internal lainnya. Serta faktor dari luar diri lingkungan sosial, keluarga, budaya, status sosial, agama dll. Dalam konteks ini layanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu berperan lebih banyak untuk mengembangkan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa. Salah satu diantaranya yaitu dengan pemberian layanan perencanaan individual yang disusun secara terstruktur dan sistematis. Layanan perencanaan individual ini dimaksudkan untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir di masa depan.

1.2 Rumusan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, rumusan masalahnya sebagai berikut:

- 1) Bagaimana gambaran meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa BK UPI Angkatan 2020-2021?

- 2) Bagaimana rancangan layanan perencanaan individual dalam meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa BK UPI Angkatan 2020-2021?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1) Mendeskripsikan profil optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa BK UPI Angkatan 2020-2021
- 2) Mendeskripsikan rancangan layanan perencanaan individual dalam meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa BK UPI Angkatan 2020-2021

1.4 Manfaat Penelitian

Secara Teoritis : Penelitian ini dapat menambah ilmu dalam bimbingan dan konseling

Secara Praktis : Penelitian ini dapat memberikan informasi terkait bagaimana rancangan layanan perencanaan individual dalam meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir masa depan pada mahasiswa dan juga mengetahui apa saja yang menyebabkan kurangnya optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa serta mengetahui efektifkah rancangan layanan perencanaan individual dalam meningkatkan optimisme meraih kesuksesan karir di masa depan pada mahasiswa