

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancan dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kancan**

Peneliti melaksanakan penelitian ini di Kota Yogyakarta yang mencakup 14 kecamatan, yaitu kecamatan Tegalrejo, Jetis, Gondokusuman, Danurejan, Gedongtengen, Ngampilan, Wirobrajan, Mantrijeron, Kraton, Gondomanan, Pakualaman, Mergangsan, Umbulharjo, dan Kotagede. Menurut Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil (2023), Kota Yogyakarta memiliki jumlah penduduk berusia 20-29 tahun mencapai 62.456 orang, terdiri dari 32.034 pria dan 30.422 wanita. Kemudian, menurut Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi Wilayah V, Kota Yogyakarta terdiri atas 42 perguruan tinggi.

Namun, dalam penelitian ini hanya 30 perguruan tinggi yang ikut berpartisipasi menjadi subjek penelitian, meliputi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Universitas Janabadra, Universitas Cokroaminoto Yogyakarta, Universitas Widya Mataram, Universitas Kristen Duta Wacana, Universitas Ahmad Dahlan, Universitas Nahdlatul Ulama Yogyakarta, Universitas Siber Muhammadiyah, Universitas Cendekia Mitra Indonesia, Universitas AKPRIND Indonesia, Universitas Nusa Megarkencana, Institut Teknologi Nasional Yogyakarta.

Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Widya Wiwaha, Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Aan, Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Ilmu

Komputer El Rahma Yogyakarta, Sekolah Tinggi Seni Rupa Dan Desain Visi Indonesia, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum, STIKES Yogyakarta, Sekolah Tinggi Arsitektur YKPN Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Bisnis Kumala Nusa, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta, Akademi Manajemen Putra Jaya, Akademi Peternakan Brahma Putra, Akademi Pariwisata Indraprasta, Akademi Seni Rupa Dan Desain MSD, Akademi Fisioterapi YAB Yogyakarta, Akademi Film Yogyakarta, Politeknik Kesehatan Bhakti Setya Indonesia, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, dan Politeknik YKPN.

Proses pengambilan data mulai dilaksanakan pada tanggal 21 Juni 2025 sampai dengan 01 Juli 2025 secara *online* melalui media *google form*. *Google form* tersebut terdiri dari empat bagian diantaranya *informed consent*, identitas subjek, skala *self esteem* dan skala *hopelessness*. Kemudian, *form* disebarakan pada subjek melalui WhatsApp dan media sosial lainnya yang peneliti miliki.

## 2. Persiapan Penelitian

Terdapat lima langkah persiapan yang dilakukan peneliti sebelum menjalankan proses penelitian, diantaranya :

### a. Persiapan Administrasi

Pada tahapan ini, setelah peneliti menetapkan kriteria subjek penelitian yaitu *fresh graduate* gen Z berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan yang berusia antara rentang 20-29 tahun sedang menganggur atau dalam masa percobaan kerja dalam 6 bulan terakhir

dan berdomisili di Kota Yogyakarta. Peneliti mempersiapkan *google form* untuk dapat disebarluaskan guna memperoleh data penelitian. Penelitian ini tidak memerlukan surat izin penelitian dari lembaga karena pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *google form*. Berikut adalah link *google form* penelitian yang dapat diakses <https://forms.gle/vnDHLA7DMu1LLmNt5>.

b. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yakni skala *self esteem* dan skala *hopelessness*. Kedua skala tersebut terdiri dari pernyataan yang mengharuskan subjek untuk memilih jawaban diantara empat opsi yang ada.

1) Skala *Self esteem*

Skala *self esteem* memiliki 24 aitem yang telah peneliti modifikasi aitemnya dari skala *self esteem* oleh Setiawan (2023) berdasarkan teori Coopersmith (1967). Skala ini mencakup 9 aitem *favorable* dan 15 *unfavorable*.

2) Skala *Hopelessness*

Skala *hopelessness* memiliki 36 aitem yang telah peneliti modifikasi aitemnya dari skala *hopelessness* oleh Harani (2024) berdasarkan teori Beck (1974). Skala ini terdiri dari 18 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*.

c. Uji Validitas Alat Ukur Penelitian

Setelah merancang alat ukur penelitian dengan membuat *blue print* skala, peneliti melakukan uji validitas isi aitem terhadap dua skala melalui penilaian panel ahli menggunakan koefisien Aiken's V dengan standar 0,69. Standar tersebut didasarkan pada tabel signifikansi Aiken's V dengan 20 panel ahli dan 5 pilihan jawaban. Skala *self esteem* dan skala *hopelessness* menggunakan masing-masing 20 panel ahli atau *expert judgment* untuk menilai aitem berdasarkan kesesuaiannya dengan aspek dan indikator.

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa pada skala *self esteem* terdapat 4 aitem gugur dari 24 aitem dengan koefisien validitas bergerak dari 0,7 - 0,8625. Aitem-aitem yang gugur tersebut antara lain aitem 1, 6, 12 dan 18. Sehingga, aitem yang tersisa pada skala *self esteem* sebanyak 20 aitem. Sementara, pada skala *hopelessness* terdapat 10 aitem gugur dari 36 aitem dengan koefisien validitas bergerak diantara 0,7 – 0,9. Aitem-aitem yang gugur adalah aitem 1, 5, 10, 14, 17, 19, 30, 31, 32 dan 33. Sehingga, aitem yang tersisa pada skala *self esteem* sebanyak 26 aitem.

Aitem-aitem tersebut digunakan peneliti untuk di uji reliabilitasnya sebelum melakukan sebaran data pada subjek yang sesuai kriteria. Berikut *blue print* skala setelah uji validitas.

**Tabel 4. 1** *Blue Print* Skala Setelah Uji Validitas1) Skala *Self esteem*

| No | Aspek       | Indikator                                                                                   | Nomor Aitem |               | Jumlah    | Bobot       |
|----|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-----------|-------------|
|    |             |                                                                                             | F           | UF            |           |             |
| 1  | Kekuatan    | Memiliki rasa percaya diri yang memunculkan kemampuan memimpin dan diakui oleh banyak orang | 5, 8        | 11,13, 17, 23 | 6         | 25%         |
| 2  | Keberartian | Penerimaan dan kepedulian terhadap diri sendiri                                             | -           | 3, 21         | 5         | 25%         |
|    |             | Menerima perhatian, penghargaan, dan kepedulian dari orang lain                             | -           | 22            |           |             |
|    |             | Merasa diterima di lingkungan sekitarnya                                                    | 14          | 16            |           |             |
| 3  | Kebajikan   | Memiliki kemampuan untuk mempertimbangkan segala sesuatu yang berkaitan dengan dirinya      | 9,10, 19    | -             | 3         | 25%         |
| 4  | Kemampuan   | Memiliki perasaan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki                                    | 4,20, 24,   | 2, 7, 15      | 6         | 25%         |
|    |             |                                                                                             |             |               | <b>20</b> | <b>100%</b> |

2) Skala *Hopelessness*

| No | Aspek                            | Indikator                                         | Nomor Aitem |           | Jumlah | Bobot |
|----|----------------------------------|---------------------------------------------------|-------------|-----------|--------|-------|
|    |                                  |                                                   | F           | UF        |        |       |
| 1  | <i>Feelings about the Future</i> | Tidak adanya harapan dan antusias                 | 3, 4, 7     | 8         | 8      | 33,3% |
|    |                                  | Tidak memiliki perasaan senang dan kepercayaan    | 6, 11,12    | 9         |        |       |
| 2  | <i>Loss of motivation</i>        | Perasaan menyerah                                 | 13, 15,18   | 16        | 10     | 33,4% |
|    |                                  | Tidak mau berusaha untuk mendapatkan sesuatu yang | 23, 24, 25  | 2, 20, 21 |        |       |

|   |                            | diinginkan                                                             |            |           |             |
|---|----------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|-------------|
| 3 | <i>Future expectations</i> | Adanya pemikiran tentang masa depan yang suram sehingga tidak menentu  | 26, 28, 27 | 22,29     |             |
|   |                            | Adanya fikiran bahwa sesuatu yang sedang dijalani tidak sesuai harapan | 34,35, 36  | -         | 8 33,3%     |
|   |                            |                                                                        |            | <b>26</b> | <b>100%</b> |

#### d. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba dilakukan untuk memastikan keabsahan dan konsistensi instrumen yang telah dibuat. Pengujian ini dilaksanakan pada tanggal 17 Juni hingga 20 Juni 2025 kepada 50 subjek yang sesuai dengan kriteria subjek. Adapun jumlah subjek sebanyak 50 orang tersebut ditentukan berdasarkan penjelasan Sugiyono (2020) bahwa minimal subjek uji coba sebuah alat ukur adalah 30 orang.

Lima puluh subjek yang berpartisipasi dalam uji coba skala memiliki karakteristik serupa dengan penelitian ini, yaitu gen Z, mahasiswa akhir yang akan lulus maupun sudah lulus sedang mencari kerja dan berada di Yogyakarta. Untuk mendapatkan 50 subjek tersebut, peneliti menghubungi subjek secara langsung melalui WhatsApp untuk mengajak mereka berpartisipasi dalam pengisian formulir. Sebelum mengisi, subjek diminta untuk mengonfirmasi kesediaan mereka. Setelah menerima persetujuan, formulir pun dikirimkan.

Setelah dilakukan pengujian, validitas dan reliabilitas instrument dievaluasi menggunakan SPSS versi 25.0. Pemilihan aitem dilakukan berdasarkan kriteria daya beda aitem dengan nilai ambang 0,25 (Azwar, 2021). Sesuai dengan pendapat Azwar (2021) koefisien validitas dianggap kurang memadai jika nilainya dibawah 0,3, tetapi jika aitem yang memenuhi syarat masih belum mencukupi jumlah yang diharapkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan kriteria sedikit menjadi 0,25 agar jumlah aitem yang diinginkan dapat terpenuhi.

e. Hasil Analisis Uji Coba Alat Ukur

Setelah data *field test* terkumpul, peneliti kemudian menganalisis data melalui pengujian daya diskriminasi aitem dan estimasi reliabilitas skala. Untuk skala *self esteem* dan skala *hopelessness*, batas indeks daya beda aitem ditetapkan pada nilai  $\geq 0,25$  (Azwar, 2021). Hasil uji coba skala *self esteem* dan skala *hopelessness* sebagai berikut:

1) Skala *Self esteem*

Berdasarkan analisis indeks daya beda terhadap 20 aitem yang valid. Setelah dilakukan uji coba, maka diperoleh hasil bahwa 14 aitem sah. Dalam proses uji coba alat ukur *self esteem* terdiri dari tiga kali putaran. Pada putaran pertama terhadap 20 aitem, ada empat aitem gugur yaitu aitem nomor 3, 4, 5, dan 19 dengan koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,807 dan koefisien validitas untuk 16 aitem yang valid bergerak dari 0,274 - 0,629.

Putaran kedua pada 16 aitem terdapat dua aitem gugur yakni aitem nomor 14 dan 16, sehingga diperoleh koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,817 dengan koefisien validitas untuk 14 aitem yang valid bergerak dari 0,294 - 0,672. Kemudian, pada putaran terakhir diperoleh koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,818 dengan koefisien validitas untuk 14 aitem valid bergerak dari 0,281 - 0,711. 14 aitem yang valid tersebut adalah aitem nomor 2, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 17, 20, 21, 22, 23 dan 24. Berikut *blue print* skala *self esteem* setelah uji coba.

**Tabel 4. 2** *Blue Print* Skala *Self esteem* Setelah Uji Coba

| No | Aspek       | Indikator                                                                                   | Nomor Aitem |                | Jumlah    | Bobot       |
|----|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
|    |             |                                                                                             | F           | UF             |           |             |
| 1  | Kekuatan    | Memiliki rasa percaya diri yang memunculkan kemampuan memimpin dan diakui oleh banyak orang | 8           | 11, 13, 17, 23 | 5         | 25%         |
| 2  | Keberartian | Penerimaan dan kepedulian terhadap diri sendiri                                             | -           | 21             | 2         | 25%         |
|    |             | Menerima perhatian, penghargaan, dan kepedulian dari orang lain                             | -           | 22             |           |             |
|    |             | Merasa diterima di lingkungan sekitarnya                                                    | -           | -              |           |             |
| 3  | Kebajikan   | Memiliki kemampuan untuk mempertimbangkan segala sesuatu yang berkaitan dengan dirinya      | 9, 10       | -              | 2         | 25%         |
| 4  | Kemampuan   | Memiliki perasaan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki                                    | 20, 24,     | 2, 7, 15       | 5         | 25%         |
|    |             |                                                                                             |             |                | <b>14</b> | <b>100%</b> |

2) Skala *Hopelessness*

Berdasarkan analisis indeks daya beda terhadap 26 aitem yang valid, hasil uji coba menunjukkan bahwa 21 aitem sah. Proses pengujian alat ukur *hopelessness* dilakukan dalam tiga putaran. Pada putaran pertama, dari 26 aitem terdapat tiga aitem gugur, yakni aitem nomor 2, 8 dan 16 dengan koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,932 dan koefisien validitas untuk 23 aitem yang valid bergerak antara 0,256 hingga 0,792.

Pada putaran kedua, dari 23 aitem terdapat dua aitem gugur yaitu aitem 20 dan 21 dengan koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* meningkat menjadi 0,938, sementara koefisien validitas untuk 21 aitem yang valid berada dalam rentang 0,336 hingga 0,800. Pada putaran terakhir, koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* mencapai 0,942, dengan koefisien validitas untuk 21 aitem yang valid bergerak antara 0,316 - 0,806. 21 aitem valid tersebut diantaranya aitem nomor 3, 4, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 18, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 34, 35 dan 36. Dibawah ini adalah *blue print* skala *hopelessness* setelah uji coba.

**Tabel 4. 3** *Blue Print* Skala *Hopelessness* Setelah Uji Coba

| No | Aspek                            | Indikator                                      | Nomor Aitem |    | Jumlah | Bobot |
|----|----------------------------------|------------------------------------------------|-------------|----|--------|-------|
|    |                                  |                                                | F           | UF |        |       |
| 1  | <i>Feelings about the Future</i> | Tidak adanya harapan dan antusias              | 3, 4, 7     | -  | 7      | 33,3% |
|    |                                  | Tidak memiliki perasaan senang dan kepercayaan | 6, 11, 12   | 9  |        |       |
| 2  | <i>Loss of motivation</i>        | Perasaan menyerah                              | 13, 15, 18  | -  | 6      | 33,4% |

|   |                            |                                                                        |            |        |           |             |
|---|----------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------|--------|-----------|-------------|
|   |                            | Tidak mau berusaha untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan           | 23, 24, 25 | -      |           |             |
| 3 | <i>Future expectations</i> | Adanya pemikiran tentang masa depan yang suram sehingga tidak menentu  | 26, 28, 27 | 22, 29 |           |             |
|   |                            | Adanya fikiran bahwa sesuatu yang sedang dijalani tidak sesuai harapan | 34, 35, 36 | -      | 8         | 33,3%       |
|   |                            |                                                                        |            |        | <b>21</b> | <b>100%</b> |

## B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 21 Juni hingga 01 Juli 2025. Pengambilan data dilakukan oleh peneliti dengan menyebarkan link *google form* secara *online* pada subjek yang sesuai kriteria pada penelitian untuk memperoleh data. Link *google form* penelitian ini antara lain <https://forms.gle/vnDHLA7DMu1LLmNt5>. Adapun kriteria subjek yang telah ditetapkan yaitu *fresh graduate* gen Z berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan yang berusia antara rentang 20-29 tahun sedang menganggur atau dalam masa percobaan kerja dalam 6 bulan terakhir dan berdomisili di Kota Yogyakarta. Link *google form* yang disebarkan terbagi menjadi tiga bagian yaitu *informed consent* sebagai bentuk kesediaan dari subjek dan identitas subjek, skala *self esteem* serta skala *hopelessness*.

Selain itu, link *google form* tersebut juga berisi prosedur mengisi kuesioner, penjelasan bahwa selama pengisian *google form* tidak terdapat unsur paksaan serta penjelasan bahwa subjek dapat mengisi berdasarkan kondisi yang sebenarnya. Selama proses menyebarkan link *google form*,

peneliti memanfaatkan berbagai media sosial serta koneksi yang dimiliki dalam memperoleh data penelitian yang sesuai kriteria hingga peneliti berhasil memenuhi target subjek penelitian sebanyak 201 subjek.

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh dari sebaran kuesioner melalui *google form* secara *online*, telah terkumpul sebanyak 201 subjek yang bersedia berpartisipasi untuk mengisi kuesioner penelitian.

**Tabel 4. 4** Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | N          | Persentase (%) |
|---------------|------------|----------------|
| Laki-laki     | 29         | 14,4           |
| Perempuan     | 172        | 85,6           |
| <b>Total</b>  | <b>201</b> | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan tabel deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin diatas, diketahui bahwa subjek laki-laki berjumlah 29 orang dengan persentase 14,4% dan subjek perempuan berjumlah 172 dengan persentase 85,6%, sehingga total keseluruhan subjek sebanyak 201 orang. Kemudian, pada tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa jumlah subjek perempuan lebih banyak dibandingkan subjek laki-laki.

**Tabel 4. 5** Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

| Usia         | N          | Persentase (%) |
|--------------|------------|----------------|
| 20           | 15         | 7,5            |
| 21           | 30         | 14,9           |
| 22           | 68         | 33,8           |
| 23           | 50         | 24,9           |
| 24           | 23         | 11,4           |
| 25           | 8          | 4,0            |
| 26           | 4          | 2,0            |
| 27           | 2          | 1,0            |
| 28           | 1          | 0,5            |
| <b>Total</b> | <b>201</b> | <b>100,0</b>   |

Setelah melakukan uji diskriminasi untuk subjek laki-laki dan perempuan dengan jumlah laki-laki sebanyak 29 orang dan perempuan 172 orang. Kemudian, peneliti juga memetakan berdasarkan usia gen Z karena usia gen Z bergerak dari usia 20-29 tahun. Didasarkan pada tabel deskripsi subjek diatas, diketahui bahwa subjek berusia 20 tahun berjumlah 15 orang dengan persentase 7,5%, subjek berusia 21 tahun berjumlah 30 orang dengan persentase 14,9%, subjek usia 22 tahun berjumlah 68 orang dengan persentase 33,8%.

Subjek usia 23 tahun berjumlah 50 orang dengan persentase 24,9%, subjek usia 24 tahun berjumlah 23 orang dengan persentase 11,4%, subjek usia 25 tahun berjumlah 8 orang dengan persentase 4,0%, subjek usia 26 tahun berjumlah 4 orang dengan persentase 2,0%, subjek usia 27 tahun berjumlah 2 orang dengan persentase 1,0%, dan subjek usia 28 tahun berjumlah 1 orang dengan persentase 0,5%. Apabila ditinjau dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa subjek paling banyak mengisi kuesioner adalah subjek berusia 22 tahun, diikuti dengan subjek usia 23, 21, 24, 20, 25, 26, 27 dan terakhir 28 tahun.

**Tabel 4. 6** Deskripsi Subjek Berdasarkan Kecamatan

| <b>Kecamatan</b> | <b>N</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|------------------|----------|-----------------------|
| Tegalrejo        | 18       | 9,0                   |
| Jetis            | 14       | 7,0                   |
| Gondokusuman     | 9        | 4,5                   |
| Danurejan        | 6        | 3,0                   |
| Gedongtengen     | 6        | 3,0                   |
| Ngampilan        | 7        | 3,5                   |
| Wirobrajan       | 9        | 4,5                   |
| Mantrijeron      | 4        | 2,0                   |
| Kraton           | 47       | 23,4                  |
| Gondomanan       | 6        | 3,0                   |

|              |            |              |
|--------------|------------|--------------|
| Pakualaman   | 14         | 7,0          |
| Mergangsan   | 4          | 2,0          |
| Umbulharjo   | 19         | 9,5          |
| Kotagede     | 38         | 18,9         |
| <b>Total</b> | <b>201</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel deskripsi subjek berdasarkan domisili diatas, diketahui bahwa subjek yang berasal dari Tegalrejo berjumlah 18 orang dengan persentase 9,0%, subjek dari Jetis dan Pakualaman berjumlah masing-masing 14 orang dengan persentase 7,0%, subjek yang berasal dari Gondokusuman dan Wirobrajan masing-masing berjumlah 9 orang dengan persentase 4,5%, subjek dari Danurejan, Gedongtengen dan Gondomanan berjumlah masing-masing 6 orang dengan persentase 3,0%, subjek dari Ngampilan berjumlah 7 orang dengan persentase 3,5%, subjek dari Mantrijeron dan Mergangsan masing-masing berjumlah 4 orang dengan persentase 2,0%, subjek berasal dari Kraton berjumlah 47 orang dengan persentase 23,4%, subjek dari Umbulharjo berjumlah 19 orang dengan persentase 9,5%, dan subjek dari Kotagede berjumlah 38 orang dengan persentase 18,9%.

Apabila ditinjau dari uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek yang paling banyak mengisi kuesioner berasal dari Kraton, diikuti dengan subjek yang berasal dari Kotagede, Umbulharjo, Tegalrejo, Jetis, Pakualaman, Gondokusuman, Wirobrajan, Ngampilan, Danurejan, Gedongtengen, Gondomanan, Mantrijeron dan Mergangsan.

**Tabel 4. 7** Deskripsi Subjek Berdasarkan Lulusan PT

| <b>Perguruan Tinggi</b>                                                    | <b>N</b>   | <b>Persentase (%)</b> |
|----------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|
| Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa                                       | 9          | 4,5                   |
| Universitas Janabadra                                                      | 3          | 1,5                   |
| Universitas Cokroaminoto Yogyakarta                                        | 12         | 6,0                   |
| Universitas Widya Mataram                                                  | 5          | 2,5                   |
| Universitas Kristen Duta Wacana                                            | 12         | 6,0                   |
| Universitas Ahmad Dahlan                                                   | 73         | 36,3                  |
| Universitas Nahdlatul Ulama Yogyakarta                                     | 12         | 6,0                   |
| Universitas Siber Muhammadiyah                                             | 10         | 5,0                   |
| Universitas Cendekia Mitra Indonesia                                       | 5          | 2,5                   |
| Universitas AKPRIND Indonesia                                              | 3          | 1,5                   |
| Universitas Nusa Megarkencana                                              | 3          | 1,5                   |
| Institut Teknologi Nasional Yogyakarta                                     | 10         | 5,0                   |
| Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Widya Wiwaha                                   | 2          | 1,0                   |
| Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Aan                                       | 2          | 1,0                   |
| Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Ilmu Komputer El Rahma Yogyakarta | 4          | 2,0                   |
| Sekolah Tinggi Seni Rupa Dan Desain Visi Indonesia                         | 3          | 1,5                   |
| Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum                              | 2          | 1,0                   |
| STIKES Yogyakarta                                                          | 9          | 4,5                   |
| Sekolah Tinggi Arsitektur YKPN Yogyakarta                                  | 2          | 1,0                   |
| Sekolah Tinggi Ilmu Bisnis Kumala Nusa                                     | 2          | 1,0                   |
| Akademi Peternakan Brahmputra                                              | 1          | 0,5                   |
| Akademi Seni Rupa Dan Desain MSD                                           | 2          | 1,0                   |
| Akademi Fisioterapi YAB Yogyakarta                                         | 1          | 0,5                   |
| Akademi Film Yogyakarta                                                    | 6          | 3,0                   |
| Politeknik YKPN                                                            | 3          | 1,5                   |
| Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta                               | 1          | 0,5                   |
| Akademi Manajemen Putra Jaya                                               | 1          | 0,5                   |
| Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta                        | 1          | 0,5                   |
| Politeknik Kesehatan Bhakti Setya Indonesia                                | 1          | 0,5                   |
| Akademi Pariwisata Indraphrasta                                            | 1          | 0,5                   |
| <b>Total</b>                                                               | <b>201</b> | <b>100,0</b>          |

Berdasarkan tabel deskripsi subjek berdasarkan lulusan perguruan tinggi diatas, diketahui bahwa subjek lulusan Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa dan STIKES Yogyakarta masing-masing berjumlah 9 orang dengan persentase 4,5%, Universitas Janabadra, Universitas AKPRIND Indonesia, Universitas Nusa Megarkencana, Sekolah Tinggi Seni Rupa

Dan Desain Visi Indonesia serta Politeknik YKPN masing-masing berjumlah 3 orang dengan persentase 1,5%. Kemudian, subjek dengan lulusan Universitas Cokroaminoto Yogyakarta, Universitas Kristen Duta Wacana dan Universitas Nahdlatul Ulama Yogyakarta berjumlah 12 orang dengan persentase 6,0%. Lulusan Universitas Widya Mataram dan Universitas Cendekia Mitra Indonesia masing-masing berjumlah 5 orang dengan persentase 2,5%.

Subjek lulusan Universitas Ahmad Dahlan berjumlah 73 orang dengan persentase 36,3%, lulusan Universitas Siber Muhammadiyah dan Institut Teknologi Nasional Yogyakarta berjumlah sama yakni 10 orang dengan persentase 5,0%, lulusan Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Widya Wiwaha, Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Aan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum, Sekolah Tinggi Arsitektur YKPN Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Bisnis Kumala Nusa dan Akademi Seni Rupa Dan Desain MSD masing-masing berjumlah 2 orang dengan persentase 1,0%.

Lalu, subjek dengan lulusan Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Ilmu Komputer El Rahma Yogyakarta berjumlah 4 orang dengan persentase 2,0%, lulusan Akademi Peternakan Brahma Putra, Akademi Fisioterapi YAB Yogyakarta, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, Akademi Manajemen Putra Jaya, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta, Politeknik Kesehatan Bhakti Setya Indonesia dan Akademi Pariwisata Indraprasta berjumlah masing-

masing 1 orang dengan persentase 0,5%. Serta subjek terakhir berasal dari lulusan Akademi Film Yogyakarta yang berjumlah 6 orang dengan persentase 3,0%.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat 201 subjek yang berasal dari 30 perguruan tinggi berbeda-beda, dimana subjek yang paling mendominasi dalam pengisian kuesioner penelitian berasal dari lulusan Universitas Ahmad Dahlan, diikuti dengan subjek yang merupakan lulusan Universitas Cokroaminoto Yogyakarta, Universitas Kristen Duta Wacana, Universitas Nahdlatul Ulama Yogyakarta, Universitas Siber Muhammadiyah, Institut Teknologi Nasional Yogyakarta, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, STIKES Yogyakarta, Akademi Film Yogyakarta, Universitas Widya Mataram, Universitas Cendekia Mitra Indonesia, Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Ilmu Komputer El Rahma Yogyakarta, Universitas Janabadra,

Universitas AKPRIND Indonesia, Universitas Nusa Megarkencana, Sekolah Tinggi Seni Rupa Dan Desain Visi Indonesia, Politeknik YKPN, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Widya Wiwaha, Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Aan, Sekolah Tinggi Arsitektur YKPN Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Bisnis Kumala Nusa dan Akademi Seni Rupa Dan Desain MSD, Akademi Peternakan Brahmaputra, Akademi Fisioterapi YAB Yogyakarta, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, Akademi Manajemen Putra Jaya, Sekolah Tinggi Ilmu

Kesehatan Notokusumo Yogyakarta, Politeknik Kesehatan Bhakti Setya Indonesia dan Akademi Pariwisata Indraprasta.

**Tabel 4. 8** Deskripsi Subjek Berdasarkan Status

| <b>Status</b>              | <b>N</b>   | <b>Persentase (%)</b> |
|----------------------------|------------|-----------------------|
| Pengangguran               | 161        | 80,1                  |
| Dalam Masa Percobaan Kerja | 40         | 19,9                  |
| <b>Total</b>               | <b>201</b> | <b>100,0</b>          |

Berdasarkan tabel deskripsi subjek berdasarkan status lulus dari pendidikan diatas, diketahui bahwa subjek yang berstatus menganggur berjumlah 161 orang dengan persentase 80,1% dan dalam masa percobaan kerja berjumlah 40 orang dengan persentase 19,9%. Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa subjek yang paling banyak mengisi kuesioner penelitian ini adalah subjek yang berstatus menganggur diikuti dengan subjek yang dalam masa percobaan kerja.

**Tabel 4. 9** Deskripsi Subjek Berdasarkan Sektor Pekerjaan Harapan

| <b>Sektor</b> | <b>N</b>   | <b>Persentase (%)</b> |
|---------------|------------|-----------------------|
| Formal        | 165        | 82,1                  |
| Informal      | 36         | 17,9                  |
| <b>Total</b>  | <b>201</b> | <b>100,0</b>          |

Sektor formal merupakan sebuah pekerjaan yang diatur oleh pemerintah, memiliki kontrak kerja tertulis, dan memberikan jaminan sosial serta perlindungan hukum. Dimana tenaga kerja formal adalah mereka yang membayar pajak kepada pemerintah. Umumnya, pekerja formal terdiri dari para profesional seperti guru, dosen, dokter, wartawan, dan Aparatur Sipil Negara (Satarudin, Suprianto & Sujadi, 2021). Sebaliknya, sektor informal mencakup pekerjaan yang tidak diatur oleh pemerintah, seringkali bersifat sementara atau wiraswasta, dan

menawarkan sedikit atau bahkan tidak ada perlindungan hukum atau jaminan sosial. Pekerja informal adalah individu yang bekerja secara mandiri dan bekerja lepas di sektor pertanian maupun bukan pertanian, seperti pedagang kaki lima, sopir angkutan kota, tukang sepatu, tukang becak (Satarudin, Suprianto & Sujadi, 2021).

Berdasarkan tabel deskripsi subjek berdasarkan sektor pekerjaan yang diinginkan diatas, diketahui bahwa sektor pekerjaan harapan subjek di bidang formal berjumlah 165 orang dengan persentase 82,1% dan sektor informal berjumlah 36 orang dengan persentase 17,9%. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa sektor pekerjaan yang paling diminati oleh subjek adalah sektor pekerjaan yang bergerak di bidang formal dibandingkan sektor informal.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian merupakan representasi dari data yang dikumpulkan peneliti untuk mempermudah dalam menginterpretasikan data penelitian. Berikut tabel dari data penelitian :

**Tabel 4. 10** Deskripsi Data Penelitian

| Variabel            | Hipotetik |     |      |      | Empirik |     |       |       |
|---------------------|-----------|-----|------|------|---------|-----|-------|-------|
|                     | Min       | Max | Mean | SD   | Min     | Max | Mean  | SD    |
| <i>Self esteem</i>  | 14        | 56  | 35   | 7    | 25      | 55  | 37,57 | 6,18  |
| <i>Hopelessness</i> | 21        | 84  | 52,5 | 10,5 | 24      | 75  | 51,50 | 12,78 |

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa terdapat data secara hipotetik dan empirik. Data hipotetik diperoleh peneliti dari hasil perhitungan skala yang digunakan. Sementara data empirik diperoleh dari perhitungan data penelitian. Dimana data tersebut akan dimanfaatkan

untuk mengelompokkan nilai yang diperoleh setiap subjek penelitian pada masing-masing variabel yang diteliti. Tujuannya untuk mengetahui sebaran subjek dari masing-masing variabel secara jelas. Hal ini sejalan dengan penjelasan Azwar (2020) yang menunjukkan bahwa kategorisasi bertujuan untuk memahami penempatan individu dalam kelompok secara bertingkat sesuai dengan kontinum yang didasarkan pada atribut yang diukur. Kategorisasi dibuat berdasarkan rumus norma oleh Mardapi (2008) berikut ini :

**Tabel 4. 11** Rumus Norma Kategorisasi

| <b>Kategorisasi</b> | <b>Rumus</b>            |
|---------------------|-------------------------|
| Sangat Rendah       | $X < M - 1,5 SD$        |
| Rendah              | $M > X \geq M - 1,5 SD$ |
| Tinggi              | $M + 1,5 SD > X \geq M$ |
| Sangat Tinggi       | $X > M + 1,5 SD$        |

Dengan merujuk pada rumus norma kategorisasi diatas, langkah berikutnya adalah mengkategorisasikan subjek kedalam empat kategori tersebut, sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 4. 12** Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

| <b>Kategorisasi</b> | <b>Self esteem</b>     | <b>Hopelessness</b>    |
|---------------------|------------------------|------------------------|
| Sangat Rendah       | $X < 28,29$            | $X < 32,32$            |
| Rendah              | $37,57 > X \geq 28,29$ | $51,50 > X \geq 32,32$ |
| Tinggi              | $46,84 > X \geq 37,57$ | $70,68 > X \geq 51,50$ |
| Sangat Tinggi       | $X > 46,84$            | $X > 70,68$            |

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan dengan menerapkan rumus yang terdapat pada tabel diatas, maka diperoleh hasil untuk sebaran subjek pada setiap kategori adalah sebagai berikut :

**Tabel 4. 13** Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

| Kategorisasi  | <i>Self esteem</i> |               | <i>Hopelessness</i> |               |
|---------------|--------------------|---------------|---------------------|---------------|
|               | Frekuensi          | Persentase(%) | Frekuensi           | Persentase(%) |
| Sangat Rendah | 7                  | 3             | 17                  | 8             |
| Rendah        | 194                | 97            | 184                 | 92            |
| Tinggi        | 0                  | 0             | 0                   | 0             |
| Sangat Tinggi | 0                  | 0             | 0                   | 0             |
| <b>Total</b>  | <b>201</b>         | <b>100</b>    | <b>201</b>          | <b>100</b>    |

Berdasarkan data yang disajikan mengenai variabel *self esteem* dan *hopelessness*, dapat disimpulkan bahwa pada variabel *self esteem* mayoritas subjek memiliki tingkat *self esteem* yang rendah. Dari total subjek, 194 orang (97%) berada dalam kategori ini. Sementara 7 orang (3%) memiliki *self esteem* yang sangat rendah. Dengan demikian, rata-rata subjek menunjukkan *self esteem* yang rendah.

Kemudian, didasarkan pada data yang diperoleh mengenai variabel *hopelessness*, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek berada pada tingkat *hopelessness* yang rendah. Dari total subjek, sebanyak 184 orang (92%) memiliki tingkat *hopelessness* yang rendah. Sementara 17 orang (8%) termasuk dalam kategori sangat rendah. Data ini menunjukkan bahwa *hopelessness* subjek rendah.

### 3. Uji Asumsi Klasik

Uji Asumsi merupakan syarat penting yang diperlukan dalam penelitian sebelum melakukan uji hipotesis. Asumsi yang diuji mencakup uji normalitas dan linearitas menggunakan *software* SPSS versi 25.0. Berikut uji asumsi pada penelitian ini :

a. Uji Normalitas

Normalitas dalam penelitian ini diuji dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* pada tingkat signifikansi 0,05. Uji ini dilakukan guna menentukan data yang telah diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Data dianggap normal jika nilai signifikansi yang diperoleh  $> 0,05$  (Ghozali, 2018). Hasil uji tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 4. 14** Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

| Variabel            | Sig.  | Interpretasi |
|---------------------|-------|--------------|
| <i>Self esteem</i>  | 0,068 | Normal       |
| <i>Hopelessness</i> | 0,096 | Normal       |

Berdasarkan tabel normalitas diatas, variabel *self esteem* memperoleh nilai signifikansi 0,068 dan *hopelessness* sebesar 0,096, yang berarti bahwa nilai signifikansi kedua variabel tersebut  $> 0,05$  dan menandakan bahwa data kedua variabel penelitian ini terdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas

Uji ini dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk mengetahui apakah variabel *self esteem* memiliki hubungan linear dengan variabel *hopelessness*. Kedua variabel dapat dikatakan linear apabila nilai signifikansi dari analisis varians (ANOVA) yang diperoleh dari nilai *deviation from linearity*  $> 0,05$  (Ghozali, 2018).

**Tabel 4. 15** Hasil Uji Linearitas

| Variabel                                   | F     | Sig.  | Interpretasi |
|--------------------------------------------|-------|-------|--------------|
| <i>Self esteem</i> dan <i>Hopelessness</i> | 1,286 | 0,173 | Linear       |

Menurut hasil uji linearitas, diketahui bahwa variabel *self esteem* dan *hopelessness* memiliki nilai signifikansi *deviation from linearity*

sebesar 0,173. Nilai tersebut  $> 0,05$  yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara *self esteem* dan *hopelessness*.

#### 4. Uji Hipotesis

Setelah pengujian asumsi, dilanjutkan uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk menguji keberadaan hubungan antara dua variabel penelitian, yaitu variabel *self esteem* dan *hopelessness*. Hipotesis dapat diterima apabila nilai  $p < 0,05$  (Ghozali, 2018).

**Tabel 4. 16** Hasil Uji Hipotesis

| Variabel                                      | <i>Pearson Correlation</i> | Sig.<br>(2-tailed) | Interpretasi            |
|-----------------------------------------------|----------------------------|--------------------|-------------------------|
| <i>Self esteem</i> dan<br><i>Hopelessness</i> | -0,835                     | 0,000              | Ada hubungan<br>negatif |

Hasil perhitungan menggunakan *Pearson Correlation* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,835 dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Temuan tersebut mengindikasikan adanya hubungan negatif sangat kuat antara variabel *self esteem* dengan *hopelessness*. Sugiyono (2015) menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi -0,835 tergolong sangat kuat karena terletak dalam rentang 0,80-1,000. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan peneliti dalam studi ini diterima.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *hopelessness* dalam pencarian pekerjaan pada *fresh graduate* gen Z di Kota Yogyakarta. Dimana 201 subjek *fresh graduate* gen Z baik laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia 20-28 tahun dan berdomisili di Kota Yogyakarta terlibat dalam penelitian ini. Pada penelitian

ini, subjek yang berpartisipasi lebih banyak perempuan (85,6%) daripada laki-laki (14,4%). Subjek penelitian merupakan mahasiswa lulusan dari beraneka ragam perguruan tinggi serta tersebar di berbagai daerah di Kota Yogyakarta. Namun, subjek yang berdomisili di Kraton (23,4%) lebih banyak dibandingkan daerah lainnya.

Subjek dengan lulusan dari Universitas Ahmad Dahlan adalah subjek terbanyak dengan persentase 36,3%. Selain itu, pilihan terbanyak dalam kategori status saat ini didominasi oleh subjek yang menganggur sebanyak 80,1% dengan harapan mendapatkan pekerjaan di sektor formal sebesar 82,1%. Banyaknya peminat di sektor formal pada *fresh graduate* dikarenakan mayoritas lulusan dari perguruan tinggi berorientasi memperoleh pekerjaan formal yang dianggap lebih menjamin, mengingat mereka telah menempuh pendidikan universitas dan meraih gelar sarjana (Safitri & Rezza, 2025).

Selain itu, pilihan sektor pekerjaan harapan tersebut juga didasarkan pada seberapa penting bagi mereka dalam menentukan pilihan karir masa depan yang ingin dijalannya. Hal ini karena pemilihan karir yang sesuai rencana dan cita-cita seseorang adalah wujud kesuksesan dari pengambilan keputusan pribadi (Bantam & Syah, 2022). Berdasarkan hasil kategorisasi data penelitian mengenai variabel *self esteem* dan *hopelessness*, terdapat hubungan kompleks antara kedua variabel yang perlu diperhatikan. Pada variabel *self esteem*, 97% subjek menunjukkan tingkat *self esteem* rendah sementara 3% lainnya menunjukkan *self esteem* sangat rendah. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar subjek memiliki pandangan negatif terhadap diri mereka.

Menurut Coopersmith (1967), *self esteem* mencakup keyakinan individu terhadap nilai dan kemampuan diri mereka. Ketika individu memiliki *self esteem* yang rendah, mereka cenderung meragukan kemampuan dan nilai diri mereka, yang dapat berkontribusi pada perasaan tidak berdaya dan ketidakpuasan terhadap hidup. Pandangan negatif ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan emosional mereka, menyebabkan stres, kecemasan, dan depresi.

Di sisi lain, data menunjukkan bahwa 92% subjek mengalami tingkat *hopelessness* yang rendah dan 8% sisanya mengalami *hopelessness* sangat rendah. Menurut Beck dkk (1974), *hopelessness* adalah keadaan di mana individu merasa kehilangan harapan untuk masa depan dan cenderung melihat situasi hidup mereka dengan pesimisme. Dimana meskipun mayoritas subjek menunjukkan tingkat *hopelessness* yang rendah, *self esteem* mereka juga rendah, hal ini tetap mengindikasikan bahwa sebagian besar dari mereka mungkin merasa kurang optimis tentang masa depan mereka.

Keterkaitan antara *self esteem* dan *hopelessness* sangat penting untuk dipahami. *Fresh graduate* dengan *self esteem* rendah mungkin lebih rentan terhadap perasaan *hopelessness*. Ketidakmampuan untuk melihat nilai dan kemampuan diri mereka dapat menyebabkan mereka merasa terjebak dalam situasi yang tidak menguntungkan, sehingga memperkuat perasaan putus asa. Beck dkk (1974) menyatakan bahwa individu yang mengalami *hopelessness* sering kali memiliki pola pikir negatif yang menghalangi mereka untuk melihat kemungkinan solusi atau perbaikan dalam hidup mereka.

Meskipun 92% subjek menunjukkan tingkat *hopelessness* yang rendah, hal ini tidak mengesampingkan pentingnya intervensi untuk meningkatkan *self esteem* mereka. Upaya untuk meningkatkan *self esteem* dapat membantu mengurangi perasaan *hopelessness*, karena individu yang memiliki pandangan positif terhadap diri mereka cenderung lebih optimis dan resilien dalam menghadapi tantangan hidup. Mutlu dkk (2010) pada studinya menunjukkan bahwa *self esteem* berpengaruh signifikan terhadap keputusan, yang berarti semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah tingkat *hopelessness*.

Salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap *self esteem* seseorang adalah pengangguran. Penelitian Awal (2022) mengindikasikan bahwa harga diri yang rendah bisa mengakibatkan individu menyimpulkan segala sesuatu yang terjadi dalam perspektif negatif. Selain itu, pengangguran juga berkontribusi terhadap perasaan putus asa. Menurut *International Labour Organization* (ILO) pengangguran adalah penduduk yang tidak memiliki pekerjaan dan sedang mencari kerja, merasa tidak mungkin mendapatkan pekerjaan (putus asa) atau sudah diterima bekerja tetapi belum mulai bekerja.

Pengangguran dapat terjadi karena berbagai faktor dan jenisnya, tetapi pengangguran sendiri berarti ketidakmampuan seseorang untuk memulai usaha ataupun memiliki kesempatan bekerja yang dilatar belakangi oleh beberapa kondisi yang menjadi penyebabnya (Fani & Hartono, 2025). Hiswåls, Marttila, Målstam dan Macassa (2017) menyebutkan bahwa faktor pengangguran berkontribusi terhadap perasaan putus asa dan rendahnya harga diri seseorang. Dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa individu yang

mengganggu cenderung mengalami perasaan terisolasi, kehilangan harga diri dan perasaan putus asa, yang mempengaruhi kesejahteraan fisiknya.

Sementara itu, Satria (2025) menegaskan bahwa individu dengan *self esteem* tinggi cenderung optimis terhadap kesuksesan karir masa depannya dan lebih resiliensi dalam menghadapi tantangan dan kegagalan. Ditinjau dari hasil kategorisasi data penelitian, mayoritas subjek menunjukkan tingkat *self esteem* rendah namun diikuti oleh tingkat *hopelessness* yang juga rendah. Hal ini menunjukkan kondisi mental yang kompleks, di mana meskipun individu merasakan rendahnya harga diri mereka, mereka masih mengelola perasaan putus asa dengan relatif baik. Hal ini karena aspek kekuatan dalam *self esteem* berperan penting dalam membentuk ketahanan mental individu.

Individu yang merasa kuat secara psikologis cenderung memiliki pandangan positif dan optimis terhadap masa depan serta lebih mampu mengatasi tantangan. Namun, rendahnya *self esteem* di sebagian besar subjek menandakan bahwa tantangan yang dihadapi mungkin terasa berat dan membatasi kemampuan mereka untuk bertahan. Sehubungan dengan ini, penelitian Seligman (1975) menyatakan bahwa kekuatan mental yang tinggi berhubungan erat dengan harapan, tetapi beban tantangan yang berat dapat mengurangi tingkat harapan tersebut.

Selanjutnya, aspek keberartian hidup juga merupakan faktor kunci dalam kesejahteraan psikologis. Keberartian hidup mengacu pada evaluasi individu terhadap nilai personal dan kontribusi sosial mereka. Rendahnya *self esteem* yang dimiliki subjek dapat menyebabkan mereka merasa kurang berarti dalam

masyarakat. Penelitian Baumeister dkk (2013) mengemukakan bahwa kurangnya rasa keberartian dapat mengakibatkan hilangnya motivasi, bahkan pada individu dengan *self esteem* tinggi sekalipun. Hal ini dapat menjelaskan mengapa beberapa individu dengan *self esteem* baik masih mengalami perasaan putus asa. Terlebih lagi, sebuah studi oleh Chan dan Huang (2024) menegaskan bahwa *self esteem* bukan hanya sekadar evaluasi diri, melainkan juga terkait erat dengan bagaimana individu merasakan keberartian hidupnya secara menyeluruh, yang berperan dalam kesejahteraan mental dan kebahagiaan

Aspek kebajikan yang berkaitan dengan moralitas dan etika, juga berdampak pada motivasi dan ketahanan psikologis. Individu dengan nilai moral yang kuat cenderung bertindak dengan cara yang positif dan tetap termotivasi. Namun, jika mayoritas subjek mengalami *self esteem* yang rendah, hal ini dapat menunjukkan bahwa mereka mungkin menghadapi dilema moral atau konflik nilai yang mengganggu motivasi mereka. Sebagaimana dijelaskan oleh Ryan dan Deci (2000) yang menegaskan pentingnya komitmen nilai untuk menjaga motivasi intrinsik.

Aspek kemampuan yang mencakup keterampilan dan kompetensi juga berperan penting dalam membangun harapan untuk masa depan. Meskipun 92% subjek memiliki *hopelessness* yang rendah, rendahnya tingkat *self esteem* menunjukkan adanya ketidakcocokan antara kemampuan yang dirasakan dan harapan untuk masa depan. Penelitian Bandura (1997) menunjukkan bahwa *self efficacy* atau kepercayaan pada kemampuan pribadi sangat berhubungan

dengan harapan. Jika individu merasa tidak mampu mengatasi tantangan yang ada, meskipun mereka memiliki *hopelessness* yang rendah, mereka mungkin akan tetap mengalami perasaan putus asa di kemudian harinya.

Oleh karena itu, *self esteem* menjadi penting bagi *fresh graduate* gen Z agar mampu bertahan dari ketidakpastian masa depan dalam pencarian pekerjaan. Penelitian oleh Mutlu, Balbag dan Cemrek (2010) menunjukkan bahwa *self esteem* mempengaruhi keputusan secara signifikan, semakin tinggi harga diri maka semakin rendah keputusan. Hal ini menandakan bahwa *self esteem* memberikan kontribusi pada keputusan individu. Apabila seseorang memiliki keputusan (*hopelessness*) yang signifikan, maka dapat meningkatkan risiko mengendalikan masalah yang kurang (Sya'adiah, Isti'adah dan Rahimsyah, 2024).

Adapun *self esteem* yang tinggi sangat berperan dalam keberhasilan karir seseorang dan hubungannya dengan pencarian pekerjaan atau karir *fresh graduate* gen Z. Sebab, *self esteem* yang sehat berperan penting dalam keberhasilan dan kesejahteraan hidup, termasuk hubungan interpersonal, pekerjaan, dan kesehatan (Orth & Robins, 2014). Pernyataan tersebut juga didukung oleh penelitian Marita dan Izazati (2017) yang mengungkapkan bahwa individu dengan harga diri tinggi cenderung berhasil dalam karir mereka. Hal ini dikarenakan mereka yang harga dirinya tinggi cenderung optimis mengenai keberhasilan karir masa depannya (Satria, 2025).

Berbanding terbalik dengan mereka yang memiliki *self esteem* rendah, individu dengan *self esteem* rendah cenderung pesimis dan ragu-ragu terhadap

masa depan karir mereka. Sehingga, ketika menghadapi tantangan atau penolakan, mereka lebih mungkin untuk menganggap pengalaman tersebut sebagai bukti ketidaklayakan atau ketidakmampuan, yang memperkuat pandangan negatif tentang diri mereka (Adilia, 2010).

Kemudian, didasarkan dari perolehan data yang telah dianalisis peneliti menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, didapatkan hasil bahwa hipotesis penelitian ini diterima dan menunjukkan adanya hubungan negatif antara variabel *self esteem* dengan *hopelessness*, yang berarti semakin tinggi *self esteem fresh graduate* maka akan semakin rendah *hopelessness*nya. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai *Pearson Correlation* sebesar  $-0,835$ .

Secara keseluruhan, penelitian ini memiliki hubungan negatif sangat kuat pada kedua variabel. Meskipun mayoritas subjek menunjukkan *self esteem* rendah, tetapi mereka masih memiliki tingkat *hopelessness* yang rendah. Ini menunjukkan bahwa ada potensi untuk meningkatkan kesejahteraan mental mereka melalui intervensi yang berfokus pada peningkatan *self esteem* dan keberartian hidup. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami dinamika ini dan untuk mengidentifikasi strategi yang efektif dalam membantu individu mengatasi perasaan *hopelessness*, serta meningkatkan *self esteem* mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kelemahan. Oleh sebab itu, limitasi penelitian ini yaitu pertama, keterbatasan *literatur riviw* karena minimnya pembahasan

mengenai topik permasalahan yang sama terkait *hopelessness fresh graduate* gen Z dalam proses pencarian pekerjaan. Kedua, subjek yang diperoleh kurang merata pada berbagai perguruan tinggi di Kota Yogyakarta, sehingga hasil yang diperoleh pun masih terbatas. Ketiga, aitem *self esteem* terlalu sedikit sehingga ketika uji validitas isi aitem banyak aitem yang gugur meskipun masih mewakili aspek dari variabel tersebut.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA