

## Cara Jitu Mengembangkan Identitas Karier untuk Kesiapan Karier Mahasiswa

Identitas karier merupakan domain dari identitas diri. Erikson (1968) mengemukakan bahwa identitas diri adalah kesadaran individu mengenai kenyataan bahwa adanya keunikan dan kesinambungan dalam diri setiap individu. Kesinambungan meliputi kepribadian, peran sosial, maupun kesadaran akan gambaran diri. Sementara Santrock (2010) mengartikan identitas diri sebagai gambaran diri yang meliputi beberapa hal seperti identitas religius, intelektual dan pencapaian, seksual, etnis budaya, kepribadian, hubungan, politis, bidang yang diminati, identitas fisik, serta identitas karier.

Adapun menurut Super (Suherman, 2008), karier merupakan okupasi disertai tanggung jawab yang kaya akan makna psikologis meliputi keterlibatan ego, kebermaknaan diri individu sebagai suatu aktivitas, dan tidak semata-mata hasil produktif atau keuntungan ekonomisnya. Karier bukan hanya melaksanakan tugas, melainkan hasil keseluruhan perilaku yang berpusat pada pribadi dan terjadi sepanjang kehidupan seseorang. Maka dari itu, dapat diartikan bahwa identitas karier merupakan kesadaran dari diri sendiri terkait apa yang diinginkan, serta bagaimana preferensi pekerjaan ke depan yang akan dipilih, dimaknai, dan dicintai.

Identitas karier juga berkaitan erat dengan teori *traits and factor* yang dikemukakan oleh Frank Parsons. *Traits* berhubungan dengan kepribadian seseorang dan faktor internal yang melekat dalam diri seperti karakteristik, kompetensi, *hard skills*, maupun *soft skills*. Sedangkan *factor* berhubungan dengan preferensi dan karakteristik pekerjaan yang diinginkan. *Traits* dan *factor* harus saling berkesinambungan dan berkaitan satu sama lain. Seseorang yang memiliki kematangan karier yang baik akan seimbang dan selaras antara *traits* dan *factor*, dalam konteks ini karakteristik pribadi dan kompetensi yang dimiliki sesuai dengan preferensi pekerjaan.

Status identitas karier menurut Marcia (1966) terbagi ke dalam empat jenis yaitu *identity achievement*, *moratorium*, *foreclosure*, dan *identity diffusion*. *Identity achievement* di mana seseorang telah menemukan tujuan, kepercayaan, dan kemampuannya serta mampu berkomitmen terhadap karier yang diambil. *Moratorium* di mana seseorang sedang menentukan apa yang akan dilakukan dan diinginkan terkait pilihan karier ke depan, tetapi belum mengambil komitmen dari keputusannya. *Foreclosure* di mana seseorang hanya mengikuti keinginan orang tua atau orang lain tetapi belum mengetahui apa yang sebenarnya dia inginkan. Sedangkan *identity diffusion* di mana seseorang masih hanya mengikuti alur hidup saja, sama sekali tidak mengeksplorasi karier dan tidak berkomitmen terhadap keputusan apapun.

Ada dua unsur penting dalam membangun identitas karier yaitu eksplorasi karier dan komitmen karier (Skorikov & Vondracek, 2007). Kita dapat mengeksplorasi karier dengan meningkatkan literasi dan pengetahuan seputar karier; melakukan aktivitas pengumpulan informasi terkait karier dengan berdiskusi, bertanya, atau secara mandiri mengumpulkan informasi karier melalui website atau media sosial resmi; mencari alternatif pekerjaan lain yang potensial sehingga ada beberapa pilihan karier ke depan yang dapat diambil; memiliki *emotional tone* yang mengarah pada konstruksi diri seperti semangat, kegigihan, dan adaptasi terhadap dinamika yang akan terjadi di masa depan; serta memiliki keinginan untuk membuat keputusan awal terkait karier. Komitmen karier dikembangkan dengan meningkatkan pengetahuan yang lebih spesifik terkait karier yang diinginkan, memiliki *emotional tone* yang

konstruktif, mengidentifikasi orang-orang penting untuk memaknai karier yang dipilih, membangun proyeksi masa depan dari karier yang dipilih, serta memiliki daya tahan terhadap godaan sehingga mampu konsisten terhadap pilihan karier yang diambil.

Eksplorasi karier yang mendalam dan internalisasi komitmen identitas karier mendukung ke arah efikasi diri keputusan karier. Efikasi diri keputusan karier diartikan sebagai seseorang yang memiliki kepercayaan diri untuk memutuskan pilihan karier berdasarkan kepribadian dan minat pribadi, tujuan, serta opsi karier yang ada. Beberapa aspek ini menunjang pengembangan efikasi diri keputusan karier di antaranya yaitu realistis terhadap keterampilan, kemampuan, dan kekuatan diri; kemampuan menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan pilihan karier; tujuan karier dan cara dalam mencapai tujuan tersebut; serta kumpulan informasi opsi lowongan pekerjaan (Stringer & Kerpelman, 2010).

Dewasa ini, mahasiswa dituntut untuk memiliki kesiapan karier. Kesiapan karier dapat dibentuk dengan terlebih dahulu memiliki identitas karier yang kuat. Beberapa cara ini dapat kita lakukan untuk membentuk dan mengembangkan identitas karier, yaitu:

1. Mengenalinya kepribadian, minat, bakat, dan keahlian yang dimiliki
2. Mendiskusikan keinginan karier dengan orang tua dan keluarga
3. Berdiskusi dengan senior atau dosen terkait dunia karier
4. Mengikuti seminar, workshop, atau pelatihan yang menunjang keterampilan karier
5. Mengikuti kegiatan magang yang sesuai dengan pilihan karier
6. Memiliki lingkungan pertemanan yang satu frekuensi dan saling mendukung dalam hal karier
7. Menentukan tujuan dan pilihan karier
8. Mulai berkomitmen terhadap pilihan karier tertentu
9. Membangun optimisme dan antusiasme atas pilihan karier yang diambil
10. Konsisten melakukan aktivitas yang dapat menunjang pencapaian target karier

## Referensi

- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Marcia, J. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551-558.
- Skorikov, V. B., & Vondracek, F. W. (2007). *Vocational identity. In career development in childhood and adolescence*. Rotterdam, The Netherlands: Sense Publishers.
- Stringer, K. J., & Kerpelman, J. L. (2010). Career identity development in college students: Decision making, parental support, and work experience. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 10, 181-200.
- Stringer, K. J., & Kerpelman, J. L. (2014). Career identity among community college students. *Community College Journal of Research and Practice*, 38, 310-322.