

HUBUNGAN ANTARA STEREOTIPE GENDER DENGAN KECEMASAN KARIER PADA MAHASISWI USIA *EMERGING ADULthood* DI FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS DIPONEGORO

Natasyia Olivia Ramadhan¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: natasyiaolivia@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan karier merupakan salah satu tantangan psikologis yang rentan dialami mahasiswi pada fase *emerging adulthood*, khususnya mereka yang menempuh pendidikan di bidang teknik yang secara historis didominasi oleh laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara stereotipe gender dengan kecemasan karier pada mahasiswi usia *emerging adulthood* di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Hipotesis yang diajukan adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif antara stereotipe gender dengan kecemasan karier. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan melibatkan 113 mahasiswi aktif Program Sarjana dari tujuh program studi yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala stereotipe gender dan skala kecemasan karier yang disusun oleh peneliti, kemudian dianalisis menggunakan korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara stereotipe gender dengan kecemasan karier ($r = 0,657$; $p < 0,001$). Stereotipe gender memberikan kontribusi sebesar 43,2% terhadap kecemasan karier. Analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori rendah, baik pada stereotipe gender (75,2%) maupun kecemasan karier (78,8%). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi stereotipe gender yang dimiliki mahasiswi, semakin tinggi pula kecemasan karier yang dialami.

Kata kunci: stereotipe gender; kecemasan karier; mahasiswi teknik

**The Relationship between Gender Stereotypes and Career Anxiety among
Female Students in Emerging Adulthood at the Faculty of Engineering
Diponegoro University**

Natasyia Olivia Ramadhan¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java, 50275

Email: natasyiaolivia@gmail.com

ABSTRACT

Career anxiety is one of the psychological challenges that may be experienced by female students during the emerging adulthood phase, particularly those pursuing education in engineering, a field historically dominated by men. This study aimed to empirically examine the relationship between gender stereotypes and career anxiety among female students in the emerging adulthood phase at the Faculty of Engineering, Universitas Diponegoro. The hypothesis was formulated to determine whether there was a positive relationship between gender stereotypes and career anxiety. This study employed a quantitative correlational method involving 113 active undergraduate female students from seven study programs, selected using accidental sampling. Data were collected using gender stereotype and career anxiety scales developed by the researcher and analyzed using Pearson correlation. The results showed a significant positive relationship between gender stereotypes and career anxiety ($r = 0.657$, $p < 0.001$). Gender stereotypes accounted for 43.2% of the variance in career anxiety. Descriptive analysis showed that the majority of respondents were in the low category for both gender stereotypes (75,2%) and career anxiety (78,8%). These findings indicate that higher levels of gender stereotypes among female students are associated with higher levels of career anxiety.

Keywords: gender stereotypes; career anxiety; female engineering students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan kelompok individu yang sedang mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja melalui proses pengembangan pengetahuan, keterampilan, dan kompetensi selama menempuh pendidikan tinggi. Sebagai calon tenaga profesional di berbagai bidang, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan berbagai tanggung jawab akademik, tetapi juga mulai dihadapkan pada keputusan-keputusan penting mengenai masa depan karier, seperti melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja setelah lulus. Kondisi tersebut umumnya dialami oleh mahasiswa yang berada pada *emerging adulthood*, yaitu periode transisi pada rentang usia 18 hingga 25 tahun. Arnett (2000) menjelaskan bahwa fase ini ditandai oleh eksplorasi identitas secara intensif, ketidakstabilan dalam berbagai aspek kehidupan, serta upaya individu untuk menjajaki berbagai kemungkinan hidup, termasuk dalam bidang karier. Oleh karena itu, pengambilan keputusan karier menjadi salah satu tugas perkembangan yang penting pada fase ini.

Proses eksplorasi karir yang menjadi tugas perkembangan pada fase *emerging adulthood* ini tidak selalu berjalan tanpa hambatan. Kesiapan mahasiswa dalam memasuki dunia kerja tidak hanya ditentukan oleh capaian akademik, tetapi juga oleh kondisi psikologis yang menyertai proses tersebut. Ketika mahasiswa menghadapi berbagai ketidakpastian mengenai kemampuan diri, peluang kerja,

maupun kesesuaian antara pilihan karir dengan identitas pribadi mereka, kekhawatiran terhadap masa depan karir pun cenderung dapat muncul dan berkembang. Kekhawatiran tersebut dikenal sebagai kecemasan karier (*career anxiety*). Kecemasan karier adalah kekhawatiran dan tekanan yang dialami individu ketika membuat keputusan terkait karir, merencanakan masa depan, atau mengantisipasi tantangan pekerjaan yang akan dihadapi (Yılmaz & Gündüz, 2026). Sebuah studi *cross-sectional* terhadap 1.686 mahasiswa di Jepang menemukan bahwa sekitar 50% partisipan mengalami kecemasan terkait pekerjaan dalam kehidupan akademiknya (Tayama dkk., 2015). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa banyak mahasiswa mengalami kecemasan terkait masa depan kariernya, terutama ketika mendekati kelulusan dan dihadapkan pada ketidakpastian mengenai pekerjaan yang akan ditekuni (Alexander & Arini, 2023). Kondisi tersebut dapat menurunkan kesiapan dan kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Oleh karena itu, kecemasan karier menjadi salah satu faktor yang penting untuk diperhatikan karena dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menjalani transisi dari bangku kuliah menuju dunia profesional (Hung dkk., 2021).

Kecemasan karier yang dialami mahasiswa dapat memengaruhi kelancaran proses eksplorasi dan pengambilan keputusan karier. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan karier berkaitan secara positif dan signifikan dengan tingkat eksplorasi karier maupun keraguan dalam pengambilan keputusan karier pada remaja akhir dan dewasa awal (Vignoli, 2015). Studi lain pada kelompok *emerging adults* juga menemukan bahwa tingginya kecemasan terhadap masa depan

berkaitan dengan meningkatnya kesulitan dalam pengambilan keputusan karier (Pajestka & Paszkowska-Rogacz, 2026).

Dampak kecemasan karier tidak berhenti pada kesulitan dalam mengeksplorasi maupun menentukan pilihan karier, tetapi juga dapat memengaruhi bagaimana individu berkomitmen terhadap karier yang dipilih serta menilai kesejahteraan hidupnya. Penelitian terhadap 472 mahasiswa di India, menemukan bahwa elemen-elemen kecemasan karier, seperti keyakinan yang tidak rasional mengenai lingkungan kerja, berhubungan negatif secara signifikan dengan komitmen karier mahasiswa (Kautish dkk., 2021). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan karier yang dialami, semakin rendah komitmen mahasiswa terhadap arah karier yang dipilih. Selain itu, Müceldili dkk. (2025) menemukan bahwa kecemasan karier secara signifikan menurunkan kepuasan hidup (*life satisfaction*) mahasiswa, dengan rendahnya *self-efficacy* berperan sebagai mekanisme yang memperkuat dampak tersebut. Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan karier bukan sekadar kondisi yang dapat diabaikan karena kondisi tersebut berpotensi menghambat perkembangan karier dan memengaruhi kesejahteraan mahasiswa secara lebih luas. Fenomena kecemasan karier juga ditemukan secara empiris di lingkungan Fakultas Teknik Universitas Diponegoro sendiri. Penelitian yang dilakukan terhadap 151 mahasiswa tingkat akhir Departemen Teknik Perencanaan Wilayah Kota dan Teknik Elektro Universitas Diponegoro menemukan bahwa kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja berhubungan secara negatif dan signifikan dengan *adversity intelligence* yang mereka miliki dengan hasil

sebesar 34,5% terhadap kecemasan tersebut (Putu & Upadianti, 2018). Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan karier bukan sekadar isu hipotetis, melainkan kondisi yang secara nyata dialami oleh mahasiswa di lingkungan Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan pentingnya untuk memahami bagaimana kondisi tersebut muncul dalam konteks dunia kerja yang semakin kompetitif, termasuk di Indonesia. Menurut data Badan Pusat Statistik (2026) menunjukkan bahwa pada Februari 2026 terdapat 1.033.737 pengangguran yang merupakan lulusan Diploma IV, S1, S2, dan S3. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lulusan perguruan tinggi masih menghadapi tantangan dalam memasuki dunia kerja. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa lulusan perguruan tinggi di Indonesia menghadapi persaingan yang semakin ketat dalam memasuki dunia kerja, sehingga mahasiswa yang masih menempuh pendidikan juga berpotensi mengalami kekhawatiran terhadap prospek karier mereka setelah lulus (Surya dkk., 2025).

Meskipun kecemasan karir dapat dialami oleh mahasiswa dengan berbagai karakteristik, akan tetapi permasalahan tersebut semakin menjadi tantangan bagi mahasiswi yang menempuh pendidikan di bidang yang secara historis didominasi oleh laki-laki, seperti bidang teknik. Fenomena ini relevan dengan kondisi di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro (FT Undip). Data yang diperoleh peneliti dari bagian akademik dan kemahasiswaan menunjukkan bahwa per September 2025, terdapat 6.265 mahasiswa laki-laki dan 3.813 mahasiswi aktif program S1, dengan proporsi laki-laki sebesar 62% berbanding 38% mahasiswi (Bagian Akademik dan Kemahasiswaan FT Undip, 2025). Ketimpangan ini menempatkan

mahasiswi pada posisi kelompok minoritas gender dalam lingkungan akademik yang bercorak maskulin, sehingga secara struktural menciptakan kondisi yang kondusif bagi terbentuk dan terinternalisasinya stereotipe gender.

Kondisi tersebut bukan sekadar asumsi teoretis, melainkan telah diteliti secara empiris dalam konteks di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro itu sendiri. Rahadianputri & Alfaruqy (2025) dalam penelitian kualitatif yang menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* terhadap mahasiswi teknik mesin Universitas Diponegoro, menemukan bahwa mahasiswi mengalami diskriminasi gender yang berakar dari stereotipe peran gender di berbagai lingkungan, mulai dari ruang akademik, organisasi mahasiswa, hingga lingkungan sosial kampus. Temuan tersebut mencakup ekspektasi peran feminin yang tidak mereka pilih, *glass ceiling* yang menghalangi partisipasi kepemimpinan, hingga perlakuan berbeda dari dosen yang didasarkan pada jenis kelamin. Dengan demikian, stereotipe gender di lingkungan FT Undip bukan sekadar fenomena yang dipinjam dari konteks internasional, melainkan realitas yang nyata dan telah dialami oleh mahasiswi di institusi yang menjadi lokasi penelitian ini.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecemasan karier pada perempuan di bidang teknik dipengaruhi oleh faktor lingkungan, individual, dan psikologis. Dari sisi lingkungan, stereotype threat menjadi hambatan kontekstual bagi perkembangan karier perempuan di bidang teknik (Cadaret dkk., 2017). Dari sisi psikologis, ancaman identitas gender yang muncul akibat menjadi kelompok minoritas dan bekerja di sektor yang distereotipkan maskulin berdampak negatif terhadap keterlibatan kerja dan kepercayaan diri karier perempuan (van Veelen

dkk., 2019). Sementara itu, dari sisi individual, efikasi diri juga menjadi salah satu prediktor kecemasan karier mahasiswa (Surya dkk., 2025).

Berbagai konstruk psikologis telah digunakan untuk menjelaskan bagaimana perempuan menghadapi tekanan di lingkungan yang didominasi gender tertentu, seperti *stereotype threat*, *gender identity threat*, dan *self-efficacy*. Di antara berbagai faktor tersebut, stereotipe gender menjadi faktor yang relevan untuk dikaji, khususnya bagi mahasiswi teknik, karena stereotipe gender dapat menghasilkan bias gender di lingkungan kerja sehingga menghambat karier perempuan dan menjadi dasar penilaian evaluatif yang bersifat diskriminatif (Kurniawan dkk., 2018).

Penelitian global menunjukkan bahwa stereotipe gender berhubungan dengan berbagai luaran negatif terkait karier perempuan di bidang teknik. Menurut Steele (1997), stereotipe semacam ini dapat memunculkan *stereotype threat*, yaitu kondisi ketika individu merasa berisiko dinilai atau mengonfirmasi stereotipe negatif terhadap kelompoknya sehingga tekanan psikologis yang muncul dapat mengganggu performa. Temuan lain juga menunjukkan bahwa *stereotype threat* berkontribusi terhadap meningkatnya kecenderungan mahasiswa, khususnya perempuan dan kelompok minoritas untuk meninggalkan bidang teknik. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa ancaman stereotipe dapat memicu *group-based performance anxiety* yang pada akhirnya memengaruhi keputusan individu untuk bertahan atau keluar dari bidang teknik (Beasley & Fischer, 2012). Bidang-bidang STEM dengan representasi perempuan yang rendah cenderung mempertahankan stereotipe gender dan menimbulkan tantangan psikologis bagi perempuan yang

berada di dalamnya, seperti menurunnya sense of belonging dan munculnya keraguan terhadap kesesuaian diri dengan bidang tersebut.. Hal ini menunjukkan bahwa stereotipe gender tidak hanya berperan dalam proses seleksi masuk STEM, tetapi juga terus memengaruhi pengalaman dan pencapaian perempuan yang sudah berada di dalamnya (Cheryan dkk., 2017).

Namun, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada performa akademik, sedangkan keterkaitannya dengan kecemasan karir, khususnya pada mahasiswi teknik di Indonesia, masih jarang diteliti.

Di Indonesia, penelitian mengenai stereotipe gender di bidang teknik juga telah dilakukan, namun sebagian besar berfokus pada tenaga kerja profesional dan masih sebagian kecil yang meneliti pada mahasiswi. Sebuah studi kuantitatif terhadap calon tenaga kerja konstruksi di Indonesia menemukan bahwa kurangnya rasa percaya diri menjadi hambatan utama perempuan dalam memilih karier di bidang tersebut dengan stereotipe gender menjadi salah satu dari lima kluster hambatan utama yang teridentifikasi (Hansen dkk., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa kajian mengenai stereotipe gender dan kecemasan karier pada mahasiswi teknik di Indonesia masih terbatas.

Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara stereotipe gender dengan kecemasan karier pada mahasiswi di bidang teknik. Berdasarkan keseluruhan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara stereotipe gender dan kecemasan karier pada mahasiswi usia emerging adulthood di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Sejalan dengan latar belakang masalah tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara stereotipe gender dengan kecemasan karir pada mahasiswi usia *emerging adulthood* di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan, penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan antara stereotipe gender dengan kecemasan karir pada mahasiswi usia *emerging adulthood* di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian psikologi perkembangan terkait perkembangan karier pada masa *emerging adulthood*. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain dalam memahami hubungan antara stereotipe gender dan kecemasan karir pada mahasiswi usia *emerging adulthood*, serta memperkaya literatur mengenai faktor-faktor psikologis yang berpotensi memengaruhi perencanaan dan pemilihan karir.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswi, penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai bagaimana hubungan antara stereotipe gender dengan kecemasan karier pada mahasiswi usia *emerging adulthood*.

- b. Bagi institusi pendidikan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memahami kebutuhan mahasiswa dalam menghadapi persiapan karier.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi ilmiah mengenai kondisi psikologis mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja serta meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya lingkungan yang mendukung perkembangan mahasiswa.