

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG**

Dunia kerja merupakan dunia tempat sekumpulan individu dalam melakukan suatu aktivitas kerja, baik di dalam perusahaan maupun sebuah organisasi. Salah satu permasalahan besar dalam dunia kerja di Indonesia adalah tingkat pengangguran yang tinggi, permasalahan ini timbul akibat dari lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah pencari kerja dan ketimpangan antara keahlian yang dibutuhkan oleh perusahaan dengan keahlian yang dimiliki oleh para pencari kerja. Kedua hal tersebut sudah menjadi permasalahan menahun yang terus menerus tidak terselesaikan, hal ini memunculkan rasa pesimis dan ketidaksiapan bagi calon pencari kerja.

Tak terkecuali siswa-siswi kelas XII Sekolah Menengah Kejuruan yang akan memasuki dunia kerja, meskipun siswa-siswi SMK telah mempelajari satu keahlian yang disesuaikan dengan jenis-jenis lapangan kerja secara khusus. Namun berdasarkan data Badan Pusat Statistik yang dihimpun oleh media online tempo.co (22/08/2020), lulusan SMK menjadi urutan pertama yang menduduki tingkat pengangguran tertinggi dengan persentase sebesar 8,49% berdasarkan tingkat pendidikan yang ditamatkan. Data lain mengatakan, bahwa lulusan SMK yang menganggur di Indonesia

pertahunnya selalu mengalami peningkatan yang cukup tinggi dari 183.629 lulusan tahun 2018 menjadi 409.890 lulusan pada tahun 2019.

Di Karawang, SMA/SMK setiap tahun melahirkan sekitar 24 ribu orang lulusan baru, hal tersebut berdasarkan data yang diungkapkan oleh Ahmad Suroto selaku kepala disnakertran, Karawang pada Badan Pusat S. Selain itu, data disnaker mengungkapkan bahwa lapangan kerja di Karawang hanya mampu menyerap 14 ribu orang setiap tahun, sehingga 10 ribu orang yang lain menjadi pengangguran. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah kabupaten Karawang untuk menekan angka peningkatan pengangguran adalah mengkoordinasi 940 perusahaan yang ada untuk bekerja sama dengan 9 SMK yang ada di Karawang agar tercipta dunia kerja menjadi lebih ramah. Lulusan SMK dianggap sebagai lulusan siap pakai untuk perusahaan, karena telah memiliki keahlian-keahlian dasar dan pernah melakukan kerja praktek langsung (magang).

Sekolah Menengah Kejuruan menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia (PP RI) No. 29 Tahun 1990 tentang pendidikan menengah kejuruan pasal 1 mengatakan bahwa pendidikan menengah kejuruan merupakan pendidikan pada jenjang menengah yang mengutamakan pengembangan kemampuan siswa untuk melaksanakan jenis pekerjaan tertentu. Maka siswa SMK seharusnya memiliki pengetahuan yang luas mengenai dunia kerja karena sasaran lulusan SMK adalah untuk bekerja sesuai bidang kejuruan yang ditekuninya sehingga

ketimpangan antara keahlian yang dibutuhkan perusahaan dan keahlian yang dimiliki calon pencari kerja dapat diminimalisir.

Salah satu SMK yang ada di Karawang adalah SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan, sekolah ini berada di daerah pangkalan yang sedikit jauh dari pusat industri Karawang. Permasalahan yang ditemukan pada sekolah ini adalah siswa-siswi kelas XII yang tidak siap menghadapi dunia kerja dan merasa pesimis, karena merasa keahlian khusus yang diberikan oleh sekolah tidak cukup mampu membantu siswa-siswi kelas XII ini untuk menembus dunia kerja di Karawang. Hal lainnya, karena lulusan-lulusan terdahulu banyak yang bekerja tidak sesuai dengan bidang keahlian yang di pelajari sehingga menurunkan tingkat optimisme siswa-siswi XII dalam menghadapi dunia kerja yang keras.

Ibu Maryam salah satu guru di sekolah ini menjabarkan data Bursa Kerja Khusus (BKK) yang diadakan oleh SMK IPTEK, bahwa kompetensi keahlian teknik mesin tahun ajaran 2016/2017 dengan jumlah lulusan 57 siswa dari 2 kelas dengan jurusan teknis mesin . Terdapat 11 siswa (20%) melanjutkan perguruan tinggi, 20 siswa (35%) bekerja diberbagai sektor, 1 siswa (2%) wirausaha dan sisanya 25 siswa (45%) ada yang menikah menganggur dan menunggu lowongan pekerjaan. Persentase lulusan yang mampu menembus dunia kerja cukup rendah, sehingga hal tersebutlah yang menurunkan optimisme siswa-siswi kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan.

Seligman (dalam Golmen, 2009) mengatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri sendiri, individu yang optimis mampu menghasilkan suatu yang lebih baik dari dalam dirinya sehingga kegagalan yang akan memotivasi individu untuk tetap berusaha mencoba kembali untuk tidak gagal dikemudian. Sehingga apabila rasa optimisme yang tinggi dapat dimiliki oleh setiap siswa, maka siswa yang akan menjadi pencari kerja baru tidak akan mudah menyerah saat menghadapi permasalahan-permasalahan umum yang sering terjadi di dunia kerja.

Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan Ginting (dalam Kuriawan, Priyatama, & Karyanata, 2012) yang mengatakan siswa dengan optimisme yang tinggi menunjukkan hasil yang lebih baik terhadap rencana akan menghadapi dunia kerja dengan memiliki rasa percaya diri yang tinggi serta karir yang baik. Sebaliknya, pada mereka yang pesimis menunjukkan hasil yang rendah terhadap pengetahuan maka kurangnya rasa percaya diri dan lebih ragu-ragu dalam pengambilan keputusan.

Optimisme pun dapat membuat langkah-langkah siswa-siswi ini menjadi lebih ringan dalam mencari pekerjaan karena memandang segala sesuatu secara positif dan tidak berkeputus dalam ketidakmampuan yang dimiliki namun meningkatkan kemampuan yang ada agar tidak kembali gagal. Optimisme melahirkan suatu keyakinan dari keyakinan memunculkan suatu kesadaran dari kesadaran melahirkan amaliah dan dari amaliah akan tercapainya hasil-hasil yang diharapkan. Namun optimisme

yang membabi butapun tanpa diimbangi oleh efikasi diri yang tinggi tidak dapat membuat individu bergerak kearah yang baik.

Pengaruh efikasi diri terhadap optimisme menghadapi dunia kerja merupakan suatu keyakinan diri bahwa hubungan seseorang dan lingkungannya dipengaruhi oleh penilaian dan penyesuaian diri dan secara potensial yang dapat mengurangi stress dan adaptasi seseorang terhadap lingkungan (Lazarus, 2010). Siswa-siswi yang memiliki efikasi diri tinggi akan memiliki rasa yakin dan optimisme untuk bertahan dan juga mampu untuk memahami keinginan maupun kebutuhannya serta mampu memahami orang lain dengan baik dalam hal ini perusahaan atau organisasi selaku pencipta dunia kerja.

Jess Feist dan Gregory J. Feist, (2011) mengatakan efikasi diri adalah keyakinan atau kepercayaan seseorang bahwa ia dapat melakukan suatu perilaku yang akan menghasilkan apa yang diinginkan dalam situasi yang khusus. Efikasi diri yang tinggi dapat membantu individu menuju tujuan yang telah ditetapkan secara lebih mudah. Sementara individu dengan efikasi diri rendah akan menyebabkan meningkatnya rasa cemas dan perilaku menghindar, sehingga performa seorang individu secara umum akan meningkat saat ia memiliki efikasi diri yang tinggi.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Purningsih, Ali & dkk (2016) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara variable efikasi diri dengan optimisme menghadapi dunia kerja.

Pernyataan lain yang memperkuat argumentasi diatas adalah deskripsi teoritis yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Puningsih & dkk, 2016) mengatakan bahwa efikasi diri mempengaruhi pilihan aktivitas usaha seseorang dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Seseorang dengan efikasi diri tinggi akan mampu merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan.

Optimisme dan Efikasi diri yang tinggi amat diperlukan bagi siswa-siswi kelas XII karena akan memasuki dunia baru yaitu dunia kerja. Dunia baru ini tentu memiliki permasalahan dan tantangan yang berbeda dengan dunia sekolah. Optimisme dan efikasi diri menjadi bekal secara internal selain keahlian yang telah dipelajari di sekolah untuk siswa-siswi yang akan mencari pekerjaan. Di dalam dunia kerja, lapangan pekerjaan yang tersedia umumnya sedikit sehingga daya saing antar pencari kerja semakin ketat terutama beberapa bidang. Mayoritas siswa-siswi SMK setelah lulus mereka ingin bekerja sesuai dengan keahlian yang dipelajari selama sekolah yaitu beberapa keahlian dasar yang dimiliki, fisik yang terlatih, serta kemampuan dalam nilai akademiknya. Optimisme yang tinggi akan membantu siswa mengontrol kemampuan dan menerima kejadian dalam lingkungan secara positif.

Lalu siswa-siswi memiliki efikasi diri tinggi maka ia mampu mengatasi permasalahan dalam mencapai suatu tujuan, sehingga keyakinan yang kuat dan rasa percaya diri yang tinggi menjadi pribadi yang optimis dan yakin dengan masa depannya sehingga pilihan karirnya untuk

menghadapi dunia kerja pun semakin matang dan tak ada rasa ragu-ragu untuk memulai dunia baru setelah lulus dibangku sekolah (Feist, 2011).

Contoh permasalahan yang akan dihadapi oleh siswa-siswi kelas XII ketika memasuki dunia kerja adalah kesulitan mencari lapangan pekerjaan dan informasi yang minim mengenai dunia kerja. Siswa-siswi yang optimis dan memiliki efikasi diri yang tinggi tidak akan hanya menunggu informasi dan menyalahkan pihak-pihak eksternal yang tidak memberikan informasi. Namun mencari lapangan pekerjaan secara mandiri menggunakan seluruh kemampuan yang dimiliki agar segera mendapatkan pekerjaan seperti memaksimalkan media sosial beberapa perusahaan yang memberikan informasi mengenai rekrutmen, mengikuti program pelatihan yang diadakan pemerintah atau mendatangi beberapa lembaga menyalur tenaga kerja. Optimisme dan efikasi diri yang tinggi mampu mendorong seseorang untuk melakukan banyak hal dengan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki.

Sarapiro (dalam Ghufroon & Risnawati, 2011) mengatakan yang perlu diperhatikan meraih kesuksesan siswa harus bisa meningkatkan efikasi dirinya secara penuh serta dukungan sosial yang diberikan terhadap siswa, meski sulit mencari kerja di jaman sekarang dan harus memiliki jaminan tak cukup hanya dalam bidang akademik saja, karena banyak orang-orang yang tak memperdulikan akan keadaan fisik atau kualifikasi per individu yang kurang memenuhi syarat dalam kualifikasi standar penerimaan karyawan baru. Seperti mental yang kurang, tidak

percaya diri, gagal saat tes ditempat yang diharapkan. Sehingga membuat individu putus asa maka dari itu mencoba belajar berpikir secara optimis dengan rasa percaya diri yang tinggi bahwa pasti ada tempat kerja yang menerima kita bekerja mungkin tak harus di perusahaan-perusahaan.

Dukungan sosial sangat penting juga diberikan terhadap siswa yang akan menghadapi dunia kerja dengan adanya kenyamanan, kepedulian, harga diri atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok lain dan dukungan yang di berikan dapat membatu individu untuk memecahkan masalah serta mengurangi rasa emosi negatif dari masalah yang terjadi (Sarafino, 2011). Dengan adanya dukungan dari orang tua, teman, serta guru yang ada di sekolah merupakan hal yang sangat membantu adanya dukungan dari luar dengan adanya informasi mengenai lapangan pekerjaan yang ada di Karawang. Ada dua macam hubungan dukungan sosial, yaitu hubungan profesional yakni bersumber dari orang-orang yang ahli di bidangnya, seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara. Serta hubungan non professional, yakni bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga maupun relasi Gottlieb (dalam Ristianti, 2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ernawati (2017) mengenai optimisme mengungkapkan hasil adanya dukungan sosial dan efikasi diri terhadap optimisme menghadapi dunia kerja. Bahwa efikasi diri juga berpengaruh terhadap optimisme menghadapi dunia kerja dengan adanya tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan bisa mengambil keputusan dengan

baik Sukmadinata (dalam Ernawati, 2017). Dukungan sosial yang sangat mempengaruhi lingkungan sekitar yang menuntut untuk setelah lulus sekolah harus bekerja dengan bekal optimis dalam diri perindividu keyakinan yang siswa miliki untuk bisa bekerja di perusahaan-perusahaan yang mereka inginkan. Bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau keluarga, dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya teman-teman dekat di lingkungan sekitar (Baron dan Byrne, dalam Mulyana, dkk, 2015).

Berdasarkan pada uraian latar belakang penelitian di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja. Untuk menjawab rumusan masalah tersebut maka penulis tertarik akan penelitian dengan judul, “pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang”.

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh tersebut, maka peneliti menggunakan pernyataan-pernyataan dibawah ini:

1. Adakah pengaruh efikasi diri terhadap optimisme dalam menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang ?

2. Adakah pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme dalam menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang ?
3. Adakah pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme dalam menghadapi dunia kerja siswa kelas siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang ?

### 1.3 TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap optimisme dalam menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang.
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme dalam menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang.
3. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang.

### 1.4 MANFAAT PENELITIAN

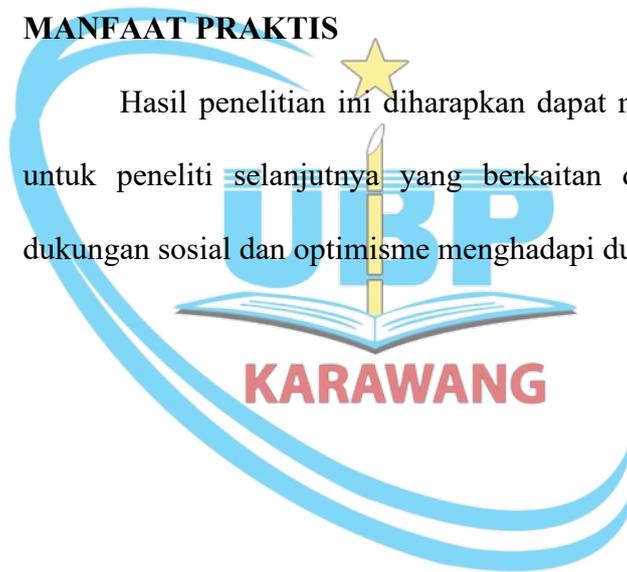
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis sebagai berikut:

#### **1.4.1 MANFAAT TEORITIS**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan atau kontribusi yang berarti bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi industri dan organisasi dan perkembangan terkait efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK Sanggabuana Pangkalan Karawang.

#### **1.4.2 MANFAAT PRAKTIS**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan efikasi diri, dukungan sosial dan optimisme menghadapi dunia kerja.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Efikasi Diri**

##### **2.1.1 Definisi Efikasi Diri**

Definisi dari efikasi diri terus berkembang menurut Bandura ( dalam Suseno, 2012) mengartikan efikasi diri adalah keyakinan seorang individu mengenal kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu serta efikasi diri

mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Menurut Bandura (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugasnya atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.

Menurut Trouillet (dalam Irfan dan Suprati, 2014) pertimbangan seseorang yang mempengaruhi bagaimana seseorang menghadapi situasi eksternal. Efikasi diri akan berkembang secara berangsur-angsur terus menerus seiring meningkatnya kemampuan dan bertambahnya pengalaman-pengalaman yang berkaitan. Efikasi diri yakni kemampuan untuk menyadari, menerima, dan bertanggung jawabkan semua potensi keterampilan atau keahlian secara tepat.

Menurut Bandura (dalam Ormrod, 2008) penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu dengan keyakinan seseorang bahwa ia mampu melakukan tugas tertentu dengan baik. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2012) konsep efikasi diri sebenarnya adalah inti dari teori *social cognitive* yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menekankan peran belajar observasional, pengalaman sosial, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Serta

menggambarkan efikasi diri sebagai penentu bagaimana orang merasa, berfikir, memotivasi diri, dan berperilaku.

Menurut Bandura (dalam Santrock, 2007) salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self knowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan termasuk di dalamnya perkiraan berbagai kejadian yang akan dihadapi. Efikasi diri yakni suatu keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil yang positif.

Menurut Gist dan Mitchell (2011) efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha. Menurut Judge dan Erez (dalam Ghufro, 2010) seseorang dengan efikasi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri yang rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Luthans (dalam Wulandari, 2013) salah satu peran penting dalam mengatasi menghadapi dunia kerja untuk menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu dan dapat mendorong kinerja seseorang dalam berbagai bidang termasuk minat.

Bandura (dalam Suseno, 2012) mengatakan bahwa keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh dengan tekanan. Seseorang percaya bahwa tidak memiliki kekuatan untuk memproduksi suatu hasil, maka orang tersebut tidak akan berusaha untuk membuat sesuatu terjadi. Sebaliknya orang yang memiliki efikasi diri tinggi diyakini sebagai orang yang mampu berperilaku tertentu untuk dapat mencapai hasil yang diinginkan, selain itu mereka lebih giat dan lebih tekun dalam berusaha. Sedangkan menurut Robbins (dalam Wulandari, 2013) dalam membuka suatu usaha diperlukan keyakinan diri efikasi diri terhadap kemampuannya agar usahanya dapat berhasil.

Dari beberapa definisi diatas, definisi dari Bandura merupakan definisi yang paling sesuai dengan definisi yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu efikasi diri merupakan keyakinan seorang individu mengenal kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu serta efikasi diri mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu.

### **2.1.2 Dimensi-Dimensi Efikasi Diri**

Menurut Bandura (dalam Suseno, 2012) menjelaskan efikasi diri terdiri dari beberapa dimensi. Masing-masing mempunyai implikasi penting dalam performansi, yang secara lebih jelas dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Tingkat (*level*)

Berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada diluar batas kemampuan yang dirasakannya.

b. Keyakinan (*strength*)

Berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*generality*)

Berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang dimana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

### 2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura (dalam Suseno, 2012), mengemukakan bahwa tingkat efikasi diri dipengaruhi beberapa faktor, yaitu:

a. Sifat tugas yang dihadapi

Semakin kompleks dan sulit suatu tugas bagi seseorang maka semakin besar keraguan terhadap kemampuannya, sebaliknya jika individu dihadapkan pada tugas yang sederhana dan mudah maka dirinya sangat yakin pada kemampuannya untuk berhasil.

b. Intensif eksternal

Adanya insentif berupa hadiah (*reward*) dari orang lain untuk merefleksikan keberhasilan individu dalam menguasai atau melaksanakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi dirinya. Dalam hal ini reward yang tepat atau yang menarik akan meningkatkan motivasi seseorang.

c. Status seseorang dalam lingkungan.

Seseorang yang memiliki status sosial lebih tinggi akan memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi pula dibandingkan seseorang yang berstatus sosial lebih rendah. Status sosial tinggi

membuat seseorang memperoleh penghargaan lebih dari orang lain sehingga memberikan pengaruh pula terhadap efikasi dirinya.

d. Informasi tentang kemampuan diri.

Efikasi diri akan meningkat jika seseorang mendapatkan informasi yang positif tentang dirinya, demikian sebaliknya efikasi diri akan menurun jika seseorang mendapatkan informasi negatif mengenai kemampuannya.

## **2.2 Dukungan Sosial**

### **2.2.1 Pengertian Dukungan Sosial**

Menurut Roberts & Gilbert, (2009). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial adalah suatu pemikiran terbaik sebagai suatu konstruk multidimensional yang terdiri dari komponen fungsional dan struktural. Dukungan sosial diartikan sebagai kesenangan, bantuan, seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan yang lain atau kelompok. Menurut Sarafino (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) dukungan sosial atau social support adalah bentuk perhatian, penghargaan, semangat, penerimaan, maupun pertolongan dari orang-orang terdekat, antara lain seperti orang tua, saudara, guru, teman maupun orang lain dengan tujuan membantu seseorang saat mengalami permasalahan. Bentuk dukungan dapat berupa informasi, tingkah laku tertentu, atau pun materi

yang dapat menjadikan individu yang menerima bantuan merasa disayangi, diperhatikan dan bernilai.

Menurut Gottlieb (dalam Ristianti, 2011) menyatakan ada dua macam hubungan dukungan sosial, yaitu hubungan profesional yakni bersumber dari orang-orang yang ahli di bidangnya, seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara. Serta hubungan non profesional, yakni bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga maupun relasi. Dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosional, empati, pemberian informasi, bantuan instrumental, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya Apollo dan Cahyadi (2012).

Menurut Taylor, (dalam Ping, 2016) mendeskripsikan dukungan sosial sebagai pertukaran interpersonal yang dicirikan oleh perhatian emosi, bantuan instrumental, penyedia informasi, atau pertolongan lainnya. Dukungan sosial diyakini bisa menguatkan orang dalam menghadapi efek stress dan mungkin meningkatkan kesehatan fisik pula. Dukungan sosial sebagai keberadaan dan kesediaan orang lain yang dapat kita andalkan, seseorang yang mengizinkan kita tahu bahwa mereka peduli, menghargai, dan mencintai kita. Dukungan sosial juga merupakan bantuan langsung, saran, dorongan, persahabatan dan ungkapan kasih sayang, semuanya terkait dengan hasil positif terhadap orang-orang yang menghadapi berbagai dilema dan tekanan hidup. Serta menurut Sarason (dalam Purba, 2007) Dukungan sosial awalnya didefinisikan berdasarkan pada banyaknya

kehadiran individu yang memberikan dukungan sosial. Kemudian definisi ini berkembang sehingga definisi dukungan sosial tidak hanya meliputi banyaknya teman yang menyediakan dukungan sosial, tetapi termasuk juga kepuasan terhadap dukungan yang diberikan.

Menurut Sarafino ( dalam Timothy, 2011) mendefenisikan dukungan sosial sebagai perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh oleh orang banyak atau kelompok lain. Mereka menambahkan bahwa orang-orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat membutuhkan bantuan.

Dukungan sosial menurut King (dalam Maziyah, 2012) adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbul balik. Sedangkan dukungan sosial menurut Appolo & Cahyadi, (2012) adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain terhadap individu yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu bersangkutan.

Berdasarkan pemaparan diatas, dukungan sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh oleh orang banyak atau kelompok lain. Orang-orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat

menolong mereka disaat membutuhkan bantuan seperti yang diungkapkan Sarafino.

### 2.2.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) mengemukakan dukungan sosial meliputi empat aspek, yaitu:

a. Dukungan Emosional

Dukungan ini merupakan penyampaian empati, kepedulian, perhatian, penghargaan yang positif, dan keyakinan terhadap seseorang. Hal ini memberikan kenyamanan dan ketentraman hati dengan rasa memiliki dan dicintai pada saat merasakan stress hal ini dapat diterima dari keluarga ataupun kerabat dekat.

b. Dukungan penghargaan.

Dukungan ini suatu bentuk dukungan yang berupa ungkapan yang diberikan oleh orang tua, guru bahkan orang disekelilingnya dalam hal membantu membangun kompetensi dan mengembangkan harga diri. Membantu individu untuk melihat segi positif yang ada dalam dirinya serta merasa dihargai dan bisa berguna saat individu tersebut dalam tekanan atau masalah.

c. Dukungan instrumental.

Dukungan ini merupakan dukungan yang menyediakan saran untuk mempermudah dalam membantu orang lain yang berwujudkan dalam bentuk bantuan material atau jasa.

d. Dukungan informasi.

Dukungan ini meliputi pemberian nasehat, saran atau umpan balik kepada individu. Dukungan ini biasanya diperoleh dari keluarga, sahabat dan rekan kerja. Adanya dukungan informasi seperti nasehat atau saran yang pernah mengalami keadaan serupa akan membuat individu memahami situasi dan mencari alternatif pemecah masalah atau tindakan yang akan diambil.

### 2.2.3 Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Myers (2012), ada 4 (empat) faktor yang menyebabkan terbentuknya dukungan sosial, diantaranya yaitu:

a. Empati

Dimana kemampuan dan kecenderungan berempati pada individu lain merupakan motif utama dalam tingkah laku yang mendorong individu. Rasa empati membuat seseorang ikut serta mengalami emosi yang dialami orang lain. Dengan berempati seseorang dapat memberikan motivasi pada orang lain untuk mengurangi masalah yang sedang dihadapinya.

b. Norma

Diterima seseorang selama pertumbuhan dan perkembangan pribadi dari pengalaman bersosialisasi, mengarahkan seseorang untuk bertingkah laku secara tepat dan mengharuskan individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan sosial. Hal tersebut akan membentuk kepedulian untuk memberikan pertolongan pada individu lain.

c. Pertukaran Sosial.

Dalam teori pertukaran sosial, adanya interaksi manusia yang berpedoman pada ekonomi sosial yaitu adanya penghargaan dan ganti rugi dengan cara memberi dan menerima. Teori ini menyatakan bahwa individu mencoba untuk melakukan interaksi dengan memaksimalkan penghargaan dan meminimalkan beban sehingga bisa digunakan untuk mengetahui tentang tingkah laku individu lain.

d. Sosiologi

Teori ini merupakan aplikasi prinsip evolusi, dimana perilaku menolong dianggap lebih menguntungkan jika dilakukan pada individu yang memiliki hubungan darah sehingga keturunannya tetap bertahan daripada menolong individu lain yang bisa menghabiskan waktu dan tenaga. Apabila akhirnya individu memutuskan untuk menolong individu lain, itu disebabkan karena mengharapkan bantuan yang sebaliknya dari individu yang ditolong.

## 2.3 Optimisme

### 2.3.1 Pengertian Optimisme

Seligman (2008) menjelaskan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Ketika mengalami peristiwa yang menyenangkan, individu yang optimis

akan yakin bahwa hal tersebut akan berlangsung lama, mempengaruhi semua aktivitas dan disebabkan oleh diri sendiri.

Pengertian tersebut dijelaskan lebih lanjut oleh Safarina (2016) bahwa optimisme merupakan suatu keyakinan tentang segala yang terjadi saat ini merupakan hal baik yang akan memberikan harapan dimasa depan sesuai apa yang kita angankan. Saat menghadapi suatu kesulitan, seseorang yang optimis yakin bahwa kesulitan baik bagi pengembangan diri dan dibaliknya pasti ada kesempatan untuk mencapai harapan.

Goleman (2007) menyatakan bahwa optimisme merupakan harapan kuat terhadap segala sesuatu yang terdapat dalam kehidupan akan mampu teratasi dengan baik, walaupun ditimpa masalah dan frustrasi. Optimisme merupakan sikap yang menopang individu agar jangan sampai terjatuh dalam kemasabodohan, keputusasaan, maupun mengalami depresi ketika individu menghadapi kesulitan. Goleman (2007) mendefinisikan optimisme dari titik pandang kecerdasan emosional, sebagai sikap yang memiliki pengharapan yang kuat bahwa secara umum, segala sesuatu dalam kehidupan akan selesai, kendati ditimpa kemunduran dan kefrustasian.

Seligman (dalam Ghufroon & Rini, 2010) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba lagi bila kembali gagal. Optimisme dalam kamus besar bahasa Indonesia adalah

keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menguntungkan. Orang yang memiliki sikap optimisme disebut orang optimis atau dapat diartikan orang yang selalu semangat berpengharapan baik.

Waskito (2013) menjelaskan optimisme sebagai ciri kehidupan seseorang yang beriman yang merupakan rahasia dibalik keberhasilan disetiap perjuangan. Optimisme menyebabkan lahirnya keyakinan dari keyakinan memunculkan suatu kesadaran dari kesadaran melahirkan amaliah dan dari amaliah akan tercapainya hasil-hasil yang diharapkan. Tanpa adanya optimisme dalam diri individu tidak akan mencapai suatu hal apapun karena individu yang tidak memiliki optimisme berarti individu tersebut pesimisme. Optimisme diartikan sebagai suatu harapan positif, maka pesimisme diartikan sebagai putus harapan atau putus asa.

Berdasarkan pemaparan di atas, definisi optimisme yang diungkapkan oleh Seligman yaitu suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri adalah definisi yang mampu menjelaskan maksud dari optimisme dalam penelitian ini.

### **2.3.2 Aspek-Aspek Optimisme**

Menurut Seligman (dalam Gufron & Rini, 2010) menyatakan bahwa terdapat beberapa aspek dalam optimisme, yaitu:

#### **a. *Permanence***

Aspek *permanence* memiliki makna bahwa seseorang menyikapi suatu peristiwa buruk maupun baik memiliki penyebab

yang menetap maupun sementara. Individu yang optimis akan memandang peristiwa yang buruk akan bersifat sementara dalam kehidupannya atau waktu yang tidak lama. Sebaliknya peristiwa baik akan bersifat menetap berasal dari dalam diri individu yang optimis.

b. *Pervasiveness*

Aspek *pervasiveness* memiliki makna bahwa seseorang yang optimis akan menelusuri suatu penyebab permasalahan hingga akar-akarnya. Individu yang optimis tidak akan memberikan alasan-alasan yang universal sebagai penyebab dari kegagalannya, namun alasan dari setiap kegagalan bisa dijelaskan secara spesifik mengenai penyebabnya.

c. *Personalization* **KARAWANG**

Aspek *personalization* menjelaskan setiap penyebab dari suatu kegagalan berasal dari internal (diri individu) atau pun dari eksternal (orang lain). Individu yang memiliki optimisme akan memandang peristiwa baik berasal dari dalam diri individu tersebut. Sebaliknya, setiap peristiwa yang berujung kegagalan berasal dari luar dirinya atau faktor eksternal.

### 2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Seligman (2008) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme:

a. Dukungan Sosial.

Adanya dukungan yang cukup dapat membuat individu lebih optimis karena merasa yakin bahwa bantuan akan selalu tersedia bila dibutuhkan.

b. Kepercayaan diri.

Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi dengan apa yang ada pada dirinya, serta yakin dengan kemampuannya akan mempunyai optimis yang tinggi.

c. Harga diri.

Individu dengan harga diri tinggi selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan mencari aset-aset personal yang dapat mengimbangi kegagalan, sehingga selalu berusaha lebih keras dan lebih baik pada usaha-usaha berikutnya.

#### 2.4 Kerangka Berpikir

Siswa-siswi kelas XII SMK IPTEK Sangabuana Pangkalan pada tahun ini akan memasuki dunia kerja. Dunia kerja menjadi hal yang menakutkan bagi siswa-siswi ini, karena berdasarkan data yang didapatkan dari hasil wawancara sebelum penelitian dilakukan pada guru dan siswa, terdapat rasa pesimistis bahwa siswa-siswi ini akan mampu menembus dunia kerja. Siswa-siswi di sekolah ini merasa bahwa keahlian yang diajarkan di bangku sekolah belum cukup untuk mendapatkan pekerjaan, ditambah lagi data BKK sekolahan yang menjabarkan bahwa hanya 35% lulusan pada tahun ajaran 2016/2017 yang mampu menembus dunia kerja tanpa harus mengangur lama.

Salah satu permasalahan yang terjadi di dunia kerja adalah kesulitan dalam mencari pekerjaan yang sesuai dengan keahlian yang dimiliki. Maka siswa-siswi kelas XII ini harus mempersiapkan banyak hal seperti kesehatan, fisik maupun mental untuk menghadapi persaingan di dalam dunia kerja. Siswa-siswi ini akan bersaing tidak hanya dengan teman seangkatan tetapi juga dengan para pencari kerja yang lebih dahulu lulus namun masih sulit untuk mendapatkan pekerjaan. Selain mempersiapkan keahlian yang mempunyai untuk bersaing, efikasi diri yang tinggi cenderung membuat seseorang dalam hal ini siswa-siswi kelas XII lebih optimis menghadapi dunia kerja.

Efikasi diri yang tinggi membuat siswa-siswi ini memiliki keyakinan untuk mampu menghadapi persoalan dunia kerja berdasarkan kemampuan yang dimiliki secara khusus sehingga cenderung lebih baik dalam mempersiapkan diri secara psikologis untuk menghadapi dunia kerja. Efikasi diri berkenaan dengan kemampuan mengenali dan mengidentifikasi kemampuan yang dimiliki agar dapat dimaksimalkan untuk memecahkan permasalahan. Hal ini dapat mendorong siswa-siswi menjadi lebih optimis karena seseorang dengan efikasi diri tinggi akan mampu merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan. Sementara, fenomena yang terjadi di sekolah ini adalah terdapat siswa-siswi yang cenderung memiliki efikasi rendah karena menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya dan berkuat dengan ketidakmampuan yang dimiliki sehingga menurunkan

rasa optimisme yang ada, sehingga dapat dikatakan bahwa efikasi diri berperan aktif dalam memunculkan rasa optimisme.

Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Purningsih, dkk (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri dengan optimisme menghadapi dunia kerja. Sejalan dengan penelitian diatas, Bandura (dalam Puningsih & dkk, 2016) juga mengatakan bahwa efikasi diri mempengaruhi pilihan aktivitas usaha seseorang dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

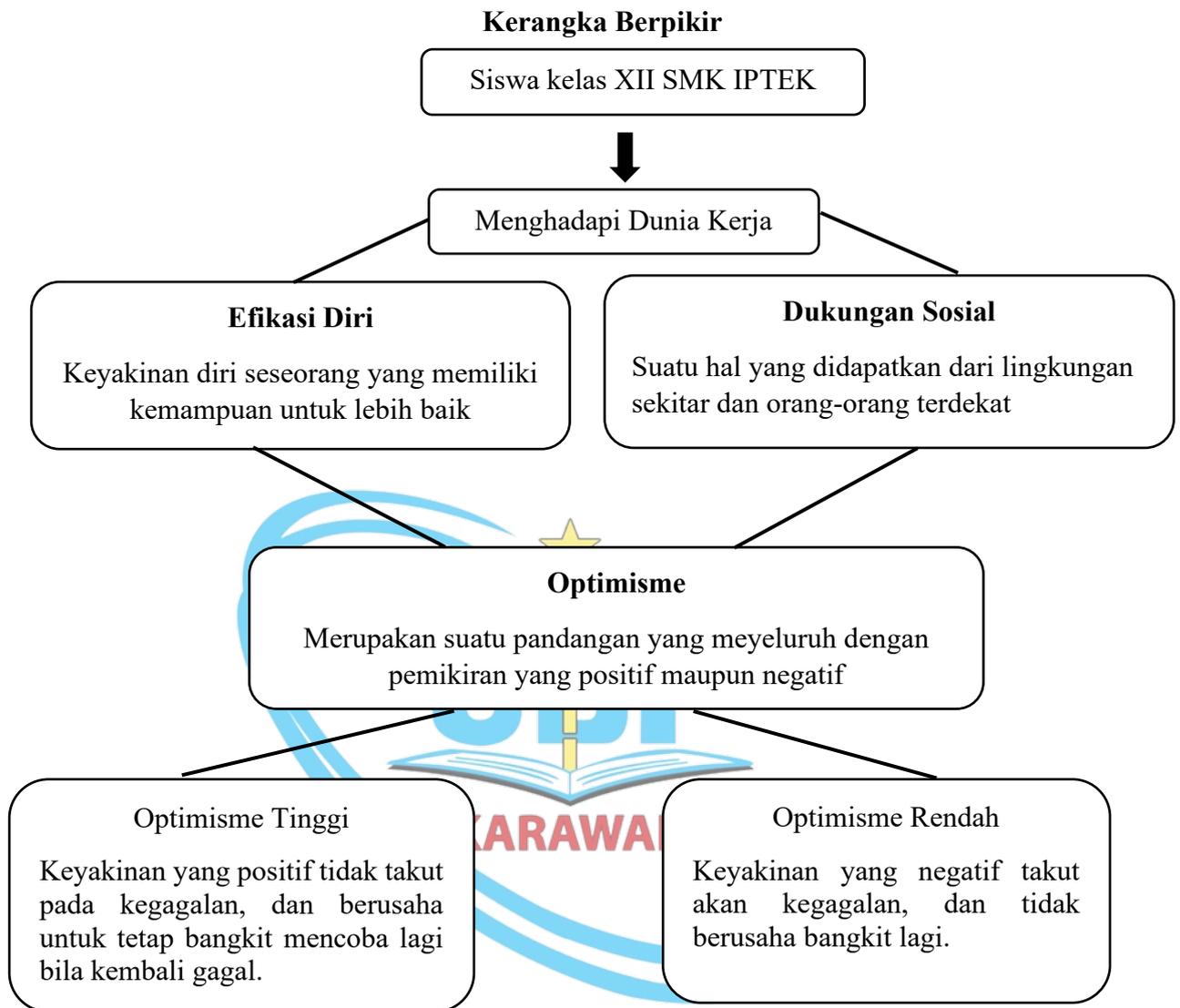
Selain dari sisi internal, optimisme dalam memasuki dunia kerjapun dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti dukungan sosial. Dukungan sosial sangat penting juga diberikan kepada siswa-siswi kelas XII ini, yang akan menghadapi dunia kerja. Dukungan sosial memberikan rasa kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan pemberian bantuan baik secara langsung ataupun tidak. Bentuk dukungan sosial yang diberikan dapat membantu individu untuk memecahkan permasalahan serta mengurangi rasa emosi negatif dari masalah, dalam hal ini ketakutan menghadapi dunia kerja. Dukungan sosial akan sangat bermakna apabila muncul dari lingkungan keluarga dan orang terdekat, dukungan ini menciptakan rasa optimisme tersendiri sehingga optimisme itupun dapat meningkat dengan baik.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Karina (2016) mengatakan bahwa dukungan sosial yang diberikan keluarga, guru, dan teman dekat terhadap siswa yang akan menghadapi dunia kerja sangat

berperan penting bagi individu sehingga dapat membuat siswa berpikir optimis dan memiliki keyakinan dalam menghadapi dunia kerja karena memiliki dukungan sosial.

Efikasi diri dan dukungan sosial membantu meningkatkan rasa optimisme pada diri seseorang. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Ernawati (2017) mengenai optimisme, hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa adanya pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap optimisme menghadapi dunia kerja.

Optimisme bagi siswa-siswi kelas XII dalam menghadapi dunia kerja merupakan hal yang amat penting karena optimisme membantu siswa-siswi memandang permasalahan yang akan dihadapi secara positif sehingga sesulit apapun permasalahan di dunia kerja mampu diatasi secara baik dengan memaksimalkan kemampuan yang ada dan dukungan sosial memperkuat hal tersebut. Siswa yang optimis juga menganggap kegagalan disebabkan oleh suatu hal yang dapat diubah dan kegagalan sebagai sumber pembelajaran sehingga siswa-siswi dapat berhasil meskipun pernah mengalami kegagalan. Maka berdasarkan pernyataan diatas kerangka berpikir penelitian ini adalah sebagai berikut :



**Gambar 2. 1 Gambar kerangka berpikir**

## 2.5 Hipotesis penelitian

Hipotesa yang dipakai pada penelitian ini adalah :

Ha1 : Terdapat pengaruh efikasi diri terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

H01: Tidak terdapat pengaruh efikasi diri terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

Ha2 : Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

H02 : Tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

Ha3 : Efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

H03 : Efikasi diri dan dukungan sosial tidak berpengaruh secara bersama-sama terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK IPTEK.

