

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Kabupaten Aceh Utara adalah salah satu kabupaten di Provinsi Aceh yang menghadapi tantangan dalam hal ketenagakerjaan, seperti pengangguran (Ariyanti, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik (2025) menunjukkan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) di Provinsi Aceh pada Agustus 2025 adalah sebesar 5,64%. Kemudian data dari BPS Provinsi Aceh (2024) menunjukkan TPT di Kabupaten Aceh Utara pada November 2024 adalah sebesar 6,88%. Berdasarkan hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) pada November 2025, tingkat pengangguran lulusan perguruan tinggi adalah sebesar 8,68% dan tercatat sebagai kelompok dengan persentase tertinggi untuk Provinsi Aceh (Redaksi, 2026). Tingkat pengangguran yang tinggi berpotensi menimbulkan dampak yang buruk bagi masyarakat, seperti kemiskinan, terganggunya stabilitas sosial, dan menurunnya produktivitas ekonomi dalam masyarakat (Syukriansyah dkk., 2024).

Pengangguran dapat diartikan sebagai individu yang tidak memiliki pekerjaan namun memiliki keinginan untuk mendapatkan pekerjaan (Kaufman & Hotchkiss, 2003). Mankiw (2015) mengidentifikasi pengangguran sebagai individu yang tidak memiliki pekerjaan, memiliki kesediaan untuk bekerja, serta telah berupaya mencari pekerjaan selama empat minggu terakhir. Jumlah pengangguran di Indonesia didominasi oleh lulusan perguruan tinggi, yang disebut dengan pengangguran terdidik (Setyanti & Finuliyah, 2022).

Lulusan perguruan tinggi pada umumnya berada pada usia rata-rata 22 tahun 6 bulan (Nugroho, 2024). Menurut Hurlock (1980), usia tersebut berada pada tahap dewasa dini atau dewasa awal, yang dimulai dari usia 18 hingga 40 tahun. Dalam tahap ini, salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi individu adalah memperoleh pekerjaan (Havighurst, dalam Hurlock, 1980). Kegagalan individu untuk memperoleh pekerjaan setelah menyelesaikan jenjang pendidikannya ini membuat mereka dikategorikan sebagai pengangguran terdidik (Pratama & Setyowati, 2022)

Pengangguran terdidik ini terjadi karena para lulusan perguruan tinggi tidak memiliki keahlian yang relevan dengan tuntutan lapangan pekerjaan serta minimnya pengalaman mereka sehingga belum siap memasuki dunia kerja (Ramadhina dkk., 2025). Hal tersebut disebabkan oleh kurikulum di perguruan tinggi yang terlalu fokus pada teori dan kurang memberikan keterampilan praktis yang dibutuhkan oleh dunia kerja, serta kurangnya kesempatan untuk mengikuti pelatihan, magang berkualitas, dan koneksi dengan dunia kerja sehingga lulusan perguruan tinggi kurang memiliki pengalaman yang memadai (Manik dkk., 2025).

Selain itu, tingginya angka pengangguran juga terjadi karena melimpahnya sumber daya manusia yang tidak setara dengan kesediaan lowongan kerja atau ketidakseimbangan antara jumlah tenaga kerja dengan peluang perkerjaan, sehingga membuat persaingan untuk mendapatkan pekerjaan semakin ketat (Maisuun & Darmawanti, 2023). Harapan yang terlalu tinggi dari para lulusan terhadap dunia kerja juga menjadi penyebab banyaknya lulusan perguruan tinggi yang belum mendapatkan pekerjaan (Ramadhina dkk., 2025).

Selain berdampak pada bidang ekonomi, pengangguran juga memiliki dampak psikologis seperti stres bahkan depresi yang diakibatkan karena adanya tekanan sosial dan finansial yang mereka rasakan (Yang dkk., 2024). Pengangguran yang berlangsung selama 6 bulan atau lebih, memiliki dampak yang lebih merugikan bagi keadaan psikologisnya (Junna dkk., 2022). Salah satu aspek psikologis yang sangat penting dalam konteks pengangguran yaitu *self-efficacy* (Silva dkk., 2023). Penelitian terdahulu mengatakan bahwa *self-efficacy* dapat mengakibatkan sikap penghindaran, seperti menghindari lingkungan atau pengalaman yang dianggap menantang untuk menghindari kegagalan (Tran, 2024). Individu yang memiliki motivasi yang mengarah pada penghindaran menunjukkan tingkat kesehatan mental yang lebih rendah selama masa pengangguran (Wanberg dkk., 2011).

Self-efficacy ialah keyakinan dalam diri individu terhadap kapasitasnya untuk melakukan berbagai tindakan yang diperlukan untuk meraih tujuan tertentu (Bandura, 1997). *Self-efficacy* termasuk faktor penting yang mempengaruhi bagaimana individu menilai kemampuan mereka dalam mencari pekerjaan, mengatasi berbagai tantangan, dan tetap bertahan dari kegagalan yang dialaminya (Wijikapindho & Hadi, 2021). Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki perencanaan karier yang matang dan cenderung lebih tahan terhadap tekanan dan tantangan yang muncul (Januariadi, 2025).

Peneliti melakukan wawancara awal pada dua subjek yang mengalami kegagalan berkali-kali dalam mencari pekerjaan dan sampai saat ini belum bekerja. Subjek pertama (NY) berusia 23 tahun, Jurusan Manajemen, dan telah lulus dari

perguruan tinggi selama satu tahun. Subjek kedua (MS) berusia 32 tahun, Jurusan Ekonomi Manajemen, dan telah lulus dari perguruan tinggi selama sembilan tahun.

Dari wawancara awal yang dilakukan, didapatkan data berikut:

“Jenis pekerjaan.. dua jenis baru ya.. kayak staf biasa, satu lagi kayak asisten gitu.. takutnya yang tinggi-tinggi gitu gak diterima kan, makanya kita pilih yang di bawah dulu.. susah ya ngelamar kerja sekarang.. gak tau ya, mungkin ada sisi insecure mungkin karena sering gak diterima pekerjaan mungkin ya gitu.. mungkin karenaaa mungkin kemampuan juga kurang yaaa mungkin pengalaman lah.. kalo yang menyatakan kakak ditolak gak ada, cuman kayak pas kakak daftar sampai sekarang gak ada info lebih lanjut gitu, gak ada kepastian antara ditolak atau enggak gitu.. kecewa lah sikit hehehe karena gak diterima” (NY, 22 Oktober 2025)

“Kakak gak ada mencari pekerjaan lagi.. iya, sudah tidak mecari.. kakak ada juga ikut-ikut tes kerja, ikut tes PLN berkali-kali, ikut tes CPNS berkali-kali tapi belum rezeki juga.. kayak PNS nanti kurangnya di nilai ini.. tahun depan tes itu lewat, lain lagi masalahnya, jadi gak lewat-lewat.. sempat juga daftar kerja di PIM, gak juga lewat.. udah pernah lamar secara online, udah secara langsung juga, kan ngelamar ke bank.. gagal gitu ya, pasti sedih.. ya Allah gagal lagi, yaudah lah belum rezeki, gitu.. mungkin ini bukan yang terbaik.. kakak orang yang selalu ngerasa ‘mampu gak ya? bisa gak ya’ nanti kayak misalnya udah ngerasa bisa pun tetap ‘kira-kira nanti kek mana ya?’ terlalu cemas akan hal yang belum terjadi, gitu.. ragu sama diri sendiri” (MS, 23 Oktober 2025)

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada dua orang subjek tersebut, menunjukkan bahwa individu yang mengalami kegagalan berkali-kali dalam mencari pekerjaan cenderung merasa kecewa, sedih, dan adanya perasaan *insecure* yang dirasakan. Selain itu, terdapat perasaan bahwa dirinya kurang dalam hal kemampuan dan pengalaman serta meragukan dirinya sendiri hingga menyebabkan penurunan keinginan untuk mencari pekerjaan. Hal ini juga terlihat dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa lulusan perguruan tinggi dengan *self-efficacy* rendah merasa tidak siap untuk mengatasi masalah dalam

mencari pekerjaan dan merasa ragu dengan kemampuannya untuk bersaing dengan orang lain (Khairiah dkk., 2023).

Selain itu, para pencari kerja juga menghadapi stigma sosial yang membuat mereka semakin sulit mendapat pekerjaan karena timbulnya perasaan malu dan rendah diri yang diakibatkan oleh stigma tersebut. Stigma ini muncul karena orang lain menganggap bahwa para pengangguran memiliki kualitas diri yang rendah dan mereka sadar akan dinilai buruk oleh orang lain (Evanytha dkk., 2022). Rendahnya *self-efficacy* individu akan menjadi penghambat bagi upaya mereka dalam mencari pekerjaan sehingga memperpanjang waktu pengangguran dan dapat berujung pada masalah sosial yang lebih luas seperti meningkatnya angka kemiskinan dan menurunnya kualitas hidup masyarakat (Maisuun & Darmawanti, 2023).

Dampak negatif ini diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya dari Ramadhani dkk. (2025) yang menyatakan bahwa semakin rendah *self-efficacy* yang dimiliki individu, maka semakin rendah pula kesiapan kerja individu tersebut untuk memasuki dunia kerja. Pengangguran jangka panjang dapat membuat individu menjadi semakin tidak peduli (apatis), cenderung tidak berusaha untuk mendapatkan kembali kendali hidupnya, tidak aktif dalam merencanakan masa depan serta mengasingkan diri dari masyarakat sehingga dapat membuat individu ragu untuk mencoba kembali bekerja dengan tidak aktif mencari peluang kerja (Soral dkk., 2024).

Di sisi lain, individu dengan *self-efficacy* yang baik akan lebih percaya diri saat menghadapi kesulitan ketika mencari pekerjaan, lebih gigih dalam upaya mereka, dan lebih mampu pulih dari kegagalan-kegagalan yang mereka hadapi

(Wijikapindho & Hadi, 2021). Mereka cenderung memiliki kontrol yang lebih baik terhadap situasi sulit dan mampu melihat hambatan sebagai peluang untuk mengembangkan diri (Rikasiwi dkk, 2024).

Penelitian mengenai *self-efficacy* pada pengangguran sudah pernah diteliti sebelumnya, pemahaman mendalam tentang *self-efficacy* pada pengangguran dapat membantu merancang intervensi yang lebih efektif untuk mengurangi tingkat pengangguran (Sukabdi, 2024). Oleh karena itu, peneliti memilih judul “*Self-efficacy* pada Pengangguran Terdidik di Kabupaten Aceh Utara” untuk memahami lebih dalam tentang *self-efficacy* pada pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara, yang diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program yang berfokus pada peningkatan keyakinan diri para pengangguran terdidik, serta memberi pemahaman untuk berbagai pihak dalam mendukung para pengangguran terdidik agar dapat keluar dari situasi menganggur dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Selain itu, universitas juga dapat berperan dengan menyediakan program-program yang dapat mematangkan perencanaan karir mahasiswa akhir agar menjadi lebih siap dalam memasuki dunia kerja (Sulastri & Ruzain, 2025)

1.2. Keaslian Penelitian

Keaslian pada penelitian ini didukung dengan penelitian-penelitian sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Wijikapindho dan Hadi (2021) tentang “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir” dengan tujuan mengetahui korelasi antara *self-efficacy* dengan kesiapan kerja pada mahasiswa semester akhir di Universitas Airlangga. Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek berjumlah 111 orang mahasiswa

akhir di Universitas Airlangga, penelitian menemukan bahwa *self-efficacy* yang meningkat dapat berpengaruh pada kesiapan kerja individu. Perbedaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan peneliti lakukan yaitu penelitian ini berfokus pada kesiapan kerja mahasiswa aktif menggunakan metode kuantitatif, sedangkan peneliti berfokus pada gambaran *self-efficacy* pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara menggunakan metode kualitatif fenomenologi, dengan subjek dewasa awal yang telah lulus kuliah.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Yudiani dan Yunizar (2023), dengan judul “Pengaruh *Self Efficacy* dan Pengalaman Magang terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Program Studi Ekonomi Islam PTN Kota Bandung” menggunakan metode kuantitatif dan bertujuan mengetahui pengaruh *self-efficacy* dan pengalaman magang terhadap kesiapan kerja pada 137 mahasiswa Program Studi Ekonomi Islam di PTN Bandung. Hasil penelitian yaitu *self-efficacy* dan pengalaman magang berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesiapan kerja. Adapun perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu penelitian tersebut mengkaji dua variabel (*self-efficacy* dan pengalaman magang) terhadap kesiapan kerja mahasiswa aktif, sedangkan peneliti berfokus pada eksplorasi *self-efficacy* pada pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara menggunakan metode kualitatif fenomenologi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Rikasiwi dkk. (2024) dengan judul “Mengkaji Efikasi Diri dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir” yang menggunakan metode kuantitatif, subjek berjumlah 135 orang, dan bertujuan mengetahui korelasi efikasi diri dengan kecemasan

menghadapi dunia kerja di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif yang menandakan apabila kecemasan menghadapi dunia kerja meningkat, maka efikasi diri akan menurun. Perbedaannya, penelitian tersebut mengaitkan efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa akhir menggunakan metode kuantitatif, sedangkan peneliti menggambarkan *self-efficacy* secara fenomenologis dengan metode kualitatif.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Petruzzello dkk. (2021) yang membahas mengenai “*Self-efficacy and Job Search Success for New Graduates*” dengan menggunakan metode kuantitatif, subjek berjumlah 177 orang, dan bertujuan mengeksplorasi hubungan antara efikasi diri umum (GSE), efikasi diri pencari kerja (JSSE), ekstroversi, dan keberhasilan pencarian kerja. Hasil penelitian adalah efikasi diri pencarian kerja (JSSE) berkorelasi positif pada keberhasilan pencarian kerja. Efikasi diri umum (GSE) tidak berpengaruh langsung terhadap keberhasilan pencarian kerja, tetapi memiliki pengaruh positif tidak langsung melalui JSSE sebagai mediator. Selain itu, pengaruh JSSE pada keberhasilan pencarian kerja lebih kuat pada individu dengan tingkat ekstroversi yang lebih tinggi. Perbedaannya, penelitian tersebut mengukur *self-efficacy* terhadap keberhasilan pencarian kerja secara kuantitatif, sedangkan peneliti menggambarkan *self-efficacy* berdasarkan dimensi-dimensinya pada pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara dengan metode kualitatif fenomenologi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Sukabdi (2024) dengan judul “*The Role of Self-Efficacy in Reducing Unemployment: A Field Study on Women in Indonesia*” yang bertujuan untuk mengeksplorasi korelasi efikasi diri dan

pengangguran di kalangan perempuan di Indonesia, khususnya di Jakarta dan Surabaya. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan 500 orang subjek. Hasil penelitian memperlihatkan terdapat korelasi positif yang berarti secara statistik antara pengangguran dengan efikasi diri pada wanita Indonesia. Mayoritas sampel penelitian memiliki efikasi diri yang baik, dengan sebagian besar dapat berinteraksi secara efektif dengan rekan kerja dan mengendalikan emosi mereka di tempat kerja. Perbedaannya yaitu penelitian tersebut mengaitkan efikasi diri dengan angka pengangguran secara statistik di Jakarta dan Surabaya, sedangkan peneliti menggali pengalaman subjektif *self-efficacy* para pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara menggunakan metode kualitatif fenomenologi.

Terakhir, penelitian yang dilakukan oleh Silva dkk. (2023) membahas mengenai “*Future Time Orientation, Life Projects, and Career Self-Efficacy of Unemployed Individuals*” bertujuan melihat hubungan antara dua variabel masa depan psikologis [orientasi waktu masa depan (FTO) dan proyek kehidupan (LP)] serta hubungannya dengan efikasi diri karier pada individu yang menganggur. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah subjek terdiri dari 216 orang dewasa yang menganggur, berusia 18 hingga 67 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang menganggur dengan rasa orientasi masa depan yang lebih kuat lebih mungkin untuk mengidentifikasi dan terlibat dengan proyek kehidupan mereka, organisasi proyek kehidupan mereka ini dimediasi oleh tingkat efikasi diri karier mereka. Adapun perbedaannya, penelitian tersebut menempatkan efikasi diri karir sebagai mediator antara variabel psikologis, sedangkan peneliti

berfokus menggambarkan *self-efficacy* secara mendalam berdasarkan dimensi-dimensinya.

1.3. Rumusan Masalah

Bagaimana *self-efficacy* pada pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara ditinjau dari dimensi *self-efficacy*?

1.4. Tujuan Penelitian

Untuk melihat bagaimana *self-efficacy* pada pengangguran terdidik di Kabupaten Aceh Utara ditinjau dari dimensi *self-efficacy*.

1.5. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tambahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, seperti psikologi, khususnya psikologi sosial, psikologi perkembangan, psikologi klinis, psikologi industri dan organisasi, serta bimbingan karir. Penelitian ini juga dapat menjadi tambahan wawasan teoritis dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait *self-efficacy* pada pengangguran.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi mahasiswa yang akan lulus sehingga lebih mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja, dengan mengikuti berbagai kegiatan seperti pelatihan,

pengembangan diri, dan kegiatan-kegiatan yang dapat menunjang kemampuan mereka.

2. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi perguruan tinggi untuk mengadakan program-program yang dapat dijadikan bekal mahasiswa dalam mempersiapkan diri sebelum memasuki dunia kerja, melalui kegiatan *workshop*, pelatihan, maupun pengembangan *skill* yang dapat berguna untuk diterapkan di dunia kerja.

3. Bagi pemerintah

Penelitian ini diharapkan bisa dijadikan rujukan bagi pemerintah untuk merancang program yang berfokus pada peningkatan keyakinan diri para pengangguran serta menambah lapangan pekerjaan sehingga para individu yang belum mendapatkan pekerjaan dapat memiliki peluang untuk bekerja.