BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam era globalisasi dan transformasi digital yang cepat, mahasiswa saat ini menghadapi tantangan karier yang tidak hanya bersifat teknis tetapi juga bersifat nilai-nilai (*values)* yang terkait dengan orientasi karier mereka. Di banyak negara, termasuk Indonesia dan negara Asia lainnya, muncul fenomena bahwa mahasiswa semakin memperhatikan aspek non-moneter dalam karier seperti makna pekerjaan, kontribusi sosial, keseimbangan hidup, serta kesejahteraan psikologis ketimbang semata-mata gaji atau status (The Sun, 2025; Park & Kim, 2022). Penelitian di Inggris menemukan bahwa hampir separuh remaja (46%) lebih mengutamakan kebahagiaan dan keselarasan nilai dalam pekerjaan mereka di masa depan daripada gaji tinggi. Hal ini menunjukkan adanya perubahan orientasi nilai karier yang relevan dengan mahasiswa generasi kini (Nicoll, Doyle, & Okay-Somerville, 2024; OECD, 2023).

Perubahan cara pandang ini mencerminkan adanya pergeseran orientasi nilai pada generasi muda. Generasi mahasiswa saat ini, yang sebagian besar termasuk dalam kelompok Generasi Z, hidup di tengah dunia yang dinamis, kompetitif, dan sangat dipengaruhi oleh teknologi. Mereka tumbuh dalam lingkungan sosial yang lebih terbuka terhadap isu kebermaknaan, keadilan sosial, dan kesehatan mental. Akibatnya, ketika berbicara tentang karier, orientasi mereka tidak lagi sebatas bekerja untuk memenuhi kebutuhan finansial, tetapi juga untuk memperoleh makna hidup, keseimbangan, dan kepuasan psikologis. Dalam konteks

ini, nilai karier menjadi faktor penting yang membedakan antara individu satu dengan lainnya dalam memandang arti dan tujuan bekerja.

Nilai karier (*career value*) didefinisikan sebagai keyakinan, preferensi, dan prinsip individu mengenai hal-hal yang dianggap penting dalam pekerjaan (Super, 1990). Nilai-nilai tersebut mencakup dimensi seperti pencapaian pribadi, keamanan kerja, keseimbangan hidup, kontribusi sosial, dan pengembangan diri. Setiap individu memiliki sistem nilai yang berbeda, dan sistem nilai inilah yang memengaruhi bagaimana seseorang memilih pekerjaan, mengevaluasi kepuasan kerja, serta menentukan arah karier di masa depan (Zhang & Jin, 2021). Dengan demikian, nilai karier tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga menggambarkan orientasi makna hidup seseorang terhadap pekerjaan.

Fenomena pergeseran nilai karier pada generasi muda dapat diamati dari berbagai hasil penelitian internasional. Di negara-negara Barat, mahasiswa kini lebih menekankan aspek keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*) dan kebermaknaan pekerjaan daripada sekadar pencapaian ekonomi (Rudolph & Zacher, 2023). Studi di Tiongkok oleh Zhang dan Jin (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa lebih menilai pentingnya etika kerja dan tanggung jawab sosial, sementara dimensi gaji dan prestise menempati posisi terendah. Di Malaysia, Rahman dan Nordin (2021) menemukan bahwa faktor seperti pengembangan diri dan kesejahteraan pribadi berperan besar terhadap *employability* mahasiswa. Fenomena serupa juga muncul di Indonesia, di mana mahasiswa kini lebih tertarik pada pekerjaan yang memberikan ruang untuk aktualisasi diri dan keseimbangan hidup daripada sekadar posisi yang menjanjikan penghasilan tinggi.

Perubahan orientasi tersebut tidak terlepas dari meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesejahteraan hidup. Kesejahteraan hidup sendiri dapat dilihat dari berbagai aspek, salah satunya adalah kesejahteraan psikologis (*psychological well-being* atau PWB). Konsep ini menekankan kualitas kehidupan yang bermakna dan penuh pencapaian diri, bukan hanya ketiadaan stres atau gangguan mental. Ryff (1989) menjelaskan bahwa PWB terdiri atas enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup. Individu dengan tingkat PWB yang tinggi akan cenderung merasa hidupnya bermakna, mampu mengatasi tekanan, dan memiliki arah hidup yang jelas.

Dalam konteks mahasiswa, kesejahteraan psikologis memiliki peranan penting terhadap kesiapan karier. Mahasiswa yang memiliki PWB tinggi cenderung lebih mampu menavigasi ketidakpastian masa depan, membuat keputusan karier yang matang, dan mengembangkan kemampuan adaptif terhadap perubahan dunia kerja (Akmal et al., 2023). Sebaliknya, mahasiswa dengan PWB rendah lebih mudah merasa cemas, kehilangan arah, dan kurang mampu memaknai pekerjaannya secara positif. Kondisi ini pada akhirnya akan memengaruhi orientasi nilai karier yang mereka miliki apakah karier dianggap sebagai sarana aktualisasi diri, atau sekadar cara bertahan hidup.

Fenomena sosial dewasa ini juga memperlihatkan bahwa mahasiswa semakin sadar akan pentingnya kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Maraknya kampanye *mental health awareness* di media sosial seperti Instagram, TikTok, dan X (Twitter) menjadi indikasi meningkatnya kepedulian generasi muda terhadap isu keseimbangan hidup dan kesehatan mental. Namun, peningkatan

kesadaran ini tidak selalu berbanding lurus dengan kondisi yang ideal. Banyak mahasiswa tetap mengalami tekanan psikologis yang tinggi akibat tuntutan akademik, perubahan ekonomi keluarga, maupun tekanan sosial. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa sekitar 22% mahasiswa mengalami gejala stres sedang hingga berat akibat beban akademik dan ketidakpastian masa depan. Fenomena ini memperlihatkan adanya kesenjangan (*gap*) kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa.

Kesenjangan ini pada gilirannya dapat berdampak pada bagaimana mahasiswa memandang karier dan nilai-nilai yang melekat di dalamnya. Mahasiswa dengan PWB tinggi biasanya menilai pekerjaan dari sisi makna, kontribusi sosial, dan pertumbuhan pribadi. Mereka lebih cenderung mencari pekerjaan yang sesuai dengan nilai hidupnya. Sebaliknya, mahasiswa dengan PWB rendah lebih sering berorientasi pada faktor keamanan dan stabilitas ekonomi sebagai bentuk kompensasi terhadap tekanan psikologis. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis dapat menjadi salah satu faktor pembeda dalam orientasi nilai karier mahasiswa.

Selain faktor individu, dinamika eksternal dunia kerja modern juga memperkuat pentingnya kesejahteraan psikologis. Perubahan akibat disrupsi digital, otomatisasi pekerjaan, dan tekanan globalisasi membuat banyak mahasiswa mengalami ketidakpastian karier (Wu & Griffin, 2023). Dalam kondisi seperti ini, PWB berperan sebagai kekuatan internal yang menjaga keseimbangan emosi dan arah hidup. Sementara itu, nilai karier menjadi pedoman yang menuntun mahasiswa untuk mengambil keputusan karier yang selaras dengan tujuan dan nilai-nilai pribadinya (Chow & Leung, 2024).

Beberapa penelitian empiris telah menegaskan hubungan antara kesejahteraan psikologis dan nilai karier. Supriyanto et al. (2023) menemukan bahwa mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis tinggi menunjukkan orientasi karier yang lebih bermakna dan prososial. Penelitian lain oleh Park dan Kim (2022) menunjukkan bahwa nilai kerja intrinsik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Korea Selatan. Hasil-hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berpengaruh terhadap kebahagiaan individu, tetapi juga terhadap bagaimana seseorang memaknai karier dan pekerjaan.

Namun demikian, kajian mengenai hubungan antara *psychological well-being* dan *career value* pada mahasiswa, terutama di Indonesia, masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menyoroti hubungan PWB dengan stres akademik, kepuasan hidup, atau kesiapan karier secara umum. Padahal, memahami bagaimana perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis memengaruhi nilai karier dapat memberikan wawasan penting bagi pengembangan bimbingan karier di perguruan tinggi. Dengan mengetahui bagaimana mahasiswa dengan tingkat PWB berbeda menilai kariernya, konselor dan pendidik dapat merancang intervensi yang lebih sesuai dengan kebutuhan psikologis mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis memainkan peran penting dalam pembentukan nilai-nilai karier mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat PWB berbeda mungkin memiliki orientasi nilai karier yang berbeda pula baik dalam hal pencapaian, keseimbangan hidup, maupun makna pekerjaan. Namun, penelitian yang secara spesifik membahas perbedaan nilai karier berdasarkan tingkat *psychological well-being* masih jarang.

dilakukan, khususnya di konteks mahasiswa Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi celah tersebut, dengan tujuan memahami bagaimana kesejahteraan psikologis dapat memengaruhi perbedaan orientasi nilai karier mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam bidang psikologi pendidikan dan praktis bagi program bimbingan karier agar dapat mendukung pengembangan mahasiswa secara utuh tidak hanya sukses dalam karier, tetapi juga sejahtera secara psikologis.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

a. Mahasiswa menghadapi tantangan karier yang semakin kompleks di era globalisasi dan digitalisasi.
b. Mahasiswa Generasi Z mengalami pergeseran orientasi nilai karier seiring dengan perubahan konteks sosial, ekonomi, dan dunia kerja.
c. Belum terdapat pemetaan yang memadai mengenai perbedaan tingkat *psychological well-being* di kalangan mahasiswa Generasi Z, khususnya yang berkaitan dengan orientasi nilai karier mereka.
d. Kondisi *psychological well-being* (PWB) mahasiswa di Indonesia masih beragam, di mana sebagian mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah hingga sedang, yang berpotensi memengaruhi arah dan orientasi karier mereka.
e. Kondisi *psychological well-being (*PWB) mahasiswa di Indonesia masih beragam, di mana sebagian mengalami tingkat kesejahteraan psikologis

yang rendah hingga sedang, yang berpotensi memengaruhi arah dan orientasi karier mereka.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, serta mempertimbangkan luasnya ruang lingkup penelitian ini, maka ditetapkan beberapa batasan masalah agar penelitian lebih terarah. Penelitian ini difokuskan pada perbedaan orientasi nilai karier (*career value)* ditinjau dari tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being)* mahasiswa.

1.4 Rumusan Masalah

Didasari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diaparkan pada poin sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut "Apakah terdapat perbedaan *career value* yang signifikan antara mahasiswa dengan tingkat *psychological well-being* berkembang, proses berkembang, dan belum berkembang pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Medan Tahun Akademik 2025.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian pada penelitian ini adalah "untuk Mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan dalam orientasi *career value* antara mahasiswa dengan tingkat *psychological well-being* berkembang, proses berkembang, dan belumberkembang pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Medan Tahun Akademik 2025.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

    a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi vokasional dan bimbingan karier, khususnya dengan memperkuat pemahaman mengenai peran kesejahteraan psikologis dalam pembentukan nilai-nilai karier mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian empiris di Indonesia terkait hubungan antara faktor psikologis internal dan orientasi karier pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

    a. Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis dalam menentukan nilai dan arah karier yang sesuai dengan potensi diri, makna hidup, dan keseimbangan pribadi.

    b. Hasil penelitian dapat menjadi dasar pengembangan program bimbingan karier yang mempertimbangkan kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga intervensi karier lebih efektif dan personal

    c. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi universitas dalam menyusun kebijakan dan program pengembangan mahasiswa yang terintegrasi antara aspek karier dan kesejahteraan psikologis.

    d. Bagi Peneliti Lain, Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi empiris bagi penelitian lanjutan yang meneliti keterkaitan antara kesejahteraan psikologis dan variabel karier lain, baik dengan pendekatan kuantitatif maupun eksperimental.