

Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di

Kota Makassar

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

Mayenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Susi Susanti, S.Psi., MA



Oleh:

Putri Anjuni Sihombing

C021181309

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2023

Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di

Kota Makassar

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

Mayenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Susi Susanti, S.Psi., MA



Oleh:

Putri Anjuni Sihombing

C021181309

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2023

Halaman Persetujuan

**Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di
Kota Makassar**

Disusun dan diajukan oleh:

**Putri Anjuni Sihombing
C021181309**

Telah disetujui oleh Tim Pembimbing untuk diseminarkan
pada tanggal seperti tertera di bawah ini:

Makassar, 30 Januari 2023

Pembimbing I



Mavenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 1983070521904400

Pembimbing II



Susi Susanti, S.Psi., MA
NIDK. 896 2900 020

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA
NIP. 19810725 201012 1 004

Halaman Persetujuan

**Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di
Kota Makassar**

Disusun dan diajukan oleh:

**Putri Anjuni Sihombing
C021181309**

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:

Makassar, 16 Februari 2023

Pembimbing I

Mayenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 1983070521904400

Pembimbing II

Susi Susanti, S.Psi., MA
NIDK. 896 2900 020

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin

Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA
NIP. 19810725 201012 1 004

Halaman Pengesahan

SKRIPSI

**PENGARUH SOCIAL SUPPORT TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PENGANGGURAN TERDIDIK DI KOTA MAKASSAR**

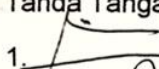
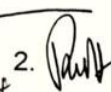


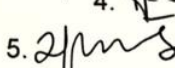

Disusun dan diajukan oleh:

Putri Anjuni Sihombing

C021181309

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal 16 Februari 2023

Menyetujui,
Panitia Penguji

No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A	Ketua	1. 
2.	Rezky Ariany Aras, S.Psi., M.Psi. Psikolog	Sekretaris	2. 
3.	Grestin Sandy R., S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Susi Susanti, S.Psi., M.Psi., M.A	Anggota	4. 
5.	Mayenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	5. 
6.	Dr. Muhammad Tamar, M.Psi	Anggota	6. 

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


dr. Agussalim Bukhari, M. Clin., Med., Ph.D., Sp.GK(K)
NIP. 19700821199903 1 001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA
NIP. 19810725 201012 1 004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini. Maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, 5 Februari 2023

Yang membuat Pernyataan,

A handwritten signature in black ink is written over a 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', 'MELBRAL', 'PEMPEL', and the serial number '250FBAKX253961675'.

Putri Anjuni Sihombing
NIM. C021181309

ABSTRAK

Putri Anjuni Sihombing, C021181309, Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di Kota Makassar, *Skripsi*, Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, 2023.

XVI+85 halaman, 7 lampiran.

Lulusan terdidik perguruan tinggi yang lebih berpeluang besar mendapatkan pekerjaan masih banyak yang masuk dalam deretan angka pengangguran terdidik sehingga hal tersebut dapat menyebabkan kecemasan. *Social support* menunjukkan bahwa terdapat suatu pihak yang memberikan dukungan pada individu yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masalah. Tingkat kecemasan dapat diminimalisir dengan ketersediaan *social support* yang diterima dari lingkungan masalah sebagai penyebab kecemasan dapat teratasi dengan tepat dan baik. Oleh sebab itu, tujuan dilakukannya penelitian ini, yaitu untuk mendapatkan gambaran pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.

Subjek yang diperoleh dalam penelitian ini berjumlah 227 pengangguran terdidik lulusan perguruan tinggi, berusia 20-35 tahun, berdomisili di Kota Makassar. Pengambilan data menggunakan teknik *purposive sampling* dengan penyebaran dua skala, yaitu *Revised-Multidimensional Scale of Perceived Social Support (RMSPSS)* dan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. Teknik pengolahan data menggunakan analisis regresi sederhana dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menjelaskan bahwa *social support* memiliki hubungan negatif terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar. Adapun sumbangan efektif yang diperoleh sebesar 0,473 sehingga 0,537 dipengaruhi oleh faktor lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *social support*, maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan dan sebaliknya.

Kata Kunci: *Social Support*, Tingkat Kecemasan, Pengangguran terdidik.

Daftar pustaka, 69 (1959-2022)

ABSTRACT

Putri Anjuni Sihombing, C021181309, *The Effect of Social Support on the Anxiety Level of Educated Unemployed in Makassar City, Thesis, Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Hasanuddin University, 2023.*

XVI+85 pages, 7 attachments.

Educated college graduates who have a greater chance of getting a job are still included in the ranks of the educated unemployment rate so that this can cause anxiety. Social support indicates that there are parties who provide support to individuals who experience anxiety in dealing with problems. The level of anxiety can be minimized by the availability of social support received from the problem environment as the cause of anxiety can be resolved appropriately and well. Therefore, the purpose of this research is to get an overview of the effect of social support on the anxiety level of educated unemployment in Makassar City.

The subjects in this study were 227 unemployed educated college graduates, aged 20-35 years, domiciled in Makassar City. Data were collected using purposive sampling technique by distributing two scales, namely Revised-Multidimensional Scale of Perceived Social Support (RMSPSS) and Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The data processing technique uses simple regression analysis with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) which explains that social support has a negative relationship to the anxiety level of educated unemployment in Makassar City. The effective contribution is 0.473 so that 0.537 is influenced by other factors. This shows that the higher the social support, the higher the anxiety level and vice other way around.

Keywords: *Social Support, Anxiety Level, and Educated Unemployment.*

Bibliography, 69 (1959-2022)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan karuniannya, saya dapat menyelesaikan penelitian/skripsi yang berjudul **Pengaruh *Social Support* terhadap Tingkat Kecemasan Pengangguran Terdidik di Kota Makassar** yang disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Saya menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak akan sulit bagi saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Oleh sebab itu, saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya untuk segala pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan untuk saya. Atas dukungan moral dan material yang diberikan dalam menyusun skripsi ini, maka saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Mayenrisari Arifin, S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Ibu Susi Susanti, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing, tenaga dan pikiran, umpan balik, serta ilmu yang sangat bermanfaat dalam menyusun skripsi ini. Terima kasih atas segala dukungan yang diberikan dari awal penyusunan hingga pada akhirnya penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi.
2. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan emosional berupa cinta dan kasih sayang, serta dukungan material hingga penulis mampu untuk menyelesaikan peran sebagai mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Hasanuddin. Terima kasih atas doa, keyakinan, dan harapan sehingga penulis mampu untuk menghadapi berbagai dinamika serta mampu menjalani segala proses hingga meraih gelar sarjana. Terima kasih telah menjadi sosok yang paling menantikan penulis mencapai satu keberhasilan dalam menjalani hidup.
3. Saudara penulis, atas segala bentuk dukungan yang diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas sebagai mahasiswa. Terima kasih telah menjadi salah satu panutan penulis yang baik dan bijak dalam mengambil sebuah keputusan.

4. Pak Dr. Muhammad Tamar, M.Psi sebagai Pendamping Akademik, terimakasih atas segala dukungan yang diberikan serta waktu yang diberikan sehingga penulis lebih mampu untuk mengembangkan potensi diri dan mampu menjalani peran sebagai mahasiswa.
5. Ibu Grestin Sandy R., S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Dr. Ichlas Nanang Afandi S.Psi., MA selaku dosen penguji yang telah memberikan ilmu yang sangat berarti serta umpan balik dalam perbaikan penulisan sebagai bentuk penyelesaian skripsi yang lebih baik.
6. Seluruh Dosen Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, terima kasih atas ilmu yang sangat berharga dan kesempatan yang diberikan sehingga penulis dapat berproses untuk menjadi sosok yang lebih baik.
7. Seluruh Staff Akademik Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, terima kasih telah memberikan dukungan dalam kelancaran mengurus berbagai keperluan akademik yang dibutuhkan selama penulis menjalani peran sebagai mahasiswa.
8. Sobat Emud, yaitu Amaliyah, Nur Faizah, Tabita Nazara, Diah Paramadani, Natalia Halim Gilbert, Ainun Saadah, Fajriah Rahmah B. Arafah, Miftahul Jannah Cakti, dan Fitriani yang telah memberikan segala dukungan yang sangat berarti, menjadi sosok teman yang baik, tempat berkeluh kesah, serta bersedia membantu penulis dalam keadaan susah maupun senang.
9. Amaliyah dan Nur Faizah yang selalu bersedia untuk memberikan bantuan kepada penulis di saat kesusahan serta menemani di saat terpuruk. Terima kasih atas waktu berharga yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini hingga akhir.
10. Seluruh teman seperjuangan, yaitu Closure 2018 yang telah kebersamai selama menjadi mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

11. Seluruh pihak yang terlibat dalam pengerjaan skripsi, terima kasih atas segala bantuan dan bersedia memberikan waktu untuk berpartisipasi dalam kelancaran penyelesaian skripsi ini.
12. Penulis skripsi ini yang telah bertahan dari segala situasi yang telah dihadapi hingga mampu berada di titik ini, terima kasih untuk tidak menyerah dan tetap berjuang.

Penulisan skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna, untuk itu segala bentuk masukan dan kritik yang bertujuan untuk perbaikan dan materi skripsi ini sangat penulis harapkan dan diucapkan terima kasih

Makassar, 5 Februari 2023

Putri Anjuni Sihombing

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	
DAFTAR ISI	
BAB I	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusah Masalah.....	13
1.3. Maksud, Tujuan, dan Manfaat Penelitian	13
1.3.1.Maksud Penelitian	13
1.3.2.Tujuan Penelitian.....	13
1.4. Manfaat Penelitian	14
1.4.1.Manfaat Teoritis	14
1.4.2.Manfaat Praktis	14
2.1. Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	15
2.1.1.Definisi Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	15
2.1.2.Dimensi Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	16
2.1.3. Sumber Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>).....	18
2.1.4.Faktor-Faktor Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>).....	19
2.2. Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	20
2.2.1. Definisi Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	20
2.2.2. Jenis-Jenis Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	23
2.2.3. Ciri-Ciri Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	25
2.2.4. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	27
2.2.5. Dimensi Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	28
2.3. Pengangguran Terdidik.....	29
2.3.1. Definisi Pengangguran Terdidik.....	29
2.3.2. Pengangguran Usia Muda Terdidik	31
2.4. Kerangka Konseptual.....	33
2.5. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1. Jenis Penelitian.....	38
3.2. Variabel Penelitian	38
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
3.3.1. Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>).....	39
3.3.2. Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	39
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian.....	39
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.5.1. Instrumen Penelitian.....	41
3.5.1.1. Skala <i>Social Support</i>	41
3.5.1.2. Skala Tingkat Kecemasan	41
3.5.2. Validitas Instrumen Penelitian	42
3.5.2.1. Uji Validitas Skala <i>Social Support</i>	43
3.5.2.2. Uji Validitas Skala Kecemasan	43
3.5.3. Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	43
3.6. Teknik Analisis Data	45
3.7. Rancangan Penelitian.....	45

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	47
4.1. Hasil Penelitian	47
4.1.1. Data Demografi Responden Penelitian secara Keseluruhan	47
4.1.1.1.Data Demografi Responden berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
4.1.1.2.Data Demografi Responden berdasarkan Usia	48
4.1.1.3.Data Demografi Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	49
4.1.1.4.Deskripsi Data Demografi Responden berdasarkan Lama Waktu Menganggur 50	
4.2. Analisis Deskriptif Variabel.....	51
4.2.1. Data Demografi Social Support Responden Penelitian.....	51
4.2.2. Data Demografi Tingkat Kecemasan Responden.....	58
4.3. Analisis Uji Asumsi.....	64
4.3.1. Uji Normalitas.....	64
4.3.2. Uji Linearitas	64
4.3.3. Uji Hipotesis	65
4.4. Pembahasan.....	67
4.5. Limitasi Penelitian	78
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	72
5.1. Kesimpulan	79
5.2. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	82

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Social Support</i>	41
Tabel 3.2 <i>Mean Hipotetik Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS) ..	41
Tabel 3.3. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan	42
Tabel 3.4 Hipotetik Skala <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS)	42
Tabel 3.5 Koefisien Reliabilitas <i>Cronbatch's Alpha</i>	44
Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Skala <i>Social Support</i>	44
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Skala Kecemasan	45
Tabel 3.7 <i>Timeline</i> Prosedur Kerja	46
Tabel 4.1 Deskriptif Variabel <i>Social Support</i>	51
Tabel 4.2 Kategori Penormaan Variabel <i>Social Support</i>	51
Tabel 4.3 Deskriptif Aspek Variabel <i>Social Support</i>	52
Tabel 4.4 Penormaan Tiap Aspek Variabel <i>Social Support</i>	53
Tabel 4.5 Deskriptif Variabel Tingkat Kecemasan	58
Tabel 4.6 Kategori Penormaan Variabel Tingkat Kecemasan	58
Tabel 4.7 Uji Normalitas	63
Tabel 4.8 Uji Linearitas	64
Tabel 4.9 Uji Hipotesis	65
Tabel 4.10 <i>R Square</i>	65
Tabel 4.11 Kriteria Indeks Korelasi	65
Tabel 4.12 Uji Regresi Aspek Dukungan Keluarga	66
Tabel 4.13 Uji Regresi Aspek Dukungan Teman	66
Tabel 4.14 Uji Regresi Aspek <i>Sognificant Others</i>	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	33
Gambar 4.1 Data Demografi berdasarkan Jenis Kelamin	47
Gambar 4.2 Data Demografi berdasarkan Usia	48
Gambar 4.3 Data Demografi berdasarkan Tingkat Pendidikan	49
Gambar 4.4 Data Demografi berdasarkan Lama Waktu Menganggur	50
Gambar 4.5 Data Demografi berdasarkan Variabel <i>Social Support</i>	52
Gambar 4.6 Data Demografi berdasarkan Tiap Aspek Variabel <i>Social Support</i>	53
Gambar 4.7 Data Demografi <i>Social Support</i> Responden berdasarkan Jenis Kelamin	54
Gambar 4.8 Data Demografi <i>Social Support</i> Responden berdasarkan Usia	55
Gambar 4.9 Data Demografi <i>Social Support</i> Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan	56
Gambar 4.10 Data Demografi <i>Social Support</i> Responden berdasarkan Lama Waktu Menganggur	57
Gambar 4.11 Data Demografi Responden berdasarkan Variabel Tingkat Kecemasan	59
Gambar 4.12 Data Demografi Responden Tingkat Kecemasan Responden berdasarkan Jenis Kelamin	59
Gambar 4.13 Data Demografi Responden Tingkat Kecemasan Responden berdasarkan Usia	60
Gambar 4.14 Data Demografi Responden Tingkat Kecemasan Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan	61
Gambar 4.15 Data Demografi Responden Tingkat Kecemasan Responden berdasarkan Lama Waktu Menganggur	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Skala <i>Social Support</i>	86
Lampiran 2: Skala Tingkat Kecemasan	87
Lampiran 3: Uji Validitas Skala <i>Social Support</i>	89
Lampiran 4: Uji Validitas Skala Tingkat Kecemasan	92
Lampiran 5: Uji Reliabilitas Skala <i>Social Support</i>	94
Lampiran 6: Uji Reliabilitas Skala Tingkat Kecemasan	94
Lampiran 7: Uji Asumsi	95

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Kecemasan adalah keadaan emosional berlebihan dan bertahan lama yang terjadi ketika individu mengantisipasi situasi pada masa depan yang tidak menyenangkan secara pribadi, tidak dapat diprediksi, dan tidak terkendali sehingga dapat menjadi sebuah ancaman. Perasaan takut yang dirasakan oleh individu akan memunculkan kecemasan yang dapat ditandai dengan empat gejala, yaitu gejala fisik, gejala kognitif, gejala perilaku, dan gejala emosional (Beck, 2012). Kecemasan akan menjadi suatu kondisi umum atau normal ketika individu sedang berusaha mengantisipasi ketegangan psikologis, misalnya ketika berada dalam situasi yang bahaya atau tidak dikenali (Nevid, Rathus, & Greene, 2018). Apabila hal tersebut berlangsung dalam jangka waktu pendek, maka emosi yang dirasakan akan bersifat adaptif karena dapat memberikan individu sebuah tenaga untuk menghadapi situasi yang bahaya (Wade, Tavis, & Garry, 2014).

Situasi yang mengancam dan adanya *stresor* merupakan hal yang membuat sebagian besar individu mengalami kecemasan dan ketegangan (Sarason & Sarason, 1985). Kecemasan akan muncul ketika individu menghadapi atau berpikir terkait suatu peristiwa yang belum pasti akan terjadi. Hal tersebut ditandai dengan adanya informasi yang ditangkap individu dianggap sebagai sebuah ancaman, hambatan, dan perasaan tertekan yang muncul dalam kesadaran. Kecemasan yang dirasakan tersebut disebabkan karena individu mengalami kekecewaan, ketidakpuasan, tidak aman, atau adanya permusuhan

dengan individu lain (Hurlock, 1971). Hazaleus (Harini, 2013) menjelaskan bahwa terdapat faktor yang dapat menyebabkan kecemasan, yaitu kekhawatiran (*worry*) yang ditandai dengan pikiran negatif, emosionalitas (*mosionality*) yang ditandai dengan adanya reaksi rangsangan pada saraf otonomi, serta gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) yang ditandai dengan individu yang selalu tertekan karena adanya pemikiran rasional terhadap tugas yang dimiliki.

Kecemasan dapat terjadi pada berbagai fase pada individu, namun fase yang paling rentang mengalami kecemasan adalah dewasa awal. Hal tersebut terjadi karena dewasa awal merupakan fase yang ditandai dengan adanya ketidakstabilan, optimisme, kebebasan pribadi, serta harapan yang tinggi (Arnett, 2003). Salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah menentukan jalan dan tujuan hidup dengan mendapatkan pekerjaan. Hal tersebut karena pekerjaan menegaskan individu secara mendasar dan merupakan salah satu aspek penting yang dapat membentuk identitas diri (Santrock, 2012). Individu yang gagal dalam menjalankan tugas perkembangan pada masa ini akan menimbulkan perasaan cemas, rasa tidak bahagia, serta kesulitan dalam menghadapi tugas yang akan hadapi nantinya. Selain itu, individu dapat merasa bersalah, kelelahan, dan hal tersebut dapat menguras energi untuk menyesuaikan tuntutan dari peran tersebut (Hurlock, 1971).

Penelitian yang dilakukan oleh Danu, Ningsih, & Suryati (2021) pada dewasa awal dengan rentang usia 26-35 tahun memperoleh hasil bahwa individu mengalami kecemasan pada tingkat sedang dengan presentase sebesar 27,2%. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana, Mursida, & Firdaus (2021) di Kota Makassar memperoleh hasil bahwa sebagian besar individu mengalami

kecemasan pada tingkat tinggi sebanyak 91 (21,1%) responden dan kecemasan pada tingkat sedang sebanyak 271 (62,7%). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Angreini, Khumaerah, & Aswar (2021) pada dewasa awal di Kota Makassar menunjukkan hasil bahwa individu mengalami kecemasan tingkat tinggi sebesar 34% dan sedang sebesar 36%.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kecemasan yang didominasi oleh kelompok dewasa awal. Individu dengan rentang usia 20-35 tahun lebih rentan mengalami kecemasan pada tingkat tinggi karena adanya tuntutan untuk memenuhi identitas diri yang dapat disalurkan pada pekerjaan. Hal tersebut didukung oleh penelitian terkait tingkat kecemasan pada dewasa awal yang menjelaskan bahwa sebagian besar individu mengalami kecemasan pada tingkat tinggi dan sedang, serta hanya sebagian kecil individu yang mengalami kecemasan pada tingkat rendah.

Pada masa dewasa awal ini juga individu melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi dan telah meraih gelar kesarjaan. Individu yang memilih untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi mengharapkan memiliki peluang pekerjaan yang lebih tinggi karena kemampuan yang didapatkan selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi (Hurlock, 1971). Pendidikan merupakan salah faktor yang penting dalam pengembangan sumber daya manusia. Fungsi dari pendidikan tersebut dapat menambah pengetahuan individu terkait cara-cara melaksanakan kerja yang baik dan mampu mengambil keputusan dalam bekerja. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan memberikan landasan untuk pengembangan diri serta memanfaatkan semua sarana dan prasana yang tersedia di lingkungan individu untuk kelancaran pelaksanaan tugas yang dilakukan (Cahyani, 2014).

Semakin tinggi tamatan pendidikan individu, maka akan semakin tinggi pula kemampuan dan kesempatan untuk bekerja karena tamatan pendidikan yang tinggi dapat menggambarkan mutu atau kualitas yang tinggi sehingga kesempatan bekerja semakin besar dan dapat meminimalisir pengangguran yang ada. Salah satu tujuan individu melanjutkan ke tingkat pendidikan yang lebih tinggi adalah untuk mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan lapangan kerja yang diharapkan sesuai dengan ilmu yang diterima semasa kuliah. Oleh sebab itu, individu lebih memilih pekerjaan yang sesuai dan dapat memenuhi kebutuhannya (widiatri dkk, 2013). Individu lulusan perguruan tinggi dipandang memiliki pengetahuan dan kemampuan yang tinggi pula. Pada kenyataannya, tidak sedikit individu yang telah lulus dari perguruan tinggi tersebut kesulitan dalam mencari kerja dan akhirnya menganggur. Lulusan perguruan tinggi yang diharapkan dapat membenahi berbagai masalah pada negeri ini, pada kenyataannya ikut serta terjebak pada deretan angka pengangguran terdidik (Tobing, 1994).

Pengangguran terdidik (*educated unemployment*) merupakan keadaan individu yang masuk ke dalam angkatan kerja berpendidikan menengah ke atas yang sedang mencari atau belum memiliki pekerjaan (Mankiw, 2000). Faktor penting yang melatarbelakangi fenomena pengangguran terdidik, yaitu transisi yang panjang antara pendidikan dan pasar kerja (Pratomo, 2017). Hal tersebut terjadi karena setelah meraih gelar sarjana atau lulus dari perguruan tinggi, individu memilih untuk menganggur karena lapangan kerja yang tersedia tidak sesuai dengan minat dan tipe atau tingkat pendidikan yang telah ditempuh (Isnaini dkk, 2015). Selain itu, pengangguran terdidik dapat terjadi karena individu memiliki standar yang cukup tinggi dalam memilih pekerjaan

seperti fasilitas yang harus dipenuhi, kedudukan yang didapatkan, dan pemerolehan gaji (Kusumaningtyas, 2018).

Pengangguran terdidik merupakan individu atau tenaga kerja terdidik yang sulit untuk memperoleh pekerjaan, bukan karena tidak ada perusahaan yang mau menerimanya, melainkan karena individu tersebut yang lebih selektif dalam mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Tingginya pendidikan yang dimiliki individu dapat berpengaruh pada besarnya harapan terhadap jenis pekerjaan yang diminati. Hal tersebut menyebabkan banyaknya lulusan terdidik memilih untuk menganggur selama masa pencarian pekerjaan yang sesuai dengan dirinya (Rosalina, 2018). Keadaan menganggur bagi lulusan universitas dapat memberikan dampak negatif yang lebih besar. Setelah individu dinyatakan lulus oleh universitas, terdapat individu yang tidak mengerti hal yang perlu dilakukan untuk mendapatkan pekerjaan. Kondisi tersebut dapat menjadi sebuah stresor bagi lulusan universitas dan akan menimbulkan kecemasan (Isnaini & Lestari, 2015).

Data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistika (BPS) pada tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 12 juta penduduk Indonesia diantaranya merupakan pengangguran terdidik dengan presentase 5,18% dan mengalami kenaikan ada tahun 2018 sebesar 6,31% atau berkisar 729 ribu jiwa lulusan universitas (Hasanah & Rozali, 2021). Sementara itu di Sulawesi Selatan saat ini menunjukkan tingginya jumlah pengangguran terdidik. Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistika (BPS) pada tahun 2020 tercatat terdapat pengangguran terdidik di Sulawesi Selatan mencapai 11,95% dari 84,8% angkatan kerja (Riswandi, 2022). Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadinya

peningkatan jumlah pengangguran, khususnya pengangguran terdidik di kalangan dewasa awal.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat menjelaskan bahwa individu lulusan perguruan tinggi seyogianya bisa mendapatkan kesempatan kerja yang lebih besar karena tamatan pendidikan yang tinggi dapat menggambarkan kualitas tinggi yang dapat dilihat dari pengetahuan dan kemampuannya. Fakta lainnya menjelaskan bahwa terjadi peningkatan angka pengangguran terdidik yang dapat menjadi masalah yang lebih serius. Individu lulusan perguruan tinggi yang diharapkan bisa mendapatkan pekerjaan setelah lulus mendapatkan gelar, namun pada kenyataannya ikut serta terjebak pada deretan angka pengangguran terdidik.

Peningkatan angka pengangguran terdidik menjadi sebuah masalah yang semakin serius. Meskipun individu terdidik tidak dituntut memiliki pekerjaan, namun kondisi lingkungan sosial dan psikologisnya menuntut hal tersebut sehingga individu merasa harus memiliki pekerjaan (Nisa, 2018). Kecemasan yang dirasakan oleh pengangguran terdidik ditunjukkan dengan kekhawatiran akan tidak mendapatkan pekerjaan tetap dan tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan dirinya. Hal yang paling dikhawatirkan adalah ketika individu berjuang mendapatkan pekerjaan (melamar pekerjaan), seperti proses wawancara. Ketika individu mengalami kegagalan dalam proses wawancara dapat memengaruhi kognitif, perasaan, dan perilakunya. Ketika individu dihadapkan pada masalah yang sama, hal tersebut dapat memunculkan keyakinan tidak akan berhasil sehingga akan memunculkan kecemasan dan dapat memengaruhi proses wawancara selanjutnya (Isnaini dkk, 2015).

Pengangguran terdidik dapat menyebabkan berbagai macam masalah yang dapat memengaruhi kondisi psikologis. Beberapa pengangguran terdidik memiliki keyakinan akan kemampuannya yang dapat merubah situasinya menjadi lebih baik, namun sebagian besar individu putus asa, ketakutan, dan merasakan kecemasan yang berkelanjutan (Isnaini dkk, 2015). Kecemasan yang ditunjukkan oleh individu seperti mengalami kesulitan untuk tidur, mudah marah, sulit berkonsentrasi, dan mudah tersinggung. Kondisi tersebut terjadi karena stres yang dirasakan akibat menganggur bukan hanya berdampak pada finansial, tetapi akibat dari adanya konsep diri menganggur (Widiatri dkk, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Ikawati (2019) memperoleh hasil bahwa terdapat dampak psikologis yang diterima oleh pengangguran terdidik, yaitu perasaan tidak enak dengan keluarga dan lingkungan, perasaan serba salah, perasaan malu, ada beban moral, perasaan tidak berguna, mudah tersinggung dan kurang percaya diri. Selain itu, ketidanyamanan pikiran yang memunculkan perasaan takut dalam menghadapi masa depan.

Kecemasan yang terjadi pada pengangguran terdidik sangat berbeda-beda, namun adanya tingkat persaingan dalam mendapatkan pekerjaan semakin tinggi dan rendahnya kesempatan bekerja merupakan penyebab yang paling sering terjadi (Nisa, 2018). Ketika lulusan perguruan tinggi belum memperoleh pekerjaan dalam jangka waktu yang lama, maka individu akan berpikir mengenai kegagalan, perasaan takut tidak mampu menghadapi masa depan, serta tidak mampu mewujudkan cita-citanya sebagai lulusan universitas. Status sebagai pengangguran terdidik tersebut menjadi salah satu penyebab kecemasan karena individu merasa kehilangan sebuah kesempatan untuk mengembangkan diri melalui pendidikan yang telah ditempuh sebelumnya (Hasanah, 2021). Penyebab

lainnya adalah karena adanya pikiran yang keliru dan reaksi yang berlebihan terhadap suatu hal. Ketika individu sedang menghadapi masalah yang sama, hal tersebut dapat memunculkan keyakinan tidak akan berhasil sehingga akan menjadi cemas ketika sedang dalam pencarian pekerjaan (Isnaini dkk, 2015). Selain itu, penyebab lainnya yang dapat terjadi adalah setelah dinyatakan lulus perguruan tinggi, sebagian besar individu tidak mengerti hal yang perlu dilakukan setelah lulus. Kondisi tersebut menjadi stresor bagi lulusan perguruan tinggi dan akan menimbulkan kecemasan (Carlson, 2003).

Kecemasan yang dirasakan oleh pengangguran terdidik tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis, namun juga berdampak pada kondisi sosialnya, yaitu pemborosan sumber daya pendidikan, persepsi negatif terhadap pengangguran, menurunnya penghargaan dan kepercayaan masyarakat terhadap pendidikan (Saipul & Mario, 2017). Secara sosial, individu yang memiliki pekerjaan akan lebih dihargai oleh masyarakat daripada individu yang menganggur. Hal tersebut terjadi karena secara sosial individu lulusan universitas yang bekerja lebih terhormat daripada yang tidak bekerja (Nuryanto, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Ikawati (2019) memperoleh hasil bahwa dampak sosial dari pengangguran terdidik antara lain waktu lebih banyak digunakan untuk hal yang tidak produktif, membatasi pergaulan dengan teman sebaya, dan membatasi diri terlibat dalam kegiatan sosial. Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Intani, Widyastuti, & Ridfah (2022) menunjukkan skor kategorisasi tingkat kecemasan pada dewasa awal, yaitu $45 >$ untuk kategori tinggi, $29-44$ untuk kategori sedang, dan $28 <$ untuk kategori rendah. Kecemasan yang dialami oleh individu yang belum memiliki pekerjaan

tersebut dapat berdampak pada kehidupannya karena perasaan khawatir akan mengalami kekurangan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Salah satu faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan, yaitu faktor lingkungan sosial. Faktor ini meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respons takut pada individu lain, serta kurangnya *social support* (Nevid, 2014). *Social support* merupakan perilaku yang mendukung berupa informasi sehingga individu dapat merasa dirawat dan dicintai, serta terjadinya transaksi interpersonal yang melibatkan perhatian emosional, dan informasi tentang lingkungannya (Sarason, 1985). *Social support* tersebut diberikan oleh individu lain sehingga dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dipedulikan ketika dirinya memiliki sebuah masalah. Selain itu, *social support* merupakan cara yang diberikan individu kepada individu lain untuk membantu dalam mengatasi masalah. Jaringan sosial yang dapat menjadi sumber *social support* tersebut adalah keluarga, teman sebaya, teman dekat, tetangga, guru, dan tenaga profesional, serta *significant others* (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988).

Social support memiliki pengaruh terhadap individu dalam menurunkan kecemasan yang dirasakan. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh individu dapat teratasi ketika sedang menghadapi berbagai tekanan hidup dengan adanya dukungan yang diterima dari lingkungannya (Sarason, 1985). *Social support* memiliki peran yang penting bagi individu lulusan perguruan tinggi, khususnya yang sedang mencari pekerjaan. Salah satu bentuk dukungan yang dapat diterima individu adalah dukungan instrumental sebagai bentuk bantuan yang bersifat langsung, misalnya pemberian pekerjaan yang diterima individu dari memberi dukungan tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Kroll & Lampert (2009) menjelaskan bahwa pengangguran terdidik mampu mengatasi keluhan atas permasalahan yang dihadapi ketika individu tersebut memiliki dan mampu mengandalkan jaringan dari *social support* dengan baik. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Primandaru (2017) menunjukkan bahwa *social support* memiliki peran penting dalam penentuan sebuah karir yang disalurkan melalui pekerjaan. Luasnya *social support* yang dimiliki oleh individu dapat dikonsepsikan menjadi modal sosial sehingga terjadi ikatan sosial yang dapat membantu dan memotivasi tujuan individu dalam mendapatkan pekerjaan. *Social support* yang dapat berasal dari teman, orang tua, guru, dosen, dan kerabat lainnya tersebut akan memberikan kualitas hubungan antar individu terkait ketersediaan bantuan dalam mendapatkan pekerjaan terutama pada pengangguran terdidik. Namun, pada kenyataan lainnya ditemukan *social support* yang rendah pada pengangguran terdidik.

Penelitian yang dilakukan oleh Lorenzini & Giugni, 2010 menunjukkan hasil bahwa individu lulusan universitas yang tidak memiliki pekerjaan memiliki tingkat *social support* yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang sudah memiliki pekerjaan. Dampak negatif dari kondisi menganggur tersebut berdampak pada *social support* yang diterima menjadi tidak optimal, kesulitan pada finansial, mengalami kecemasan, dan ketidakbahagiaan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sarirusadi (2021) pada dewasa awal memperoleh hasil bahwa individu memiliki *social support* lebih banyak pada kategori sedang, yaitu sebesar 76,3%. Skor kategorisasi *social support* pada dewasa awal, yaitu >44 untuk kategori tinggi, 28-44 untuk kategori sedang, dan <28 untuk kategori rendah.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat menjelaskan bahwa *social support* memiliki kontribusi terhadap dewasa awal. Individu yang memiliki dan mampu mengandalkan jaringan dari *social support* dengan baik mampu mengatasi keluhan atas permasalahan yang dihadapi. Namun, fakta lain ditemukan bahwa terdapat pengangguran terdidik yang memiliki *social support* yang rendah. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa ternyata *social support* berkontribusi secara signifikan terhadap individu terdidik lulusan perguruan tinggi.

Social support mengonseptualisasikan dukungan sebagai bagian dari banyaknya hubungan individu dan kualitas hubungan yang terjalin dalam mencerminkan masa stres atau keyakinan terkait dukungan yang diterima. Hal tersebut terjadi karena kognisi individu tentang lingkungan sosial tumpang tindih sehingga dukungan yang diterima tidak dapat membedakan konsep terkait konflik, persahabatan, keintiman, dan keterampilan sosial (Cohen, 1992). Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan dapat diminimalisir dengan mendapatkan *social support* dari lingkungan. Individu yang berinteraksi dengan sumber *social support*, seperti kerabat dekat agar masalah dan kecemasan yang dirasakan individu dapat teratasi dengan tepat dan baik. Konsep dari *social support* menunjukkan bahwa terdapat suatu pihak yang memberikan sebuah dukungan pada individu yang sedang mengalami stres. Beberapa hal yang dapat mengubah pengalaman stres yang alami oleh individu, yaitu hubungan dengan lingkungan sosial, *social support* yang diterima, serta integrasi terkait jaringan sosial yang dimiliki (Sari, Lestari, & Yulianti, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriana, dkk (2021) menemukan bahwa terdapat pengaruh negatif *social support* terhadap tingkat kecemasan pada dewasa awal di Kota Makassar. Hal tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi

social support yang dimiliki individu, maka dapat menurunkan tingkat kecemasan individu. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *social support* yang dimiliki, maka akan semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan. Hal tersebut dapat terjadi karena *social support* yang rendah dapat meningkatkan kecemasan individu yang dapat berdampak pada kehidupan sehari-hari atau kondisi psikologis individu (Sarason, 1985). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hasanah & Rozali (2021) terkait tingkat kecemasan pengangguran terdidik yang belum mendapatkan pekerjaan memperoleh hasil bahwa individu cenderung mengalami stres sehingga menimbulkan kecemasan yang memengaruhi kondisi psikologisnya. Hal tersebut terjadi karena kurangnya dukungan yang diterima dari lingkungan dan tekanan diri individu terkait kondisi menganggur yang dapat menimbulkan masalah pada penyesuaian diri sehingga menyebabkan kecemasan.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dijelaskan bahwa *social support* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada individu. Dukungan yang diterima oleh individu dapat mencerminkan banyaknya hubungan dan kualitas hubungan yang terjalin dalam menghadapi masalah yang memunculkan kecemasan. Namun, fakta lain menyebutkan bahwa *social support* yang rendah dapat meningkatkan kecemasan dan berdampak pada kondisi psikologis individu.

Berdasarkan temuan di atas, maka dapat diuraikan menjadi tiga gejala. Gejala yang pertama, yaitu individu lulusan terdidik perguruan tinggi dipandang memiliki pengetahuan dan kemampuan yang lebih luas sehingga berpeluang lebih besar untuk mendapatkan pekerjaan. Namun, pada kenyataannya masih banyak individu lulusan terdidik perguruan tinggi yang belum mendapatkan pekerjaan atau yang disebut dengan pengangguran terdidik. Gejala yang kedua, yaitu

social support memiliki kontribusi terhadap dewasa awal. Individu yang memiliki dan mampu mengandalkan jaringan dari *social support* dengan baik mampu mengatasi keluhan atas permasalahan yang dihadapi. Namun, fakta lain ditemukan bahwa terdapat pengangguran terdidik yang memiliki *social support* yang rendah. Gejala yang ketiga, yaitu *social support* yang tinggi dapat menurunkan tingkat kecemasan. Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan dapat diminimalisir dengan mendapatkan *social support* dari lingkungan. Namun, fakta lain menyatakan bahwa *social support* yang rendah mampu meningkatkan kecemasan dan hal tersebut berdampak pada kondisi psikologi individu.

Oleh karena itu peneliti berasumsi bahwa *social support* berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar?

1.3. Maksud, Tujuan, dan Manfaat Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maksud dari penelitian ini adalah untuk mengungkapkan pengaruh dari *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.

1.4. Manfaat Penelitian

Terdapat dua jenis manfaat dari penelitian ini, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan keilmuan Psikologi, khususnya dibidang ilmu Psikologi Klinis.

1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan penemuan dan wawasan yang baru terhadap peneliti khususnya dibidang keilmuan Psikologi Klinis, serta implikasi teori yang didapatkan selama penelitian dilaksanakan terutama terkait *social support* dan tingkat kecemasan pengangguran terdidik.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya berupa rancangan intervensi yang berkaitan dengan *social support* dan tingkat kecemasan pengangguran terdidik.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang baru pada individu terhadap *social support* yang dimiliki memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik.
- d. Penelitian ini juga membuka peluang penelitian selanjutnya untuk memberikan intervensi pengangguran terdidik tingkat yang memiliki kecemasan yang tinggi agar memiliki *social support* yang lebih baik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Dukungan Sosial (Social Support)

2.1.1. Definisi Dukungan Sosial (Social Support)

Zimet (1988) mendefinisikan *social support* merupakan cara individu dalam menafsirkan ketersediaan sumber dukungan yang berperan sebagai penahan gejala dari peristiwa stres. *Social support* tersebut diberikan oleh individu lain sehingga dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dipedulikan ketika dirinya memiliki sebuah masalah. Selain itu *social support* merupakan cara yang diberikan individu kepada individu lain untuk membantu dalam mengatasi masalah. Jaringan sosial yang dapat menjadi sumber *social support* tersebut adalah keluarga, teman sebaya, teman dekat, tetangga, guru, dan tenaga profesional, serta *significant others*.

Sarason (1985) mendefinisikan *social support* sebagai perilaku yang mendukung berupa informasi sehingga individu dapat merasa dirawat dan dicintai, serta terjadinya transaksi interpersonal yang melibatkan perhatian emosional (menyukai, cinta, empati), bantuan instrumental (barang atau jasa), dan informasi tentang lingkungannya, penilaian (informasi yang relevan dengan evaluasi diri).

Cohen (2000) mendefinisikan bahwa *social support* merupakan pertolongan dan dukungan individu yang diperlukan individu lewat interaksi antara individu lain, sehingga dukungan yang diterima tersebut dapat mengurangi tekanan psikologis ketika individu sedang menghadapi sebuah masalah.

Berdasarkan definisi *social support* yang dikemukakan beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa *social support* merupakan sebuah bentuk dukungan yang diberikan kepada individu yang sedang membutuhkan pertolongan sehingga individu dapat merasa nyaman, bernilai, dicintai, dan diakui dalam satu kelompok sosial. *Social support* tersebut dapat berasal dari keluarga, teman, kerabat, dan individu yang berada di lingkungan sosialnya seperti tempat kerja dan sekolah/ perguruan tinggi. *Social support* dapat berfungsi untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh individu ketika sedang menghadapi sebuah masalah dalam kehidupan sehari-hari.

2.1.2. Dimensi Dukungan Sosial (*Social Support*)

Cohen (1992) menjelaskan bahwa terdapat empat dimensi *social support*, yaitu:

a) *Appraisal Support* (memecahkan masalah atau menguraikan stresor)

Dimensi ini berupa ketersediaan individu untuk memberikan pengetahuan atau informasi yang bermakna untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalah. Individu juga merasa dapat bergantung pada lingkungannya untuk mendapatkan petunjuk yang didapatkan berupa saran, nasihat, arahan, *feedback* terkait hal yang sebaiknya dilakukan individu.

b) *Belonging support* (penerimaan dalam satu bagian atau satu kelompok)

Dimensi ini merujuk pada ketersediaan individu untuk terlibat sehari-hari dalam hal menghabiskan waktu bersama individu lainnya serta mampu memberikan rasa aman dan nyaman pada saat individu menghadapi masa-masa sulit. Dukungan ini dapat memberikan rasa kepemilikan dalam sebuah kelompok sosial dalam bentuk rekreasi bersama. *hangout*, dan olahraga bersama. Hal tersebut dapat membuat individu merasakan empati, kepedulian, rasa perhatian

yang penuh sehingga individu dapat merasa nyaman, aman, dicintai, dan merasa menjadi bagian dari kelompok.

c) *Tangible Support* (bantuan nyata menyelesaikan masalah)

Dimensi ini merujuk pada bantuan secara langsung, praktis, dan cenderung dukungan berupa materi atau fasilitas, seperti pinjaman uang, alat transportasi, memberi makan, membantu dalam menyelesaikan tugas-tugas, dan bentuk bantuan lainnya.

d) *Self-Esteem Support* (dukungan pandangan diri yang baik tentang dirinya)

Dimensi ini menunjukkan bahwa hubungan sosial dapat membantu individu untuk merasa menjadi lebih baik mengenai dirinya, keterampilan dan kemampuannya yang diekspresikan dengan penghargaan dan perbandingan positif. Hal tersebut dapat berupa ketersediaan individu untuk mendengarkan dengan penuh empati ketika individu sedang menghadapi sebuah masalah. Dukungan ini dapat memberikan rasa nyaman, penerimaan, dan rasa dicintai berupa empati, kepedulian, penghargaan positif, dorongan semangat kepada individu, perasaan yang lebih baik mengenai dirinya, serta membuat individu merasa menjadi lebih berharga.

Keempat dimensi tersebut muncul karena adanya persepsi dari individu bahwa terdapat individu lain yang akan membantu bila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah. *Social support* yang dibutuhkan setiap individu akan berbeda-beda dan hal tersebut disesuaikan dengan keadaan *stressful* dari masing-masing individu. Selain itu *social support* yang diterima dengan baik dapat membantu individu terhindar dari dampak stres dalam situasi yang menekan (Dermawan & Fun, 2019).

2.1.3. Sumber Dukungan Sosial (*Social Support*)

Zimet dkk, (1988) menjelaskan bahwa terdapat tiga sumber dari *social support*, yaitu:

a) Keluarga

Social support yang bersumber dari keluarga dapat berasal dari orang tua, kakek, nenek, saudara kandung, dan lainnya yang bertujuan untuk memperoleh kasih sayang dan memperoleh dukungan emosional seperti rasa empati, selalu ada mendampingi individu ketika mengalami permasalahan, dan keluarga menyediakan suasana yang hangat di keluarga dapat membuat individu merasa diperhatikan, nyaman, diperdulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga individu akan lebih mampu menghadapi masalah dengan lebih baik. Selain itu, adanya dukungan penghargaan dapat berupa pemberian apresiasi ketika individu mencapai suatu keberhasilan, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

b) Teman

Social support yang bersumber dari teman dapat berasal dari teman main, orang yang dicintai, sahabat, pasangan, dan teman sebaya. Tujuan dari dukungan yang diberikan teman, yaitu agar individu mendapatkan bantuan pada perkembangan emosional individu bersama dengan teman sebaya, serta dapat membentuk sebuah kelompok yang memudahkan individu dalam melakukan kegiatan bersama, serta berbagi bersama. Adapun komponen dari aspek dukungan teman meliputi *instrumental support*, yaitu *instrumental support* yang meliputi *reliable alliance* (ketergantungan yang dapat diandalkan) dan *guidance* (bimbingan). Komponen kedua, yaitu *emotional support* yang meliputi *reassurance of worth*

(pengakuan positif), *social integration* (integrasi sosial), *emotional attachment* (kedekatan emosional), *opportunity to provide nurturance* (kesempatan untuk mengasuh).

c) *Significant others*

Social support yang bersumber dari *significant others* dapat diberikan oleh individu yang berarti dalam kehidupannya sehingga individu dapat kenyamanan, berharga, dan dihormati. Dukungan yang berasal dari individu yang spesial memiliki peran untuk membantu mengelola kondisi psikologis dan bantuan individu dalam menguasai beban emosional. Kehadiran *significant others* ini dapat menjadi tempat untuk berbagi tugas, menjadi sumber daya dari berbagai aspek kehidupan seperti material, persediaan, keterampilan, dan bimbingan kognitif tambahan untuk dapat membantu individu menangani berbagai situasi dalam kehidupan.

2.1.4. Faktor-Faktor Dukungan Sosial (*Social Support*)

Terdapat tiga faktor yang dapat memengaruhi *social support*, yaitu (Sarafino & Smith, 2014):

a) Penerima Dukungan (*Potential Receipients of Supports*)

Terdapat perbedaan pemikiran yang dimiliki oleh individu dalam menerima bantuan dan dukungan yang diberikan oleh individu lain. Terdapat individu yang memiliki ketegasan untuk mandiri dan tidak bergantung pada individu lainnya. Selain itu terdapat individu yang memiliki perasaan malu dan segan untuk menyatakan bahwa dirinya membutuhkan bantuan karena merasa tidak ingin membebani individu lain, serta ada juga yang merasa kebingungan pada siapa harus meminta bantuan. Individu yang kesulitan dalam mendapatkan bantuan

karena terlihat tidak ramah, tertutup, dan tidak dapat menghargai orang lain juga dapat menjadi pertimbangan untuk memberi dukungan memberikan bantuan.

b) Pemberi Dukungan (*Potential Providers of Supports*)

Penyedia dukungan hanya memberikan sebuah pertolongan sesuai dengan yang dibutuhkan penerima dukungan. Hal tersebut terjadi karena ketika pemberi dukungan memberikan pertolongan yang tidak sesuai dengan yang dibutuhkan, maka akan menimbulkan stres dan tertekan pada salah satu atau kedua belah pihak. Selain itu pemberi dukungan dalam memiliki kendala dalam memberikan sebuah pertolongan apabila tidak memiliki sumber daya yang diperlukan, sedang berada di bawah tekanan dan membutuhkan waktu untuk mengatasi masalah tersebut, tidak memiliki kepekaan terhadap pertolongan yang dibutuhkan individu lain, serta kesulitan lainnya dalam memberikan dukungan kepada individu yang membutuhkannya.

c) Struktur Jaringan Sosial

Hal ini berhubungan dengan jaringan sosial yang dimiliki individu dengan individu lainnya dalam keluarga dan lingkungan sekitarnya. Hubungan dalam struktur jaringan ini bervariasi dalam ukuran (banyaknya hubungan yang dimiliki individu, frekuensi (seberapa sering individu berhubungan dengan individu lainnya), komposisi (siapa saja yang berhubungan dengan individu), dan kedekatan hubungan yang dimiliki.

2.2. Kecemasan (*Anxiety*)

2.2.1. Definisi Kecemasan (*Anxiety*)

Istilah kecemasan (*anxiety*) dalam Bahasa Latin, yaitu *angustus* yang memiliki arti kaku, dan *ango, anci* yang berarti mencekik. Steven Schewartz (Annisa & Ildil, 2016) menjelaskan bahwa kecemasan berasal dari kata Latin, yaitu *anxius*

yang memiliki arti penyempitan atau pengecilan. Kecemasan memiliki persamaan gejala dengan perasaan takut, yaitu penurunan terhadap kemampuan fokus. Ketakutan merupakan respons terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai dengan adanya ketakutan terhadap bahaya yang belum tentu terjadi atau akan terjadi di masa depan. Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat somatik ketegangan, seperti jantung berdetak lebih kencang, berkeringat, dan sulit bernapas.

Sarason (1985) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan bagian dari tiap pribadi individu, terutama ketika sedang dihadapkan pada situasi yang tidak jelas dan tidak menentu. Situasi yang mengancam dan sebuah *stressor* merupakan hal yang membuat sebagian besar individu mengalami kecemasan dan ketegangan. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi kecemasan individu adalah keadaan pribadi individu, tingkat pendidikan, pengalaman yang tidak menyenangkan, serta *social support*.

Kecemasan adalah keadaan emosional berlebihan dan bertahan lama yang terjadi ketika individu mengantisipasi situasi pada masa depan yang tidak menyenangkan secara pribadi, tidak dapat diprediksi, dan tidak terkendali sehingga dapat menjadi sebuah ancaman. Perasaan takut yang dirasakan oleh individu akan memunculkan kecemasan yang dapat ditandai dengan empat gejala, yaitu gejala fisik, gejala kognitif, gejala perilaku, dan gejala emosional (Beck, 2012).

Kecemasan merupakan kondisi umum dan respons normal yang dirasakan individu berupa ketakutan dan perasaan tidak nyaman terhadap sebuah ancaman. Kecemasan akan menjadi abnormal apabila kecemasan tersebut

melebihi proposi dari ancaman yang sedang dihadapi atau kecemasan tersebut muncul tanpa sebab yang bukan merupakan respons dari sebuah perubahan lingkungan (Nevid, 2014).

Kecemasan merupakan kondisi umum ketika individu sedang berada dalam situasi bahaya atau tidak dikenali sehingga individu akan cenderung merasakan sebuah ketakutan. Apabila kecemasan tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang singkat, emosi yang dirasakan akan bersifat adaptif karena akan memberikan sebuah tenaga pada individu untuk menghadapi situasi yang berbahaya. Pada situasi tertentu, perasaan takut dan cemas yang dirasakan tersebut tidak berhubungan dengan bahaya yang sesungguhnya, atau perasaan takut dan cemas tersebut tetap dirasakan walaupun penyebab atau situasi bahaya tersebut telah usai. Hal tersebut dapat menjadi penyebab sebuah gangguan kecemasan yang ditandai dengan adanya perasaan cemas, takut, dan khawatir yang menetap, ketidaknyamanan, sulit berkonsentrasi, dan tanda-tanda ketegangan otot (Wade, 2014).

Durand, Barlow, & Hofmann (2019) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan suasana hati (*mood*) yang ditandai dengan adanya afek negatif dan gejala ketegangan sehingga individu akan mengantisipasi kemungkinan adanya bahaya yang akan datang dengan perasaan khawatir. Kecemasan dapat berupa perasaan tidak nyaman yang bersifat subjektif, munculnya perilaku seperti tampak gelisah dan takut, serta respons fisiologis yang diproses dalam otak kemudian diperintahkan berupa denyut jantung berdetak lebih cepat dan ketegangan otot.

Berdasarkan beberapa definisi kecemasan oleh beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman akibat situasi

yang dianggap sebagai ancaman atau bahaya dari perubahan lingkungan yang terjadi sehingga akan memunculkan perasaan takut, khawatir, gelisah yang ditunjukkan oleh respons fisiologis, seperti detak jantung berdetak lebih cepat, berkeringat hebat, sulit fokus, dan ketegangan otot.

2.2.2. Jenis-Jenis Kecemasan (Anxiety)

Peplau (Sari, 2020) menjelaskan bahwa terdapat empat tingkatan pada kecemasan, yaitu:

a. Kecemasan Ringan

Kecemasan pada tingkat ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari yang dapat digunakan menjadi motivasi belajar, menjaga kesehatan, dan hal lainnya. Gejala psikologis dari kecemasan ringan yang dialami individu adalah persepsi dan perhatian meningkat, lebih waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif, serta adanya kemampuan belajar. Perubahan fisiologis individu dapat ditandai dengan merasa gelisah, sulit tidur, hipersensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

b. Kecemasan Sedang

Kecemasan tingkat sedang masih memungkinkan individu untuk fokus terhadap hal-hal yang penting dan mengesampingkan hal lain sehingga individu dapat lebih selektif akan atensinya (*selective attention*) dan dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. Perubahan fisiologis yang dialami individu dalam kondisi ini adalah napasnya pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah, dan konstipasi. Respon kognitif yang dialami individu adalah persepsi lebih sempit, tidak mampu menerima stimulus dari luar, dan hanya berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya.

c. Kecemasan Berat

Kecemasan tingkat berat sangat memengaruhi persepsi individu sehingga dapat lebih fokus terhadap hal-hal yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir akan hal lain. Semua perilaku yang muncul pada individu bertujuan untuk mengurangi ketegangan akibat kecemasan yang dirasakan. Gejala dari kecemasan berat adalah persepsi individu yang dapat menurunkan kemampuan fokus individu pada hal yang spesifik, atensi yang sangat terbatas, konsentrasi terganggu atau tidak dapat menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif. Ketika individu mengalami kecemasan berat, gangguan fisik yang dapat terjadi adalah sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun besar, dan diare. Individu juga akan mengalami ketakutan dan fokusnya hanya terpusat kepada dirinya.

d. Panik

Kecemasan yang telah mencapai tingkat panik akan berhubungan dengan perasaan takut, terperangah, dan teror. Individu dapat kehilangan kendali, mengalami panik, dan tidak dapat melakukan sesuatu. Ketika individu mengalami panik, aktivitas motoriknya akan meningkat, akan tetapi kemampuan sosialisasinya akan menurun, persepsinya menyimpang, dan bahkan kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak berhubungan dengan kehidupan sehari-hari individu dan jika berlangsung dengan lama maka dapat terjadi kelelahan bahkan kematian.

2.2.3. Ciri-Ciri Kecemasan (*Anxiety*)

Terdapat tiga ciri simtom pada kecemasan, yaitu (Nevid, 2014):

- a) Ciri fisik yang berupa kegelisahan, kecemasan, gemetar, sesak di bagian perut dan dada, berkeringan hebat, telapak tangan berkeringat, sakit kepala atau rasa ingin pingsan, mulut dan tenggorokan terasa kering, napas tersengal-sengal, jantung berdegup lebih kencang, jari atau anggota tubuh lainnya terasa dingin, dan mual merupakan beberapa dari banyaknya gejala fisik dari individu ketika mengalami kecemasan.
- b) Ciri perilaku yang berupa perilaku menghindar, perilaku bergantung, dan perilaku gelisah.
- c) Ciri kognitif yang berupa kekhawatiran, merasa takut atau cemas akan masa depan atau hal yang belum tentu akan terjadi, terlalu memikirkan atau menjadi lebih sangat waspada dengan sensasi yang muncul di tubuh, takut kehilangan kendali diri, memikirkan masalah yang mengganggu secara terus-menerus, memiliki pikiran yang membingungkan, sulit berkonsentrasi atau sulit memfokuskan pemikirannya menjadi lebih spesifik, dan berpikir bahwa segala sesuatu akan menjadi tidak terkendali.

Kecemasan dapat diukur dengan pengukuran tingkat kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan. Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya gejala pada individu yang mengalami kecemasan. Terdapat dua aspek kecemasan, yaitu aspek psikologis yang meliputi perasaan cemas, ketakutan, gangguan kecerdasan, serta aspek fisiologis yang meliputi gangguan tidur, gejala somatic

(otot), gejala somatic (sensorik), gejala kardiovaskuler, gejala respirator, gejala gastrointestinal (pencernaan), gejala otonom (sistem pengeluaran), dan perilaku sesaat. Terdapat 14 gejala yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan, yaitu (Hamilton, 1959):

1. Perasaan cemas: Firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung.
2. Ketegangan: Merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah terganggu dan lesu.
3. Ketakutan: Takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila tinggal sendiri dan takut pada binatang besar.
4. Gangguan tidur: Sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas dan mimpi buruk.
5. Gangguan kecerdasan: Penurunan daya ingat, mudah lupa dan sulit konsentrasi.
6. Perasaan depresi: Hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, perasaan tidak menyenangkan sepanjang hari.
7. Gejala somatik: Nyeri pada otot-otot dan kaku, gertakan gigi, suara tidak stabil dan kedutan otot.
8. Gejala sensorik: Perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat serta merasa lemah.
9. Gejala kardiovaskuler: Nyeri di dada, denyut nadi mengeras dan detak jantung hilang sekejap.
10. Gejala pernapasan: Rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek.

11. Gejala gastrointestinal: Sulit menelan, obstipasi, berat badan menurun, mual dan muntah, nyeri lambung sebelum dan sesudah makan, perasaan panas di perut.
12. Gejala urogenital: Sering buang air kecil, tidak dapat menahan kencing, aminorea, ereksi lemah atau impotensi.
13. Gejala otonom: Mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, bulu roma berdiri, pusing atau sakit kepala.
14. Tingkah laku sesaat: Gelisah, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi.

2.2.4. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Kecemasan (*Anxiety*)

Bakar (Kristanto dkk, 2014) menjelaskan bahwa terdapat aspek-aspek yang memengaruhi kecemasan, yaitu:

1) Aspek Fisiologis

Ciri-ciri kecemasan dari aspek fisiologis meliputi meningkatnya tekanan darah, kaki dan tangan terasa dingin, mudah berkeringat dalam jumlah yang banyak, denyut jantung meningkat, muka memucat, mengalami gangguan pencernaan sehingga menyebabkan sakit perut, gangguan tidur, mudah pusing, menurunnya napsu makan, sering merasa mual, gangguan pada lambung, dan sesak napas.

2) Aspek Psikologis

Ciri-ciri kecemasan dari aspek psikologis, yaitu mudah gelisah, tegang, mudah marah dan bingung terhadap hal yang sedang dihadapi, merasa tidak berdaya, dan merasa tidak berguna. Selain itu, individu juga mudah kehilangan perhatian dan mudah tertekan, mudah kehilangan gairah, tidak percaya diri, ingin lari dari kenyataan, merasa tidak aman dan nyaman, serta tidak mampu menyesuaikan diri.

2.2.5. Dimensi Kecemasan (*Anxiety*)

David Sue, Derald Wing Sue, dan Stanly Sue (Linawati, Siallagan, Kartika, & Tarigan, 2021) menjelaskan terdapat empat dimensi kecemasan, yaitu:

a) Dimensi Kognitif

Dimensi kognitif yang terjadi dalam pikiran individu merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dalam pikiran individu sehingga dapat mengalami perasaan risau dan khawatir, mulai dari tingkat kekhawatiran ringan menjadi panik, cemas, malapetaka, kiamat, serta kematian. Ketika sedang mengalami kecemasan dimensi ini, individu akan mengalami penurunan konsentrasi, tidak dapat mengambil keputusan, dan kesulitan untuk tidur. Indikator pada dimensi ini adalah sulit tidur di malam hari yang menyebabkan mudah bingung dan lupa.

b) Dimensi Motorik

Dimensi motorik yang terjadi dalam tindakan individu merupakan perasaan yang tidak menyenangkan muncul dalam bentuk tingkah laku. Individu yang cemas cenderung menunjukkan pergerakan secara acak dengan beberapa indikator, seperti meremas jari-jari dan tangan, gemetar, tidak dapat duduk atau berdiri dengan tenang, mengigit bibir atau menjentikkan kuku, *tics* (gerakan atau ucapa yang dilakukan secara berulang kali, bersifat tidak sengaja dan di luar kendali diri individu).

c) Dimensi Somatis

Dimensi somatis dalam reaksi fisik atau biologis merupakan perasaan yang tidak menyenangkan muncul dengan indikator seperti mulut terasa kering, kesulitan bernapas, jantung berdebar, tekanan darah naik, otot tegang terutama kepala, leher, bahu, dan dada, serta sulit mencerna makanan.

d) Dimensi Afektif

Dimensi afektif dalam hal emosi individu merupakan perasaan yang tidak menyenangkan muncul dalam bentuk emosi, perasaan tegang yang disebabkan oleh luapan emosi berlebihan. Hal tersebut dapat terjadi dalam bentuk kegelisahan atau kekhawatiran individu ketika berhadapan dengan bahaya yang sebenarnya tidak terjadi. Indikator dalam kecemasan ini adalah merasa tidak pasti, merasa tidak enak atau gelisah, dan gugup.

2.3. Pengangguran Terdidik

2.3.1. Definisi Pengangguran Terdidik

Pengangguran terdidik merupakan keadaan individu yang masuk ke dalam angkatan kerja berpendidikan menengah ke atas yang tidak memiliki pekerjaan. Hal tersebut terjadi karena ketidakselarasan antara perencanaan pembangunan pendidikan dengan perkembangan lapangan kerja (Cahyani, 2014). Pengangguran terdidik merupakan individu yang memiliki kualifikasi lulusan pendidikan cukup, namun masih belum memiliki pekerjaan. Kategori lulusan pendidikan yang cukup adalah individu yang memiliki pendidikan menengah ke atas, yaitu SMA, program diploma, dan universitas (Pasay & Indrayanti, 2012).

Pengangguran terdidik adalah pengangguran di antara penduduk yang berpendidikan (terdidik) dan terjadi akibat adanya penyesuaian tenaga kerja bagi individu yang baru menyelesaikan pendidikan. Pengangguran terdidik mengacu pada kelompok pengangguran terbuka yang berpendidikan menengah (SMU/sederrajat) dan berpendidikan tinggi di atasnya. Faktor pendorong terjadinya pengangguran terdidik, yaitu struktur upah yang sangat lambat, khususnya pada sektor jasa yang merupakan lapangan kerja bagi pekerja terdidik. Tingkat kelulusan pendidikan yang tinggi tidak sesuai dengan

kesempatan kerja yang sesuai dengan latar belakang pendidikan individu juga merupakan faktor penyebab terjadinya pengangguran terdidik. Hal tersebut terjadi karena individu yang baru menyelesaikan pendidikannya akan cenderung untuk menunggu hingga mendapatkan pekerjaan yang dapat memberikan balas jasa yang lebih baik dibandingkan dengan penerimaan pekerjaan dengan upah yang rendah (R, 2011).

Pengangguran terdidik merupakan individu yang telah lulus pendidikan dan ingin mendapatkan pekerjaan namun belum memperolehnya. Individu yang masuk dalam kelompok pengangguran terdidik ini merupakan individu menengah ke atas yang memungkinkan terdapat janin keberlangsungan hidup meski menganggur. Pengangguran terdidik ini menjadi masalah bagi negara karena berkisar pada masalah mutu pendidikan, kesiapan tenaga kerja pendidik, fasilitas dan pandangan masyarakat. Pendidikan dapat berfungsi sebagai persiapan sebagai sarana untuk meningkatkan kesejahteraan melalui pemanfaatan kesempatan kerja yang tersedia. Hal tersebut menyebabkan semakin tinggi pendidikan yang dimiliki oleh individu maka akan semakin tinggi pula harapan individu untuk mendapatkan kesempatan pekerjaan yang sesuai dengan latar belakang pendidikannya (Rahmatullah, 2020).

Hurlock (1971) menjelaskan bahwa terdapat tiga tingkatan pengangguran terdidik, yaitu yang pertama pengangguran atas dasar suka rela sehingga individu tidak memiliki keterpaksaan ketika memiliki status pengangguran terdidik. Hal yang kedua, yaitu lamanya jangka waktu menganggur yang dialami oleh individu dapat berdampak pada kondisi psikologisnya karena semakin panjang jangka waktu menganggur maka akan semakin memengaruhi kondisi psikologis yang dapat memunculkan kecemasan. Hal yang ketiga adalah ketika

individu memiliki perilaku defensif dan cenderung menyalahkan diri sendiri karena kegagalan mendapatkan pekerjaan yang menyebabkan individu menganggur.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pengangguran terdidik merupakan individu dengan lulusan pendidikan menengah ke atas yang belum mendapatkan pekerjaan. Faktor yang dapat mempengaruhi pengangguran terdidik ini, yaitu tingginya tingkat kelulusan pendidikan yang tinggi tidak sesuai dengan kesempatan kerja yang sesuai dengan latar belakang pendidikan individu. Hal tersebut dapat menjadi sebuah masalah pendidikan pada negara karena adanya pandangan masyarakat terhadap tenaga kerja terdidik, mutu pendidikan, dan kesiapan tenaga kerja terdidik. Ketika faktor penyebab tersebut terus terjadi maka terdapat kemungkinan tingkat pengangguran terdidik akan semakin meningkat.

2.3.2. Pengangguran Usia Muda Terdidik

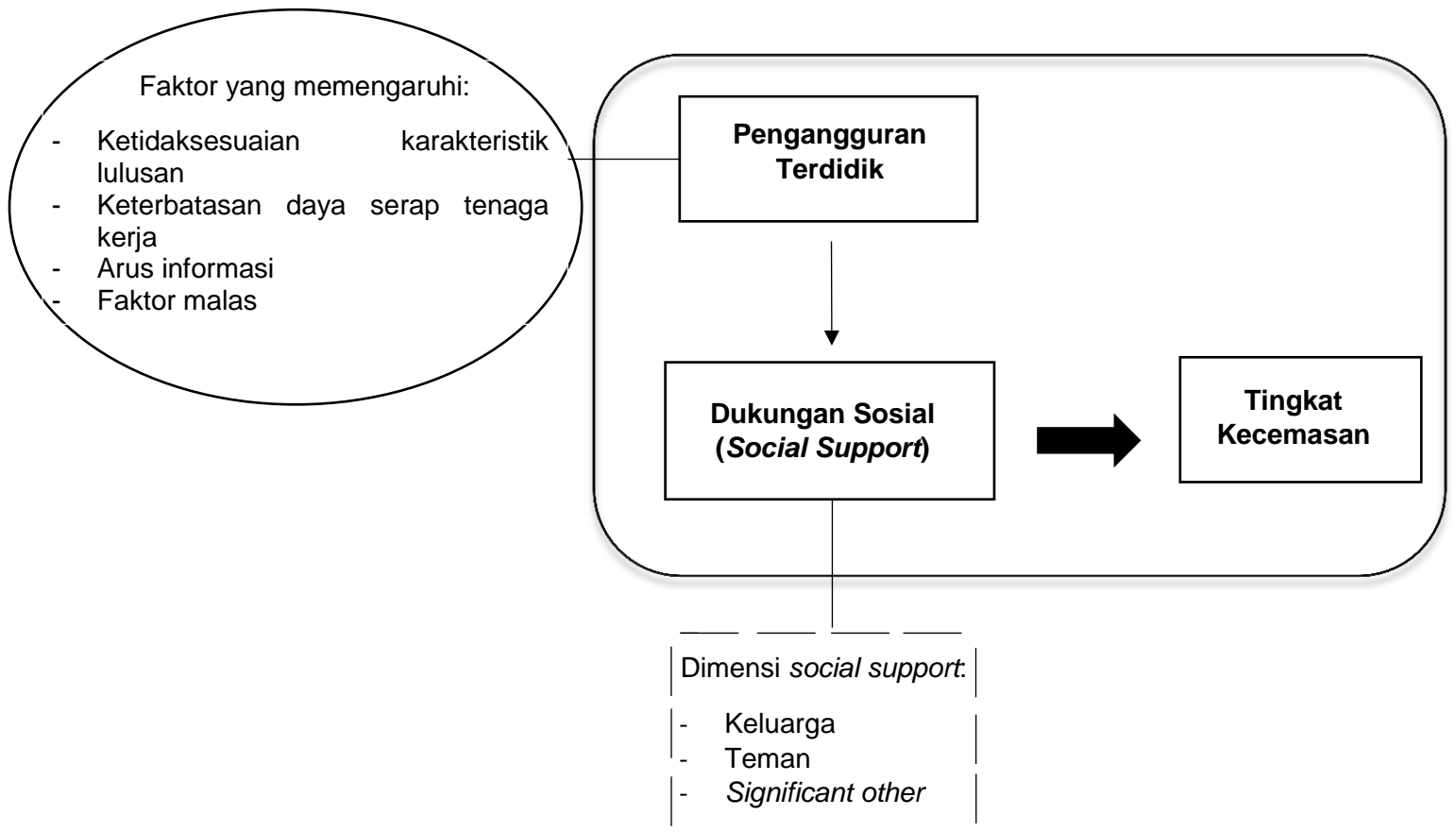
Pengangguran terdidik (*educated unemployment*) merupakan keadaan individu yang masuk ke dalam angkatan kerja berpendidikan menengah ke atas yang sedang mencari atau belum memiliki pekerjaan (Mankiw, 2000). Pengangguran usia muda terdidik merupakan gabungan dari dua hal, yaitu pengangguran terdidik dan pengangguran usia muda. Individu yang mengalami pengangguran di usia muda mengarah pada kelompok produktif (Apriliansyah, Fitri, Sofyan, Hakim, & Siagian, 2021). Ketika memasuki fase dewasa awal, individu diharapkan sudah memiliki pekerjaan tertentu. Lulusan universitas diharapkan dapat membantu dalam memperbaiki masalah pendidikan karena semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin besar pula peluang individu mendapatkan pekerjaan (Islamia, 2017). Namun, terdapat faktor yang mempengaruhi individu belum mendapatkan pekerjaan walaupun memiliki latar

belakang pendidikan atau dikatakan lulusan terdidik universitas. Hal tersebut terjadi karena adanya tekanan-tekanan dari lingkungan ataupun dari diri sendiri yang membuat individu lebih sulit memperoleh pekerjaan (Isnaini dkk, 2015). Individu yang dinyatakan lulus dari universitas memiliki rentang usia dimulai dari 20 tahun sehingga pada usia tersebut individu dapat menjadi pengangguran terdidik (Maryati, 2015).

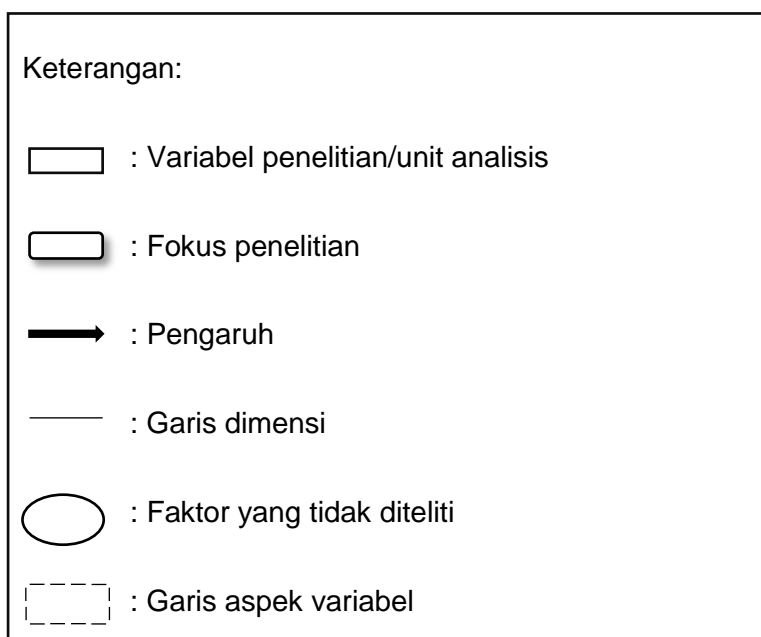
Ritongan (Rahmatullah, 2020) menjelaskan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya pengangguran terdidik, yaitu:

- a. Terdapat ketidaksesuaian antara karakteristik lulusan yang memasuki dunia kerja yang bersifat geografis, jenis pekerjaan, orientasi status, dan masalah keahlian yang dimiliki oleh individu.
- b. Keterbatasannya daya serap tenaga kerja disektor formal yang ditandai dengan tenaga kerja terdidik yang jumlahnya cukup besar sehingga akan memberikan tekanan pada kesempatan kerja pada sektor formal yang jumlahnya lebih kecil.
- c. Terdapat arus informasi tenaga kerja yang tidak sempurna dan lancar sehingga menyebabkan banyak angkatan kerja terdidik bekerja di luar bidangnya. Selain itu, terdapat faktor gengsi yang menyebabkan lulusan terdidik memilih untuk menganggur karena pekerjaan yang tersedia tidak sesuai dengan bidangnya.
- d. Terdapat faktor malas yang menjadi salah satu faktor penyebab tingginya angka pengangguran terdidik di Indonesia.

2.4. Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual



Kerangka konseptual di atas menggambarkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran dari pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik. Subjek dari penelitian ini adalah pengangguran terdidik di Kota Makassar. Kerangka konseptual dapat dijelaskan sebagai berikut.

Salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah menentukan jalan dan tujuan hidup dengan mendapatkan pekerjaan. Pada masa dewasa awal ini juga individu melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi dan telah meraih gelar kesarjaan. Individu yang memilih untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi mengharapkan memiliki peluang pekerjaan yang lebih tinggi karena kemampuan yang didapatkan selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memberikan landasan untuk pengembangan diri serta memanfaatkan segala sarana dan prasarana individu dalam menyelesaikan tugas dalam pekerjaan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tamatan pendidikan individu, maka akan semakin tinggi pula kemampuan dan kesempatan kerja karena individu dianggap dapat menggambarkan kualitas yang tinggi sehingga kesempatan bekerja semakin besar dan dapat meminimalisir pengangguran. Namun, pada kenyataannya tidak sedikit individu yang telah lulus dari perguruan tinggi tersebut kesulitan dalam mencari kerja dan akhirnya menganggur. Individu yang masuk dalam angkatan kerja berpendidikan tinggi yang sedang atau belum mendapatkan pekerjaan disebut dengan pengangguran terdidik.

Individu lulusan terdidik perguruan tinggi yang diharapkan berpeluang lebih besar mendapatkan pekerjaan dapat menyebabkan masalah yang dapat memengaruhi kondisi psikologis. Tekanan dalam mencari pekerjaan pada

pengangguran terdidik mengakibatkan penurunan penghargaan dan kepercayaan diri yang menimbulkan kecemasan karena belum mendapatkan pekerjaan. Kecemasan yang ditunjukkan oleh individu seperti mengalami kesulitan untuk tidur, mudah marah, sulit berkonsentrasi, dan mudah tersinggung. Kondisi tersebut terjadi karena stres yang dirasakan akibat menganggur bukan hanya berdampak pada finansial, tetapi akibat dari adanya konsep diri menganggur. Penelitian yang dilakukan oleh Ikawati (2019) memperoleh hasil bahwa terdapat dampak psikologis yang diterima oleh pengangguran terdidik, yaitu perasaan tidak enak dengan keluarga dan lingkungan, perasaan serba salah, perasaan malu, ada beban moral, perasaan tidak berguna, mudah tersinggung dan kurang percaya diri. Selain itu, ketidanyamanan pikiran yang memunculkan perasaan takut dalam menghadapi masa depan.

Salah satu faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan, yaitu faktor lingkungan sosial. Faktor ini meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respons takut pada individu lain, serta kurangnya *social support*. *Social support* merupakan perilaku yang mendukung berupa informasi sehingga individu dapat merasa dirawat dan dicintai, serta terjadinya transaksi interpersonal. *Social support* mengkonseptualisasikan sebuah dukungan sebagai bagian dari banyaknya hubungan dan kualitas hubungan yang terjalin dalam mencerminkan masa stres. Hal tersebut membuat *social support* tersebut akan memberikan kualitas hubungan antar individu terkait ketersediaan bantuan dalam mendapatkan pekerjaan terutama pada pengangguran terdidik. Penelitian yang dilakukan oleh Primandaru (2017) menjelaskan bahwa luasnya *social support* dapat membantu dan memotivasi

tujuan individu dalam memperoleh pekerjaan karena adanya ketersediaan bantuan dalam mendapatkan pekerjaan terutama pada pengangguran terdidik.

Social support tersebut dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu karena ketersediaan bantuan yang diterima dalam menghadapi masalah terutama permasalahan menjadi pengangguran terdidik. Status menganggur tersebut mempengaruhi kondisi psikologis individu sehingga akan menimbulkan masalah pada penyesuaian diri yang menjadi penyebab kecemasan. Oleh sebab itu *social support* memiliki pengaruh pada tingkat kecemasan dalam menghadapi masalah yang menjadi sumber kecemasan pengangguran terdidik. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Isnaini & Lestari (2015) yang menjelaskan bahwa adanya tekanan dari lingkungan dan juga diri individu terkait kondisi menganggur yang dapat menimbulkan masalah pada penyesuaian diri sehingga menyebabkan kecemasan. *Social support* yang dimiliki oleh individu dapat memberikan sebuah dukungan pada individu yang sedang mengalami stres sesuai yang dibutuhkan

Penelitian yang dilakukan oleh memperoleh hasil bahwa Milla (2013) memperoleh hasil bahwa individu lulusan terdidik universitas memiliki harapan yang tinggi untuk bekerja menjadi pegawai atau PNS. Hal tersebut mengartikan bahwa individu bekerja atas dasar inisiatif dan kekuasaan dari individu lain. Individu sulit untuk memilih pekerjaan lainnya karena bentuk *social support* dari keluarga yang dari dulu menganggap bekerja adalah bila anaknya menjadi orang gajian (pegawai). Hal tersebut membuat individu memilih untuk tetap menganggur selama proses mencari pekerjaan yang sesuai dengan keinginannya.

2.5. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis dari penelitian ini, yaitu:

- a) H₀= Ada pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.
- b) H₁= Tidak ada pengaruh *social support* terhadap tingkat kecemasan pengangguran terdidik di Kota Makassar.