

## HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN OPTIMISME DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA

Nurmala Safitri\*, Ika Andriani Farida, Nur Eva, Dwi Nikmah Puspitasari

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: nurmalasafitri97@gmail.com

### Abstract

The high competition in entering the world of work requires optimism in prospective job seekers, 8th semester undergraduate students are one of them. The optimism variable has often been studied before, but research on optimism in the context of facing the world of work has not been done much. So far, no research has been found that examines the relationship between self-esteem and optimism in the world of work. This study aims to determine the relationship between self-esteem and optimism in facing the world of work in final year students. The research participants were 134 undergraduate students from the 2018 class who were taking semester 8 at the State University of Malang who were selected using cluster random sampling and accidental sampling techniques. The data collection method used a questionnaire consisting of a self-esteem scale with a reliability of 0.8587 and a scale of optimism in facing the world of work with a reliability of 0.936. The hypothesis was tested using Pearson's product moment correlation with a coefficient correlation of 0.620 ( $p < 0.05$ ). The results of this study indicate that there is a positive relationship between self-esteem and optimism in facing the world of work in 8th semester undergraduate students, State University of Malang, which means that the higher a person's self-esteem, the higher the level of optimism in facing the world of work. In order to have high optimism in facing the world of work, students are advised to increase their self-esteem.

**Keywords:** Self-esteem; optimism for the world of work; 8<sup>th</sup> semester student

### Abstrak

Tingginya persaingan dalam memasuki dunia kerja membutuhkan optimisme dalam diri para calon pencari kerja, mahasiswa S1 yang sedang menempuh semester 8 adalah salah satunya. Variabel optimisme sudah sering diteliti sebelumnya, namun penelitian tentang optimisme dalam konteks menghadapi dunia kerja masih belum banyak dilakukan. Sejauh ini belum didapati penelitian yang meneliti hubungan harga diri dan optimisme menghadapi dunia kerja. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan harga diri dan optimisme menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Partisipan penelitian berjumlah 134 mahasiswa S1 angkatan 2018 yang sedang menempuh semester 8 di Universitas Negeri Malang yang dipilih menggunakan teknik cluster random sampling dan accidental sampling. Metode pengambilan data menggunakan kuesioner yang terdiri dari skala harga diri dengan reliabilitas sebesar 0,8587 dan skala optimisme menghadapi dunia kerja dengan reliabilitas sebesar 0,936. Hipotesis diuji menggunakan Pearson's product moment correlation dengan hasil koefisien korelasi sebesar 0,620 ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif harga diri dengan optimisme menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 semester 8 Universitas Negeri Malang yang artinya semakin tinggi harga diri seseorang maka semakin tinggi pula tingkat optimismenya dalam menghadapi dunia kerja. Guna memiliki optimisme menghadapi dunia kerja yang tinggi, mahasiswa disarankan untuk meningkatkan harga dirinya.

**Kata kunci:** Harga diri; optimisme menghadapi dunia kerja; mahasiswa semester 8

### 1. Pendahuluan

Mahasiswa program sarjana berada pada kisaran usia 18-24 tahun (Ditjen Dikti, 2020). Saat menempuh semester 8 atau pada tahap mengerjakan skripsi rata-rata mahasiswa berusia 22-23 tahun. Pada usia tersebut mahasiswa tergolong ke dalam tahap perkembangan dewasa awal. Menurut Santrock (2011) golongan tahap perkembangan dewasa awal adalah individu yang berusia 18-25 tahun yang ditandai dengan eksperimen dan eksplorasi. Menurut Hurlock

(2002), masa dewasa awal adalah periode perkembangan bagi mereka yang berusia 18-40 tahun. Feldman (2018) menyebutkan bahwa masa dewasa awal terdiri dari individu berusia 20-40 tahun. Setiap tahap perkembangan memiliki tugasnya masing-masing, menurut Santrock (2011) salah satu tugas perkembangan dalam tahap perkembangan dewasa awal adalah eksplorasi untuk menuju kemandirian ekonomi atau kemandirian finansial. Sejalan dengan pendapat Santrock, Hurlock (2002) menyatakan tugas perkembangan masa dewasa awal salah satunya adalah untuk mendapat pekerjaan, dan tugas perkembangan yang berkaitan dengan dunia pekerjaan tersebut dipandang sebagai suatu tugas yang sukar untuk dihadapi, sangat krusial, dan merupakan tugas yang sangat banyak. Menjadi sebuah keharusan bagi mahasiswa, utamanya mereka yang sedang menempuh tahun-tahun terakhir masa perkuliahannya untuk mampu memahami seperti apa dunia kerja guna memiliki kesiapan yang lebih baik.

Pemahaman dunia kerja yang diperlukan adalah terkait dengan berbagai macam tantangan dan hambatan yang mungkin akan dihadapi oleh mahasiswa ketika mulai memasuki dunia kerja setelah lulus nanti. Tantangan dan hambatan tersebut antara lain tingginya tingkat persaingan antar pencari kerja dan terbatasnya lapangan pekerjaan. Berdasarkan data dari Ditjen Dikti (2020), setiap tahunnya terdapat kurang lebih 1,7 juta lulusan sarjana S1 dari seluruh perguruan tinggi di Indonesia. Selain itu persaingan calon tenaga kerja turut dipengaruhi oleh dampak berlakunya Masyarakat Ekonomi ASEAN (MEA) dan adanya pandemi Covid-19 di Indonesia. Terkait dengan MEA dijelaskan dalam cetak biru MEA jangka implementasi 2006-2025 yang salah satu poinnya memuat bahwa MEA melalui *Free Trade Agreement* (FTA) dan perjanjian *Comprehensive Economic Partnership* memfasilitasi pergerakan jasa, tenaga kerja terampil, dan kunjungan pengusaha antar negara anggota ASEAN dan beberapa negara di luar ASEAN (AEC Council Indonesia, 2020). Berkaitan dengan terjadinya pandemi Covid-19 di Indonesia, dampaknya menyebabkan gangguan dalam aktivitas bisnis dan penurunan pendapatan yang berimbas pada banyaknya PHK karyawan (Bratajaya & Suhariadi, 2021). Berdasarkan kondisi tersebut, persaingan dalam mendapatkan pekerjaan selain datang dari lulusan baru bisa juga berasal dari TKA (Tenaga Kerja Asing) yang masuk ke Indonesia dan karyawan yang mengalami PHK.

Tantangan dan hambatan yang ada ketika menghadapi dunia kerja jika tidak ditangani dapat menjadi penyebab individu merasa putus asa untuk mendapatkan pekerjaan. Mahasiswa membutuhkan keyakinan dan pola pikir yang cenderung mengambil nilai positif dari setiap kejadian agar dapat mengatasi situasi yang terjadi, keyakinan dan pola pikir positif tersebut dikenal sebagai optimisme (Seligman, 2006). Sejalan dengan hal tersebut, Hariyati & Dewi (2021) memaparkan bahwa agar bisa menghadapi tantangan dan mengurangi risiko kecemasan, ketika lulus nanti seharusnya individu memiliki sikap optimis, utamanya optimis dalam mencari pekerjaan. Buyukgoze-Kavas (2016) turut memaparkan bahwa optimisme yang dimiliki individu akan berperan penting dalam membangun kesiapan untuk menghadapi dunia kerja. Tidak hanya itu, Hariyati & Dewi (2021) menambahkan bahwa lulusan yang memiliki optimisme akan memiliki keyakinan, kepercayaan diri, dan fokus terhadap penyelesaian permasalahan yang sedang dihadapi dalam mencari pekerjaan dengan lebih baik.

Permasalahan terkait optimisme dalam menghadapi dunia kerja bagi lulusan sarjana merupakan suatu permasalahan yang nyata. Dilansir dari laman berita elektronik BBC News Indonesia, narasumber yang merupakan lulusan baru dari salah satu universitas di Kota Bandung memaparkan bahwa dirinya memiliki sikap optimis dalam mencari pekerjaan di awal-awal tahun kelulusan. Namun seiring dengan proses yang berjalan, narasumber tersebut menjumpai tantangan dan hambatan yang membuat perasaan optimis untuk bisa mendapatkan pekerjaan cenderung turun. Turunnya optimisme tersebut antara lain dipengaruhi oleh lamaran

kerja yang tidak kunjung diterima dan menerima kabar terjadinya PHK dimana-mana (Wijaya, 10 Juli 2020). Dalam laman berita daring lainnya yakni Indozone.id memuat fenomena seorang mahasiswa yang baru saja wisuda dari salah satu universitas di Pontianak menagih janji lapangan pekerjaan pada presiden dan mempertanyakan bagaimana nasibnya se usai lulus (Indozone, 13 April 2019).

Permasalahan terkait optimisme menghadapi dunia kerja juga ditemukan di beberapa mahasiswa Universitas Negeri Malang. Berdasarkan studi awal melalui wawancara tidak terstruktur dengan empat orang mahasiswa S1 angkatan 2018 yang sedang menempuh semester 8 di Universitas Negeri Malang menunjukkan bahwa dua orang di antara mereka yakni PS (Perempuan; 22 tahun; Jurusan Psikologi) dan ZM (Perempuan; 22 tahun; Jurusan Psikologi) merasa bahwa dirinya belum siap untuk menghadapi dunia kerja setelah lulus nanti. Alasan yang dipaparkan antara lain karena dirinya tidak yakin apakah kompetensinya sudah cukup untuk membuat dirinya diterima kerja dan bersaing dengan pencari kerja yang lain. Hasil tersebut menunjukkan kurangnya optimisme berkaitan dengan aspek personalisasi karena adanya ketidakpercayaan bahwa kemampuan diri sendiri tidak cukup untuk mendatangkan keberhasilan. Alasan lainnya adalah karena adanya pengalaman Praktik Kerja Lapangan (PKL) yang kurang menyenangkan karena perusahaan tempatnya PKL dianggap memiliki sistem birokrasi yang kurang bagus. Paparan tersebut menunjukkan bahwa terdapat permasalahan optimisme dimana peristiwa negatif yang dialami digeneralisasikan sehingga menimbulkan anggapan bahwa dunia kerja dimanapun akan sama saja. Berbanding terbalik dengan narasumber berinisial EO (Perempuan; 22 tahun; Jurusan Kimia) mengungkapkan bahwa dirinya mengaku antusias untuk segera bekerja karena merasa ketagihan dengan pengalaman PKL yang telah dialami, selain itu ia juga telah mengikuti berbagai program internship sehingga membuat dirinya merasa bahwa dunia kerja bukanlah suatu hal yang menakutkan. Begitu juga dengan MM (Perempuan; 23 tahun; Jurusan Ekonomi) yang mengungkapkan bahwa dirinya semangat untuk terjun ke dunia kerja karena merasa bahwa akan ada banyak hal baru yang bisa ia pelajari ke depannya untuk meningkatkan kemampuan dan pengalaman dirinya sendiri berkaca dari pengalamannya mengikuti beberapa organisasi.

Mempersiapkan mahasiswa untuk bisa terjun ke dunia kerja setelah lulus merupakan salah satu kegiatan yang dilaksanakan rutin di Universitas Negeri Malang melalui program *Career Days* oleh Lembaga Pengembangan Pendidikan dan Pembelajaran (LP3) Universitas Negeri Malang. Pelaksanaan *Career Days* mencakup penyampaian materi dan juga latihan-latihan yang bertujuan memberikan bekal pada mahasiswa yang akan lulus kuliah agar siap dalam menghadapi dunia kerja. Materi dan latihan yang diberikan antara lain kebijakan dan program-program ketenagakerjaan, pemahaman preferensi karier, strategi menulis lamaran kerja dan *curriculum vitae*, personal branding dalam wawancara kerja, dan strategi untuk menghadapi seleksi tulis dan psikotes (Lestari, 14 Oktober 2020). Dengan adanya program *Career Days* tersebut bisa menjadi alternatif bagi mahasiswa untuk meningkatkan kompetensi dirinya karena dari sebuah pelatihan mahasiswa akan memperoleh pengetahuan baik dalam bentuk konseptual maupun teknis, dan keterampilan berpikir (Alwi, 2008). Adanya peningkatan kompetensi dan pengetahuan pada mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan keyakinan mahasiswa tersebut atas kemampuan dirinya sehingga bisa mempengaruhi tingkat optimisme mahasiswa tersebut untuk menghadapi dunia kerja.

Optimisme merupakan salah satu bagian dalam psikologi positif yang dikaitkan dengan perilaku positif dan emosi positif yang mendukung kesehatan, hidup yang terbebas dari stres, serta hubungan dan fungsi sosial yang berjalan dengan baik (Daraei & Ghaderi, 2012). Dalam jangka panjang, optimisme turut memberi manfaat pada kesejahteraan fisik dan mental. Hal

tersebut disebabkan oleh optimisme yang bisa membuat individu lebih mampu untuk beradaptasi di kehidupan sosial, mengurangi permasalahan psikologis, serta membuat individu lebih bisa merasakan kebahagiaan, dan menikmati hidup (Scheier, Carver, & Bridges, 1994). Menurut Seligman (2006), optimisme didefinisikan sebagai suatu pandangan menyeluruh, berpikir secara positif, melihat hal yang baik, mudah memberi makna pada diri sendiri, dan dorongan pada diri individu untuk terus berusaha ketika menjumpai kegagalan. Dapat diartikan bahwa ketika individu memiliki optimisme yang tinggi akan membuat dirinya tidak gampang berputus asa ketika menghadapi tantangan yang timbul di dunia kerja.

Terkait dengan optimisme, Seligman telah melakukan lebih dari seribu penelitian selama dua puluh tahun dengan lebih dari lima ratus ribu orang dewasa dan anak-anak yang dilibatkan, hasilnya menunjukkan bahwa orang dengan optimisme akan memiliki pencapaian yang lebih memuaskan baik di sekolah ataupun di bidang pekerjaan jika dipadankan dengan orang yang pesimis (Seligman, 2006). Lebih lanjut Brissette, Scheier, & Carver (2002) menjelaskan bahwa optimisme dan pesimisme adalah ciri kepribadian yang dapat memberikan pengaruh pada bagaimana individu menilai suatu kejadian dalam kehidupan mereka, mempengaruhi pengalaman subjektif individu saat menghadapi permasalahan, dan mempengaruhi bagaimana individu akan bertindak saat menghadapi permasalahan. Menurut Seligman (2006) optimisme individu dapat ditinjau dari bagaimana individu menilai suatu kejadian yang berkaitan dengan gaya individu dalam menjelaskan suatu peristiwa yang terjadi (*explanatory style*). Gaya penjelasan merupakan suatu cara untuk menjelaskan pada diri sendiri terkait adanya kontrol yang relatif kurang terhadap lingkungan sekitar. Setiap individu memiliki tendensi untuk memberikan penjelasan yang sama meskipun sedang menghadapi kejadian yang berbeda. Gaya penjelasan (*explanatory style*) tersebut terdiri dari tiga aspek, yakni: (1) *permanence*, gaya penjelasan individu terkait suatu kejadian apakah dipandang sebagai hal permanen atau temporer, (2) *pervasiveness*, gaya penjelasan individu terkait keluasan suatu kejadian apakah dinilai secara spesifik atau menyeluruh, dan (3) *personalization*, merupakan gaya penjelasan terkait sumber permasalahan dari suatu kejadian yang dibedakan menjadi internal dan eksternal.

Tinggi rendahnya tingkat optimisme seseorang terhadap masa depan salah satunya dipengaruhi oleh harga diri. Harga diri menjadi tanda seberapa baik individu dihargai dan diterima di lingkungan sosial, sehingga individu akan terdorong untuk selalu mempertahankan harga diri yang tinggi (Ni'mah & Khoiruddin, 2021). Faktor lain yang memengaruhi pola pikir optimis menurut Frankl adalah faktor etnosentris dan faktor egosentris. Faktor egosentris didasarkan pada kenyataan bahwa setiap individu memiliki keunikan dan memiliki perbedaan antara satu dan lainnya, sedangkan faktor etnosentris berkaitan dengan sifat suatu kelompok misalnya keluarga, status sosial, agama, kebudayaan, dan jenis kelamin. Harga diri menurut termasuk ke dalam faktor egosentris yang mempengaruhi pola pikir optimis individu (Frankl, 2008). Harga diri menurut Baron, Branscombe, & Bryne (2009) menunjukkan sikap seseorang secara menyeluruh terhadap dirinya sendiri baik positif atau negatif. Lebih lanjut dijelaskan oleh Sarwono & Meinarno (2012) bahwa ketika individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya sendiri, maka individu tersebut akan memiliki kepercayaan diri untuk mengerjakan setiap hal dalam hidupnya dan akan cenderung menerima hasil yang positif pula.

Harga diri menurut Rosenberg adalah sikap individu yang didasari oleh persepsi tentang bagaimana individu tersebut menilai dan menghargai dirinya secara menyeluruh yang bisa berupa sikap negatif ataupun sikap positif (Mruk, 2006). Harga diri dinilai sangat penting bagi individu menurut Sidabalok, Marpaung, & Manurung (2019), hal tersebut dikarenakan harga diri termasuk salah satu hal yang sangat memengaruhi bagaimana individu akan

berperilaku. Setiap orang menghendaki pandangan yang positif atas dirinya, dan dengan penilaian dan pandangan positif tersebut akan membuat individu merasa bahwa dirinya berarti dan berguna bagi orang lain meskipun dirinya memiliki kelemahan. Menurut Ghufron dan Risnawita (2010), harga diri dibentuk dari interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya, serta sejumlah penghargaan, penerimaan, serta pengertian yang ia terima dari orang lain. Aspek-aspek harga diri menurut Rosenberg antara lain yakni: (1) *self-liking* yang merupakan suatu perasaan berharga atas diri individu itu sendiri dalam lingkup sosial, dan (2) *self-competence* yang diartikan sebagai penilaian terhadap diri sendiri yang memandang bahwa dirinya cakap, berpotensi, efektif, dan bisa diandalkan (Tafarodi dan Milne, 2002).

Jika dikaitkan dengan penelitian sebelumnya, harga diri yang positif terbukti mampu meningkatkan optimisme individu, dan begitu pula sebaliknya (Sidabalok, Marpaung, dan Manurung, 2019). Penelitian sebelumnya yang bertujuan untuk mengungkap korelasi harga diri dan optimisme sudah pernah dilakukan, namun konteks optimisme yang diteliti beragam, di antaranya terdapat studi yang meneliti tentang optimisme dalam konteks meraih kesuksesan karir (Putri & Frieda, 2015), optimisme dalam konteks mengerjakan skripsi (Soraya, 2019), optimisme masa depan (Wahyudin, Dimala, dan Rohayati, 2021)), dan sebagainya. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Majidah (2021) yang menunjukkan bahwa antara harga diri dan optimisme masa depan mahasiswa akhir menjelang lulus terdapat hubungan positif dan signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,775. Penelitian yang berfokus untuk mengungkap korelasi antara harga diri dan optimisme dalam konteks menghadapi dunia kerja pada mahasiswa masih belum dijumpai sejauh pengetahuan peneliti, untuk itu peneliti tertarik untuk mengangkat variabel tersebut dalam penelitian ini.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang melibatkan variabel harga diri dan variabel optimisme menghadapi dunia kerja. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 Universitas Negeri Malang angkatan 2018 yang sedang menempuh semester 8 berjumlah 5537 mahasiswa yang tersebar di 8 fakultas. Teknik pemilihan sampel menggunakan gabungan dari teknik *cluster random sampling* dan *accidental sampling*. Berdasarkan teknik *cluster random sampling* diperoleh 3 fakultas yang dilibatkan yakni Fakultas Psikologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis. Berdasarkan teknik *accidental sampling* diperoleh subjek sejumlah 134 mahasiswa dari ketiga fakultas yang telah dipilih. Rincian subjek dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografis Responden Penelitian

No	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Persentase
1.	Jenis Kelamin	Perempuan	107	79,85%
		Laki-laki	27	20,15%
		Total	134	100%
2.	Fakultas	FPsi	50	37.31%
		FMIPA	40	29.85%
		FEB	44	32.84%
		Total	134	100%

Data penelitian dikumpulkan secara daring dengan *google formulir* menggunakan 2 skala yakni RSES (*Rosenberg's Self Esteem Scale*) yang diadaptasi oleh Azwar (2012) dengan reliabilitas 0,8587 dan skala optimisme menghadapi dunia kerja yang dikembangkan peneliti mengacu pada teori optimisme Seligman. Validitas skala optimisme menghadapi dunia kerja dilakukan dengan *expert judgment* oleh dosen ahli di bidang psikologi perkembangan dan

pengukuran psikologi, serta uji coba skala yang melibatkan 35 mahasiswa dengan hasil 23 aitem lolos dari 25 aitem yang diuji coba. Pengujian reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,936. Data dianalisis dengan korelasi *Pearson's product moment* dengan bantuan *software IBM SPSS 26*.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian melalui uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson's product moment* menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,620 dengan  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat korelasi yang kuat dan signifikan antara variabel harga diri dan variabel optimisme menghadapi dunia kerja. Dengan hasil tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dalam penelitian ini juga didapati bahwa bentuk hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki arah positif sehingga semakin tinggi tingkat harga diri maka akan semakin tinggi pula tingkat optimisme menghadapi dunia kerja yang dimiliki mahasiswa, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat harga diri maka akan semakin rendah tingkat optimisme menghadapi dunia kerja yang dimiliki oleh mahasiswa.

Korelasi yang positif antara variabel harga diri dan variabel optimisme menghadapi dunia kerja menunjukkan apabila terjadi penurunan tingkat harga diri maka juga menyebabkan turunnya tingkat optimisme menghadapi dunia kerja. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Seligman (2006) yang menyatakan bahwa harga diri yang tinggi mampu memberikan motivasi yang bisa menumbuhkan sikap optimis, sedangkan dengan harga diri yang rendah dapat menyebabkan terjadinya penurunan bahkan hilangnya optimisme seseorang. Hasil penelitian Minchinton (1993) turut mendukung hasil penelitian ini, Minchinton memaparkan bahwa individu dengan harga diri rendah akan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di lingkungan yang memiliki keragaman sehingga bisa membuat dirinya cenderung memiliki perasaan takut akan mengalami kegagalan yang akhirnya bisa berdampak juga pada tingkat optimisme yang dimiliki individu tersebut.

Korelasi harga diri dan optimisme dapat dijelaskan berdasarkan aspek harga diri yakni *self-liking* dan *self-competence*. Aspek *self-liking* dalam harga diri membuat individu merasa bahwa dirinya berharga dan menganggap bahwa dirinya mampu melakukan suatu hal seperti apa yang dikerjakan oleh kebanyakan orang (Rosenberg, 1965; Tafarodi dan Milne, 2002). Dengan adanya *self-liking* akan mencegah individu menyalahkan dirinya sendiri ketika mengalami suatu kegagalan dalam mendapatkan pekerjaan karena adanya perasaan menghargai diri. *Self-liking* juga membantu seseorang agar tidak mudah menyerah ketika menghadapi dunia kerja karena adanya anggapan bahwa dirinya bisa melakukan hal-hal seperti apa yang dilakukan orang lain. Aspek *self-competence* dalam harga diri membuat individu menganggap bahwa dirinya sendiri memiliki kemampuan, berpotensi, efektif dan bisa diandalkan. *Self-competence* juga berkaitan dengan realisasi suatu rencana dan pencapaian tujuan (Rosenberg, 1965; Tafarodi dan Milne, 2002). Dengan memiliki *self-competence* akan membantu individu lebih yakin dan mantap ketika melakukan hal-hal yang berkaitan dengan dunia kerja, misalnya mencari pekerjaan, menjalani proses seleksi, dan lain sebagainya. Individu dengan *self-competence* akan berorientasi pada pencapaian tujuan yang telah ditetapkan dan meyakini bahwa kemampuan yang dimiliki cukup untuk bisa mencapai tujuan tersebut. Adanya anggapan bahwa dirinya bisa diandalkan juga berguna untuk individu agar lebih berani dalam menghadapi setiap tantangan maupun hambatan.

Hasil analisis kategorisasi hipotetik menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa S1 semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang memiliki harga diri yang tinggi yakni sebesar 84,3% atau 113 mahasiswa dari keseluruhan responden berjumlah 134 mahasiswa,

sedangkan sisanya yakni 21 atau 15,7% mahasiswa berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa S1 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang memiliki perasaan yang berharga atas dirinya, menunjukkan perilaku positif pada diri sendiri, dan merasa bahwa dirinya mampu melakukan hal-hal yang dilakukan oleh kebanyakan orang. Selain itu, harga diri yang tinggi juga menunjukkan bahwa mahasiswa S1 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang memandang dirinya mampu, memiliki potensi, merasa puas atas dirinya, serta merasa bahwa dirinya dapat diandalkan. Dengan harga diri yang tinggi tersebut maka dapat membantu individu dalam menghadapi tantangan-tantangan dalam hidupnya. Hal tersebut didasarkan pada hasil penelitian Minchinton (1993) yang menunjukkan bahwa individu yang memiliki harga diri lebih tinggi akan cenderung lebih mudah untuk mengekspresikan dirinya sehingga dapat membantunya untuk mencocokkan diri dengan lingkungan serta situasi yang beragam.

Harga diri yang tinggi akan memberikan pengaruh positif pada individu terkait bagaimana dirinya menyikapi dan berperilaku untuk lebih optimis dalam menghadapi dunia kerja. Dengan harga diri maka akan membuat individu cenderung memaksimalkan usahanya untuk mencapai harapan-harapan hidup karena dirinya memiliki pemikiran positif atas setiap proses yang dilalui untuk mewujudkan harapannya. Hal tersebut juga sejalan dengan Seligman (2008) yang memaparkan bahwa dengan adanya harga diri yang tinggi, individu akan selalu termotivasi untuk menjaga paradigma yang positif dan baik atas dirinya, mengimbangi kegagalan, serta membuat individu berusaha lebih keras dan lebih baik dari usaha yang sebelumnya. Dengan adanya hubungan antara variabel harga diri dan optimisme menghadapi dunia kerja menunjukkan bahwa harga diri merupakan faktor penting untuk meningkatkan optimisme. Menjadi penting bagi mahasiswa S1 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang untuk memiliki harga diri yang tinggi agar dirinya lebih optimis untuk menghadapi dunia kerja setelah lulus. Untuk meningkatkan harga diri terdapat beberapa strategi yang bisa diterapkan mahasiswa, antara lain dengan memahami apa itu harga diri, menghilangkan pemikiran negatif, menyadari kekuatan diri, menghargai diri, mengembangkan karakter dan spiritualitas, menjadi visioner, dan menerapkan *mindful meditation* (Schiraldi, 2007).

Sejalan dengan hasil analisis kategorisasi hipotetik variabel harga diri, pada hasil kategorisasi hipotetik variabel optimisme menghadapi dunia kerja menunjukkan tidak adanya mahasiswa yang berada pada kategori rendah. Dari 134 mahasiswa yang dilibatkan dalam penelitian ini di antaranya terdapat 65 atau 48,5% mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme sedang dan 69 atau 51,5% mahasiswa memiliki tingkat optimisme menghadapi dunia kerja pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester 8 angkatan 2018 memiliki optimisme yang tinggi untuk bisa menghadapi setiap tantangan ketika akan memasuki dunia kerja misalnya bersaing dengan pencari kerja yang lain, tantangan seleksi kandidat pekerja, dan tidak mudah menyerah meskipun nanti menjumpai kegagalan dalam proses mencari kerja. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Buyukgoze-Kavas (2016) yang menyatakan bahwa optimisme yang ada pada diri individu akan berperan penting dalam membangun kesiapan untuk menghadapi dunia kerja.

Hasil penelitian yang menunjukkan tingkat optimisme menghadapi dunia kerja yang tinggi pada mahasiswa bisa terjadi karena pada dasarnya individu memiliki harapan-harapan atas perkembangan dirinya sendiri. Kesuksesan dalam memenuhi harapan tersebut akan dapat diperoleh salah satunya apabila individu memiliki penilaian yang positif terhadap semua hal yang terdapat di sekelilingnya, termasuk hal-hal yang berkaitan dengan memasuki dunia kerja. Hal tersebut sesuai dengan pendapat yang memaparkan bahwa optimisme adalah cara berpikir yang realistis serta positif dalam menilai suatu permasalahan (Ghufro dan Risnawita, 2010).

Dengan berpikir positif maka akan memberikan pengaruh penting untuk dapat memotivasi diri individu dalam pencapaian tujuan. Scheiver dan Carter (2002) memaparkan bahwa individu optimis cenderung mengharapkan hal-hal baik akan terjadi, dan individu pesimis akan cenderung mengharapkan hal-hal buruk akan terjadi kepada dirinya. Mahasiswa dengan optimisme tinggi akan cenderung bisa mencapai hal-hal yang diinginkan termasuk yang berkaitan dengan dunia kerja.

Ketika individu memiliki optimisme yang tinggi maka dapat digambarkan bahwa individu tersebut mempunyai target, rencana, dan langkah yang terfokus untuk dapat meraih suatu hal yang lebih baik, menilai semua hal dari sisi baik, serta memiliki harapan untuk hasil yang memuaskan (Ghufron dan Risnawita, 2010). Namun dalam penelitian ini juga memperlihatkan bahwa ada cukup banyak mahasiswa yang memiliki optimisme menghadapi dunia kerja pada kategori sedang. Jumlah tersebut bahkan hampir sama dengan jumlah mahasiswa pada kategori tinggi. Hal ini dapat menunjukkan kecenderungan bahwa masih terdapat beberapa permasalahan optimisme mahasiswa semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang untuk menghadapi dunia kerja pasca dirinya menyelesaikan pendidikan sarjana.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan terdapat hubungan antara variabel harga diri dan optimisme. Penelitian Putri dan Frieda (2015) berjudul "*Self-Esteem dan Optimisme Raih Kesuksesan Karir pada Fresh Graduate Fakultas Teknik Universitas Diponegoro*" menunjukkan bahwa antara variabel *self-esteem* dan optimisme meraih kesuksesan karir terdapat hubungan yang positif dan signifikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,568. Pada penelitian lain oleh Majidah (2021) berjudul "*Korelasi Self-Esteem dan Dukungan Sosial dengan Optimisme Mahasiswa Akhir Menjelang Kelulusan Program Strata 1 yang Berkuliah di Surabaya*" turut menunjukkan hasil terdapat hubungan antara variabel *self-esteem* dan optimisme masa depan dengan korelasi sebesar 0,775. Dari hasil penelitian sebelumnya tersebut, disimpulkan bahwa terdapat hasil yang konsisten terkait dengan variabel harga diri yang memiliki korelasi dengan variabel optimisme meskipun diteliti pada populasi yang berbeda dan pada konteks optimisme yang berbeda.

Penelitian ini membuktikan bahwa harga diri memiliki korelasi yang kuat, namun harga diri hanyalah salah satu dari beberapa hal lain yang mempengaruhi tinggi rendahnya optimisme. Dalam penelitian Ni'mah dan Khoiruddin (2021) disebutkan bahwa selain harga diri, hal lain yang dapat mempengaruhi optimisme di antaranya adalah rasa percaya diri, akumulasi pengalaman sukses, serta dukungan sosial yang diterima oleh individu. Cakupan ruang lingkup penelitian ini hanya sebatas pada mahasiswa S1 angkatan 2018 yang sedang menempuh semester 8 Universitas Negeri Malang sehingga manfaat penelitian juga tidak dapat digeneralisasikan di luar populasi penelitian ini karena adanya kemungkinan perbedaan karakteristik subjek. Mengingat masih terbatasnya penelitian tentang variabel optimisme menghadapi dunia kerja, bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian dengan menggabungkan variabel optimisme menghadapi dunia kerja dan variabel selain harga diri agar dapat diketahui faktor-faktor lainnya yang dapat memengaruhi tingkat optimisme menghadapi dunia kerja individu.

### 3 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan dalam bagian sebelumnya, maka disimpulkan bahwa: (1) Harga diri mahasiswa S1 semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang sebagian besar termasuk ke dalam kategori tinggi, (2) optimisme menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang tergolong ke dalam kategori sedang dan tinggi dengan jumlah yang hampir sama, dan (3) terdapat hubungan



yang positif antara harga diri dan optimisme menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang, yang mana artinya semakin tinggi tingkat harga diri pada mahasiswa semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang maka akan semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk berpikir secara positif dan rasional terhadap hal-hal disekitarnya, terutama berkaitan dengan memasuki dunia kerja.

Berdasarkan temuan penelitian terbukti bahwa harga diri berkorelasi secara positif dengan optimisme menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 semester 8 angkatan 2018 Universitas Negeri Malang, oleh karena itu disarankan agar mahasiswa dapat meningkatkan harga dirinya dengan memahami apa itu harga diri, menghilangkan pemikiran negatif, menyadari kekuatan diri, menghargai diri, mengembangkan karakter dan spiritualitas, menjadi visioner, dan menerapkan *mindful meditation* (Schiraldi, 2007). Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain yakni penelitian dilakukan pada ruang lingkup terbatas yakni Universitas Negeri Malang dan hanya diteliti hubungannya dengan variabel harga diri, maka diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian pada ruang lingkup yang lebih luas agar hasil penelitian dapat memberikan manfaat yang lebih luas.

## Daftar Rujukan

- Adilia, M. D. (2010). Hubungan self-esteem dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Skripsi tidak diterbitkan. UIN Syarif Hidayatullah: Fakultas Psikologi
- AEC Council Indonesia. (2020). Cetak biru Masyarakat Ekonomi Asean (MEA) 2025 jangka waktu implementasi: 2016-2025. Diakses dari laman <https://meaindonesia.ekon.go.id/mea/> pada 23 April 2022
- Aisyah, S. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan optimisme masa depan pada siswa santri program tahfidz di Pondok Pesantren Al-Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta: Fakultas Psikologi; Fakultas Agama Islam
- Alwi, S. (2008). *Manajemen sumber daya manusia, strategi keunggulan kompetitif*. Yogyakarta: Erlangga
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R. A., Branscombe, N. R., & Bryne, D. B. R. (2009). *Social psychology*. (12th Ed). Boston: Pearson Education, Inc
- Bratajaya, I. D. G. P, & Suhariadi, F. (2021). Pengaruh adversity quotient dan konsep diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja masa pandemi. BRPKM: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental 1(1)
- Buyukgoze-Kavas, A. (2016). Predicting career adaptability from positive psychological traits. *The Career Development Quarterly* 64(2)
- Daraei, M., & Ghaderi, A. (2012). Impact of education on optimism or pessimism. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, 38 (2)
- Ditjen Dikti. (2020). Statistik pendidikan tinggi 2020 (Higher Education Statistics). Jakarta: Setditjen Dikti, Kemdikbud
- Feldman, R. S. (2018). *Development across the life span*. (8<sup>th</sup> Ed). England: Pearson Education Limited
- Frankl, V. E. (2008). *Optimisme di tengah tragedi: Analisis logoterapi*. Terjemahan Lala Herawati Dharma. Bandung: Nuansa
- Ghufron, M. N & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz
- Hariyati, D. R., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada fresh graduate Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8(8)
- Hurlock, E. (2002). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indozone. (2019, April 13). Viral video pemuda baru wisuda tagih janji Jokowi soal 10 juta lapangan kerja. Diakses dari laman <https://www.indozone.id/news/yBsWPr/viral-video-pemuda-baru-wisuda-tagih-janji-jokowi-soal-10-juta-lapangan-kerja/read-all> pada 5 Juni 2022
- Lestari, J. D. K. (2020, Oktober 14). Sarjana perlu kiat khusus agar sukses masuk dunia kerja. Diakses dari laman <http://lp3.um.ac.id/index.php/2020/10/14/sarjana-perlu-kiat-khusus-agar-sukses-masuk-dunia-kerja/> pada 24 Juni 2022

- Majidah, I. (2021). Korelasi self-esteem dan dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa akhir menjelang kelulusan program strata 1 yang berkuliah di Surabaya. Skripsi tidak diterbitkan. UIN Sunan Ampel: Fakultas Psikologi dan kesehatan
- Mannix, M. M., Feldman, J. M., & Moody, K. (2009). Optimism and health-related quality of life in adolescents with cancer. *Child: Care, Health and Development*, 35(4)
- Minchinton, G. (1993). *Maximum self-esteem: The hand book for reclaiming your sence of self worth*. Kuala Lumpur: Golden Books Center (Mruk, 2006)
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice*. (3rd Edition). New York: Springer Publishing Company
- Ni'mah, F. Z., & Khoiruddin, M. A. (2021). Pengaruh self-esteem dan optimisme masa depan Siswa Menengah Kejuruan (SMK) berbasis pesantren. *Indonesian Journal of Islamic Education Studies* 4(1)
- Putri, A. R., & Frieda, NRH. (2015). Self-esteem dan optimisme raih kesuksesan karir pada fresh graduate Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati* 4(4)
- Quix, A. M. (2021). Optimism, gender and success: The effect of optimism on achieving life goals (Master's thesis).
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development (Perkembangan masa hidup)*. (Edisi 13 Jilid 2). Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sarwono, S. W., & Meinarno E. A. (2012). *Psikologi sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (And trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A Reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (2002). Optimism. (In C.R. Snyder & Shane J. Lopez). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press
- Schiraldi, G. R. (2007). *10 Simple solutions for building self-esteem: How to end self-doubt, gain confidence, & create a positive self-image*. United States of America: New Habinger Publications, Inc.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Vintage Books
- Seligman, M. (2008). *Menginstal optimisme (edisi terjemahan)*. Translated by Budhy Yogapranata. 2008. Bandung: PT Karya Kita
- Sidabalok, R. N., Marpaung, W., & Manurung, Y. S. (2019). Optimisme dan self-esteem pada pelajar sekolah menengah atas. *Philanthropy Journal of Psychology* 3(1)
- Soraya, Y. (2019). Hubungan antara konsep diri dan self-esteem dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UIN Suska Riau. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Islam negeri Sultan Syarif Kasim Riau: Fakultas Psikologi
- Tafarodi, R. W., & Milne, A. B. (2002). Decomposing global self-esteem. *Journal of Personality*, 70(4)
- Tjahjaningsih., & Nuryoto. S. (1994). Harga diri remaja yang bertempat tinggal di dalam lingkungan kompleks pelacuran dan di luar kompleks pelacuran. *Jurnal Psikologi*, No. 2, 9-16
- Wahyudin., Dimala, Cempaka P., dan Rohayati, N. (2021). Hubungan self-esteem dengan optimisme masa depan pada siswa SMK Itenas kelas XII. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi* 1(2)
- Wijaya, C. (2020, Juli 10). Covid-19: 'Tak juga dapat kerja', 'Malu minta duit orang tua', hingga 'Survive dengan bisnis sendiri' - Cerita angkatan 2020. Diakses dari laman <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-53333126> pada 5 Juni 2022