

SELF ESTEEM DAN OPTIMISME RAIH KESUKSESAN KARIR PADA FRESH GRADUATE FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS DIPONEGORO

Andi Rahmalia Putri, Frieda NRH

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

andilia.abcd@gmail.com

Abstrak

Saat ini *fresh graduate* yang belum bekerja dihadapkan pada fenomena sulitnya persaingan dalam mencari pekerjaan, sehingga fenomena tersebut dapat mempengaruhi cara berpikirnya terhadap kesuksesan karir di masa depan. Cara berpikir individu yang bersifat positif mengenai harapannya yang terjadi di masa mendatang disebut optimisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro serta mengetahui besarnya sumbangan efektif yang didapatkan. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Sampel penelitian ini adalah wisudawan periode 138 Fakultas Teknik Fakultas di Universitas Diponegoro yang berjumlah 193 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik insidental sampling. Pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi, yaitu Skala Optimisme Meraih Kesuksesan Karir (35 aitem; $\alpha = 0,798$) dan Skala *Self Esteem* (41 aitem; $\alpha = 0,819$). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* ($r_{xy} = 0,586$; $p < 0,001$). Semakin tinggi *self esteem* maka optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* semakin tinggi, dan sebaliknya. Sumbangan efektif variabel *self esteem* pada penelitian ini sebesar 34%, sedangkan 66% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci: *Self Esteem*, optimisme, karir, *fresh graduate*

Abstract

Currently, fresh graduates who are not yet having a job faced with the phenomenon of tough competition in finding a job, so that the phenomenon can affect the way of thinking towards a successful career in the future. An individual way of thinking who are positive about the expectation that occur in the future is called optimism. This study aims to determine the relationship between self esteem and optimism in achieving career success of fresh graduates Faculty of Engineering Diponegoro University. The hypothesis this study is there are positive correlation between self esteem and optimism in achieving career success of fresh graduates Faculty of Engineering Diponegoro University. The sample are graduates period 138 Faculty of Engineering Diponegoro University, the total sample is 193. Sample are taken by using incidental sampling technique. Methods of data collection using two psychological scale, the Optimism in Achieving Career Success Scale (35 items, $\alpha = .798$) and the Self Esteem Scale (41 items; $\alpha = .819$). The results of simple regression analysis showed that there is a significantly positive correlation between self esteem and optimism in achieving career success of fresh graduates ($r_{xy} = .586$; $p < .001$). The higher self esteem, the higher optimism in achieving career success of fresh graduates, and vice versa. The effective contribution of self esteem variable in this study is 34%, while the remaining 64% is affected by other factors that are not revealed in this study.

Keyword: self esteem, optimism, career, fresh graduates

PENDAHULUAN

Pekerjaan merupakan hal yang sulit di era globalisasi ini. Setiap individu pasti ingin mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan harapannya, salah satu cara untuk mencapai hal tersebut adalah menempuh pendidikan perguruan tinggi dan mendapatkan gelar keilmuan. Namun, seiring bertambahnya jumlah populasi di Indonesia maka individu yang lulus dari Perguruan Tinggi pun terus meningkat, dan menyebabkan semakin sulitnya persaingan dalam mencari pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan individu, bahkan tidak jarang seorang lulusan tertentu bekerja tidak sesuai dengan bidang keahliannya, tidak mendapatkan pekerjaan yang layak, atau tidak mendapatkan pekerjaan apapun. Pada akhirnya sarjana baru akan mengalami kecemasan bahkan takut merasa gagal apabila harus bersaing tidak hanya dengan para pencari kerja lain yang sebidang keilmuan dan bukan hanya dari lulusan tahun ini namun angkatan kerja sebelumnya juga (Trisnawati, 2013).

Adanya fenomena pengangguran intelektual dan persaingan kerja yang sulit, hal tersebut dapat mempengaruhi optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* fakultas teknik yang belum memiliki banyak pengalaman kerja untuk dapat meraih kesuksesan karir di masa mendatang. Seligman (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Optimisme menjadikan individu meraih pencapaian yang lebih baik dalam hidup karena mampu untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapi. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Ketika mengalami kegagalan orang optimis cenderung menyikapinya dengan respon yang aktif dan tidak putus harapan, merencanakan suatu tindakan, atau berusaha mencari pertolongan dan nasihat. Orang optimis juga menganggap kegagalan disebabkan oleh sesuatu hal yang dapat diubah sehingga mereka dapat berhasil di masa-masa yang akan datang (Seligman dalam Cherniss & Goleman, 2001).

Individu dengan optimisme tinggi menunjukkan tingkat pengambilan keputusan pada karir masa depan dan tujuan karir yang lebih tinggi. Sebaliknya, pada mereka yang pesimis menunjukkan hasil yang rendah terhadap pengetahuan tentang karir masa depan dan lebih ragu-ragu dalam pengambilan keputusan untuk karir masa depan, dan dilaporkan memiliki prestasi sekolah yang lebih rendah. (Creed, Patton & Bartrum, 2004). Karir adalah jalannya peristiwa-peristiwa kehidupan; mencakup peranan-peranan yang berkaitan dengan pekerjaan (Suherman, 2008). Jadi, dapat disimpulkan bahwa optimisme meraih kesuksesan karir adalah cara berpikir individu yang bersifat positif mengenai harapan-harapan yang terjadi di masa mendatang, atau suatu pandangan bahwa peristiwa yang akan terjadi mengarah pada suatu kebaikan yaitu adalah tercapainya tujuan individu untuk meraih kesuksesan dalam hal yang berkaitan dengan pekerjaan yang diharapkannya.

Baron, Branscombe, dan Byrne (2009) mengatakan bahwa *self esteem* menunjukkan keseluruhan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri baik positif maupun negatif. Jika orang menilai secara positif terhadap dirinya, maka ia menjadi percaya diri dalam mengerjakan hal-hal yang ia kerjakan dan memperoleh hal yang positif pula. Sebaliknya, orang yang menilai secara negatif terhadap dirinya, menjadi tidak percaya

diri ketika mengerjakan sesuatu dan akhirnya hasil yang didapat pun tidak menggembirakan (Sarwono & Meinarno, 2012). Menurut James (dalam Baron & Byrne, 2003) *self esteem* adalah evaluasi terhadap diri sendiri. Sejalan dengan pendapat tersebut, Coopersmith (dalam Burns, 1993) mengatakan bahwa *self esteem* mengacu pada evaluasi yang dibuat oleh individu dan biasanya berkaitan dengan penghargaan terhadap diri. Memiliki *self esteem* yang tinggi dapat memberikan manfaat bagi individu, individu merasa baik tentang diri sendiri, mampu mengatasi secara efektif tantangan dan umpan balik negatif, dan hidup dalam dunia sosial di mana individu percaya terhadap nilai orang dan menghormati individu. Pada penelitian Gardner, Holland, dan Super (dalam Creed, Patton & Bartrum, 2004) menjelaskan bahwa remaja dengan tingkat *self esteem* tinggi lebih memiliki konsep yang jelas mengenai dirinya sendiri terhadap minat karir dan pembuatan keputusan karir daripada yang memiliki *self esteem* rendah.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa dalam mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan harapan tidaklah mudah sehingga *fresh graduate* fakultas teknik dapat saja mengalami kecemasan untuk menghadapi kesuksesan karirnya kelak. Adanya optimisme yaitu sebuah pandangan terhadap suatu peristiwa sebagai hal yang baik dan berpikir positif dalam menghadapi dunia karir di masa depan sangatlah penting khususnya bagi individu yang baru mendapatkan gelar.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro dan seberapa besar sumbangan efektif yang diberikan *self esteem* terhadap optimisme meraih kesuksesan karir.

METODE

Variabel kriterium (Y) : Optimisme Meraih Kesuksesan Karir

Variabel prediktor (X) : *Self esteem*

Optimisme dalam meraih kesuksesan karir merupakan cara berpikir individu yang bersifat positif mengenai harapan-harapan yang terjadi di masa mendatang, atau suatu pandangan bahwa peristiwa yang akan terjadi mengarah pada suatu kebaikan yaitu adalah tercapainya tujuan individu untuk meraih kesuksesan karir yang diharapkannya.

Self esteem adalah penilaian terhadap diri sendiri, yang bersifat positif maupun negatif, yang merupakan tolak ukur harga diri berdasarkan kemampuan penerimaan diri dan perilaku sendiri atau tidak. *Self esteem* mencakup hal-hal mengenai perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup, serta hubungan dengan orang lain.

Populasi dalam penelitian ini adalah wisudawan Sarjana Strata 1 dan Diploma III periode 138 Fakultas Teknik Universitas Diponegoro yang memiliki karakteristik belum bekerja atau memiliki pekerjaan tetap. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara probability sampling. Teknik yang digunakan adalah insidental sampling. Berdasarkan proses sampling didapatkan sampel penelitian sebanyak 193 orang.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik statistik analisis regresi (ANAREG) sederhana. Proses analisa data dalam

penelitian ini dibantu dengan program komputer *Statistical Package for Science (SPSS) 17 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis regresi sederhana membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara variabel *self esteem* dengan variabel optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro dapat diterima ($r_{xy} = 0,586$; $p < 0,001$). Berdasarkan nilai konstanta dan variabel prediktor di atas, maka didapatkan persamaan regresi $Y=39.466+0.564X$ Koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,340. Angka tersebut mengandung pengertian bahwa dalam penelitian ini *self esteem* memiliki sumbangan efektif sebesar 34% terhadap optimisme meraih kesuksesan karir.

Berdasarkan kategorisasi optimisme meraih kesuksesan karir, tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat rendah, 1,03% subjek berada pada kategori rendah, 62,69% subjek berada pada kategori tinggi dan 36,26% subjek berada pada kategori sangat tinggi. Berdasarkan kategorisasi *self esteem*, tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat rendah, 4,14% subjek berada pada kategori rendah, 73,57% subjek berada pada kategori tinggi dan 22,27% subjek berada pada kategori sangat tinggi.

Penelitian mengenai hubungan antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro, menunjukkan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = 0,586$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Semakin tinggi *self esteem* maka akan semakin meningkat pula optimisme meraih kesuksesan karirnya, begitupun sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka akan semakin menurun pula optimisme meraih kesuksesan karirnya.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada saat dilakukan penelitian, rata-rata *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro memiliki *self esteem* yang tinggi (75,57%). *Self esteem* yang tinggi menunjukkan bahwa *fresh graduate* tersebut memiliki sikap dan penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri. Sedangkan pada hasil analisis deskriptif penelitian terhadap data optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro berada dalam kategori tinggi (62.69%). Optimisme meraih kesuksesan karir yang tinggi menunjukkan *fresh graduate* tersebut memiliki cara berpikir dan harapan yang bersifat positif untuk dapat meraih kesuksesan karir yang akan terjadi di masa mendatang.

Optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Seligman (2008) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang antara lain: kesehatan, orang tua, lingkungan dan pengalaman hidup.

Self esteem memberi sumbangan efektif pada optimisme meraih kesuksesan karir sebesar 34%. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa tingkat konsistensi variabel optimisme meraih kesuksesan karir sebesar 34% dapat diprediksi oleh variabel *self esteem*, sedangkan 66% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self esteem* dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada *fresh graduate* Fakultas Teknik Universitas Diponegoro ($r_{xy} = 0,586$; $p < 0,001$). Semakin positif *self esteem*, maka akan semakin tinggi optimisme meraih kesuksesan karir. Sebaliknya, semakin negatif *self esteem*, maka akan semakin rendah optimisme meraih kesuksesan karir. Sumbangan efektif *self esteem* pada optimisme meraih kesuksesan karir sebesar 34%. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa tingkat konsistensi variabel optimisme meraih kesuksesan karir sebesar 34% dapat diprediksi oleh variabel *self esteem*, sedangkan 66% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga
- Baron, R. A., Branscombe, N. R. & Byrne, D. B. R. (2009). *Social psychology* (12thed.). Boston: Pearson Education, Inc.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep diri: Teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku*. Jakarta: Arcan.
- Cherniss, C., & Goleman, D. (2001). *The emotionally intelligent workplace*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Ghufro, M. N., & Risnawita, S. R (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruz Media Group.
- Patton, W., Bartrum, D. A., & Creed, P. A. (2004). Gender differences for optimism, self-esteem, expectations and goals in predicting career planning and exploration in adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance* 4(3), 193-209.
- Sarwono, S. W., & Meinarno E. A. (2012). *Psikologi sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Schinke R. J., & Peterson C. (2002). *Enhancing the hopes and performance of elite athletes through optimism skills*. Journal of excellence: USA
- Seligman, M. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Momentum.
- Suherman, U. (2008). *Konseling karir sepanjang rentang kehidupan*. Bandung: Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia Pers.
- Trisnawati, D. A. (2013). Peran self-efficacy dan persepsi citra almamater terhadap Ketakutan akan kegagalan pada para pencari kerja berstatus fresh graduate. *Skripsi*. Malang: Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya.