



**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
DUNIA KERJA PADA MAHASISWA AKHIR PROFESI NERS DAN
PROFESI BIDAN DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh:

Wa'aini Duwiyanti

NIM: 30901900234

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2023



**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA
KERJA PADA MAHASISWA AKHIR PROFESI NERS DAN PROFESI
BIDAN DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Oleh:

Wa'aini Duwiyanti

NIM: 30901900234

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA
KERJA PADA MAHASISWA AKHIR PROFESI NERS DAN PROFESI
BIDAN DI KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Wa'aini Duwiyanti

NIM : 30901900234

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :

Pembimbing I

Pembimbing II

Tanggal : 6 Februari 2023

Tanggal : 6 Februari 2023



Hj. Wahyu Endang Setyowati, S.KM., M.Kep
NIDN. 0612077404

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0623028802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
DUNIA KERJA PADA MAHASISWA AKHIR PROFESI NERS DAN
PROFESI BIDAN DI KOTA SEMARANG**

Disusun oleh:

Nama : Wa'aini Duwiyanti

NIM : 30901900234

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal 9 Februari 2023

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I :

Ns. Wigyo Susanto, M.Kep
NIDN. 0629078303

Penguji II :

Ns. Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep
NIDN. 0612077404

Penguji III :

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep
NIDN: 062302880

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu keperawatan


Iqbal Ardhian, SKM, M.Kep.
NIDN. 0622087403

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SILAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Februari 2023**

ABSTRAK

Wa'aini Duwiyanti

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA AKHIR PROFESI NERS DAN PROFESI BIDAN DI KOTA SEMARANG

70 halaman + 6 tabel + xiv + 13 lampiran

Latar belakang : Kecemasan adalah sensasi ketidaknyamanan atau stres yang tidak jelas yang digabungkan dengan reaksi otonom, sensasi ketakutan yang ditimbulkan oleh prediksi terhadap bahaya. Kecemasan timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stres atau konflik. Rasa tidak nyaman pasca menghadapi dunia pekerjaan disebabkan oleh kurangnya informasi yang cukup, tidak yakin dengan pengalaman dan kemampuan yang dimiliki. Kecemasan menghadapi dunia kerja dapat menyebabkan berkurangnya komitmen, putus karir, dan perilaku pribadi dalam hal kemauan untuk bekerja di bidang kesehatan.

Tujuan : Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di kota semarang

Metode : Jenis pendekatan komparatif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang. Teknik yang digunakan untuk mahasiswa profesi ners adalah simple random sampling sebanyak 64 responden, sedangkan teknik yang digunakan untuk mahasiswa profesi bidan adalah total sampling sebanyak 64 responden dengan jumlah total 128 responden. Uji beda yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Mann Whitnay

Hasil : Nilai p 0,000 dengan p value ($p < 0,05$). Hasil ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang. Dengan perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dengan kategori rendah.

Simpulan : Sebagian besar mahasiswa profesi ners mengalami tingkat kecemasan dengan kategori rendah (76,5%) dan sisanya mengalami tingkat kecemasan dengan kategori sedang (23,5%). Sedangkan seluruh mahasiswa profesi bidan mengalami tingkat kecemasan dengan kategori rendah (100%). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan yang signifikan antara mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja dengan rata rata tingkat kecemasan profesi ners 76,82 dan profesi bidan 52,18.

Kata kunci : *Kecemasan, Dunia Kerja, Mahasiswa Profesi Ners, Mahasiswa Profesi Bidan*

Daftar pustaka : 28 (2016-2022)

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY NURSING SCIENCES
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, February 2023**

ABSTRACT

Wa'aini Duwiyanti

DIFFERENCES IN THE LEVELS OF ANXIETY IN FACING THE WORLD OF WORK IN FINAL STUDENTS OF NURSE PROFESSION AND MIDWIFE PROFESSION IN THE CITY OF SEMARANG

70 pages + 6 table + xiv + 13 attachmens

Background : Anxiety is an indistinct sensation of discomfort or stress coupled with an autonomic reaction, a sensation of fear evoked by the prediction of danger. Anxiety arises as a result of a response to stressful conditions or conflict. The feeling of discomfort after facing the world of work is caused by a lack of sufficient information, unsure of the experience and abilities one has. Anxiety about facing the world of work can lead to reduced commitment, career dropouts, and personal behavior in terms of willingness to work in the health sector.

Purpose : Knowing the difference in the level of anxiety in facing the world of work in graduate students in the nursing profession and the midwifery profession in the city of Semarang

Method : Type of quantitative comparative approach with a cross sectional approach. The samples used were final students of the nursing profession and the midwifery profession in Semarang City. The technique used for nursing students was simple random sampling of 64 respondents, while the technique used for midwifery students was total sampling of 64 respondents with a total of 128 respondents. The different test used in this study is the Mann Whitnay test

Result : p value 0.000 with p value ($p < 0.05$). This result means that there is a significant difference between the final students of the nursing profession and the midwifery profession in Semarang City. This difference indicates that anxiety is in the low category.

Conclusion : most of the nursing profession students experienced a low level of anxiety (76.5%) and the rest experienced a moderate level of anxiety (23.5%). Meanwhile, all midwifery students experienced a low level of anxiety (100%). The results of the analysis show that there is a significant difference in anxiety

between final students of the nursing profession and the midwifery profession in facing the world of work with an average anxiety level of the nurse profession of 76.82 and that of the midwifery profession 52.18.

Keywords : *Anxiety, The World of Work, Nursing Professional Students, Midwifery Professional Students*

Bibliography : *28 (2016-2022)*



PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika di kemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarisme, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada Saya.

Semarang, 20 Februari 2023

Mengetahui,
Wakil Dekan I


(Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep.,Sp.Kep.Mat)

Peneliti



(Wa'aini Duwiyanti)



KATA PENGANTAR

Assalam'alaikum Wr. Wb

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Pada Mahasiswa Akhir Profesi Ners Dan Profesi Bidan Di Kota Semarang “**.

Skripsi ini secara garis besar disusun guna memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi akademik S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terlaksana tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam terwujudnya tugas akhir ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Gunarto, S.H., M.Hum, selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Bapak Iwan Ardian, S.KM., M.Kep, selaku dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Ibu Ns.Indra Astuti, M.Kep, Sp.Kep.AN Selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ibu Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep selaku dosen pembimbing pertama yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya ditengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, arahan serta masukan sehingga skripsi ini dapat terwujud dengan baik.

5. Ibu Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing kedua yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam membimbing, memberi masukan serta arahan sehingga skripsi ini bisa selesai tepat waktu.
6. Bapak Ns. Wigyo Susanto, M.Kep selaku dosen penguji pertama yang telah memberikan masukan untuk Skripsi ini sehingga dapat terwujud dengan baik.
7. Kedua orang tua saya yang selalu mendoakan saya yang telah , memberi dukungan dan bantuan sehingga menjadi support system yang baik sehingga skripsi ini mampu diselesaikan tepat waktu.
8. Teman – teman dari departemen jiwa yang selalu memberikan dukungan untuk berjuang dan selesai bersama.
9. Mbak Ajeng yang saya kenal dari Tutor PAI yang telah mensupport saya, membantu saya dan memberikan masukan untuk keberhasilan skripsi ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dan ketidaklengkapan. Oleh karena itu masukan berupa kritik dan saran sangat diharapkan oleh penulis guna menyempurnakan artikel ini, penulis berharap skripsi ini bisa memberikan manfaat khususnya bagi perawat.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Semarang, Februari 2023

Penulis

Wa'aini Duwiyanti

DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Kecemasan.....	7
2. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	10
3. Kesiapan Profesi Ners dan Profesi Bidan Menghadapi Dunia Kerja	13
4. Mahasiswa Akhir	16
5. Profesi Ners	18
6. Profesi Bidan	19
B. Kerangka Teori.....	21
C. Hipotesis Hipotesis	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	23
A. Kerangka Konsep	23
B. Variabel.....	23
C. Jenis dan Desain Peneitian.....	24

D.	Populasi dan Sampel Penelitian	24
1.	Populasi	24
2.	Sampel.....	25
E.	Tempat dan Waktu Penelitian	26
F.	Definisi operasional.....	27
G.	Alat Pengumpul Data	28
1.	Instrumen Penelitian	28
2.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	29
H.	Metode Pengumpulan Data.....	30
I.	Rencana Analisa Data.....	31
1.	Pengelolaan Data	31
2.	Analisa Data	32
J.	Etika Penelitian	33
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		35
A.	Pengantar Bab	35
B.	Analisa Univariat.....	35
1.	Karakteristik Responden Penelitian.....	35
2.	Variabel Penelitian.....	36
C.	Analisa Bivariat.....	37
BAB V PEMBAHASAN.....		38
A.	Pengantar Bab	38
B.	Interpretasi dan Diskusi Hasil	38
1.	Karakteristik Responden	38
2.	Tingkat Kecemasan.....	39
3.	Perbedaan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Profesi Ners dan Profesi Bidan di Kota Semarang	41
C.	Keterbatasan Penelitian	47
D.	Implikasi Keperawatan	47
BAB VI KESIMPULAN.....		49
A.	Simpulan	49
B.	Saran	49

DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	55



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Sampel	26
Tabel 3.2 Definisi Operasional	27
Tabel 3.3 Sebaran Kuesioner Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	28
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia (n=128)	36
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Akhir Profesi Ners dan Profesi Bidan di Kota Semarang (n=128)	36
Tabel 4.3 Hasil Uji Mann Whitney Test Pada Tingkat Kecemasan.....	37



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	21
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	23



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Survey
- Lampiran 2. Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 3. Surat Pengantar Uji Kelaikan Etik
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 7. Kuesioner Kecemasan Dunia Kerja
- Lampiran 8. Uji Univariat
- Lampiran 9. Uji Bivariat
- Lampiran 10. Lembar Catatan Hasil Konsul
- Lampiran 11. Lembar Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 12. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lapangan kerja membentuk kehidupan alami untuk mahasiswa semester akhir sebagai tujuan seseorang untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Tidak mudah bagi seorang sarjana untuk langsung mendapatkan pekerjaan sebab setiap individu dituntut untuk memiliki kemampuan dan keterampilan. Semenjak pandemi COVID-19 mengguncang seluruh dunia, secara keseluruhan mempengaruhi keberadaan manusia sebagai pemicu utama gangguan aktivitas sehari-hari manusia dalam dunia industri, politik, kesehatan, sampai pembelajaran. Akibat penyebaran infeksi yang terus menyebar, pemerintah membuat strategi pelaksanaan pembatasan dan penghentian lembaga yang mempengaruhi kegiatan belajar mengajar. (Lyons et al, 2020; Sandhu et al, 2020).

Seperti halnya dengan pelajar sebagai mahasiswa keperawatan dan kebidanan. Mahasiswa keperawatan dan kebidanan merupakan mahasiswa bidang kesehatan yang mempelajari teori dan pembelajaran praktik baik klinik atau lapangan untuk meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, kemampuan, dan pengalaman sebelum menghadapi dunia kerja. Pada dasarnya, munculnya pandemi COVID-19 memberikan dampak terhadap mahasiswa keperawatan dan kebidanan yaitu mereka melakukan pembelajaran teori dan praktek klinik secara online misalnya menggunakan zoommeeting, google meet, dan video recording. Sehingga mahasiswa harus

menyesuaikan perubahan teknik pembelajaran yang disampaikan melalui cara yang berbeda. Dengan cara pembelajaran tersebut dapat mengakibatkan mahasiswa memiliki ketrampilan yang kurang maksimal. Sehingga menimbulkan kekhawatiran mereka tentang karirnya dimasa depan karena mereka merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut terjadi karena proses pembelajaran tidak dilakukan secara sempurna (Lyons et al, 2020; Shawaqfeh et al, 2020).

Sangat penting untuk keberhasilan dalam dunia kerja, mahasiswa dituntut untuk memiliki kompetensi pengembangan seperti pengetahuan, keterampilan, sikap, dan pengembangan bakat (Aly and Hashish, 2019). Hal tersebut menyebabkan terjadinya kecemasan pada mahasiswa keperawatan dan kebidanan tentang karirnya sebagai tenaga kesehatan. Agius et al (2021) mengatakan bahwa pandemi COVID-19 menyebabkan kekhawatiran tentang kehilangan kemampuan mereka, kegelisahan tentang pekerjaan yang akan datang, dan kecemasan terkait dengan praktek. Rudin, Suarni, dan Pambudhi (2021) mengatakan bahwa kurang percaya diri dalam kemampuan bekerja dan pengalaman kerja maka akan berdampak pada kecemasan persaingan dalam mencari pekerjaan pada mahasiswa akhir.

Menurut Badan Pengurus Daerah PPNI Jawa Tengah (2020), lulusan keperawatan dan kebidanan mencapai 43.150 per tahun, dengan penyerapan tenaga kerja hanya 15.000. Individu dituntut memiliki kemampuan dan ketrampilan yang tinggi karena menjadi lulusan sarjana saja dinilai belum cukup sebagai jaminan dalam bekerja. Seperti halnya dari pihak rumah sakit

sering mengajukan syarat seperti strata pendidikan, sertifikat spesialis, dan juga gelar. Hal tersebut mengakibatkan persaingan yang ketat dan angka pengangguran yang tinggi. Hal ini didukung oleh data Badan Pusat Statistik (BPS) yang menunjukkan bahwa angka pengangguran di Indonesia masih sangat tinggi. Hal tersebut dibuktikan bahwa pada bulan Februari 2021, jumlah pengangguran di Indonesia sekitar 8,75 juta. Jumlah tersebut meningkat sebesar 26,26% hingga mencapai 6,93 juta pada Februari 2020. Tingkat pengangguran terbuka (TPT) Indonesia sebesar 6,26% pada Februari 2021. Pada bulan tersebut tingkat pengangguran naik dibandingkan tahun 2020 di bulan yang sama sebesar 4,94 %. Sementara itu, data BPS Jateng mencatat kenaikan 6,26% dengan 70.000 orang per Februari 2022. Menurut Kepala Badan Pusat Statistik jumlah pengangguran mencapai 1,19 juta Per Februari 2022. Jumlah penduduk kerja di Jawa Tengah meningkat dari 18,82 juta pada periode yang sama tahun lalu menjadi 20,76 juta. Menurut Kementrian Ketenagakerjaan (Kemenaker) berdasarkan pendidikannya lulusan Universitas masih 10,18% angka pengangguran.

Hal ini dapat menimbulkan respon berupa kecemasan karena menjadi suatu permasalahan kerja dengan kondisi tersebut (Upadianti & Indrawati, 2018). Kondisi tersebut mendatangkan rasa khawatir pada mahasiswa akhir terhadap masa depan kerja yang dideskripsikan sebagai kecemasan kerja (Azhari & Mirza 2016). Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan individu yang merasakan kekhawatiran saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. (Sari, 2021). Kecemasan menghadapi dunia kerja dapat menyebabkan

berkurangnya komitmen, putus karir, dan perilaku pribadi dalam hal kemauan untuk bekerja di bidang kesehatan (Liaw et al., 2017; Mirah & Indianti, 2018; Rathnayake et al., 2016).

Menurut Herdman (2017) Kecemasan adalah sensasi ketidaknyamanan atau stres yang tidak jelas yang digabungkan dengan reaksi otonom, sensasi ketakutan yang ditimbulkan oleh prediksi terhadap bahaya. Sumber kecemasan biasanya tidak diketahui oleh individu. Kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan perasaan tidak aman yang tidak jelas yang berdampak negatif pada kenyamanan dan kesejahteraan. Menurut Ghufroon & Risnawati (2017), kecemasan adalah pengalaman yang tidak nyaman dan ketegangan yang tidak menyenangkan seperti ketakutan, cemas dan emosi yang dialami seseorang. Kecemasan merupakan suatu kejadian yang biasanya terjadi pada seseorang karena suatu faktor tertentu (Sari & Batubara, 2017). Menurut Indriana dan Sekarina (2018) rasa tidak nyaman pasca menghadapi dunia pekerjaan disebabkan oleh kurangnya informasi yang cukup, tidak yakin dengan pengalaman dan kemampuan yang dimiliki.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa dari 10 mahasiswa akhir profesi ners, peneliti menemukan 8 dari 10 mahasiswa mengalami kecemasan saat menghadapi dunia kerja karena kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki, meskipun universitas sudah memiliki banyak kerja sama dengan Rumah Sakit di Indonesia dan di Arab tapi tetap merasa cemas waktu rekrutmen tidak diterima di Rumah Sakit tersebut. Dan 9 dari 10 mahasiswa profesi bidan merasa cemas karena dari

pengalaman praktik mereka mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari seniornya seolah-olah menganggap bahwa itu persaingan dan takut skill yang dimiliki kurang untuk menghadapi dunia kerja.

Dari pernyataan yang telah dijelaskan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul perbedaan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengungkap tentang “Bagaimana perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mendeskripsikan gambaran umum perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden.
- b. Mendeskripsikan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan menambah ilmu untuk memperluas wawasan mahasiswa profesi tentang perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber wawasan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

3. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian selanjutnya dan sebagai sarana referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian berikutnya.

4. Bagi Masyarakat

Dari hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi kepada masyarakat dan memberikan masukan kepada profesi kesehatan untuk memperbanyak penelitian tentang kecemasan menghadapi dunia kerja.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Menurut Herdman (2017) kecemasan merupakan kekhawatiran yang semu dengan rasa takut yang disebabkan hal berbahaya yang belum terjadi. Sumber kecemasan tidak diketahui oleh individu. Definisi umum dari kecemasan adalah dapat mengakibatkan depresi, rasa tidak nyaman, dan pikiran yang bingung dengan banyak penyesalan. Hal tersebut dapat mengakibatkan tubuh menggigil, berkeringat banyak, jantung berdetak cepat, ingin mual, tubuh lemas dan kurangnya kemampuan beraktifitas.

b. Tingkat Kecemasan

Menurut Pasari (2017) kecemasan memiliki empat kategori dengan pengertian dan penjelasan sebagai berikut:

1) Cemas Ringan

Cemas ringan terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang menyebabkan individu lebih berhati-hati dan persepsi meningkat dalam tahap ini yang menghasilkan pertumbuhan, kreatifitas, dan memotivasi belajar.

2) Cemas Sedang

Cemas sedang, artinya seseorang hanya fokus pada hal yang penting sehingga orang tersebut tidak dapat melihat atau mendengar dengan cukup yang dapat menyebabkan penarikan diri.

3) Cemas Berat

Cemas berat dengan pengurangan persepsi yang sangat besar. Biasanya individu hanya fokus pada suatu hal yang spesifik dan tidak lagi memikirkan hal lain. Seluruh cara berperilaku ditampilkan untuk mengurangi kegelisahan, dan diharapkan dapat fokus ke suatu hal yang lain.

4) Panik

Seseorang yang mengalami serangan panik tidak dapat melakukan sesuatu meskipun sudah diarahkan. Seseorang yang panik tidak mampu berkomunikasi dengan baik sehingga jika kondisi tersebut berkepanjangan maka akan menghasilkan rasa lelah dan kematian.

c. Penyebab Cemas

Adler dan Rodman mengungkapkan bahwa ada dua hal yang menyebabkan cemas, yaitu:

1) Pengalaman Negatif Masa Lalu

Sesuatu yang buruk di masa lalu tentang suatu kejadian yang dapat diulang mulai sekarang. Jika seseorang menghadapi sesuatu yang sangat mirip dan peristiwa yang menjengkelkan,

seperti, tidak lolos tes, maka kejadian tersebut dapat menyebabkan cemas.

2) Pikiran Irasional

Dokter berpendapat bahwa kegugupan terjadi karena suatu keyakinan tentang peristiwa atau kejadian yang menyebabkan cemas. Ellis mencatat keyakinan kegelisahan sebagai contoh penalaran tidak benar yang disebut penalaran yang salah.

Menurut Iyus, menyebutkan bahwa hal-hal yang dapat mempengaruhi kecemasan individu meliputi :

a) Usia dan tahap perkembangan

Faktor usia merupakan unsur yang signifikan bagi setiap individu dengan alasan perbedaan usia dapat mempengaruhi unsur ketegangan dalam diri individu.

b) Lingkungan

Menciptakan lingkungan yang kondusif dapat mengarah pada pengurangan kecemasan baik faktor internal maupun faktor eksternal yang dapat memengaruhi perilaku.

c) Pengetahuan dan pengalaman

Masalah psikis dapat diselesaikan seorang individu dengan memiliki pengetahuan dan pengalaman yang baik.

d) Peran keluarga

Keluarga perlu mendukung proses perjalanan sang anak ketika menghadapi dunia kerja. Peran keluarga sangat penting

bagi mereka untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam diri mereka.

d. Komponen-Komponen Kecemasan

Menurut Nevid cemas memiliki tiga komponen, yaitu:

1) Gejala Fisik

Kegelisahan yang terjadi pada individu seperti, berkeringat banyak, tubuh gemetar, jantung berdetak kencang, sesak napas, tangan dingin, mual, tegang, takut, pingsan, lemah, dan sering buang air kecil.

2) Gejala Kognitif

Stres terjadi ketika seseorang memiliki keyakinan bahwa sesuatu yang mengkhawatirkan akan terjadi yang dapat mengakibatkan individu merasa canggung dan merasa bingung pada saat dibiarkan begitu saja.

3) Gejala Perilaku

Kegelisahan mengakibatkan individu melakukan hal-hal yang belum banyak terjadi, seperti perilaku takut, terguncang, dan meninggalkan keadaan yang menimbulkan ketegangan.

2. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

a. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Dunia kerja adalah dunia yang akan ditempati oleh individu yang telah menyelesaikan pendidikannya dalam beberapa bidang,

dimana setiap pekerja diharapkan mempunyai kapasitas, penguasaan dan kemampuan yang dibutuhkan.

Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah kepercayaan diri yang dipertanyakan dalam mencapai tujuan yang berhubungan dengan pekerjaan. Menurut Indriana & Sekarina (2018) perasaan cemas menghadapi dunia kerja ditimbulkan oleh orang-orang yang tidak mendapatkan data yang cukup, merasa tidak terlatih, tidak memiliki kemampuan yang luar biasa, dan kurang memiliki kepercayaan pada keterampilan yang ada untuk menghadapi dunia kerja. Hal ini menyebabkan seseorang menemui masalah dalam dirinya yang mengakibatkan perubahan perilaku, seperti menolak dari segala sesuatu yang berhubungan dengan dunia kerja (Haryati, 2020).

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Dunia Kerja

Faktor adalah sesuatu (situasi, peristiwa) yang memberikan kontribusi (pengaruh) terjadinya sesuatu. Cukup banyak penyebab yang menyebabkan timbulnya kecemasan dalam dunia kerja. Di bawah ini antara lain beberapa faktor eksternal dan faktor internal :

1) Faktor Eksternal

a) Lapangan Kerja yang Sempit

Isnaini (2015) berpendapat bahwa kerja bukan sekedar tempat mencari nafkah, tetapi kerja itu menciptakan nilai dan kepuasan, tidak lagi sekedar kepuasan fisik, tetapi juga mengendalikan kebutuhan psikologis dan sosial. Namun,

jumlah pencari kerja justru meningkat, dan pencarian kerja sendiri menjadi masalah bahkan bagi orang berpendidikan tinggi.

b) Pengangguran

Menurut (Nuryati 2013) tingginya angka pengangguran didorong oleh dua faktor, antara lain :

1. Tenaga kerja yang tinggi

Meningkat arus masuk pekerja yang besar setiap tahun, namun tidak ada kesempatan kerja yang ditawarkan. Situasi yang terus berlangsung ini mengakibatkan banyaknya pengangguran yang berpendidikan.

2. Lulusan sarjana kurang mandiri

Masalah yang disebabkan oleh ketidakseimbangan penawaran dan permintaan tenaga kerja, kesempatan kerja yang terbatas, atau ketidaksesuaian antara keterampilan ini menyebabkan kecemasan pada mahasiswa ketika mencari kerja yang mereka dibutuhkan.

2) Faktor Internal

a) Percaya diri

Kesuksesan pribadi di masa lalu, terutama di tempat kerja, bisa menghasilkan kepercayaan diri yang tinggi dan meminimalisir rasa khawatir dan kecemasan, sedangkan jatuh

dimasa lalu bisa menghasilkan keyakinan yang buruk, mengurangi rasa percaya diri, dan kompetitif yang dapat meningkatkan kecemasan (Yunita, 2013).

b) Konsep diri

Citra tentang dirinya secara keseluruhan terdiri dari perasaannya tentang dirinya sendiri, keyakinan orang lain tentang dirinya, dan pemikiran pribadinya tentang dirinya yang diharapkan dapat mempengaruhi perilakunya (Astuti, 2013).

c) Kurangnya keahlian dan pengalaman.

Kurangnya keahlian dan pengalaman di tempat kerja dapat menyulitkan individu untuk menghadapi persaingan di lingkungan kerja karena hal tersebut dapat menyebabkan kecemasan (Yunita, 2013).

3. Kesiapan Profesi Ners dan Profesi Bidan Mengadapi Dunia Kerja

a. Definisi

Kesiapan kerja adalah kemampuan individu untuk lebih mengembangkan kapasitas kerjanya yang meliputi informasi dan penguasaan serta sikap individu (Utami, 2016). Persiapan kerja adalah keadaan yang menunjukkan kesesuaian antara mental, pengalaman, dan perkembangan fisik sehingga dapat melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan pekerjaannya (Rahman, 2015).

b. Penyebab Kesiapan Kerja

Seperti nan ditunjukkan oleh Muhammad Ihsan (2017), komponen yang mempengaruhi persiapan kerja meliputi:

- 1) Derajat wawasan, keahlian untuk melakukan tugas dengan cepat.
- 2) Teori dan pengalaman praktik klinik yang telah dipelajari.
- 3) Tujuan dan harapan masuk dunia kerja .
- 4) Kelompok lingkungan sosial terdekat seperti keluarga.
- 5) Kemampuan atau keahlian individu untuk melakukan aktivitas fisik dengan keadaan fisik yang baik.
- 6) Minat yaitu ketertarikan individu terhadap suatu bidang sebagai wujud kemampuannya untuk melakukan sesuatu kegiatan.
- 7) Motivasi adalah nilai yang mendorong seorang individu untuk mencapai suatu hal tertentu sesuai dengan tujuan.

c. Aspek – Aspek Dalam Kesiapan Kerja

Menurut Brady (2010), ada enam aspek persiapan kerja antara lain sebagai berikut :

- 1) Tanggung Jawab (*Responsibility*)

Tanggung jawab adalah keadaan menanggung segala sesuatu dengan bersiap menerima resiko atau akibatnya. Seseorang yang siap bekerja dan ingin bertanggung jawab atas pekerjaannya.

2) Fleksibilitas (*Flexibility*)

Fleksibilitas adalah kesanggupan individu untuk penyesuaian dilingkungan kerja.

3) Keterampilan (*Skill*)

Seseorang yang sudah siap untuk bekerja memiliki beberapa ketrampilan dan kemampuan untuk dibawa ke lingkungan kerja yang baru. Individu yang dapat mengenali kemampuan yang dimilikinya dapat menangani tugas di lingkungan kerja. Selain itu, individu juga harus memperoleh kemampuan baru sesuai permintaan dan ikut serta dalam persiapan pekerja.

4) Komunikasi (*Communication*)

Komunikasi merupakan alat berinteraksi yang digunakan sehari-hari dalam hal bekerja. Apabila individu dapat berkomunikasi dengan baik maka akan mempermudah hubungan satu sama lain. Sehingga dapat menjalin hubungan baik dengan rekan kerja, menerima masukan maupun kritik, mengikuti perintah maupun petunjuk, dan bisa saling menghormati.

5) Citra Diri (*Self Image*)

Citra diri berhubungan dengan keyakinan tentang diri sendiri dan pekerjaannya yang merupakan aspek terpenting dalam aspek kesiapan kerja karena teori ini memiliki fungsi terpenting untuk memahami individu. Individu yang menyadari kemampuan

yang dimiliki, bisa menerima, yakin, dan memilikim rasa percaya diri merupakan individu yang sudah siap bekerja.

6) Kesehatan dan Keselamatan (*Health & Safety*)

Dengan menjaga kebersihan dan mampu merawat diri merupakan salah satu kesiapan individu dalam hal bekerja. Dengan arti bahwa individu siap mengikuti aturan yang ada di tempat kerja dengan menggunakan peralatan yang disediakan sesuai dengan prosedur yang ada yang bertujuan untuk memastikan kesehatan dan keselamatan individu.

4. Mahasiswa Akhir

a. Pengertian Mahasiswa Akhir

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah pemegang status pendidikan tertinggi yang sedang menjalani pendidikan di bangku kuliah. Menurut Sarwono mahasiswa adalah seseorang yang terdaftar di universitas yang batas usianya 18 sampai 30 tahun.

Menurut Marseto mahasiswa di golongkan dalam 3 golongan di perguruan tinggi meliputi :

1) Angkatan awal

Mahasiswa baru yang mendaftar di perguruan tinggi yang menempuh semester 1 sampai semester 4.

2) Angkatan tengah

Untuk angkatan tengah, mahasiswa mulai memasuki semester 5 dan 6 yang dapat menjalani Kuliah Kerja Nyata (KKN) namun belum bisa menjalani skripsi atau Tugas Akhir (TA).

3) Angkatan akhir

Mahasiswa yang sudah dapat mengikuti wisuda dengan menyelesaikan tugas skripsi dan mata kuliah TA pada semester 7 dan 8.

b. Peran Mahasiswa

Sebagai orang terpelajar, mahasiswa mempunyai fungsi penting dalam keberadaan negara anantara lain sebagai berikut :

1) Sebagai *Agent Of Change*

Mahasiswa harus menjadi generasi penerus bangsa yang mempunyai tekad yang luas terhadap kemajuan negaranya yang bisa menjadi pahlawan untuk memperjuangkan hak-hak rakyatnya. Misalnya memperbaiki nilai-nilai kebenaran yang dipraktikkan oleh kelompok elite.

2) Sebagai *Control Social*

Sebagai pengendali, tugas mahasiswa adalah menjadi penengah antara pemerintah dan masyarakat untuk kepentingan individu dan kelompok.

3) Sebagai *Iron Stock*

Harapannya mereka dapat menjadi orang yang tangguh yang berakhlak baik dan memiliki ketrampilan atau kemampuan. Fungsi kemahasiswaan sebagai pelindung terdepan yang bertugas membawa perubahan untuk kepentingan bangsa dan negara. Dimulai dengan perubahan, kontrol, mediasi antara pemerintah dan rakyat, dan realisasi sebagai kepentingan nasional.

5. Profesi Ners

a. Pengertian Profesi Ners

Profesi ners merupakan tenaga kesehatan yang dibutuhkan dalam jumlah yang besar pada instansi rumah sakit yang berperan sebagai pelayan kesehatan masyarakat. Perawat melakukan asuhan keperawatan yang baik dan profesional. Sehingga profesi ners perlu dipersiapkan agar tercapainya calon perawat yang profesional (Nur, 2018).

b. Peran Profesi Ners

Menurut PPNI (2012) peran perawat adalah memberikan layanan/perawatan, sebagai ketua pemimpin, pendidik, administrator, dan peneliti. Peran perawat adalah sebagai berikut :

1) Memberi Pelayanan / Asuhan Pemberi Perawatan

Berdasarkan aspek etik dan legal, perawat harus memiliki ketrampilan berfikir kritis untuk menyelesaikan masalah dan

membuat keputusan dalam pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif.

2) Ketua Pemimpin

Memimpin beragam kelompok kegiatan umum seperti kelompok profesi dan kelompok sosial.

3) Pendidik

Sebagai perawat pendidik, maka seorang perawat memiliki tugas untuk mendidik atau memberi tahu klien dan keluarga yang menjadi tanggung jawabnya.

4) Administrator atau Pengelola

Mengelola suatu kepemimpinan dan fungsi manajemen keperawatan untuk memberikan asuhan kepada klien.

5) Peneliti

Melakukan riset sederhana dengan cara wawancara terhadap klien untuk menghasilkan sebuah jawaban terhadap fenomena yang dirasakan oleh klien.

6. Profesi Bidan

a. Pengertian Profesi Bidan

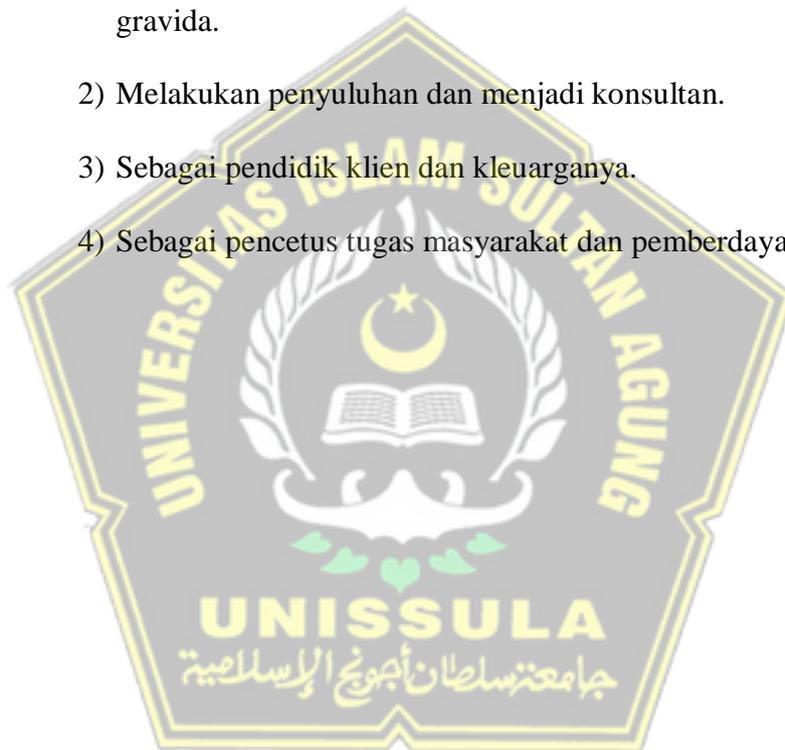
Didukung oleh semua organisasi kebidanan di seluruh dunia dan didukung oleh WHO serta International Federation of Obstetricians and Gynecologists (FIGO), menurut International Federation of Midwives (ICM), seorang bidan adalah program pendidikan kebidanan yang disetujui dan seseorang yang memenuhi

kualifikasi pendaftaran dan memegang izin yang masih berlaku sebagai bidan.

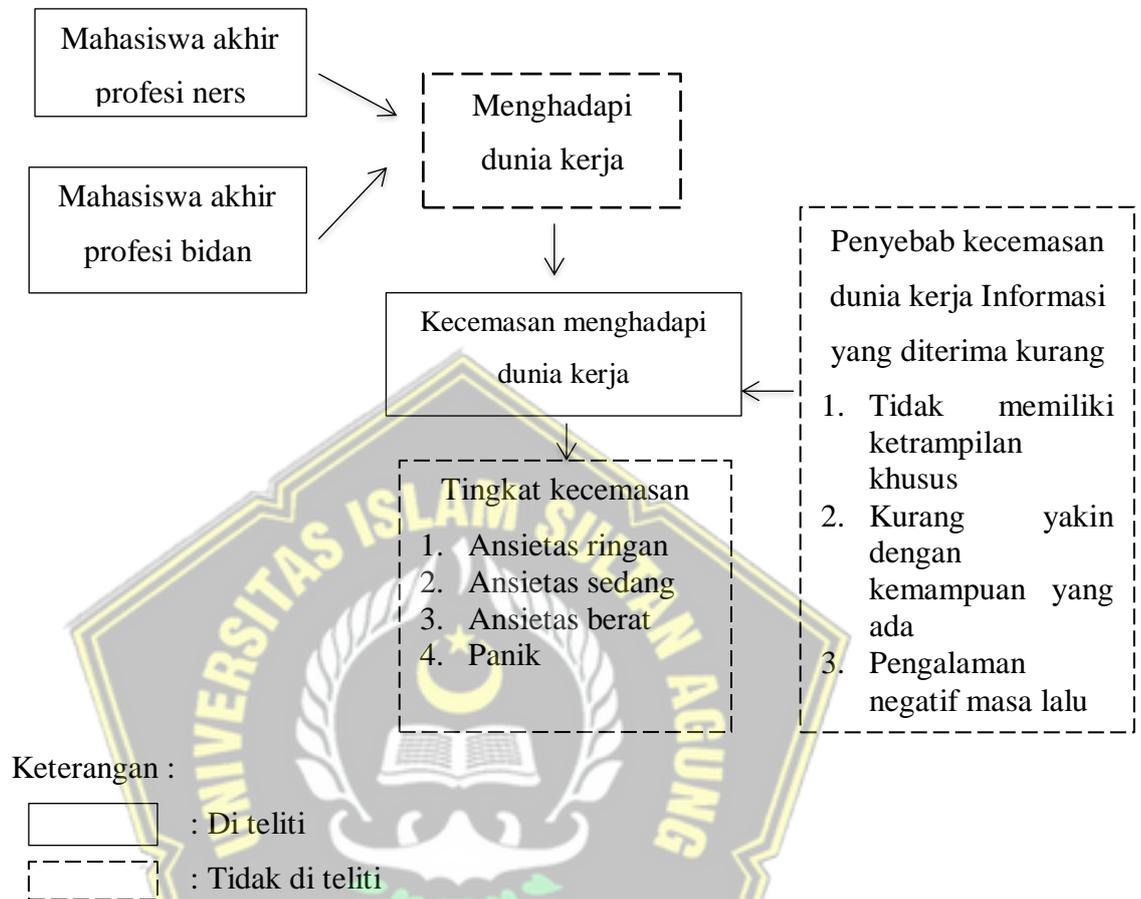
b. Peran Profesi Bidan

Dalam Undang-Undang no. 4 Tahun 2019 tentang Kebidanan, menjelaskan tugas profesi bidan sebagai berikut:

- 1) Memberikan dan mengelola jasa pelayanan kesehatan pada gravida.
- 2) Melakukan penyuluhan dan menjadi konsultan.
- 3) Sebagai pendidik klien dan keluarganya.
- 4) Sebagai pencetus tugas masyarakat dan pemberdayaan perempuan



B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

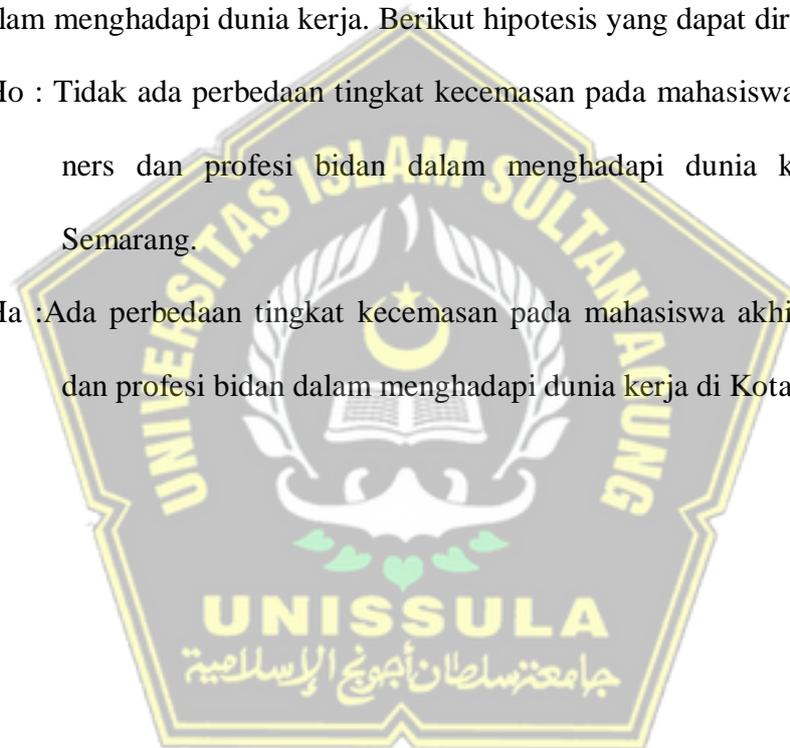
Sumber (Ramadhan, 2017 ; Nur , 2018 ; Anne , 2019 ; Haryati, 2020)

C. Hipotesis Hipotesis

penelitian adalah jawaban sementara sebuah penelitian yang didasarkan pada tujuan penelitian dan dirumuskan dalam bentuk pernyataan (Masturoh and Anggita T, 2018). Dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan hipotesisi komparatif yang merupakan jawaban sementara ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja. Berikut hipotesis yang dapat dirumuskan :

Ho : Tidak ada perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja di Kota Semarang.

Ha :Ada perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan dalam menghadapi dunia kerja di Kota Semarang.

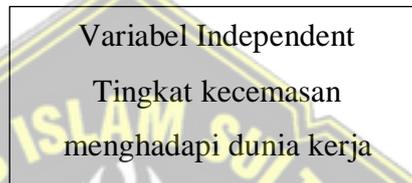


BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah bawahan dari kerangka teori yang disusun berdasarkan teori yang telah ditemukan saat melakukan telaah jurnal (Rizki and Nawangwulan, 2018).



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :

: Variabel yang diteliti

B. Variabel

Variabel merupakan Variabel adalah perubahan berkelanjutan antara satu objek dan objek lainnya dalam kelompok tertentu (Sugiarto,2017). Dalam penelitian ini variabelnya adalah *Variable Independent*.

Variable Independent dinamakan juga Variabel Bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi (Sugiyono,2013). Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah tingkat kecemasan pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah komparatif kuantitatif dengan desain *cross sectional* yaitu data diambil sekali saja dan tidak ada tindak lanjut (Sastroasmoro & Ismael, 2017). Penelitian komparatif merupakan penelitian yang membandingkan keberadaan satu atau lebih variabel dalam dua sampel yang berbeda (Sugiyono, 2012). Penelitian kuantitatif adalah pendekatan yang menguji teori-teori objektif dengan meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini kemudian dapat diukur secara instrumental sehingga teknik statistik dapat digunakan untuk menganalisis jumlah data (Creswell, 2014). Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui atau mendeskripsikan perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi terdiri dari objek atau subjek dengan sifat dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2017). Populasi penelitian adalah mahasiswa profesi ners dan profesi bidan. Profesi ners di Unissula dan Poltekkes sebanyak 364 mahasiswa. Sedangkan Profesi bidan di Unissula dan Poltekkes sebanyak 64 mahasiswa. Jumlah populasi adalah 428 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang kehadirannya mewakili populasi dan digunakan sebagai sumber pengumpulan data penelitian (Wahidmurni, 2017). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Total Sampling* untuk profesi bidan. *Total Sampling* adalah cara pengambilan sampel dari seluruh populasi (Sugiyono, 2009). Alasan pengambilan sampel secara keseluruhan adalah karena jumlah populasi profesi bidan kurang dari 100 mahasiswa. Jadi jumlah sampel profesi bidan sebanyak 64 mahasiswa.

Kemudian untuk profesi ners memakai teknik *Simple Random Sampling*. Menurut (Sugiyono, 2019) *Simple Random Sampling* adalah Pengambilan sampel tanpa mempertimbangkan subjek dalam populasi yang dilakukan secara acak. Jumlah sampel profesi ners sebanyak 64 mahasiswa.

Dengan demikian, secara keseluruhan dinamakan teknik *Cluster random sampling* yaitu jenis teknik pengambilan sampel yang membagi populasi menjadi kelompok-kelompok diskrit yang disebut cluster. Untuk kelompok pada penelitian ini adalah 64 orang profesi ners dan 64 orang profesi bidan.

Tabel 3.1 Sampel

Tempat	Profesi Ners	Profesi Bidan	Jumlah
Unissula dan Poltekkes	64	64	128

Ada 2 kriteria yang akan ditentukan untuk menentukan anggota sampel sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah syarat yang wajib di penuhi untuk menjadi sampel (Nursalam, 2020). Kriteria inklusi pada penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Mahasiswa aktif profesi ners
- 2) Mahasiswa aktif profesi bidan
- 3) Mahasiswa yang sedang tidak bekerja

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah syarat yang menarik subjek yang memenuhi kriteria inklusi karena suatu alasan tertentu (Nursalam, 2011). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :

- 1) Mahasiswa yang sudah menikah

E. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Tempat penelitian berfungsi untuk membantu mendapatkan data untuk tujuan tertentu tentang hal-hal yang objektif dan valid (Sugiyono, 2012). Tempat penelitian dilakukan di unissula dan poltekkes. Untuk

unissula di fakultas ilmu keperawatan dan fakultas kedokteran sedangkan untuk poltekkes di fakultas ilmu keperawatan dan fakultas kebidanan.

2. Waktu

Waktu penelitian adalah waktu dimana penelitian berlangsung (Notoatmodjo, 2012). Waktu penelitian dilakukan pada bulan September sampai Desember 2022.

F. Definisi operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Kecemasan menghadapi dunia kerja	Keyakinan pribadi dalam mencapai tujuan terkait dengan dunia kerja yang meragukan. Hal ini mengakibatkan orang menghadapi konfliknya akan menyebabkan perubahan perilaku, misalnya, menjauhi segala sesuatu yang berhubungan dengan dunia kerja	Kuesioner dengan 20 pertanyaan yang dimasukkan kedalam 3 aspek fisik, kognitif, dan perilaku. Dengan menggunakan skala likert dan dikategorikan dalam pernyataan <i>Favourable</i> dan <i>Unfavourable</i> .	Skor 65 – 80 = Tinggi Skor 49 – 64 = Sedang Skor 34 – 50 = Rendah	Ordinal
			<i>Favourable</i> Sangat setuju = 4 Setuju = 3 Tidak setuju = 2 Sangat tidak setuju = 1		
			<i>Unfavourable</i> Sangat tidak setuju = 4 Tidak setuju = 3 Setuju = 2 Sangat setuju = 1		

G. Alat Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur hasil data yang telah di dapat (Sugiyono, 2018). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kecemasan menghadapi dunia kerja. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan dimasukkan dalam 3 aspek antara lain simptom fisik dengan 8 pertanyaan, simptom kognitif dengan 5 pertanyaan, dan simptom perilaku dengan 7 pertanyaan. Dengan kategori *favourable* dan *unfavourable*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$) maka angket dinyatakan valid. Apabila nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,6 maka angket dinyatakan reliabilitas.

Tabel 3.3 Sebaran Kuesioner Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Variabel	Aspek	Nomor	Total
		Pertanyaan	
		<i>Favourable</i>	
		<i>Unfavourable</i>	
Kecemasan menghadapi dunia kerja	Simptom fisik	3,7,1,2,4,5,6,8	8
	Simptom kognitif	9,10,11,12,13	5
	Simptom Perilaku	14,15,16, 17,20 18,19	7
	Jumlah		20

Kuesioner ini dibagi dalam dua komponen sebagai berikut :

- a. Pertama tentang data umum identitas responden yang meliputi nama mahasiswa, jurusan mahasiswa, dan umur.

b. Kedua tentang tingkat kecemasan yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan yang dirasakan mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan. Kuesioner ini berisi 20 pertanyaan dimasukkan kedalam 3 aspek yaitu :

- 1) Simptomik fisik dengan item 1,2,3,4,5,6,7,8
- 2) Simptomik kognitif dengan item 9,10,11,12,13
- 3) Simptomik perilaku dengan item 14,15,16,17,18,19,20

Hasil pemeriksaan pendahuluan menunjukkan bahwa dari 20 hal tersebut, 19 hal dinyatakan sah dan 1 hal dinyatakan tidak sah. Yang tidak sah adalah angka 19. Sedangkan yang sah adalah angka 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20.

Instrumen penelitian ini menggunakan skala kecemasan yang dikemukakan oleh Nevid, Rathus, dan Greene (2003) bahwa terdapat tiga aspek kecemasan menghadapi dunia kerja, meliputi reaksi fisik, reaksi perilaku, dan reaksi kognitif.

2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Keefektifan dan reliabilitas instrumen penelitian diuji dengan hasil sebagai berikut :

a. Uji Validitas

Kuesioner kecemasan menghadapi dunia kerja sudah dilakukan uji validitas. Uji dinyatakan valid jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 (sig <0,05) hasil uji validitas dengan r_{tabel} 0,339

dengan menggunakan 34 responden. Hasil uji diperoleh r_{hitung} 0,004.

Dari hasil uji coba diatas maka di nyatakan valid.

b. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini didasarkan pada teori *Cronbach's Alpha* (α). Pertanyaan reliabel jika uji $\bar{Cronbach's Alpha} (\alpha) > 0,6$. Nilai *Cronbach's Alpha* (α) yang diperoleh dari uji reliabilitas yang telah dilakukan oleh penelitian adalah 0,896 ($>0,6$), hasil tersebut menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel.

H. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini mengkaji dan menganalisis tingkat kecemasan yang dihadapi dalam dunia kerja oleh mahasiswa keperawatan dan kebidanan di Kota Semarang dengan menggunakan data mentah yang diperoleh dari kuesioner yang diisi oleh responden secara langsung. Langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Peneliti memberikan kewenangan kepada akademisi untuk melakukan penelitian pendahuluan di Unissula.
2. Peneliti mendapatkan surat izin melakukan studi pendahuluan di Unissula dan Poltekkes.
3. Peneliti menyusun proposal penelitian.
4. Peneliti melakukan sidang proposal penelitian.
5. Peneliti meminta izin penelitian di Unissula
6. Peneliti membagikan kuesioner kepada responden secara langsung.

7. Peneliti menjelaskan tujuan penelitian kepada responden.
8. Peneliti menginstruksikan responden tentang cara mengisi kuesioner.
9. Peneliti memperoleh data kuesioner yang diisi oleh responden.
10. Peneliti melakukan pengolahan data yang telah didapatkan.
11. Peneliti melakukan sidang penelitian.

I. Rencana Analisa Data

Analisa data merupakan salah satu kegiatan penelitian sebagai cara yang paling umum untuk mengumpulkan dan mengawasi informasi untuk menguraikan informasi yang telah diperoleh (Sugiyono, 2017). Informasi yang telah diperoleh maka akan dilakukan pengelolaan data sebagai berikut:

1. Pengelolaan Data

Cara dalam pengelolaan data menurut Nurhaedah (2017) terdiri dari:

a. *Editing*

Editing dimaksudkan sebagai pemeriksaan kembali data yang sudah terkumpul. Hal-hal yang akan diperiksa meliputi integritas, kebenaran, kejelasan, dan konsistenssi data. Dalam kegiatan editing peneliti melakukannya untuk menghilangkan kekeliruan atau kesalahan pada data penelitian yang bersifat mengkoreksi.

b. *Coding*

Coding yang dimaksudkan yaitu pada data yang sebelumnya berupa huruf maka harus diubah menjadi data dan angka. Sebelum

pengumpulan data biasanya disebut preceding, dan setelah pengumpulan data disebut post-encoding.

c. *Skaring*

Skaring merupakan tahap pada peneliti untuk memberikan penilaian dari hasil pengukuran instrumen yang sudah terkumpul. Dengan ini peneliti memberikan pengukuran nilai instrumen kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai berikut :

1. Skor tinggi = 65 – 80
2. Skor sedang = 49 – 64
3. Skor rendah = 34 – 50

d. *Data Entry*

Untuk mengolah data agar siap untuk dianalisis, selain memasukkan data secara manual juga dapat menggunakan program di komputer, salah satunya adalah aplikasi SPSS for Windows.

e. *Cleaning* atau Pembersihan Data

Pembersihan data ialah cara untuk memeriksa kembali data yang sudah diolah, jika sudah selesai dengan jawaban kuesioner. Pembersihan data dapat dilihat dengan mengetahui hilangnya suatu data.

2. Analisa Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan tentang karakteristik dari masing-masing variabel

penelitian yang menghasilkan distribusi dan persentase untuk setiap variabel yang diteliti.

b. Analisis Bivariat

Secara umum dalam analisis bivariat, variabel yang digunakan bisa berdiri sendiri (*independent*). Arti *Independent* adalah pengukuran pada kedua kelompok sampel yang berbeda. Analisa bivariat ini menggunakan uji hipotesis komparatif kategorik tidak berpasangan yaitu menggunakan Uji Mann Whitney Test. Uji Mann-Whitney adalah uji nonparametrik yang digunakan untuk menentukan perbedaan antara median dua kelompok independen ketika skala data variabel ordinal atau interval. Penentuan hasil dari uji tersebut didapat dengan melihat nilai p (Dahlan, 2014). Klasifikasi nilai p pada Uji Mann Whitney sebagai berikut :

1. Jika $p < 0,05$, maka terdapat perbedaan antara variabel yang diuji.
2. Jika $p > 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan antara variabel yang diuji.

J. Etika Penelitian

Menurut (Notoadmojo, 2018) etika penelitian prinsip yang berlaku untuk kegiatan penelitian yang melibatkan beberapa pihak seperti pihak peneliti, pihak yang diteliti, dan pihak masyarakat untuk menerima hasil

penelitian tersebut. Ada 4 prinsip yang harus dijalankan saat melakukan penelitian, yaitu sebagai berikut :

a. Menghormati harkat dan martabat manusia

Peneliti menghormati martabat subyek penelitian dengan memberikan kebebasan untuk memilih atau tidak memberikan informasi dengan menghormati hak-haknya.

b. Menjaga privasi subjek penelitian.

Peneliti menggunakan koding untuk menggantikan identitas responden. Hal ini merupakan menjaga privasi subjek.

c. Keadilan dan keterbukaan.

Subjek mendapatkan perlakuan sama untuk keadilan dan menjelaskan prosedur penelitian dengan baik dan benar untuk keterbukaan. Untuk itu peneliti harus menjaga prinsip keterbukaan dan keadilan seperti jujur, terbuka, dan hati-hati.

d. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan

Memperbanyak manfaat yang dihasilkan dan mengurangi dampak yang mungkin terjadi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Penelitian yang berjudul perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang telah dilaksanakan pada bulan Desember 2022. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa profesi keperawatan dan profesi kebidanan di Kota Semarang. Sampel yang digunakan berjumlah 128 mahasiswa yang terdiri dari 64 mahasiswa profesi ners dan 64 mahasiswa profesi bidan di Kota Semarang.

B. Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik responden merupakan kriteria yang diberikan kepada subjek penelitian untuk memastikan bahwa sumber penelitian terkalibrasi dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang yang berjumlah 128 mahasiswa dengan karakteristik responden yaitu usia. Adapun rincian distribusi karakteristik responden sebagai berikut:

a. Distribusi responden berdasarkan usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia (n=128)

	Variabel	Jumlah	Prosentase (%)
Usia	21 Tahun	93	72,7
	22 Tahun	35	27,3
Total		128	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dalam penelitian ini yang berusia 21 tahun sebanyak 93 (72,7 %) dan responden yang berusia 22 tahun sebanyak 35 (27,3%).

2. Variabel Penelitian

a. Distribusi responden berdasarkan tingkat kecemasan

Pengukuran hasil tingkat kecemasan diukur dengan menggunakan 20 item pertanyaan kuesioner. Nilai jawaban responden selanjutnya di bagi dalam 3 kategori.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Akhir Profesi Ners dan Profesi Bidan di Kota Semarang (n=128)

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Prosentase (%)
Rendah	80	62,5
Sedang	48	37,5
Tinggi	0	0
Total	128	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan dengan kategori rendah sebanyak 80 (62,5%). Pada kategori sedang sebanyak 48 (37,5%) dan pada kategori tinggi tidak terdapat kecemasan.

C. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang, penelitian ini menggunakan uji beda *Mann Whitney Test* yaitu uji komparatif tidak berpasangan alternatif Uji Chi Square Tabel 2 x k. Uji beda *Mann Whitney Test* digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan dari ke dua kelompok. Hasil pengujian diperoleh sebagai berikut :

Tabel 4.3 Hasil Uji Mann Whitney Test Pada Tingkat Kecemasan

	Kecemasan						Nilai p
	Rendah		Sedang		Tinggi		
	N	%	N	%	N	%	
Ners	49	76,5	15	23,5	0	0	0,000
Bidan	64	100	0	0	0	0	
Total	113	88,2	15	11,8	0	0	

Berdasarkan tabel 4.3 hasil Uji Mann-Whitney diketahui bahwa kelompok ners yang mengalami kecemasan pada kategori rendah sebanyak 49 (76,5), kecemasan dengan kategori sedang sebanyak 15 (23,5), dan kecemasan dengan kategori tinggi sebanyak 0 atau tidak ada. Sedangkan kelompok bidan seluruhnya mengalami kecemasan dengan kategori rendah sebanyak 64 (100). Dengan nilai p 0,000 (<0,005) bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok ners dan kelompok bidan. Dengan rerata tingkat kecemasan profesi ners 76,82 dan profesi bidan 52,18.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang. Penelitian ini mengambil data 128 responden, pembahasan ini membahas tentang karakteristik responden, variabel penelitian, dan hasil uji tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja.

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Hasil uji berdasarkan usia, sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 21 tahun yaitu sebanyak 93 (72,7%). Usia seseorang dapat mencerminkan keterampilan dan kondisi fisik seseorang, hal tersebut memungkinkan perbandingan di pasar tenaga kerja.

Menurut Saifudin dan Kholidin (2015) mengatakan penyebab kecemasan seseorang salah satunya adalah usia. Usia memainkan peran penting bagi semua individu dalam masyarakat, karena persepsi rasa takut bervariasi menurut usia. Gangguan kecemasan paling sering terjadi pada orang dewasa di atas usia 30 tahun. Saat kondisi

ini terjadi, orang tersebut tidak dapat menjelaskan bahwa mereka merasakan kecemasan atau kekhawatiran yang tidak semestinya. Hal ini sesuai dengan penelitian Satrio Adi Setiawan (2010), dimana usia memiliki pengaruh positif yang besar terhadap kemauan bekerja.

2. Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang memiliki tingkat kecemasan dengan kategori rendah sebanyak 80 (62,5%). Kecemasan adalah respons menyebar yang tidak fokus yang meningkatkan kesadaran individu akan ancaman nyata atau yang dibayangkan (Kurniati dkk, 2017).

Kecemasan adalah emosi yang ditandai dengan ketegangan, pikiran yang mengkhawatirkan, dan perubahan fisik seperti peningkatan tekanan darah. Biasanya orang yang memiliki gangguan kecemasan memiliki kekhawatiran yang mengganggu tanpa henti. Orang yang ketakutan mengalami gejala fisik seperti berkeringat, susah tidur, gemetar, pusing, dan detak jantung yang cepat (*American Psychological Association*, 2019).

Menurut Mulyasari et al. 2020 mengidentifikasi empat tingkatan kecemasan, yaitu :

a. Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas.

Kecemasan ringan merasa ada sesuatu yang berbeda dan perlu perhatian khusus.

b. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

c. Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain.

d. Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan.

Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan penilaian terhadap tujuan dalam dunia kerja. Muncul konflik antara diri sendiri dengan sikap individu, seperti munculnya perasaan tidak aman dan khawatir terhadap dunia kerja, perilaku menghindari segala sesuatu yang berhubungan dengan dunia kerja. Hal ini sejalan dengan penelitian Sejati & Prihastuti (2012) yang menemukan bahwa ketakutan lulusan baru terhadap dunia kerja dan meningkatnya angka pengangguran masih dalam kategori rendah.

3. Perbedaan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Profesi Ners dan Profesi Bidan di Kota Semarang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49 mahasiswa ners (76,5) mengalami kecemasan dengan kategori rendah dan 15 mahasiswa (23,5) mengalami kecemasan dengan kategori sedang. Sedangkan seluruh mahasiswa bidan sebanyak 64 (100,0) mengalami kecemasan dengan kategori rendah. Hasil rerata penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan profesi ners sebanyak 64 mahasiswa dengan rata-rata (mean rank) sebesar 76,82 sedangkan tingkat kecemasan profesi bidan sebanyak 64 mahasiswa dengan rata-rata (mean rank) sebesar 52,18.

Hasil penelitian uji statistik diperoleh nilai *p-value*: 0,000 (<0,05). Nilai tersebut dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang. Hal ini senada dengan penelitian Berliana Henu C & Flora Grace P (2022) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian Siti Hartita (2017) juga menyatakan perbedaan tingkat kecemasan siswa jurusan IPA dan IPS.

Pada dasarnya kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan

rangsangan fisiologis (Muyasaroh et al. 2020). Menurut American Psychological Association (APA) dalam (Muyasaroh et al. 2020), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya).

Penelitian Syukri Hamdalah (2021) menyatakan bahwa terdapat indikasi-indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate. Indikasi-indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja diantaranya Kesempatan kerja yang menurun, persaingan yang ketat, pengangguran yang tinggi, pengalaman yang rendah dan persyaratan keterampilan yang tinggi dalam menerima pekerjaan. Ketakutan akan dunia kerja terjadi di kalangan mahasiswa yang sudah menginjak tahun keempat. Mahasiswa takut ditolak atau tidak diterima saat melamar pekerjaan nanti. Kecemasan mahasiswa di tahun terakhir berdampak besar pada dunia kerja setelah lulus. Kecemasan karir untuk mahasiswa tahun terakhir berkurang ketika individu diberdayakan untuk mewujudkan potensi mereka.

Pada penelitian ini didapatkan rerata skor kecemasan yang lebih tinggi pada mahasiswa profesi ners. Pada saat penelitian, profesi ners menduduki semester genap atau semester akhir dalam pembelajaran profesi. Mahasiswa profesi akhir rentan terhadap stres akibat mendekati dunia kerja. Dengan waktu yang sangat dekat mereka nanti harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di dunia kerja,

mempertahankan kemampuan yang sudah diperoleh didunia perkuliahan, dan harus menghadapi uji kompetensi.

Uji Kompetensi merupakan hasil akhir yang diambil oleh mahasiswa keperawatan untuk menentukan kompetensinya menjadi seorang perawat. Tenaga kesehatan, termasuk perawat, diharuskan lulus ujian kualifikasi untuk mendapatkan Sertifikat Terdaftar (STR) untuk syarat bekerja di layanan kesehatan. Faktor lain yang dapat menyebabkan tingkat stres pada mahasiswa profesi ners adalah padatnya jadwal praktik dan tugas praktik. Hal tersebut dapat menyebabkan kurangnya waktu untuk diri sendiri, keluarga, teman, dan hiburan. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa profesi ners dapat mengalami cemas ringan sampai sedang karena memiliki 2 stresor yaitu pertama harus mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja dan yang kedua mempersiapkan ujian kompetensi agar memiliki surat tanda register untuk syarat bekerja. (Kim, Nikstaitis, Park, Armstrong, & Mark, 2019).

Berbeda dengan mahasiswa profesi bidan yang masih menempati semester gasal. Mahasiswa profesi semester gasal merupakan kelompok mahasiswa awal yang baru memasuki perkuliahan profesi yang memungkinkan stresornya kecil. Dengan kondisi awal tersebut biasanya mereka masih menikmati masa-masa perkuliahan dengan praktik di klinik. Rasanya mereka sangat gembira dapat melanjutkan program profesi dan senang melakukan praktik di klinik. Mahasiswa profesi semester gasal masih dikatakan jauh dengan kata dunia kerja. Waktu mereka masih

banyak untuk diri sendiri, keluarga, teman, maupun hiburan yang dapat menghilangkan stresor yang dialaminya. Dengan status semester gasal, mereka belum ada tanggungan atau beban memikirkan dunia kerja, yang mereka pikirkan adalah dapat menerima pengalaman dan kemampuan di tempat praktek tersebut. Dengan begitu, dapat dikatakan bahwa kecemasan yang dialaminya pada kategori rendah karena mahasiswa profesi bidan dengan status semester gasal masih banyak waktu untuk diri sendiri dan hanya terfokus pada satu kegiatan yaitu praktik klinik (Harjanto, Pratiwi, Puspasuci, & Hapsari, 2018).

Dengan perbedaan status semester yang dialami profesi ners dan profesi bidan dapat mempengaruhi kecemasan dunia kerja yang berbeda juga. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Achmad Fariz R. (2019) yang menemukan perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa awal dan mahasiswa akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Muyasaroh et al (2020) mengidentifikasi dampak yang terjadi akibat cemas ringan dan sedang. Kecemasan ringan tentang kehidupan sehari-hari. Ketakutan ini memotivasi pembelajaran dan mengarah pada pertumbuhan kreatif. Tanda dan gejalanya adalah: Peningkatan kesadaran dan perhatian, kewaspadaan, kesadaran akan rangsangan internal dan eksternal, kemampuan untuk menangani masalah secara efektif. Sedangkan cemas sedang memungkinkan seseorang untuk fokus pada hal-hal penting dan mengabaikan orang lain, memungkinkan individu untuk

menerima perhatian selektif tetapi tidak melakukan hal-hal yang lebih terfokus.

Upaya penanganan yang dapat dilakukan untuk meminimalisir kondisi kecemasan yang dialami mahasiswa profesi ners dan bidan yaitu dengan melakukan terapi relaksasi nafas dalam untuk cemas ringan. Terapi relaksasi nafas dalam melibatkan pernapasan perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara tutup mata saat menarik napas. Efek dari terapi ini adalah distraksi atau pengalihan perhatian (Hartanti, dkk, 2016). Mekanisme ketegangan pernapasan dalam pada sistem pernapasan adalah keadaan menghirup dan menghembuskan napas dengan kecepatan 6-10 napas per menit, yang menyebabkan peningkatan beban kardiopulmoner. Relaksasi pernapasan dalam mengontrol gas secara efektif untuk mengurangi upaya pernapasan, meningkatkan ekspansi alveolar puncak, meningkatkan relaksasi otot, meredakan kecemasan, menghilangkan pola aktivitas otot pernapasan yang tidak berguna, dan mengurangi jalan napas yang terperangkap. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi udara dan mengurangi kerja pernapasan. (Masnina & Setyawan, 2018). Penanganan cemas sedang dapat dilakukan dengan mahasiswa dapat mengikuti seminar-seminar dengan tema yang cocok tentang dunia pekerjaan atau bisa juga mahasiswa diberikan edukasi tentang menghadapi dunia kerja.

Menurut Departemen Kesehatan RI (2021), pendidikan keperawatan kesehatan dan komunitas didefinisikan sebagai upaya berbasis proses oleh individu atau kelompok untuk meningkatkan dan melindungi kesehatan

dengan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi faktor-faktor tertentu. Manfaat pendidikan adalah dapat memberikan wawasan baru, membentuk pribadi yang lebih baik, berpikir positif dalam bertindak, mengendalikan diri, mengembangkan bakat dan kemampuan, serta membimbing ke arah yang benar. Dengan dilakukannya edukasi diharapkan mahasiswa dapat berfikir positif, mampu mengontrol diri dan dapat meminimalisir terjadinya kecemasan menghadapi dunia kerja di waktu mendatang serta diharapkan juga mereka sudah matang dan siap untuk bertempur di dunia kerja.

Hal yang sama juga dikemukakan oleh Ismail Nurul A.H. Fendy Suhariadi (2021) menunjukkan bahwa tingginya permintaan akan tenaga kerja yang berkualitas dan terampil berarti mahasiswa harus dipersiapkan lagi dan lagi ketika memasuki dunia kerja. Beberapa penelitian telah menunjukkan pentingnya *carerr adability* kemampuan beradaptasi profesional dalam transisi. *Carerr adabtability* atau adaptasi karir adalah kemampuan individu yang digunakan untuk menghadapi perubahan keadaan yang memberikan tekanan pada pilihan karir di dunia kerja. Ketika individu masih dalam tahap kebingungan tentang karir masa depan mereka, mereka mulai mengeksplorasi diri untuk menemukan dan mengambil keputusan tentang jalur karir yang ingin mereka capai. Adaptasi karir membantu mempersiapkan siswa untuk menyusun strategi bagaimana menghadapi dunia kerja.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Pengambilan data yang dilakukan secara langsung melalui kuesioner yang diisi responden dirasa kurang maksimal, karena para responden sedang melakukan praktek di Rumah Sakit ataupun di Klinik. Hal tersebut dapat berpengaruh terhadap hasil yang diperoleh. Penelitian tidak bisa dilakukan dengan leluasa karena masih jam praktek.
2. Ruang lingkup penelitian terbatas, yaitu hanya meliputi mahasiswa akhir profesi ners dan mahasiswa akhir profesi bidan.

D. Implikasi Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat dikemukakan implikasi keperawatan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian tersebut diharapkan mahasiswa dapat menjadi panutan atau role model untuk masyarakat dalam menangani kecemasan dunia kerja dengan melakukan orientasi untuk mencegah terjadinya ketakutan, kegelisahan, dan pikiran negatif saat menghadapi dunia kerja.
2. Hasil penelitian tersebut diharapkan mahasiswa keperawatan dan kebidanan dapat membantu mengatasi kecemasan dengan melakukan edukasi ke mahasiswa atau seseorang yang sedang menghadapi dunia kerja untuk mendorong maju dalam dunia kerja.



BAB VI

KESIMPULAN

A. Simpulan

Penelitian yang berjudul perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang yang telah dilakukan dapat disimpulkan dengan hasil sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini sebagian besar rentang usia 21 tahun dari profesi ners dan profesi bidan.
2. Mahasiswa profesi ners sebagian besar mengalami kecemasan dengan kategori rendah sebanyak 49 (76,5%) sampai sedang sebanyak 15 (23,5%). Sedangkan seluruh mahasiswa profesi bidan sebanyak 64 (100%) mengalami kecemasan dengan kategori rendah.
3. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir profesi ners dan profesi bidan di Kota Semarang dengan nilai $p < 0,000$ dengan rerata tingkat kecemasan 76,82 untuk profesi ners dan 52,18 untuk profesi bidan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, terdapat beberapa hal yang penulis sarankan sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan agar mahasiswa keperawatan dan kebidanan dapat mengatasi mengatasi masalah kecemasan menghadapi dunia kerja dan

dapat menjadi panutan bagi masyarakat atau seseorang yang sedang menghadapi dunia kerja.

2. Bagi Institusi

Diharapkan dari pihak institusi untuk mendorong dalam mengatasi masalah tersebut dan memberikan fasilitas yang dibutuhkan.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya pada populasi yang lebih beragam.



DAFTAR PUSTAKA

- Antara, H., Akademis, K., Self, D., & Area, U. M. (2021). *SKRIPSI OLEH: RELLY EFIANTA SEMBIRING FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA MEDAN SKRIPSI* Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar sarjana di fakultas psikologi Universitas Medan Area Oleh : RELLY EFIANTA SEMBIRING MEDAN.
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2022). *Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Tahun Akhir dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Pandemi Berdasarkan Jenis Kelamin The Difference of Anxiety of Final Year Students in Facing the World of Work during Pandemic by Gender*. 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.31603/bpsr.6572>
- Haryati. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Dunia Kerja di Fakultas Dakwah UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi. *Skripsi*, 101. <http://repository.uinjambi.ac.id/3159/>
- Hasudungan, L. (2017). Pengaruh Faktor Pendidikan, Umur Dan Pengalaman Kerja Terhadap Kinerja Aparatur Sipil Negara (Asn) Pada Dinas Pekerjaan Umum Penata Ruang, Perumahan Dan Kawasan Permukiman Kabupaten Kapuas Kalimantan Tengah. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Bisnis*, 3(3), 301–310. <https://doi.org/10.35972/jieb.v3i3.130>
- Mahasiswa, P., & Muhammadiyah, U. (2022). *IRJE : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*. 2(1), 96–105.
- Mellani, & Kristina, N. L. P. (2021). Tingkat Kecemasan Anak Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sma Negeri 8 Wilayah Kerja Puskesmas Iii Denpasar Utara Tahun 2021. *NLPK Mellani*, 12–34. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7453/>
- Mutiarachmah, D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Psychological Well-Being Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Kesejahteraan Sosial UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 163–177.
- Nadziri, M. (2018). *Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir*

dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan skripsi. 1–38.

- Naru, Nainggolan, & Muslikah, E. (2016). Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Antara Siswa SMA dan SMK Surabaya. *Jurnal Universitas 17 Agustus*, 4(1), 1–23.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Perbedaan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20.
- Nurdiansyah, E. W., & Jannah, M. (2021). Perbedaan Kecemasan Atlet Laki-Laki Dan Perempuan Pada Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 60–65.
- Purba, L. B., Pratama, M. Y., & Khairani, A. I. (2017). Perbedaan Kecemasan Pada Pasien Yang Akan Menjalani Operasi Besar Sedang Dan Kecil. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 2(1), 28. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v2i1.33>
- Rahman, R. R. (2017). Kesiapan kerja, kematangan karir dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja siswa sekolah menengah kejuruan. *Skripsi*.
- Rahmawaty, P., & Zulkifli. (2021). Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Mencari Peluang Kerja di Masa Pandemi Covid-19 di Kota Balikpapan. *SNITT-Pioliteknik Negeri Balikpapan*, 5(43), 305–312. <https://jurnal.poltekba.ac.id/index.php/prosiding/article/view/1380>
- Rasyidin, M. U., & Pratiwi, T. I. (2022). Penerapan Teknik Relaksasi untuk Menangani Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa. *Universitas Negeri Surabaya*, 12, 865–877.
- Rosen, A., Trauer, T., Hadzi-Pavlovic, D., Parker, G., Patton, J. R., Cronin, M. E., Bassett, D. S., Koppel, A. E., Zimpher, N. L., Thurlings, M., Evers, A. T., Vermeulen, M., Obanya, P., Avsec, S., Nurzarina Amran, Liu, S. H., Petko, D., Aesaert, K., Van Braak, J., ... Brown, N. (2015). *Teaching and Teacher Education*, 12(1), 1–17. <http://dx.doi.org/10.1080/01443410.2015.1044943%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.581%0Ahttps://publications.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/2547ebf4-bd21-46e8-88e9-f53c1b3b927f/language->

en%0Ahttp://europa.eu/.%0Ahttp://www.leg.state.vt

- Sari, Y. (2021). Perbedaan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Diploma Keperawatan Dalam Menghadapi Pembelajaran Klinik Keperawatan. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), 129–135. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i2.505>
- Sitompul, E., Farradinna, S., & Fadhlia, T. N. (2020). Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Universitas. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 4(2), 365. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v4i2.10230>
- Skripsi, N. (2021). *KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA FRESH GRADUATE UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI*.
- Sunaryanti, S. S. H., Arradini, D., Widiyanto, A., Ayuningrum, I. Y., & Atmojo, J. T. (2021). PERBEDAAN JENIS KELAMIN DALAM MENGHADAPI KETAKUTAN DAN KECEMASAN COVID-19 GENDER DIFFERENCE IN FEAR AND ANXIETY OF COVID-19 PENDAHULUAN Sebelum adanya pandemi COVID-19 , telah banyak dilaporkan bahwa adanya wabah seperti virus influenza H1N1 (tahun 2009. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JK): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 753–770.
- Suparyanto dan Rosad (2015). (2020). *Suparyanto Dan Rosad (2015, 5(3), 248–253*.
- Susilarini, T. (2022). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari self efficacy dan jenis Kelamin pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi universitas persada indonesia YAI. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 6(1), 88–93.
- Swarsih, C., Junaidi, J., & Rosmeli, R. (2020). Pengaruh umur, pendidikan, upah, keterampilan, dan jenis kelamin terhadap lama mencari kerja bagi pekerja terdidik di Kota Jambi (studi kasus Kecamatan Kota Baru dan Telanaipura). *E-Jurnal Ekonomi Sumberdaya Dan Lingkungan*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.22437/jels.v9i1.11944>
- Syarlita, A. Z., Yuliyanasari, N., Prijambodo, T., & Subagyo, R. (2020). Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Dua dan Delapan

Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Berdasarkan Beck Anxiety Inventory (BAI). *MAGNA MEDICA Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.26714/magnamed.7.1.2020.1-7>

Tim May, Malcolm Williams, Richard Wiggins, and P. A. B. (2021). 2(1996), 6. Zamrodah, Y. (2016). *15*(2), 1–23.

Zulaehah, A., Rustiana, A., & Jurusan, W. S. (2018). Pengaruh minat kejuruan, praktik kerja industri, dan efikasi diri terhadap kesiapan kerja. *Economic Education Analysis Journal*, 7(2), 526–542. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj>

Zwagery, R. V. (2020). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pada masa pandemi Covid 19. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII), Temilnas XII*, 10–14.

