

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Takut Akan Kegagalan**

##### **1. Pengertian Takut Akan Kegagalan**

Davidoff mendefinisikan ketakutan sebagai sebuah sindroma psikiatris yang dapat diamati, dan terjadi sangat kuat. Psikolog Jhon Muller telah menemukan bahwa peserta penelitian dengan taraf kecemasan yang tinggi, mempunyai kecenderungan untuk kurang menggunakan strategi yang terorganisir baik dalam memproses informasi. Bila kepada mereka dituntut untuk mengadakan penyesuaian diri, maka mereka cenderung kurang berhasil, karena tidak dapat fleksibel dibandingkan mereka yang kurang cemas hingga dapat beralih dari satu taktik ke taktik yang lain (Davidoff, 1991).

Kekuatan tertentu secara khas dijumpai pada usia tertentu dan kerenanya disebut sebagai “ketakutan yang khas” untuk taraf usia tersebut. tidak ada peralihan yang jelas dari suatu jenis ketakutan ke jenis ketakutan yang lainnya, tetapi lebih merupakan peralihan yang bertahap dari ketakutan yang spesifik ke ketakutan yang bersifat umum. Anak yang lebih tua memiliki berbagai ketakutan yang berhubungan dengan diri atau status, mereka takut gagal ; takut dicemoohkan, dan takut berbeda dengan yang lain. Terlepas dari usia anak, ciri khas yang penting pada semua rangsangan takut ialah bahwa hal itu terjadi secara mendadak

dan tidak diduga-duga dan anak hanya memiliki kesempatan yang kecil sekali untuk menyesuaikan diri dengan situasi (Hurlock, 1978).

Rasa takut adalah merupakan defence mechanism, atau mekanik bela diri. Maksudnya ialah bahwa rasa takut timbul pada diri seseorang disebabkan adanya kecenderungan untuk membela diri sendiri dari bahaya atau hanya perasaan yang tak enak terhadap sesuatu hal. Dalam sebuah bukunya yang berjudul "*Fears and Phobias*" Doktor Tony Whitehead mengajukan definisi tentang rasa takut. Definisi yang dimaksud adalah sebagai berikut: rasa takut adalah sesuatu yang agak kompleks, didalamnya terdapat suatu perasaan emosional dan sejumlah perasaan jasmaniah (Soelasmono, 2011).

Gulo dan Kartono berpendapat ketakutan bersumber dan tergantung pada situasi tertentu. Rasa takut gagal merupakan ciri beberapa orang. Jika seseorang mengembangkan rasa takut gagal, hal ini disebabkan adanya pengalaman kegagalan berulang kali dalam setiap kegiatannya di masa lalu (Gulo, 1987).

Spielberger menambahkan bahwa ketakutan adalah *state anxiety* yaitu suatu keadaan/kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan kekhawatiran yang dihayati secara sadar serta bersifat subjektif. Biasanya berhubungan dengan situasi-situasi lingkungan yang khusus, misalnya situasi ujian atau tes (Slameto, 2003).

Rasa takut ditimbulkan oleh adanya ancaman, sehingga seseorang akan menghindar diri dan sebagainya. Kecemasan atau anxietas dapat ditimbulkan oleh bahaya dari luar, mungkin juga oleh bahaya dari dalam diri seseorang, dan pada umumnya ancaman itu samar-samar. Bahaya dari dalam, timbul bila ada sesuatu hal yang tidak dapat diterimanya, misalnya pikiran, perasaan, keinginan dan dorongan (Gunarsa, 2008).

Ketidak mampuan mengendalikan pikiran buruk yang berulang-ulang dan kecenderungan berpikir bahwa keadaan akan semakin memburuk merupakan dua ciri penting dari rasa cemas (Tallis, 1991).

Segala bentuk situasi yang mengancam kesejahteraan organisme dapat menimbulkan kecemasan. Ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, dan tekanan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan, juga menimbulkan kecemasan. Yang dimaksud dengan kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “kekhawatiran”, “keprihatinan”, dan “rasa takut”, yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda.

Freud salah satu pakar pertama yang memfokuskan diri pada makna penting kecemasan membedakan kecemasan objektif dan kecemasan neurotis. Freud memandang kecemasan objektif sebagai respon yang realistis terhadap bahaya eksternal, yang maknanya sama dengan rasa takut. Kecemasan neurotis timbul dari konflik tak sadar dalam diri individu karena konflik itu tidak disadari, individu tidak mengetahui alasan kecemasannya (Atkinson, 1996).

Orang yang mengalami kecemasan bila menghadapi situasi yang tampak berbeda diluar kendali mereka. Mungkin itu merupakan situasi baru yang harus kita atur dan kita padukan dengan pandangan kita mengenai dunia dan diri kita sendiri. Perasaan tidak berdaya dan tidak mampu mengndalikan apa yang terjadi merupakan pokok dari teori kecemasan (Atkinson, 1996).

Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut. Hal tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian (Ghufron, 2010)

Dari paparan diatas takut akan kegagalan adalah keadaan atau kondisi emosional individu terhadap suatu keadaan yang tidak pasti secara subjektif dianggap mengancam serta mempengaruhi pemikiran.

## **2. Aspek-Aspek Takut Akan Kegagalan**

Aspek-aspek ketakutan akan kegagalan menurut Conroy (dalam Nainggolan, 2007) antara lain:

- a. Ketakutan akan dialaminya penghinaan dan rasa malu.

Ketakutan akan mempermalukan diri sendiri, terutama jika banyak orang yang mengetahui kegagalannya. Individu mencemaskan apa yang orang lain pikirkan tentang dirinya dan penghinaan serta malu yang akan didapatkan.

- b. Ketakutan akan penurunan estimasi diri (*self-estimate*) individu.

Ketakutan ini meliputi perasaan kurang dari dalam individu. Individu merasa tidak cukup pintar, tidak cukup berbakat sehingga tidak dapat mengontrol performansinya.

- c. Ketakutan akan hilangnya pengaruh social.

Ketakutan ini melibatkan penilaian orang lain terhadap individu. Individu takut apabila ia gagal, orang lain yang penting baginya tidak akan mempedulikan, tidak mau menolong dan nilai dirinya akan menurun dimata orang lain.

- d. Ketakutan akan ketidakpastian masa depan.

Ketakutan ini datang ketika kegagalan akan mengakibatkan ketidakpastian dan berubahnya masa depan individu. Kegagalan ini akan merubah rencana yang dipersiapkan untuk masa depan, baik dalam skala kecil atau skala besar.

- e. Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya.

Ketakutan akan mengecewakan harapan, dikritik, dan kehilangan kepercayaan dari orang lain yang penting baginya seperti orang tua, yang akan menimbulkan penolakan orang tua terhadap diri individu.

Ada beberapa hal yang menghalangi – halangi keberanian dan hanya membelenggu diri saja. Rasa takut merupakan penjara batin dan akan melemahkan keberanian seseorang. Rasa takut ada beberapa jenis,

yang berkaitan dengan hubungan antar manusia : rasa takut akan ditolak dalam pergaulan sosial, rasa takut tanpa ada alasan, rasa takut berusaha, rasa takut bertindak (Soelasmono, 2011).

Individu yang mengalami kecemasan dipengaruhi oleh beberapa hal, di antaranya karena adanya pengalaman negatif perilaku yang telah dilakukan, seperti kekhawatiran akan adanya kegagalan. Merasa frustrasi dalam situasi tertentu dan ketidak pastian akan melakukan sesuatu. Dinamika kecemasan ditinjau dari beberapa teori yaitu (Ghufron, 2010) :

- a. Teori psikoanalisa dapat disebabkan oleh adanya tekanan buruk perilaku masa lalu serta adanya gangguan mental.
- b. Teori kognitif kecemasan terjadi karena adanya evaluasi diri yang negatif. Perasaan negatif tentang kemampuan yang dimilikinya dan orientasi diri yang negatif.
- c. Berdasarkan teori humanistik, kecemasan merupakan kekhawatiran tentang masa depan, yaitu kekhawatiran terhadap apa yang akan dilakukan.

### **3. Faktor-Faktor Takut Akan Kegagalan**

Orang yang mudah cemas cenderung mengambil sikap negative terhadap suatu keadaan dan mengharapkan yang terburuk akan terjadi. Mengapa seseorang mempunyai sifat ini dan yang lain tidak bukanlah pertanyaan yang sulit dijawab. Mungkin kebiasaan itu telah diperolehnya dari masa kanak-kanak. Bagaimana kita berpikir dan berperilaku sangat dipengaruhi oleh cara orang tua kita berpikir dan berperilaku. Pengaruh

orang tua mungkin hanya merupakan salah satu dari berbagai faktor yang dapat membentuk sikap dan keyakinan kita. Faktor lain termasuk misalnya pengalaman hidup yang menyedihkan. Jika anda seringkali sial dan sering mengalami kegagalan, maka sulit bagi anda untuk mempertahankan pandangan yang positif tentang dunia (Tallis, 1991).

Gangguan emosional sebenarnya berasal dari cara kita berbicara kepada diri sendiri mengenai persoalan kita, bukan berasal dari persoalan itu sendiri. Kita tidak pernah dibuat depresif, marah, atau takut oleh apa yang terjadi pada diri kita, melainkan hanya oleh cara kita berpikir terhadap diri kita mengenai persoalan itu (Hauck, 1991).

Ada beberapa faktor yang melatar belakangi rasa takut gagal pada mahasiswa (Winkel, 1996):

a. Suasana belajar mengajar di kelas

Interaksi antara dosen pengampu bidang studi tertentu dan kelas tertentu, taraf kesukaran materi kuliah, tingkat pentingnya bidang studi dalam keseluruhan kurikulum, dan cara evaluasi belajar dilaksanakan. Hal tersebut dapat menimbulkan ketakutan yang bersifat negatif.

b. Suasana dalam keluarga

Orang tua mungkin menuntut taraf prestasi tinggi dalam bidang studi tertentu sehingga mahasiswa merasa dikejar-kejar oleh harapan orang tuanya dan merasa khawatir akan mengecewakan mereka sekaligus mengecewakan dirinya sendiri. Rasa takut

gagal sering terjadi apabila corak pendidikan dalam keluarga kurang menguntungkan sejak kecil, misalnya orang tua jarang menuntut anak dalam pencapaian prestasi, jarang memberikan umpan balik positif, sering meragukan kemampuan anak dengan kata-kata yang bernada menyalahkan namun menuntut taraf prestasi yang tinggi dalam bidang kehidupan.

c. Alam pikiran mahasiswa itu sendiri

Tekanan-tekanan diatas terutama dari orang tua akan mengakibatkan siswa membentuk konsep yang negatif mengenai dirinya sendiri. Siswa akan cenderung pesimis akan potensi yang dimilikinya dan masa depan yang bisa dicapai dengan kemampuannya yang terbatas.

Adler dan Rodman (1991) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu pengalaman yang negative pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

1) Pengalaman negative masa lalu.

Pengalaman ini merupakan hal tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang terdapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila inividu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan siswa dalam menghadapi tes.



## 2) Pikiran yang tidak rasional.

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.

Ellis dalam Adler dan Rodman (1991) memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yaitu kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan dan generalisasi yang tidak tepat. Kegagalan katastrofik yaitu adanya asumsi dari individu bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahannya (Gufron, 2010).

## **B. Mencari Kerja dan Mahasiswa**

### **1. Pengertian Mencari Kerja dan Mahasiswa**

Pencari kerja adalah seorang yang tidak bekerja dan sedang mencari pekerjaan, dan belum tentu siap untuk bekerja (Widjajanto, 2007).

Menurut kamus Bahasa Indonesia pencari kerja adalah mereka yang tidak bekerja dan mencari pekerjaan seperti mereka yang belum pernah atau mereka yang sudah pernah bekerja karena sesuatu hal berhenti atau diberhentikan dan saling berusaha untuk mendapatkan pekerjaan (Poerwadarminta, 1996).

Mahasiswa adalah seorang yang sudah lulus dari sekolah Lanjutan Tingkat atas (SLTA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi. Berdasarkan hal itu, mahasiswa biasanya berumur 18 tahun, umur yang sudah dikategorikan sebagai orang dewasa (Daliyono, 2009).

Masa usia mahasiswa sebenarnya berumur sekitar 18,0-25,0 tahun. Mereka dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal. Dilihat dari segi perkembangannya, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

Dalam Ali 2004, dari hasil penelitian mengenai minat dikalangan remaja, ternyata pada kaum remaja, minat utamanya tertuju kepada pemilihan dan mempersiapkan lapangan pekerjaan. Sebenarnya prestasi siswa disekolah, tentang apa yang dicita-citakannya, kemana akan melanjutkan pendidikannya, secara samar-samar dapat menjadi gambaran tentang lapangan pekerjaan yang diminatinya.

Hasil penelitian Markplus menunjukkan lebih dari separuh anak muda memilih untuk bersikap realistis daripada idealis. Alasan mereka, bagaimanapun suatu ketika kelak mereka harus menghadapi masa depan. Ada juga ketakutan untuk gagal dalam studi yang akhirnya menarik mereka dari berbagai kegiatan kepedulian dan kembali menekuni buku pelajaran dan tugas-tugas kuliah. Ketakutan tidak mendapatkan pekerjaan yang layak juga paling banyak terungkap pada kaum muda yang baru lulus kuliah atau tergolong "first -jobber" (Kartajaya, 2011).

Uraian diatas menyebutkan bahwa pencari kerja adalah seorang yang tidak bekerja dan sedang mencari pekerjaan. Mahasiswa adalah seorang yang sedang menempuh pendidikan tinggi berusia 18-25 tahun, yang mana pada usia ini ia sudah harus menentukan pemantapan pendirian hidup.

## 2. Tugas – Tugas Perkembangan Karier Remaja

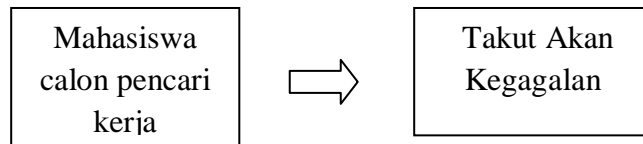
Jordan (Charles C. Healey, 1982: 292-293) mengemukakan tentang tugas-tugas perkembangan karir remaja sebagai berikut (yusuf, 2012):

**Tabel 1.1 Tugas-Tugas Perkembangan Karier Remaja**

Aspek	Profil Perilaku
Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengetahui program atau tujuan sekolah.</li> <li>b. Mengetahui prasyarat atau tuntutan pekerjaan yang diminati.</li> <li>c. Mengetahui gaji dari pekerjaan yang diminati.</li> <li>d. Mengetahui tingkat kepuasan para pekerja dalam bidang pekerjaan yang diminati.</li> <li>e. Mengetahui proses kenaikan pangkat dalam pekerjaan yang diminati.</li> <li>f. Mengetahui tugas-tugas pokok yang harus dikerjakan</li> <li>g. Mengetahui keahlian yang diperlukan.</li> <li>h. Mengetahui mata pelajaran pokok dalam program studinya.</li> <li>i. Mengetahui karakteristik pribadinya secara akurat.</li> <li>j. Mengetahui tentang cara-cara memperoleh pekerjaan yang diminati.</li> </ul>
Mencari informasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membaca buku atau bahan-bahan bacaan lainnya yang berkaitan dengan informasi pekerjaan.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Mendiskusikan pilihan-pilihan karir, baik dengan orang tua, guru maupun pembimbing.</li> <li>c. Berdiskusi dengan orang-orang yang berpengalaman dalam pekerjaan yang diminatinya.</li> <li>d. Mengikuti kursus yang mendukung pekerjaan yang diminatinya.</li> </ul>
Sikap	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Meyakini dia harus mengambil keputusan sendiri meskipun masih memerlukan nasihat orang lain.</li> <li>b. Mempercayai akan pentingnya pendekatan yang sistematis dalam merencanakan dan memecahkan masalah.</li> <li>c. Bertanggung jawab untuk memperoleh informasi.</li> <li>d. Meyakini bahwa memecahkan masalah sekolah dan pekerjaan merupakan tanggung jawab sendiri.</li> </ul>
Perencanaan dan pengambilan keputusan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mampu memilih salah satu alternatif pekerjaan dari berbagai pekerjaan yang beragam.</li> <li>b. Mampu mempertimbangkan beberapa lama menyelesaikan sekolah.</li> <li>c. Dapat merencanakan apa yang harus dilakukan setelah tamat sekolah.</li> <li>d. Dapat memilih program studi yang sesuai dengan minat.</li> <li>e. Dapat mengambil keputusan di tempat mana akan bekerja.</li> </ul>
Keterampilan karier	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Dapat menggunakan sumber-sumber informasi tentang karier.</li> <li>b. Dapat menjelaskan proses pengambilan keputusan.</li> <li>c. Dapat meningkatkan perolehan keterampilan akademik atau non akademik.</li> <li>d. Dapat menggunakan bahan-bahan untuk meningkatkan keterampilan.</li> <li>e. Dapat mengelola waktu secara efektif.</li> <li>f. Dapat melakukan kebiasaan bekerja yang efektif, seperti bekerja sama dengan orang lain.</li> </ul>

### C. Kerangka Teoritik



Kompetisi kehidupan yang semakin tinggi dan hebat dalam dunia kerja tidak jarang membuat seseorang merasa takut akan kegagalan mencari kerja ketika ia lulus dari pendidikan yang ditempuhnya, untuk menghadapi persaingan yang ketat kita dituntut untuk memiliki kualitas yang baik jika tidak ia akan tersisihkan begitu saja atau mengalami kegagalan.

Pengalaman-pengalaman kegagalan dan bertambahnya jumlah pengangguran setiap tahunnya menimbulkan rasa takut akan kegagalan. Ditambah dengan tuntutan dari orang terdekat untuk mendapat kerja dan memperoleh kehidupan yang lebih baik dapat membuat seseorang akan merasa tertekan, pikiran-pikiran negatif yang dipikirkan karena melihat kenyataan yang terjadi dimasyarakat mengenai banyaknya lulusan baru yang belum mendapat kerja harus berkompetisi dalam mencari kerja dapat membuat seseorang berfikiran buruk akan dirinya. Terlebih lagi pada usia mahasiswa tugas perkembangan yang harus dicapai adalah kemandirian ekonomi dan juga kemandirian pengambilan keputusan.

Oleh karena itu rasa takut akan kegagalan mencari kerja muncul dalam diri seseorang karena ia takut akan masa depannya yang tidak jelas, takut akan penghinaan dan dipermalukan apabila tidak dapat bersaing di

dunia kerja, takut tidak dapat dipercaya orang lain, dan juga takut tidak dapat memenuhi harapan orang-orang yang disayang. Rasa takut yang seseorang alami ketika mencari kerja dan bersaing dengan orang-orang lain dapat menimbulkan kecemasan yang mempengaruhi pikiran dan kondisi seseorang.