

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANG TUA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA
KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

**Intan Fitriana
(30702000093)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANGTUA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**


Dipersiapkan dan disusun oleh :

Intan Fitriana
30702000093

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog

13 Agustus 2024



Semarang, 13 Agustus 2024

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung




Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Intan Fitriana

30702000093

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada 21 Agustus 2024

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Inhasuti Sugiasth, S.Psi, M. Psi, Psikolog

2. Dr. Laily Rahmah, S.Psi., M.Si., Psikolog

3. Dra. Rohmatun, M. Si., Psikolog

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 21 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIDN. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Intan Fitriana dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 12 Agustus 2024

Yang menyatakan



Intan Fitriana
30702000093

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Qs. Al- Baqarah : 268)

“Barang siapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rezeki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya”

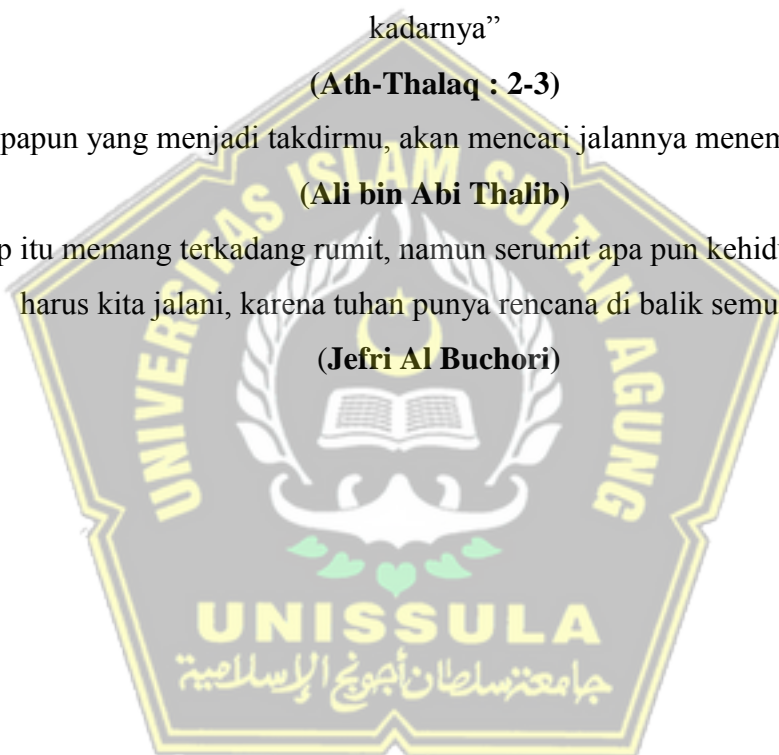
(Ath-Thalaq : 2-3)

“Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu”

(Ali bin Abi Thalib)

“Hidup itu memang terkadang rumit, namun serumit apa pun kehidupan ini tetap harus kita jalani, karena tuhan punya rencana di balik semua ini”

(Jefri Al Buchori)



PERSEMBAHAN

Tidak ada lembar skripsi paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan

Bismillahirrahmanirrahim....

Atas izin Allah, kupersembahkan karya ini kepada:

Kedua orangtuaku yang tercinta dan tersayang, Alm Bapak Juhadi dan Ibu Mukriswati, yang selalu mendo'akan, memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi dan semangat dalam mencapai impian penulis. Terimakasih sudah mengantarkan saya sampai dititik ini, saya persembahkan karya tulis sederhana ini dan gelar untuk ibu dan Alm bapak.

Dosen Pembimbing ibu Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog yang dengan penuh kesabaran untuk membimbing, memberikan ilmu, masukan, nasehat, serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Skripsi ini saya persembahkan untuk kakak saya, terimakasih karna sudah mendukung saya dalam hal apapun, selalu mendoakan, memberikan semangat, arahan dan nasihat selama proses perkuliahan sehingga saya dapat menyelesaikan perkuliahan ini.

Fakultas psikologi UNISSULA, almamater kebanggaan penulis.

Terakhir, untuk diri saya sendiri Intan Fitriana yang telah berusaha keras, berjuang dan bertahan hingga saat ini. Mampu mengendalikan diri dari walaupun banyak tekanan dariluark dan tak pernah menyerah sesulit apapun proses penulisan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita kelak mendapatkan syafa'at beliau di hari akhir.

Penulis menyadari bahwa terdapat beberapa rintangan dalam menulis karya skripsi ini, namun berkat bantuan serta dukungan dan motivasi yang diberikan oleh keluarga maupun teman yang sangat berarti, semua hal yang terasa berat menjadi lebih ringan untuk dijalani. Pada akhirnya dengan penuh kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih kepad:

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro S. Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA atas dedikasinya dalam proses akademik serta apresiasi dan motivasi untuk seluruh mahasiswa untuk terus berprestasi.
2. Ibu Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
3. Bapak Ruseno Arjanggi, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran serta perhatian selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.
4. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo, Bapak Prof. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag. yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
5. Seluruh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk mengisi skala penelitian.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman kepada penulis yang akan menjadi bekal yang bermanfaat untuk kini dan nanti.

7. Bapak dan Ibu Staff TU serta perpustakawan Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam proses pengurusan administrasi.
8. Bapak dan Ibu tercinta, Juhadi (Alm) dan Mukriswati yang tidak pernah berhenti memberikan do'a dan kasih sayang, memberikan dukungan dan harapan, motivasi, yang telah mendidik dengan sabar dan senangtiasa menasihati hingga pada tahap saat ini. Terimakasih ibu karna kerja kerasmu dan dukunganmu akhirnya anak bungsumu mencapai pada tahap ini.
9. Kakak-kakakku dan Keponakanku, Totok Hernawan, dan Himatul Aisyah, Rufayda Hayya Uskha, terimakasih karna selalu ada untuk menjadi tempat cerita dan memberikan semangat untuk penulis.
10. Untuk nenek dan keluarga besar, terimakasih do'a dan sudah dukungan, semangat untuk penulis.
11. Ayudyah dan Fira yang sudah menjadi teman sejak penulis belum masuk perkuliahan sampai saat ini, terimakasih sudah memberikan bantuan dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
12. Tata, Itsna, Lilik, Laya dan teman-teman satu dosen pembimbing skripsi, yang selalu menjadi teman sejak awal masuk perkuliahan offline, terimakasih karna selalu memberikan dukungan, keceriaan, saling memberikan semangat dan saling menguatkan.
13. Seluruh teman-teman angkatan 2020, khususnya kelas B yang telah memberikan tawa dimasa perkuliahan sehingga perkuliahan sangat berkesan dan indah.
14. Teman-teman organisasi daerah, IMG UNISSULA yang telah berbagi suka maupun duka dan selalu ada saat penulis memerlukan bantuan, sehingga selama di perantauan penulis seperti memiliki keluarga baru dan tidak merasa kesepian.
15. Pengurus Senat Mahasiswa Fakultas Psikologi periode 2021-2022 dan 2022-2023 yang telah berbagi suka, duka dan pengalaman dalam berorganisasi serta memberikan suasana kekeluargaan.

Kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyampaikan banyak terimakasih, semoga mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa karya ini masih sangat jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran guna menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi.

Semarang, 12 Agustus 2024

Peneliti



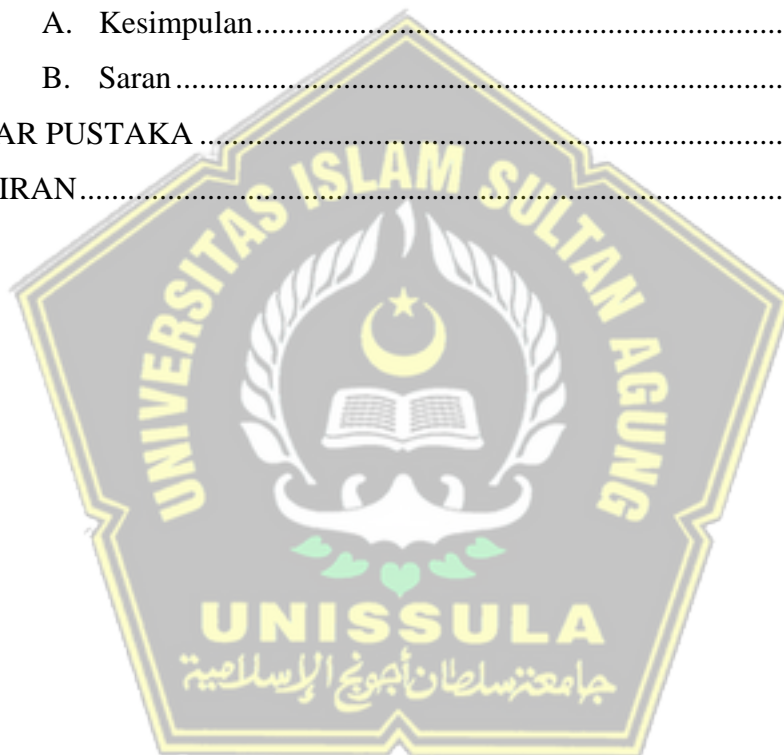
Intan Fitriana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Kecemasan.....	8
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	8
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	9
3. Aspek-Aspek Kecemasan.....	11
4. Gejala-Gejala Kecemasan	12
B. Efikasi Diri	13
1. Pengertian Efikasi Diri	13
2. Dimensi-Dimensi Efikasi diri.....	14
C. Dukungan Sosial Orang Tua	15
1. Pengertian Dukungan Sosial Orang Tua	15

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	17
D. Hubungan Kepercayaan Diri, Dukungan Sosial Orang tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	18
E. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Identifikasi Variabel Penelitian	22
B. Definisi Operasional.....	22
1. Kecemasan.....	22
2. Efikasi Diri	23
3. Dukungan Sosial Orang tua.....	23
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	23
1. Populasi	23
2. Sampel	24
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	24
D. Metode Pengumpulan Data	24
1. Skala Kecemasan.....	25
2. Skala Efikasi Diri	25
3. Skala Dukungan Sosial Orang tua.....	26
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	26
1. Validitas.....	26
2. Uji Daya Beda Aitem	27
3. Reliabilitas Alat Ukur.....	27
F. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Orientasi Kacah dan Pelaksanaan Penelitian.....	29
1. Orientasi Kacah Penelitian	29
2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	30
B. Pelaksanaan Penelitian	38
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	39
1. Uji Asumsi.....	39

2. Uji Hipotesis.....	40
D. Deskripsi Hasil Penelitian	42
1. Deskripsi Skor Kecemasan dalam Menyusun Skripsi.....	42
2. Deskripsi Data Skor Efikasi Diri.....	43
3. Deskripsi Data Skor Dukungan Sosial Orang tua	44
E. Pembahasan	45
F. Kelemahan Penelitian	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	58



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo	24
Tabel 2.	<i>Blueprint</i> Skala Kecemasan	25
Tabel 3.	<i>Blueprint</i> skala efikasi diri	26
Tabel 4.	<i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial Orang tua	26
Tabel 5.	Distribusi Sebaran Aitem Skala Kecemasan.....	32
Tabel 6.	Distribusi Sebaran Aitem Skala Efikasi Diri	33
Tabel 7.	Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Orang tua.....	33
Tabel 8.	Data Mahasiswa Yang menjadi Subjek Uji Coba Skala	34
Tabel 9.	Sebaran Daya Beda Aitem Pada Skala Optimisme.....	35
Tabel 10.	Sebaran Daya Beda Aitem Pada Skala Efikasi Diri.....	36
Tabel 11.	Sebaran Daya Beda Aitem Pada Skala Dukungan Sosial Orang tua.....	36
Tabel 12.	Sebaran Nomor Aitem Skala Kecemasan	37
Tabel 13.	Sebaran Nomor Aitem Skala Efikasi Diri.....	37
Tabel 14.	Sebaran Nomor Aitem Skala Dukungan Sosial Orang tua	38
Tabel 15.	Data Mahasiswa yang Menjadi Subjek Peneliitian.....	38
Tabel 16.	Hasil Uji Normalitas	39
Tabel 17.	Norma Kategorisasi Skor	42
Tabel 18.	Deskripsi Skor Skala Kecemasan.....	43
Tabel 19.	Kategorisasi Skor Skala Kecemasan.....	43
Tabel 20.	Deskripsi Skor Skala efikasi diri.....	44
Tabel 21.	Kategorisasi Skor Skala Efikasi Diri.....	44
Tabel 22.	Deskripsi Skor Skala Dukungan Sosial Orang tua.....	45
Tabel 23.	Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial Orang tua.....	45

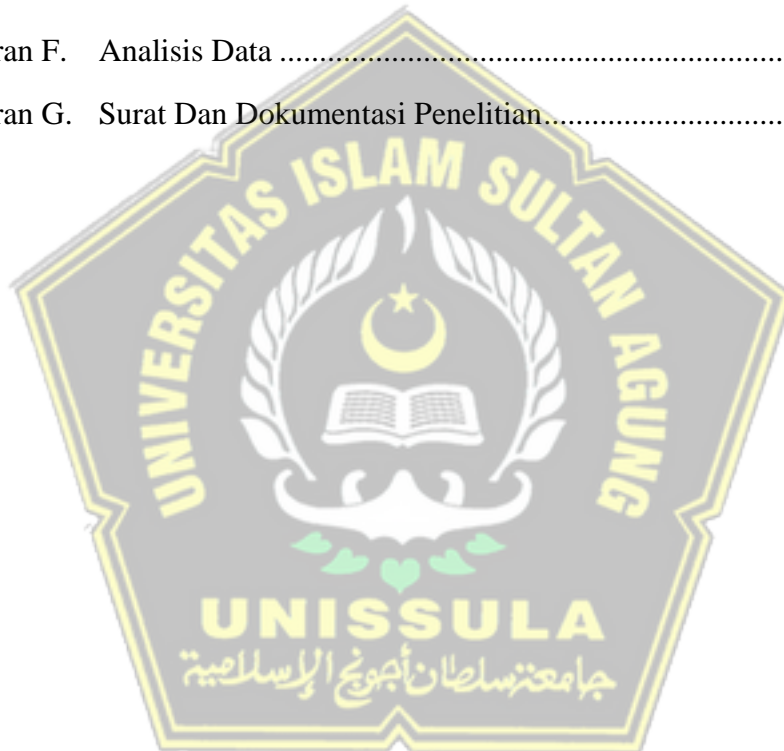
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Norma Kategorisasi Skala Kecemasan	43
Gambar 2.	Norma Kategorisasi Skala Efikasi diri.....	44
Gambar 3.	Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Orangtua	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Uji Coba.....	59
Lampiran B. Tabulasi Skala Uji Coba.....	71
Lampiran C. Uji Daya Beda Aitem Dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba.....	81
Lampiran D. Skala Penelitian	89
Lampiran E. Tabulasi Data Skala Penelitian.....	100
Lampiran F. Analisis Data	110
Lampiran G. Surat Dan Dokumentasi Penelitian.....	114



HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Oleh :

Intan Fitriana

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : Intanfitriana@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling*. Subjek penelitian 174 mahasiswa. Alat ukur penelitian ini terdiri dari skala kecemasan dengan jumlah 45 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,954, skala efikasi diri dengan jumlah 28 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,931, dan skala dukungan sosial orangtua dengan jumlah 30 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,937. Teknik analisis regresi berganda digunakan untuk menguji hipotesis pertama dengan nilai $R = 0,871$ dan $F = 127,168$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,1$), hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Hipotesis kedua dan ketiga diuji dengan menggunakan analisis korelasi parsial. Hipotesis kedua menunjukkan nilai $r_{x_1-2y} = -0,588$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,1$), hal ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan. Hipotesis ketiga menunjukkan nilai $r_{x_2-1y} = -0,473$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,1$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semua hipotesis penelitian diterima. Persamaan garis regresi dalam penelitian ini adalah $Y = -0,878 + -0,600 + 223,299$ sehingga diperoleh hasil dari variabel efikasi diri $-0,878$ dan hasil dari variabel dukungan sosial orang tua $-0,600$ dengan nilai konstan $223,299$.

Kata kunci : Kecemasan, Efikasi Diri, Dukungan Sosial Orang Tua

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND PARENTAL
SOCIAL SUPPORT WITH ANXIETY FACING THE
WORLD OF WORK IN FINAL YEAR STUDENTS**

Intan Fitriana

Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University Semarang

Email : Intanfitriana2@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and parental social support with anxiety facing the world of work in final year students at the Faculty of Ushuluddin and Humanities UIN Walisongo Semarang. This research uses quantitative methods. The sampling technique used Cluster Random Sampling. The research subjects were 174 students. The measuring instrument of this study consists of an anxiety scale with 45 items with a reliability coefficient of 0.954, a self-efficacy scale with 28 items with a reliability coefficient of 0.931, and a parental social support scale with 30 items with a reliability coefficient of 0.937. Multiple regression analysis techniques were used to test the first hypothesis with a value of $R = 0.871$ and $F = 127.168$ and $p = 0.000$ ($p < 0.5$), this indicates a significant relationship between self-efficacy and parental social support with anxiety facing the world of work. The second and third hypotheses were tested using partial correlation analysis. The second hypothesis shows the value of $r_{x1-2y} = -0.588$ with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0.5$), this shows there is a significant negative relationship between self-efficacy and anxiety. The third hypothesis shows the value of $r_{x2-1y} = -0.473$ with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0.5$). This shows that there is a significant negative relationship between parental social support and anxiety. This shows that all research hypotheses are accepted. The regression line equation in this study is $Y = -0.878 + -0.600 + 223.299$ so that the results of the self-efficacy variable are -0.878 and the results of the parental social support variable are -0.600 with a constant value of 223.299 .

Keywords: Anxiety, Self-Efficacy, Parental Social Support

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa tingkat akhir adalah seseorang yang berada pada tahapan akhir masa studi dan tahapan ini berbeda dengan mahasiswa tingkat awal. Mahasiswa tingkatan akhir dituntut untuk segera menyelesaikan pendidikan dibangku kuliah dan kemudian memasuki masa yang lebih tinggi yaitu masuk kedalam dunia kerja yang sesuai dengan bakat, dan minat, yang didukung dengan ilmu yang sudah didapat selama berada dalam bangku kuliah (Ardi Nugroho *et al.*, 2022). Mahasiswa merupakan individu yang sudah memasuki dewasa awal dan memiliki tugas perkembangan yang berhubungan dengan pekerjaan. Mahasiswa tingkat akhir memiliki kecemasan untuk menghadapi dunia kerja karena kurangnya lapangan pekerjaan, makin kesini tenaga juga sudah digantikan dengan teknologi robot yang membuat peluang kerja semakin berkurang.

Mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang berusia 20-30 tahun. Mahasiswa akhir ini berada pada tahap perkembangan masa dewasa awal, dan tugas perkembangan dewasa awal adalah bekerja. Menurut Santrock (Riowati, 2021) ada tiga dimensi untuk memahami tugas perkembangan dari karir individu. Dimensi pertama yaitu *developmental change* atau dapat diartikan sebagai cita-cita pekerjaan di masa depan. Pada usia 20-an cita-cita individu akan berubah menjadi lebih serius dan pada beberapa individu ada yang mengalami perubahan cita-cita. Pada awal usia 20-an, banyak individu yang sudah tamat dari pendidikan dan mulai berkarir. Dimensi kedua yaitu *find a path to purpose* atau menemukan tujuan. Banyak individu yang tidak menemukan tujuan dalam mengembangkan karir mereka. Individu terlalu fokus pada tujuan-tujuan jangka pendek dan tidak memikirkan gambaran karir jangka panjang dalam kehidupan. Dimensi ketiga yaitu *monitoring the occupational outlook* atau menentukan pekerjaan, yang

mensyaratkan kualifikasi pendidikan tertentu akan berkorelasi dengan penjenjangan karir dan besaran gaji yang diperolehnya (Riowati, 2022).

Kemampuan yang dibutuhkan untuk menunjang mahasiswa mendapatkan pekerjaan adalah kemampuan *soft skills* atau kemampuan diluar kemampuan akademis. Secara umum *soft skills* adalah kemampuan interpersonal. *Soft skills* meliputi kualitas pribadi seperti kejujuran, tanggung jawab, berperilaku adil, memiliki manajemen pengendalian diri, dan memiliki kepercayaan diri. Keterampilan interpersonal yaitu keterampilan seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain dalam bekerja seperti berpartisipasi dalam kerja secara berkelompok serta melayani pelanggan (Fauzan, 2020).

Lapangan kerja di Indonesia membutuhkan sumber daya manusia yang memiliki kualitas dan memiliki kemampuan bersaing secara pesat. Kualitas sumber daya manusia bertambah tahun, akan makin meningkat dan menyebabkan persaingan kerja makin sulit. Banyaknya jumlah pengangguran, membuktikan bahwa sulitnya mencari pekerjaan. Tingkat pendidikan tidak menjamin seseorang pasti mendapatkan pekerjaan. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Menteri Tenaga Kerja Republik Indonesia (Kasih, 2023) yang membuktikan bahwa banyaknya pengangguran, yaitu sekitar 12 persen merupakan lulusan sarjana.

Jumlah pengangguran di Indonesia pada Februari 2023 tercatat sebanyak 7,99 juta orang. Hal ini berarti persentase pengangguran berkurang sekitar 0,41 juta dari tahun sebelumnya. Deputi bidang neraca dan analisis statistik (BPS) Edy Mahmud mengatakan pada Februari 2023, angkatan kerja yang masuk ke pasar tenaga kerja sebanyak 146,62 juta orang. 146,62 juta ini belum semuanya terserap di pasar kerja. Dengan demikian, masih ada sekitar 7,99 juta orang yang belum terserap. Dilihat dari Februari 2022 ke 2023 penduduk yang bekerja meningkat sebesar 3,02 juta. Sementara yang menganggur berkurang 0,41 juta orang. Penduduk bekerja dibagi menjadi beberapa bagian. Pekerja penuh sebesar 92,16 juta orang atau meningkat sekitar 3,74 juta orang. Pekerja penuh adalah orang yang bekerja 25 jam dalam seminggu. Kemudian, untuk pekerja paruh waktu

sebanyak 36,88 juta meningkat sebanyak 0,34 juta orang. Pekerja setengah pengangguran tercatat sebesar 9,59 juta, turun menjadi 1,06 juta orang (Lestari & aulia, 2023).

Tingginya jumlah pengangguran, membuat mahasiswa menjadi cemas untuk memasuki dunia kerja karena sulitnya mencari kerja dan makin ketatnya persaingan dan makin hari jumlah orang yang mencari pekerjaan makin banyak namun lapangan pekerjaan sedikit serta sudah banyaknya teknologi yang menggantikan tenaga manusia. Penelitian yang dilakukan oleh Rizqi Fairuz (2020), mahasiswa semester akhir mengaku cemas karena merasa belum memiliki pengalaman kerja, kurang memiliki pengalaman magang maupun organisasi, dan berkurangnya lapangan pekerjaan juga menambah kecemasan pada mahasiswa semester akhir.

Kecemasan menurut American Psychological Association (APA), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu mengalami stress, dan ditandai dengan perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir yang disertai respon fisik seperti jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan respon fisik lainnya (Muyasaroh, 2020).

Peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa tingkat akhir mengenai kecemasan, guna mendukung pernyataan diatas. Berikut kutipan wawancaranya:

Subjek 1

setelah lulus aku mau kerja dulu buat modal kalau nanti lanjut S2, tapi aku merasa cemas karna sekarang persaingan sangat ketat apalagi fresh graduate yang pengalaman kerjanya masih sedikit perlu banyak belajar, jadi ya merasa takut, tapi aku kalau sudah pengen suatu hal pasti aku akan berusaha dulu, aku akan mencoba dan aku yakin aku bisa mendapatkan pekerjaan nantinya walaupun masih perlu untuk belajar, apalagi orangtuaku selalu ngasih dukungan bagaimanapun keputusanku seperti dulu mau kuliah dan aku dikasih dukungan sama orang tuaku mau kuliah dan aja.” (Y, 21 tahun, perempuan, mahasiswi FUHM 2020, UIN Walisongo)

Subjek 2

“setelah ini saya mau lanjut kerja, tapi aku juga merasa cemas menghadapi dunia kerja nanti menghadapi dunia kerja kayak gimana

persaingannya, apalagi skill aku yang gak banyak. Kalau aku belum yang siap seratus persen menghadapi dunia kerja, walaupun aku juga pernah kerja tapi gak kerja kantoran gitu. Faktor yang buat aku cemas menghadapi dunia kerja karena insecure apalagi melihat orang-orang di sosmed kayak pada hebat-hebat sedangkan aku kayak merasa belum bisa apa-apa. Kalau aku lagi cemas mikir itu tuh sampai gak bisa tidur tapi gak yang setiap hari overthinking mikirin itu sih” (SM, 22 tahun, Perempuan, mahasiswi FPSI 2019, UIN Walisongo).

Subjek 3

“setelah lulus mau kerja dulu, tapi aku juga takut, apalagi aku sebagai mahasiswa yang gak terlalu aktif dalam kegiatan selain di kelas. Aku ngerasa masih banyak banget kekurangan baik dalam hal pengalaman kerja, skill, selain itu aku juga merasa insecure lihat vidio tiktok kayak pencapaian orang diluar sana aku mikir kenapa aku gak bisa kayak mereka.” (UM. 21 tahun, Perempuan Mahasiswi. Fakultas FITK 2020 UIN Walisongo).

Subjek 4

“Kalau cemas gitu pernah sih takut apalagi sekarang zamannya AI, jadi tenaga manusia mungkin berkurang ya di berbagai bidang pekerjaan. Terus aku kurang percaya diri sama kemampuan aku, selain itu aku juga susah untuk beradaptasi di lingkungan baru. Kalau lagi cemas gak sampai overthinking sampai gak bisa tidur gitu sih, paling cuma kepikiran aja terus kadang-kadang lupa tapi kadang inget lagi kalau lihat-lihat postingan orang di sosial media, tapi aku juga belum terlalu fokus banget ke karir setelah kuliah karena sekarang fokusnya masih ke tugas akhir.” (C, 21 tahun, perempuan, mahasiswi FITK 2020 UIN Walisongo).

Berdasarkan hasil wawancara diatas, didapatkan hasil bahwa dari keempat mahasiswa mengalami perasaan cemas dalam menghadapi dunia kerja karena merasa belum memiliki skill yang banyak dan mencukupi, serta takut dengan persaingan di dalam dunia kerja.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Yonne dan Irana (Ahmadd, 2022) ada 2 faktor yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi, pikiran dan harapan individu terhadap masa depan serta cita-cita, dan efikasi diri. Faktor eksternal meliputi keluarga, orang tua, suami, ataupun lingkungan sekitar. Lingkungan sekitar seperti teman kerja, tetangga, budaya, tradisi, dan adat istiadat.

Faktor dari dalam diri yang mempengaruhi kecemasan salah satunya adalah faktor efikasi diri. Efikasi diri berperan penting dalam kehidupan sehari-hari, individu akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Efikasi diri dalam teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan mengakibatkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang bisa memperburuk keadaan, hal ini tidak disebabkan karena ancaman tetapi karena merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengelola hal yang beresiko Bandura (Rustika, 2012). Efikasi diri menurut Bandura (Susilarini, 2022) adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu tentang kemampuannya dan hasil yang akan diperoleh dari hasil kerja kerasnya yang dapat mempengaruhi cara individu tersebut dalam berperilaku. Efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, sehingga individu tersebut mampu untuk mengatasi rintangan dan menyesuaikan tugas (Kasyfillah & Susilarini, 2021). Efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku karena, efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki individu untuk mengatasi atau menguasai situasi demi mencapai target keinginannya. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mencapai targetnya dan mencapai prestasi yang lebih tinggi serta gigih dalam menggapainya (Putra & Irna, 2022). Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengendalikan kecemasan yang dialaminya atau kecemasan yang sedang dihadapi. mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung sulit untuk mengendalikan kecemasan yang individu rasakan atau alami (Kasyfillah & Susilarini, 2021). efikasi diri tidak faktor satu-satunya yang mempengaruhi kecemasan namun, dukungan sosial orang tua juga sangat mempengaruhi kecemasan. Hal ini sesuai dengan faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Menurut pendapat Fauziyah (Santo & Alfian, 2021) dukungan sosial sangat berharga untuk membantu menurunkan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja, terutama dukungan sosial yang diterima individu.

Selain efikasi diri, kecemasan juga dipengaruhi oleh dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan fungsi dari ikatan sosial. Dukungan sosial merupakan proses sosial, emosional, pembelajaran, dan perilaku yang terjadi dari individu. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan merasa dihargai, disayangi, dan diperhatikan oleh orang yang ada di sekitarnya. Dukungan sosial adalah bentuk penerimaan diri individu atau sekelompok orang terhadap individu sehingga dia merasa disayangi, dihargai, ditolong, dan didukung atas semua proses atau pilihan yang diambilnya (Kasyfillah & Susilarini, 2021). Dukungan sosial bisa didapat dari berbagai pihak seperti keluarga terutama orang tua, pasangan, teman sebaya, dan komunitasnya (Fairuz., 2020). Dukungan sosial sangatlah penting apalagi bagi mahasiswa akhir yang sedang mengalami kecemasan, terutama kecemasan menghadapi dunia kerja karena *individumerasrizqia* tidak percaya diri sehingga membutuhkan dukungan dari orang-orang yang ada di sekitarnya. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial dari keluarganya akan memiliki tingkat kecemasan yang rendah, karena dukungan sosial akan sangat berarti bagi individu seperti dukungan sosial yang diberikan orang tua sangatlah berarti atau dukungan yang diberikan oleh orang yang dekat dengan individu (Putri & Febriyanti, 2020).

Penelitian tentang kecemasan sudah banyak dilakukan yang dilakukan diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Susilarini (2022), Argasiam (2022), Setyowati & Indrawati (2022). Bedanya penelitian ini dengan penelitian sebelumnya pada teknik pengambilan sampel jika dalam penelitian sebelumnya pengambilan sampel, Variabel bebas pada penelitian, dan lokasi penelitian. Pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* atau *purposive sampling* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan *cluster random sampling*, selain itu, bedanya penelitian terdahulu dan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas penelitian terdahulu hanya menggunakan satu variabel bebas sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel bebas yaitu dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia kerja.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu: “Apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang ?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan dalam memperbanyak kajian teori pada ilmu Psikologi, khususnya pada bidang klinis. Penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan edukasi terkait kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga bias mengelola efikasi diri, bias memanfaatkan dukungan sosial yang diberikan untuk mengurangi kecemasan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja menurut waqiaty (Wilfrida & Rahayu, 2022) merupakan respon negatif yang berupa rasa takut dan khawatir pada ketersediaan lowongan pekerjaan, sehingga mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan yang bertujuan untuk mengubah keadaan seseorang menjadi lebih baik. Kecemasan menghadapi dunia kerja menurut Yunita dan Puji (Wilfrida & Rahayu, 2022) adalah nilai dari individu itu sendiri pada pencapaian tujuan yang berkaitan dengan dunia kerja yang tidak pasti, hal ini dapat menyebabkan konflik dalam diri individu yang menyebabkan terganggunya pola pikir seperti kecemasan dan kekhawatiran pada dunia kerja, menghindari hal yang berkaitan dengan dunia kerja, terganggunya respon fisiologis seperti sering berkeringat, jantung terasa berdebar saat berkaitan dengan dunia kerja.

Kecemasan menurut Crow & Crow (Savitri & Swandi, 2023) mengemukakan bahwa kecemasan adalah kondisi yang kurang menyenangkan sehingga berdampak pada keadaan fisiknya. Kecemasan menurut Jeffrey S. Nevid (2005) kecemasan *anxiety* adalah suatu keadaan emosional yang memiliki ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

Kecemasan adalah pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang. Kecemasan merupakan suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti serta tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu objek. Hal itu

berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu namun kecemasan bukanlah sifat yang melekat pada individu (Haryati & Hasanah, 2019).

Kecemasan atau *anxiety* adalah perubahan yang terjadi terhadap seseorang akibat proses psikologis dan fisiologis, jika hal ini tidak ditangani akan beresiko mengalami gangguan kecemasan (Ruswadi dkk., 2022). Menurut Freud (Putri & Febriyanti, 2020). Kecemasan merupakan situasi yang dirasa individu tidak menyenangkan yang diikuti oleh keadaan fisik yang memberi pertanda adanya situasi yang mengancam.

Kecemasan jika ditinjau dari teori kognitif, kecemasan bisa terjadi karena adanya evaluasi diri yang negatif, tentang kemampuan yang dimiliki oleh individu, serta orientasi diri individu yang negatif. Kecemasan yang dialami mahasiswa berkaitan dengan karir dapat juga berkaitan dengan kegagalan dalam menghadapi dunia kerja (Harlina, Ahmadd, 2022).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang dialami individu, kecemasan bisa berakibat pada perubahan psikologis dan maupun fisik seseorang. Seperti mual, data berdebar, gelisah.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Faktor- faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Adler dan Rodman (Annisa & Ifdil, 2016) :

a. Pengalaman negatif pada masa lalu

Sebab utama timbulnya rasa cemas disebabkan pada masa kanak-kanak, yaitu timbulnya perasaan yang tidak menyenangkan yang dapat terulang pada masa depan, apabila individu menghadapi situasi yang sama yang menimbulkan perasaan yang tidaknyaman seperti kegagalan.

b. Pikiran yang tidak rasional

Pikiran yang tidak rasional seperti kegagalan katastrofik, yaitu perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi padanya. Individu merasa tidak mampu dan tidak sanggup menyelesaikan permasalahannya. Individu

mengharapkan bahwa dirinya mampu untuk berperilaku sempurna dan tidak memiliki cacat. Individu memiliki target kesempurnaan dan dapat memberikan inspirasi. Persetujuan dan Generalisasi yang tidak tepat, yaitu menarik kesimpulan hanya dengan satu kejadian dan hal itu belum bisa dijadikan acuan.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut menurut Nevid et al., (2005) yaitu:

- a. Faktor lingkungan sosial, pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, dan kurangnya dukungan sosial.
- b. Faktor biologis, abnormalitas dalam otak yang memberikan sinyal bahaya, keadaan genetik
- c. Faktor tingkah laku, kognitif dan emosional, seperti keyakinan diri.

Faktor-faktor kecemasan menurut Sitompul (2020) ada 3 faktor, yaitu:

- a. Faktor lingkungan, lingkungan sangat berpengaruh terhadap kecemasan pada individu karena kurangnya informasi yang diterima mengenai dunia kerja.
- b. Perasaan atau emosi yang ditekan individu akan menyebabkan frustrasi dan secara terus menerus akan mempengaruhi pemahaman individu tentang kecemasan dunia kerja.
- c. Masalah fisik, keterbatasan fisik meningkatkan kecemasan pada individu.

Mengacu pada teori yang diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti efikasi diri, perasaan, dan emosi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor dukungan dari orang tua, teman, dan lingkungan sekitar.

3. Aspek-Aspek Kecemasan

Aspek-aspek kecemasan menurut Nevid dkk., (2005) yaitu:

- a. Reaksi fisik, reaksi fisik adalah reaksi fisik yang muncul pada orang yang cemas seperti gelisah, telapak tangan berkeringat, jantung berdetak kencang, pusing.
- b. Perilaku, individu yang mengalami kecemasan akan menunjukkan perilaku yang menghindari sesuatu yang menjadi pemicu perasaan cemas pada dirinya. Individu akan mengalihkan dirinya agar kecemasannya tidak meningkat.
- c. Kognitif, individu yang mengalami kecemasan akan berfikir secara berlebihan terhadap situasi yang sedang dihadapi. Merasa ketakutan akan sesuatu yang belum pasti terjadi dimasa depan dan merasa dirinya tidak mampu untuk mengatasi penyebab kecemasannya.

Aspek- aspek kecemasan menurut Tsai (Harlina, Ahmadd, 2022) yaitu :

- a. Kemampuan pribadi, merupakan kapasitas individu untuk mendapatkan keterampilan untuk melakukan kegiatan khusus.
- b. Keyakinan irasional tentang pekerjaan, merupakan pikiran-pikiran tidak logis yang diyakini seseorang dan terjadi secara terus menerus mengenai pekerjaan yang akan dihadapi.
- c. Lingkungan kerja, mengacu pada pekerjaan yang dapat berpengaruh besar seperti kekhawatiran, terhadap pekerjaan dimasa datang serta persaingan dalam mendapatkan pekerjaan.
- d. Pelatihan pendidikan profesional, pengetahuan praktis mengenai keterampilan profesional serta memahami harapan karir secara realistis. Aspek ini meliputi kekhawatiran mengenai keahlian yang dipelajari, pekerjaan yang sesuai bakat, pekerjaan yang diminati, dan keterampilan profesional yang dimiliki.

Aspek-aspek kecemasan menurut Stuart (2006) yaitu :

- a. Aspek perilaku : gelisah, ketegangan fisik, teremor, terkejut, bicara cepat menarik diri dari hubungan interpersonal, lari dari masalah, menghindar, sangat waspada
- b. Aspek kognitif : tidak fokus, konsentrasi buruk, pelupa, salah dalam memberikan penilaian, hambatan dalam berpikir, kreativitas berkurang, produktivitas menurun, bingung, kehilangan objektivitas, takut kehilangan kendali, takut dengan gambaran visual, takut terluka atau mati, mimpi buruk.
- c. Aspek afektif : mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, khawatir, cemas, mati rasa, rasa bersalah, malu.

Mengacu pada teori yang diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan dalam menghadapi dunia kerja seperti aspek fisik, aspek emosional, aspek mental atau kognitif, aspek kemampuan pribadi, keyakinan irrasional, lingkungan, aspek perilaku, aspek kognitif dan aspek afektif.

4. Gejala-Gejala Kecemasan

Gejala-gejala kecemasan menurut Sumarto (2023) yaitu :

- a. Gejala Fisik, misalnya denyut jantung meningkat, napas pendek dan cepat, berkeringat, gemetar, pusing, sakit kepala, sulit tidur, sakit perut.
- b. Gejala Emosional, misalnya merasa khawatir, gelisah, tegang, takut, cemas, dan kesulitan untuk rileks
- c. Gejala Prilaku, misalnya menjauh dari aktivitas yang membuat cemas, menghindari sosialisasi, terlalu banyak bekerja, menggunakan alkohol atau obat-obatan terlarang sebagai penghilang kecemasan.

Pendapat lain juga dikemukakan oleh Pranata dkk.,(2016) mengenai gejala kecemasan yaitu :

- a. Gejala Fisik, seperti perubahan detak jantung, mual muntah, ketegangan otot, berkeringat, dan napas cepat

- b. Gejala psikologis yaitu khawatir, bingung, ketakutan, ketidakmampuan mengatasi masalah, dan penurunan tingkat konsentrasi
- c. Gejala *behavioral* yaitu perubahan perilaku, perilaku menghindar, dan *dependen*.

Dari penjelasan gejala kecemasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga gejala kecemasan yaitu gejala fisik, gejala psikologis dan gejala *behavioral*.

B. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri menurut Bandura (Noviekayati & Rina, 2023) adalah keyakinan bahwa individu akan kemampuan individu untuk melakukan suatu pekerjaan pada tingkat untuk mencapai tujuan yang diharapkan sehingga akan mempengaruhi situasi yang mempengaruhi kehidupan individu. melakukan apa yang diperlukan untuk mencapai tujuan baik tahu apa yang dibutuhkan dan menjadi emosional untuk melakukannya. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan yakin dia akan mampu menghadapi masalah dan menyelesaikannya karena individu mengharapkan kesukaran dalam hidup.

Efikasi diri menurut Gibson (Nafia & Al Fatah, 2022) adalah keberhasilan diri atau keyakinan bahwa seseorang dapat berprestasi baik dalam situasi tertentu. Efikasi diri merupakan kepercayaan terhadap seseorang untuk menjalankan tugas.

Efikasi diri didefinisikan sebagai penilaian diri individu terhadap kompetensinya dalam merencanakan dan melaksanakan proses untuk berhasil menyelesaikan tugas. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan dan kegigihan dalam menyelesaikan tugas atau permasalahan (Dzulfikar, 2022).

Bandura pertama kali mengemukakan tentang efikasi diri dengan memperkenalkannya sebagai salah satu aspek pokok dalam teori kognitif sosial. Bandura mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang akan kemampuan individu untuk melakukan suatu pekerjaan pada tingkat kinerja

tertentu atau untuk mencapai suatu hal yang diharapkan sehingga akan mempengaruhi kehidupan individu (Battu & Susanto, 2022)

Dari uraian pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah persepsi individu terhadap dirinya, individu yakin bahwa bisa mengerjakan sesuatu atau mampu untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Aspek – Aspek Efikasi diri

Aspek - Aspek efikasi diri menurut Bandura (Wahyu, 2022) yaitu:

a. Tingkat kesulitan (*Magnitude*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang seseorang percaya dapat melakukannya. Seseorang yang memiliki keyakinan diri yang tinggi, individu akan melihat dirinya sendiri mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas yang rumit. Sedangkan orang yang keyakinan dirinya rendah individu melihat dirinya sendiri hanya mampu untuk melakukan tugas-tugas yang mudah. Dimensi kesulitan ini berkaitan dengan pemilihan tingahlaku yang dicoba atau yang akan dihindari. Individu akan mencoba tingkahaku yang dirasa mampu dilakukan dan akan menghindari tingkahlaku yang dirasa tidak mampu dilakukan atau di luar batas kemampuannya.

b. Aspek kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dengan tingkat kelemahan keyakinan individu mengenai kemampuan yang dimiliki. Hal ini berkaitan dengan ketahanan dan keuletan individu dalam pemenuhan tugasnya. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi mengenai kemampuannya akan ulet dan tidak gampang menyerah dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi rintangan. Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri rendah akan mudah menyerah saat mendapatkan rintangan kecil dalam menyelesaikan masalahnya atau tugasnya.

c. Aspek keluasan bidang tugas yang dilakukan (*Generality*)

Generality merupakan dimensi yang berkaitan dengan keluasan bidang tugas yang dilakukan. Dalam menyelesaikan masalah atau tugas-tugasnya, sebagian individu memiliki keyakinan yang terbatas pada suatu aktifitas, dan ada individu yang memiliki perasaan kemampuan menyelesaikan tugas yang berbeda-beda, baik itu melalui tingkah laku, kognitif dan afektifnya. Individu yang memiliki self efficacy atau keyakinan diri yang tinggi yang mampu menyelesaikan tugas dalam beberapa bidang sekaligus.

Selain itu dimensi efikasi diri dikemukakan oleh Zimmerman (Hapuk dkk., 2020) yaitu :

- a. Tingkat kesulitan tugas (*magnitude*) yaitu suatu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu
- b. Kekuatan keyakinan (*strength*) merupakan kekuatan dan keyakinan suatu kepercayaan diri dari dalam diri yang ada dalam diri seseorang yang dapat diwujudkan dalam meraih performa tertentu.
- c. Alitas (*generality*) yaitu hal yang berkaitan dengan apakah keyakinan akan berlangsung atau berlaku dalam berbagai macam aktifitas dan situasi.

Mengacu pada aspek-aspek yang diuraikan diatas Dapat disimpulkan bahwa terdapat 3 dimensi yang terdapat pada efikasi diri meliputi *magnitude*, *strength*, dan *generality*.

C. Dukungan Sosial Orang Tua

1. Pengertian Dukungan Sosial Orang Tua

Dukungan sosial menurut (Sarafino & Smith, 2017) adalah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. orang tua merupakan sumber dukungan sosial yang paling penting karena orang tua memiliki ikatan yang kuat dan terbentuk pertama kali dalam kehidupan manusia. Dukungan sosial orang tua merupakan persepsi positif individu atas penerimaan, dukungan,

kasih sayang, keteladanan, bimbingan. Dukungan sosial sendiri lebih berarti jika diberikan oleh orang-orang terdekat dari individu.

Dukungan sosial menurut (Haryati & Hasanah, 2019) adalah keberadaan, kepedulian, kesediaan, dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Dukungan sosial memiliki banyak dampak positif bagi individu karena dapat memulihkan kondisi fisik maupun psikologis seseorang baik secara langsung maupun tidak langsung. Dukungan sosial sangat berguna agar individu berani dalam menghadapi tantangan dalam menghadapi ketidakpastian.

Lestari (Putri & Febriyanti, 2020) menjelaskan dukungan sosial orang tua adalah hubungan yang terjalin antara anak dan orang tua yang akan mempengaruhi keberhasilan anak dalam bidang akademik maupun non akademik, dan kepekaan orang tua dalam mendukung anak merupakan hal yang sangat penting. Hubungan yang harmonis antara anak dan orang tua juga sangat penting. Hanif dan muhid menyampaikan pendapat bahwa dukungan sosial orangtua memberikan rasa aman dalam eksplorasi, eksperimen dalam kehidupan yang nantinya akan menimbulkan kedewasaan dalam berfikir untuk mengambil sebuah keputusan.

Mengacu pada teori yang diuraikan di atas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua adalah dukungan yang diterima individu dari lingkungan atau orang di sekitar individu bisa berupa semangat, informasi, bimbingan, keteladanan dan lain sebagainya, yang didapat bisa dari orangtua. Dukungan sosial orangtua sangatlah penting karena akan membuat anak merasa diterima, diperhatikan, diberi bimbingan, dan kasih sayang dari orangtuanya.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Sarafino & Smith (2017) berpendapat bahwa dukungan sosial orangtua yaitu :

- a. Dukungan Informasi
Dukungan informasi karena orang tua sebagai kolektor (Pengumpul) dan penyebar informasi mengenai berbagai hal.
- b. Dukungan Penghargaan
Dukungan penghargaan *dan* orang tua berperan sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan yang bersifat umpan balik selain itu orang tua juga menengahi dalam pemecahan masalah, sebagai sumber dan validitor dalam memberikan dukungan, penghargaan dan perhatian.
- c. Dukungan Instrumental
Dukungan instrumental *dan* orang tua memberikan pertolongan secara praktis dan nyata untuk mempersiapkan fasilitas dan perlengkapan yang dibutuhkan.
- d. Dukungan Emosional
Dukungan emosional *dan* orang tua sebagai tempat yang aman untuk beristirahat, bercerita, dan pemulihan serta membantu stabilisasi emosi individu.

Aspek- aspek dukungan sosial menurut Weiss (Sugiarto dan Soetjningsih, 2021) yaitu :

- a. *Attachment* (kasih sayang)
Attachment adalah perasaan akan kedekatan emosional dan rasa aman
- b. *Social Intregation* (integrasi sosial)
Integrasi sosial adalah perasaan menjadi bagian dalam suatu kelompok dan tempat saling berbagi minat dan aktivitas serta perasaan saling memiliki.
- c. *Reassurance of worth* (penghargaan pengakuan)
Penghargaan pengakuan adalah pengakuan dari orang lain mengenai kemampuan dan kompetensinya.

- d. *Reliable alliance* (ikatan hubungan yang dapat diandalkan)

Ikatan hubungan yang dapat diandalkan adalah adanya seseorang yang dapat individu andalkan dalam situasi apapun.

- e. *Guidance* (bimbingan) Guidance adalah nasihat dan bimbingan dalam menghadapi masalah yang dialami.

- f. *Oppurtunity for martyrance* (kesempatan merasa dibutuhkan)

Oppurtunity for martyrance adalah perasaan merasa dibutuhkan oleh orang lain.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek –aspek yang terdapat pada dukungan sosial orang tua meliputi dukungan informasi, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan bimbingan, ikatan hubungan yang dapat diandalkan, kesempatan dan merasa dibutuhkan.

D. Hubungan Kepercayaan Diri, Dukungan Sosial Orang tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menurut Freud (Putri & Febriyanti, 2020) adalah sebuah situasi yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh keadaan fisik seseorang yang memperingatkan bahaya yang mengancam. Kecemasan yang berlebih akan merugikan individu dalam menjalani kegiatan sehari hari. Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah sebuah perasaan khawatir yang timbul saat individu menghadapi atau memulai memasuki dunia kerja. Greenberger dan Padesky (Rahmawati & Budiani, 2022) kecemasan merupakan rasa khawatir yang dialami sebelum dan sesudah terjadinya suatu peristiwa atau pengalaman kurang menyenangkan dan berlangsung hanya sementara. Faktor kecemasan yang dialami mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja adalah semakin banyaknya pesaing maka akan semakin sulitnya mendapatkan pekerjaan yang diinginkan dan sesuai dengan kompetensi yang dimiliki seseorang. Kualifikasi dunia kerja saat ini sangat tinggi banyak hal yang harus dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir lakukan untuk memiliki peluang yang besar mendapatkan pekerjaan sehingga

tuntutan tersebut membuat individu merasa cemas akan karir dimasa depan, ekspektasi orang tua juga mempengaruhi kecemasan yang dirasakan individu karena takut jika kelak tidak dapat mencapai ekspektasi yang diharapkan orang tua. Kecemasan yang dirasakan individu takut jika tidak mampu bersaing dalam dunia kerja, merasa dirinya kurang memiliki kemampuan, selalu merasa tidak mampu untuk memasuki dunia kerja serta sering membandingkan dirinya dengan orang lain (Harlina, Ahmad, 2022).

Kecemasan adalah rasa tidak nyaman atau rasa takut yang dirasakan individu karena adanya rasa tidak yakin pada kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut sehingga menyebabkan kecemasan. Jika individu memiliki efikasi diri yang tinggi maka individu tidak akan merasa cemas karena dia yakin bahwa dia mampu untuk menyelesaikan dan mencapai tujuan tersebut jadi hubungan antara kecemasan dan efikasi diri ada hubungan yang negatif (Kasyfillah & Susilarini, 2021). dirasakan individu karena rasa tidak nyaman yang dialami efikasi diri adalah bentuk kepercayaan yang dimiliki. Berdasarkan penelitian (Susilarini, 2022) berdasarkan uji regresi linier sederhana diperoleh R square self efficacy memberikan kontribusi sebesar 51, 6% untuk menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi universitas persada indonesia YAI, yang artinya semakin baik efikasi diri maka akan diikuti dengan rendahnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah Dukungan sosial. Dukungan sosial adalah bentuk penerimaan dari individu atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa dia disayangi, diperhatikan, dihargai, didukung, dan diberi motivasi (Kasyfillah & Susilarini, 2021). Dukungan sosial orangtua adalah kebutuhan fisik dan psikologis yang diberikan oleh orangtua atau anggota keluarga terutama ibu dan ayah. Dukungan sosial berperan penting bagi perkembangan individu. Dukungan sosial memiliki banyak efek positif untuk memulihkan kondisi fisik maupun psikologis seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dukungan sosial mengacu pada

rasa, kepedulian, penghargaan, bantuan yang diterima dan dirasakan individu dari orang lain atau sekelompok orang (Cintya & Supriyadi, 2020). Empat aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dukungan instrument. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Setyowati & Indrawati, 2022) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir fakultas hukum Universitas Diponegoro, yang berarti semakin positif persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial orang tua, maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja. Begitupun sebaliknya, semakin negatif persepsi mahasiswa mengenai dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja. Dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 11,3% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa efikasi diri, dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir memiliki keterkaitan dan saling mempengaruhi.

E. Hipotesis

Sesuai uraian diatas peneliti memberikan hipotesis terkait permasalahan yang ada, yakni :

1. Terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan yang dialami mahasiswa tingkat akhir.
3. Terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi dukungan sosial orang tua, maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel merupakan tahap guna menentukan variabel pertama dalam penelitian yang akan dilakukan dengan tujuan menentukan fungsi dari variabel. Identifikasi variabel dalam penelitian dilakukan guna menentukan fungsi-fungsi yang akan digunakan dalam variabel penelitian. Identifikasi variabel digunakan untuk menghindari kesalahan dalam pemilihan alat untuk pengumpulan data. Penelitian ini terdiri dari variabel bebas atau *independent* (X) dan variabel tergantung atau *dependent* (Y). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain, sedangkan variabel tergantung adalah variabel yang diukur untuk mengetahui besarnya pengaruh atau efek terhadap variabel lain (Azwar, 2017)

Variabel-variabel dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel bebas 1 (X1) : Efikasi Diri
2. Variabel bebas 2 (X2) : Dukungan Sosial Orang tua
3. Variabel Tergantung (Y) : Kecemasan

B. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan definisi mengenai yang didasarkan pada karakteristik yang lebih rinci dan dapat diamati. Definisi operasional digunakan untuk memperoleh sebuah definisi dengan arti tunggal dan dapat diterima secara subjektif sehingga terhindar dari kesalahan saat pengambilan data (Azwar, 2017). Berikut ini penjelasan definisi operasional dari beberapa variabel yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan yang dialami individu. Skor Kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh dari skala kecemasan yang diungkap berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Nevid,

Rathus dan Greene . yang memiliki tiga aspek kecemasan yaitu reaksi fisik, reaksi *behavioral* (Perilaku), reaksi kognitif.

Makin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek maka makin tinggi kecemasan yang dialami subjek, begitu juga sebaliknya makin rendah skor yang didapatkan subjek maka makin rendah tingkat kecemasan yang dialami subjek.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Skor efikasi diri diperoleh dari skala efikasi diri yang diungkap berdasarkan aspek menurut bandura (Wahyu, 2022) yakni *magnitude*, *generality*, dan *strength*.

Makin tinggi skor yang didapatkan subjek maka makin tinggi efikasi diri yang dimiliki subjek. Sebaliknya makin rendah skor yang didapatkan maka makin rendah efikasi diri yang dimiliki subjek.

3. Dukungan Sosial Orang tua

Dukungan sosial adalah dukungan yang diterima individu dari orang lain. Skor dukungan sosial orang tua diperoleh dari skala dukungan sosial orang tua yang diungkap berdasarkan aspek menurut sarafino yakni dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi.

Makin tinggi skor yang didapatkan subjek maka makin tinggi dukungan sosial orang tua yang diterima subjek. Sebaliknya makin rendah skor yang didapatkan maka makin rendah dukungan sosial orangtua yang diterima subjek.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan jumlah keseluruhan yang akan dijadikan objek atau subjek penelitian yang memiliki kualitas dan karakteristik sesuai dengan yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak

311 Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo

Prodi	Jumlah
Aqidah & Filsafat Islam	66
Ilmu Al-Quran dan Tafsir (Tafsir dan Hadits)	103
Ilmu Seni dan Arsitektur Islam	47
Studi Agama-Agama	34
Tasawuf dan Psikoterapi	61
Total	311

Sumber: Tata Usaha Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang akan digunakan untuk penelitian karena memiliki ciri dan karakteristik yang sesuai (Sugiyono, 2013). Sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 174 sampel mahasiswa angkatan 2020, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan *teknik cluster random sampling*. *Cluster random sampling* atau teknik pengambilan sampel secara random yang akan dipakai dalam dalam teknik pengambilan sampel pada populasi ini yaitu dengan melakukan randomisasi atau pemilihan dengan undian, dan diterapkan secara acak pada 5 prodi yang ada di fakultas Ushuluddin dan Humaniora (Sugiyono, 2013).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur skala psikologi. Skala merupakan suatu perangkat pernyataan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon subjek dalam pernyataan yang diberikan peneliti untuk subjek. Penelitian ini menggunakan model skala *likert*, berarti subjek diminta untuk menjawab pernyataan sesuai dengan diri subjek (Azwar, 2017). Skala *likert* dapat digunakan sebagai alat untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi seseorang atau

sekelompok orang terhadap suatu permasalahan. Terdapat empat alternatif jawaban dalam skala likert yakni sangat sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Alasan peneliti menghilangkan jawaban netral (N) karena jawaban netral memiliki arti ganda antara setuju atau tidak setuju, sehingga jawaban netral tidak memberikan ketegasan pendapat, sikap, ataupun persepsi dan untuk menghindari subjek menjawab netral.

Aitem dalam skala ini dibedakan menjadi aitem *favorable* (mendukung teori) dan *unfavorable* (tidak mendukung teori). Pada aitem *favorable*, skor untuk tiap pilihan jawaban adalah 4 untuk SS, 3 untuk S, 2 untuk TS, dan 1 untuk STS. Pada aitem *unfavorable*, skor untuk tiap pilihan jawaban adalah 4 STS, 3 untuk TS, 2 untuk S, dan 1 untuk SS. Skala yang digunakan yaitu :

1. Skala Kecemasan

Skala kecemasan bertujuan untuk mengungkap tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa, skala kecemasan ini diadopsi dari teori yang disusun oleh Navid, Rathus, Green dalam Dewanda, (2019) yakni aspek reaksi fisik, prilaku, dan pikiran (Kognitif). Total aitem keseluruhan berjumlah 48 aitem *favorable* 24 aitem dan aitem *unfavorable* 24 aitem. Berikut ini adalah *blueprint* skala kecemasan :

Tabel 2. Blueprint Skala Kecemasan

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
1.	Pikiran (Kognitif)	11	12	23
2.	Prilaku	6	5	11
3.	Reaksi Fisik	7	7	14
Total		24	24	48

2. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri bertujuan untuk mengungkap tingkat efikasi diri pada mahasiswa, peneliti menggunakan dimensi efikasi diri yang disusun oleh Bandura, yakni dimensi *magnitude* (tingkat kesulitan), *generality* (luas bidang prilaku), *strength* (kekuatan). Total aitem keseluruhan berjumlah 28 aitem, *favorable* 15 aitem dan *unfavorable* berjumlah 13 aitem. Berikut ini adalah *blueprint* skala efikasi diri :

Tabel 3. Blueprint skala efikasi diri

No	Dimensi	Aitem		Jumlah
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
1.	Magnitude (tingkat kesulitan tugas)	5	5	10
2.	Generality (luas bidang perilaku)	5	5	10
3.	Strength (Keyakinan)	5	5	10
Total		15	15	30

3. Skala Dukungan Sosial Orang tua

Skala dukungan sosial orang tua bertujuan untuk mengungkap tingkat dukungan sosial orangtua pada mahasiswa, skala dukungan sosial orang tua diadopsi dari teori yang disusun oleh Sarafino, dalam Chairunnisa, (2021) yakni aspek dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi. Total aitem keseluruhan berjumlah 32 aitem, *favorable* 16 aitem dan *unfavorable* berjumlah 16 aitem. Berikut ini adalah *blueprint* skala dukungan sosial orang tua :

Tabel 4. Blueprint Skala Dukungan Sosial Orang tua

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
1.	Dukungan Penghargaan	4	4	8
2.	Dukungan Emosional	4	4	8
3.	Dukungan Instrumental	4	4	8
4.	Dukungan Informasi	4	4	8
Total		16	16	32

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas yaitu seberapa jauh sebuah skala dapat menjalankan fungsi ukurnya. Suatu alat tes dapat dikatakan validitasnya tinggi jika hasil datanya akurat dan dapat memberi gambaran variabel yang diukur sesuai tujuan pengukurannya (Azwar, 2015).

Validitas dalam penelitian ini yaitu validitas isi. Dalam pengujian aitem alat ukur skala tidak bisa dilakukan berdasarkan keputusan dari satu belah pihak atau penilaian dari penulis saja, namun juga harus dilakukan oleh

penilaian profesional. Pada penilaian profesional penulis memerlukan keputusan dan persetujuan dari dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem biasanya dilakukan sebagai pembeda antara satu individu dengan individu yang lainnya. Uji daya beda aitem dilakukan dengan memilih berdasarkan kesesuaian fungsi alat ukur dengan fungsi skala (Azwar, 2019).

Batasan kriteria pemilihan aitem berdasarkan dari korelasi aitem total yaitu $r_{ix} \geq 0,30$, yang berarti seluruh daya beda aitem yang mempunyai koefisien korelasi minimal 0,30 dikatakan memuaskan, sedangkan aitem dengan $r_{ix} \leq 0,30$ dianggap sebagai aitem dengan daya beda rendah (Azwar, 2019). Apabila terdapat jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi, maka dapat dipertimbangkan dengan menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2019)

Teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Sosial Science*) versi 24.0 digunakan dalam penelitian ini untuk menghitung uji daya beda.

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan kepercayaan atau konsistensi hasil alat ukur yang memiliki arti seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Alat ukur dapat dikatakan berkualitas jika mampu menghasilkan skor yang cermat dengan tingkat kesalahan dalam pengukuran relatif rendah (Azwar, 2019). Reliabilitas yaitu seberapa tinggi sebuah pengukuran bisa dipercaya apabila hasil yang diperoleh dalam penelitian relatif sama.

Pengujian reliabilitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji koefisien *alpha chronbach* dengan bantuan SPSS versi 24.0. Koefisien reliabilitas yaitu antara angka 0,00 sampai 1,00 apabila koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka alat ukur yang digunakan memiliki reliabilitas yang tinggi, namun sebaliknya jika mendekati angka 0,00 maka alat ukur yang digunakan memiliki reliabilitas yang rendah. (Azwar, 2019).

F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah teknik yang digunakan setelah data atau seluruh sumber data dari seluruh jumlah responden telah terkumpul yang kemudian dilakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian (Sugiyono, 2013). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda digunakan dengan maksud untuk menjawab hipotesis pertama pada penelitian ini. Sedangkan teknik korelasi parsial dalam penelitian ini digunakan untuk menjawab hipotesis kedua dan ketiga (Azwar, 2017). Proses analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan dari program *IBM SPSS Statistic* versi 24.0.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kanchah Penelitian

Orientasi kanchah penelitian dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian. Tujuannya untuk menyiapkan semua yang dibutuhkan dalam penelitian, sehingga pelaksanaan penelitian diharapkan dapat berjalan dengan lancar dan tercapai keberhasilan dari penelitian yang dilakukan. Penelitian kali ini berhubungan dengan efikasi diri dan dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Tahap awal penelitian yaitu penentuan lokasi yang akan digunakan berdasarkan pada karakteristik yang telah ditetapkan. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir yaitu mahasiswa semester 8 di UIN Walisongo Semarang. UIN Walisongo Semarang adalah salah satu perguruan tinggi negeri di Semarang. Universitas yang dulunya bernama Institut Agama Islam Negeri (IAIN). UIN Walisongo Semarang memiliki 3 kampus yang berada di Semarang, yaitu kampus 1 yang berada di Jalan Walisongo No. 3-5, Tambakaji, Kecamatan Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah. Kampus 2 dan kampus 3 yang berada di Jalan Prof. Hamka, Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah. UIN Walisongo Semarang memiliki 8 Fakultas yaitu Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Fakultas Syariah dan Hukum, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Fakultas Sains dan Teknologi, dan jumlah jurusan sebanyak 45 jurusan/ prodi., dan memiliki 3 jenjang program studi yang tersedia yaitu Sarjana (S1), Magister (S2), dan Doktor (S3).

Tahap selanjutnya yaitu melakukan wawancara awal mengenai kecemasan menghadapi dunia kerja yang dilakukan terhadap 5 subjek mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang. Tahap selanjutnya yaitu

mencari hasil penelitian sebelumnya dan data-data yang diperlukan serta mencari teori-teori sebagai pendukung penelitian ini.

Alasan pemilihan lokasi Peneliti di UIN Walisongo Semarang, karena beberapa pertimbangan yaitu :

- a. Berdasarkan hasil wawancara yang sudah saya lakukan terhadap mahasiswa akhir di UIN Walisongo Semarang sebagian besar *individu* pernah mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja
- b. Karakteristik dari subjek sesuai dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti dalam penelitian.
- c. Mendapatkan izin dari dekanat uin walisono Semarang untuk melakukan penelitian

Pada penelitian ini, subjek penelitian merupakan mahasiswa tingkat akhir di fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang (untuk penelitian) dan mahasiswa tingkat akhir di fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Walisongo Semarang (untuk uji coba) angkatan 2020. Kemudian, penelitian menyiapkan berbagai hal yang berkaitan dengan persiapan penelitian.

2. **Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian harus dipersiapkan dengan matang, sebaik mungkin dan merencanakan proses penelitian secara detail untuk meminimalisir kesalahan dan hal-hal yang dapat menghambat keberhasilan dalam penelitian. Persiapan penelitian yang dilakukan dengan beberapa tahap yaitu :

a. **Penentuan Subjek**

Tahap pertama dalam penelitian adalah menentukan subjek penelitian. Peneliti menggunakan teknik *cluster random* sampling untuk penelitian. Tahap pertama adalah menentukan populasi untuk penelitian, selanjutnya mencari sampel dalam penelitian dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampel uji coba di fakultas yang berbeda dengan yang digunakan untuk penelitian yaitu di Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan. Setelah menentukan populasi untuk penelitian tahap

selanjutnya mencari sampel untuk penelitian dengan cara memilih acak program studi yang ada di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora menghasilkan 3 program studi.

b. Permohonan Izin

Tahap selanjutnya yang peneliti lakukan yaitu membuat surat izin penelitian di Fakultas Ushuluddin Humaniora dan Tarbiyah Keguruan UIN Walisongo Semarang. Selanjutnya mengajukan permohonan izin dan permintaan data dengan mengajukan data dengan mengajukan surat izin penelitian yang dikeluarkan oleh pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang ke Fakultas Ushuluddin dan Humaniora dengan nomor surat 189/C.1/Psi-SA/I/2024, dan menyerahkan surat izin untuk uji coba ke fakultas tarbiyah dan ilmu keguruan dengan nomor surat 545/C.1/Psi-SA/I/2024. Setelah surat izin diterima peneliti mendapatkan data dan surat balasan yang dikeluarkan oleh Fakultas.

c. Penyusunan Alat Ukur

Penyusunan alat ukur digunakan untuk mendukung penelitian dalam mengumpulkan data, dengan menggunakan alat ukur yang digunakan berupa skala psikologi kuesioner. Kuesioner merupakan sebuah instrumen yang mencakup sekumpulan pernyataan yang ditujukan untuk menjabarkan atribut yang dituju, dilaksanakan melalui menguraikan aspek setiap variabel kemudian ditransformasikan menjadi pernyataan. Dalam penelitian ini menggunakan 3 skala psikologi yaitu skala kecemasan, skala efikasi diri, dan skala dukungan sosial orangtua.

Setiap skala terdiri dari aitem atau pernyataan yang bersifat *favorable* dan aitem yang bersifat *unfavorable* menggunakan empat pilihan jawaban yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian untuk aitem *favorable* adalah 4

untuk SS, 3 untuk S, 2 untuk TS, 1 untuk STS. Pada aitem *unfavorable* yaitu 4 untuk STS, 3 untuk TS, 2 untuk S, dan 1 untuk SS. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1) Skala Kecemasan

Skala ini peneliti adopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Faishal Afif Dewanda (Dewanda, 2019) dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan Program Studi Psikologi UIN Walisongo Semarang. Banyaknya aitem dalam penelitian ini yaitu sejumlah 48 aitem terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable* dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,932. Skala ini disusun dengan mengacu pada aspek dari Nevid, Rathus dan Greene (Navid, Rathus & Greene 2005) dan terdapat tiga aspek kecemasan, yaitu meliputi aspek reaksi fisik, reaksi *behavioral* (prilaku), reaksi kognitif. Berikut merupakan sebaran aitem skala kecemasan:

Tabel 5. Distribusi Sebaran Aitem Skala Kecemasan

No	Aspek	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah
1.	Pikiran (kognitif)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 2, 10, 18, 26, 34	5, 13, 21, 29, 37, 44, 6, 14, 22, 30, 38, 45	23
2.	Prilaku	3, 11, 19, 27, 35, 42	7, 15, 23, 31, 39	11
3.	Reaksi fisik	4, 12, 20, 28, 36, 43, 47	8, 16, 24, 32, 40, 46, 48	14
	Total	24	24	48

2) Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri ini disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Bandura (Pratiwi Wahyu, 2022) yakni dimensi *magnitude*, *stenght*, dan *Generality*. Skala efikasi diri dalam penelitian ini berjumlah 30 aitem yang terdiri dari 15 aitem *favorable*, dan 15 aitem *unfavorable*. Berikut merupakan sebaran aitem efikasi diri:

Tabel 6. Distribusi Sebaran Aitem Skala Efikasi Diri

No	Aspek	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah
1.	<i>Magnitude</i>	1, 2, 11, 17, 24	4, 10, 14, 20, 27	10
2.	<i>Generality</i>	3, 7, 15, 22, 26	6, 12, 18, 25, 30	10
3.	<i>Strenght</i>	9, 5, 13, 19, 28	8, 16, 21, 23, 29	10
	Total	15	15	30

3) Skala Dukungan Sosial Orang tua

Skala dukungan sosial orang tua ini peneliti adopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Fabialma Salsabila Chairunnisa dari Fakultas Psikologi UNISSULA Semarang. Banyaknya aitem dalam penelitian ini yaitu sejumlah 32 aitem yang terdiri dari 16 aitem *favorabel* dan 16 skala *unfavorable* dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,905. Skala ini disusun dengan mengacu pada aspek dari Sarafino (2011) Berikut sebaran aitem skala dukungan sosial orang tua:

Tabel 7. Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Orang tua

No	Aspek	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah
1.	Dukungan Penghargaan	1, 5, 9, 13	17, 21, 25, 29	8
2.	Dukungan Emosional	18, 22, 26, 30	2, 6, 10, 14	8
3.	Dukungan Instrumental	3, 7, 11, 15	19, 23, 27, 31	8
4.	Dukungan Informasi	20, 24, 28, 32	4, 8, 12, 16	8
	Total	16	16	32

d. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Pengujian cobaan atau yang sering disebut *try out* dilaksanakan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan benar-benar layak. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 19 April 2024. Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran skala secara *online* dengan menggunakan *google form* yang dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/aKX2sRH2Uyh3gsdR9>.

Penyebaran uji coba alat ukur peneliti lakukan dengan menyebarkan tautan *google form* yang melalui WhatsApp grup di 6 prodi yang ada di fakultas tarbiyah dan keguruan melalui komting atau ketua himpunan mahasiswa Skala yang sudah terisi lalu diberikan nilai sesuai dengan ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 24.0. Total keseluruhan responden adalah sebanyak 87 responden.

Tabel 8. Data Mahasiswa Yang menjadi Subjek Uji Coba Skala

Program Studi	Jumlah Mahasiswa	Jumlah yang mengisi
Pendidikan Agama Islam	120	41
Pendidikan Bahasa Arab	72	11
Manajemen Pendidikan Islam	52	4
Pendidikan Bahasa Inggris	72	24
Pendidikan Guru Madrasal Ibtidaiyah	95	4
Pendidikan Islam Anak Usia Dini	69	3
Total	480	87

e. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Pengujian ini dilaksanakan sesudah diberikannya skor untuk skala yang sudah diisi oleh responden. Tujuan uji daya beda dan estimasi reliabilitas yaitu untuk mengetahui perbedaan antara individu berdasarkan skala yang diukur berdasarkan penelitian. Aitem dengan koefisien korelasi aitem total $\geq 0,30$ dikatakan baik. Apabila jumlah aitem lolos belum sesuai dengan jumlah yang diharapkan maka dapat menurunkan koefisien korelasi aitem total menjadi 0,25 (Azwar 2014). Koefisien korelasi melalui analisis *product moment* dengan bantuan SPSS versi 24.0. pengujian daya beda aitem serta reliabilitas aitem dari skala didapatkan hasil berikut ini:

1) Skala Kecemasan

Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS melalui Alpha Cronbach ditemukan koefisien reliabilitas dari skala kecemasan ini

sebesar 0,954 jadi dapat dikatakan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel yang digunakan. Terdapat 87 responden pada skala kecemasan dengan jumlah 48 aitem, diperoleh 45 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 3 aitem yang memiliki daya beda rendah. Pada skala kecemasan ini menggunakan koefisien korelasi sebesar 0,30, berdasarkan hasil analisis diperoleh daya beda tinggi berkisar 0,327 sampai 0,749. Berikut merupakan hasil analisis sebaran daya beda aitem kecemasan :

Tabel 9. Sebaran Daya Beda Aitem Pada Skala Kecemasan

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR
1.	Pikiran (Kognitif)	1, 9, 17, 25,	3, 13, 21, 29,	12	0
		33, 41	37, 44		
		2, 10, 18, 26*,	6, 14, 22, 30,	10	1
		34	38, 45		
2	Prilaku	3, 11, 19, 27,	7, 15, 23, 31*,	10	1
		35, 42	39		
3.	Reaksi Fisik	4, 12, 20, 28,	8, 16, 24, 32,	13	1
		36, 43, 47	40, 46*, 48		
Total		24	24	45	3

Keterangan:

*)= Aitem yang memiliki daya beda rendah

DBT = Daya Beda Tinggi

DBR = Daya Beda Rendah

2) Skala Efikasi Diri

Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS melalui Alpha Cronbach ditemukan koefisien reliabilitas dari skala efikasi diri ini sebesar 0,931 jadi dapat dikatakan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel efikasi diri. Terdapat 87 responden pada skala efikasi diri dengan jumlah 30 aitem, diperoleh 28 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 2 aitem yang memiliki daya beda rendah. Pada skala efikasi diri ini menggunakan koefisien korelasi sebesar 0,30, berdasarkan hasil analisis diperoleh daya beda tinggi berkisar 0,341 sampai 0,672. Berikut merupakan hasil analisis sebaran daya beda aitem efikasi diri :

Tabel 10. Sebaran Daya Beda Aitem Pada Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR
1.	<i>Magnitude</i>	1, 2, 11, 17*, 24	4, 10, 14, 20, 27	9	1
2.	<i>Generality</i>	3, 7, 15, 22, 26	6, 12, 18, 25, 30	10	0
3.	<i>Strenght</i>	9, 5, 13, 19, 28	8, 16, 21, 23*, 29	9	1
Total		15	15	28	2

Keterangan :

*)= Aitem yang memiliki daya beda rendah

DBT = Daya Bada Tinggi

DBR = Daya Bada Rendah

3) Skala Dukungan Sosial Orang tua

Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS melalui Alpha Cronbach ditemukan koefisien reliabilitas dari skala dukungan sosial orangtua ini sebesar 0,937 jadi dapat dikatakan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial orang tua. Terdapat 87 responden pada skala dukungan sosial orang tua dengan jumlah 32 aitem, diperoleh 30 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 2 aitem yang memiliki daya beda rendah. Pada skala dukungan sosial orang tua ini menggunakan koefisien korelasi sebesar 0,30, berdasarkan hasil analisis diperoleh daya beda tinggi berkisar 0,318 sampai 0,768. Berikut merupakan hasil analisis sebaran daya beda aitem dukungan sosial orang tua :

Tabel 11. Sebaran Daya Bada Aitem Pada Skala Dukungan Sosial Orang tua

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR
1.	Dukungan Penghargaan	1, 5, 9, 13	17, 21, 25, 29	8	0
2.	Dukungan Emosional	18, 22, 26, 30	2, 6, 10, 14	8	0
3.	Dukungan Instrumental	3*, 7, 11, 15	19, 23, 27, 31	7	1
4.	Dukungan Informasi	20, 24, 28, 32	4, 8, 12*, 16	7	1
Total		16	16	30	2

Keterangan :

*)= Aitem yang memiliki daya beda rendah

DBT = Daya Bada Tinggi

DBR = Daya Bada Rendah

f. Penomoran Ulang

Setelah mengetahui hasil uji coba, aitem yang memiliki daya beda rendah tidak akan digunakan, sedangkan aitem yang memiliki daya beda tinggi akan digunakan peneliti untuk melakukan penelitian. Berikut ini adalah penomoran baru tiap skala:

Tabel 12. Penomoran Ulang Aitem Skala Kecemasan

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	Prilaku (Kognitif)	1, 9, 17, 25, 33(31), 41 (39)	5, 13, 21, 29(28), 37(35), 44(42)	12
		2, 10, 18, 34(32)	6,14, 22, 30(29), 38(36), 45 (43)	10
2.	Prilaku	3, 11, 19, 27(26), 35(33), 42(40)	7, 15, 23,39 (37)	10
3.	Reaksi Fisik	4, 12, 20, 28(27), 36 (34), 43(41), 47(44)	8, 16, 24, 32(30), 40(38), 48(45)	13
		Total	23	22

Keterangan :

(...) = nomor aitem baru pada skala kecemasan

Tabel 13. Penomoran Ulang Aitem Skala Efikasi Diri

No	Dimensi	Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	<i>Magnitude</i>	1, 2, 11, 17*, 24(22)	4, 10, 14, 20(19), 27(25)	9
2.	<i>Generality</i>	3, 7, 15, 22(21), 26 (24)	6, 12, 18(17), 25(23), 30(28)	10
3.	<i>Strenght</i>	9, 5, 13, 19(18), 28(26)	8, 16, 21(20),23*,29(27)	9
Jumlah		14	14	28

Keterangan :

(...) = nomor aitem baru pada skala efikasi diri

Tabel 14. Penomoran Ulang Aitem Skala Dukungan Sosial Orang tua

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	Dukungan Penghargaan	1, 5(4), 9(8), 13(11)	17(15),21(19), 25 (23), 29(27)	8
2.	Dukungan emosional	18(16), 22(20), 26 (24), 30(28)	2, 6(5), 10(9),14(12)	8
3.	Dukungan Instrumental	7(6), 11(10), 15 (13)	19(17), 23(21), 27 (25), 31(29)	7
4.	Dukungan informasi	20(18), 24(22), 28 (26), 32(30)	4(3), 8(7), 16 (14)	7
Jumlah		15	15	30

Keterangan :

(...) = nomor aitem baru pada skala dukungan sosial orangtua

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 13 Mei 2024. Pengambilan data secara *online* menggunakan *google form* yang dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/7q33WYcoJcYopK488>. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Prodi Aqidah & Filsafat ilmu, Ilmu Seni & Arsitektur Islam, Tasawuf & Psikoterapi. Penyebaran skala penelitian ini dilakukan peneliti dengan menyebarkan tautan *google form* lewat media sosial *Whatsapp*. Skala yang sudah diisi oleh responden akan diberi nilai sesuai dengan ketentuan kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 24.0. Total responden pada penelitian ini sebanyak 84 responden. Berikut rinciannya:

Tabel 15. Data Mahasiswa yang Menjadi Subjek Peneliitian

Prodi	Jumlah Responden
Aqidah & Filsafat Ilmu	33
Ilmu Seni & Arsitektur Islam	25
Tasawuf & Psikoterapi	26
Total	84

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan tahap awal sebelum melakukan analisis data, uji asumsi antara lain uji normalitas, uji linearitas, dan multikolinieritas.

a. Uji Normalitas

Normalitas data diuji menggunakan *One-Sampel Kolmogorov Smirnov Z*. ini dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data. Data dapat dikatakan terdistribusi dengan normal jika signifikan $>0,05$. Berikut ini adalah uji normalitas penelitian:

Tabel 16. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Dev	K-S Z	Sig	P	Keterangan
Kecemasan	99,39	12,858	0,068	0,200	$>0,05$	Normal
Efikasi Diri	81,05	7,839	0,102	0,030	$<0,05$	Tidak Normal
Dukungan Sosial Orang tua	87,82	8,470	0,078	0,200	$>0,05$	Normal

Uji normalitas pada variabel kecemasan didapatkan nilai K-S Z sebesar 0,068 dengan signifikansi sebesar 0,200 ($>0,05$), hal ini berarti sebaran data pada variabel kecemasan normal. Pada variabel efikasi diri didapatkan nilai K-S Z sebesar 0,102 dengan taraf signifikansi 0,030 ($<0,05$) hal ini berarti sebaran data pada variabel efikasi diri tidak normal. Sedangkan dukungan sosial orang tua nilai K-S Z 0,078 dengan taraf signifikansi 0,200 ($>0,05$) hal ini berarti menunjukkan bahwa sebaran data pada variabel dukungan sosial orangtua normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Pengujian akan peneliti dilaksanakan melalui penggunaan uji F_{linier} .

Hasil pengujian untuk variabel efikasi diri dengan kecemasan mendapatkan hasil Flinier sebesar 217,687 dengan taraf signifikansi 0,000 ($<0,01$). Hal ini menjelaskan bahwa efikasi diri dan kecemasan berkorelasi secara linier. Variabel dukungan sosial orangtua dengan kecemasan mendapatkan hasil Flinier sebesar 122,261 dengan taraf signifikansi 0,000 ($< 0,01$). Hal ini menjelaskan bahwa dukungan sosial orangtua dengan kecemasan berkorelasi secara linier.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinieritas dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah ada korelasi antar variabel bebas dengan model regresi. Uji multikolinieritas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik VIF (*Variance Inflating Factory*) <10 dan skor *Tolerance* $> 0,1$

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas pada penelitian yang dilakukan didapatkan nilai VIF = 2,245 (<10) dan nilai *Tolerance* = 0,445 ($>0,1$), jadi dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat multikolinieritas antara kedua variabel bebas.

2. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis Pertama

Uji hipotesis pertama menggunakan analisis regresi berganda yang berfungsi untuk melihat hubungan antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Walisongo Semarang. Berdasarkan hasil uji korelasi regresi berganda yang sudah dilakukan, koefisien yang dihasilkan sebesar $R = 0,871$ dan skor F_{hitung} sebesar 127,168 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), ini bermakna jika terdapat hubungan yang signifikan antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Persamaan garis regresi dalam penelitian ini adalah $Y = -0,878 + -0,600 + 223,299$ sehingga diperoleh hasil dari variabel efikasi diri $-0,878$

dan hasil dari variabel dukungan sosial orang tua $-0,600$ dengan nilai konstan $223,299$. Kesimpulannya bahwa rata-rata skor kecemasan (Y) pada mahasiswa semester akhir akan mengalami perubahan sebesar $-0,878$ pada setiap perubahan efikasi diri dan akan mengalami perubahan sebesar $-0,600$ pada dukungan sosial orang tua.

Berdasarkan koefisien R square didapatkan $0,758$ maka dengan ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial orang tua secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar $75,8\%$ terhadap kecemasan, sedangkan $100\% - 75,8\% = 24,2\%$ dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel penelitian diantaranya harapan masa depan, dukungan sosial teman, tetangga, budaya, tradisi dan adat istiadat.

b. Uji Hipotesis Dua

Teknik korelasi parsial digunakan untuk uji hipotesis kedua guna membuktikan ada atau tidaknya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan mengontrol dukungan sosial orangtua. Berdasarkan hasil uji korelasi parsial yang telah dilakukan, maka telah diperoleh hasil skor r_{x1-2y} sebesar $-0,588$ dengan signifikansi sejumlah $0,000$ ($p < 0,01$), berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi kecemasan. Kesimpulannya, hipotesis kedua pada penelitian ini dinyatakan diterima.

c. Uji Hipotesis Ketiga

Teknik korelasi parsial, digunakan untuk uji hipotesis ketiga guna membuktikan ada atau tidaknya hubungan negatif antara Dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan mengontrol efikasi diri. Berdasarkan hasil uji korelasi parsial yang telah dilakukan, maka telah diperoleh hasil skor r_{x2-1y} sejumlah $-0,473$ dengan

signifikansi sejumlah 0,000 ($p < 0,01$), berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah kecemasan. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi kecemasan. Kesimpulannya, hipotesis ketiga pada penelitian ini dinyatakan diterima.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian dijelaskan guna mendapatkan gambaran secara jelas mengenai nilai maupun hasil dari kelompok subjek yang dikenakan pada penelitian serta dijadikan penjelasan untuk keadaan subjek sebagai atribut yang dipakai pada penelitian. Kategorisasi dengan model distribusi normal digunakan sebagai pendeskripsian data pada penelitian ini. Tujuan penggunaan kategorisasi pada subjek adalah untuk menempatkan subjek dengan pengelompokan yang bertingkat berdasarkan atribut penelitian yang digunakan (Azwar, 2012). Norma kategorisasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 17. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5 \sigma < x \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5 \sigma < x \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,5 \sigma < x \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$x \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan: μ = Mean Hipotetik; σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Skor Kecemasan dalam Menyusun Skripsi

Skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja terdapat 45 aitem yang berdaya beda tinggi di mana setiap skor tersebut diberikan rentang angka berkisar 1 hingga 4. Nilai terkecil yang didapat yaitu 45 yang didapat dari (45×1) dan nilai terbesar yaitu 180 yang didapat dari (45×4) . Rentang nilai dalam skala ini sebesar 135 yang diperoleh dari $(180 - 45)$. Rentang skor

ini lalu dibagi menjadi 6 satuan deviasi standar, hingga diperoleh nilai setandar deviasi sejumlah 22,5 yang didapat dari $(180-45/6)$ dengan *mean* hipotetik sebesar 112,5 yang didapat dari $(180+45/2)$. Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala kecemasan:

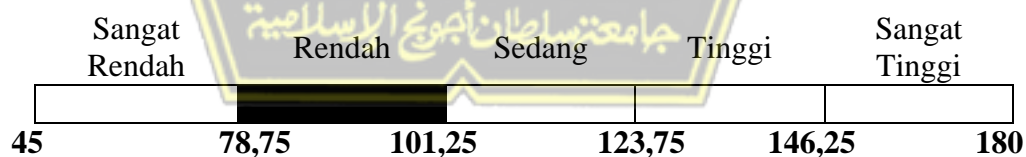
Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Kecemasan

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	58	45
Skor Maksimum	135	180
Mean (M)	99,39	112,5
Standar Deviasi (SD)	12,858	22,5

Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
146,25 >	Sangat tinggi	0	0%
123,75 < X ≤ 146,25	Tinggi	3	4%
101,25 < X ≤ 123,75	Sedang	34	40%
78,75 < X ≤ 101,25	Rendah	44	52%
< 78,75	Sangat rendah	3	4%
Jumlah		84	100%

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa mean empirik 99,39 dengan persentase 52%. Kesimpulannya kecemasan dalam penelitian ini dalam kategori rendah.



Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan

2. Deskripsi Data Skor Efikasi Diri

Skala efikasi diri dalam terdapat 28 aitem yang berdaya beda tinggi dan setiap skor tersebut diberikan rentang angka berkisar 1 hingga 4. Nilai terkecil yang didapat yaitu 28 yang didapat dari (28×1) dan nilai terbesar yaitu 112 yang didapat dari (28×4) . Rentang nilai dalam skala ini sebesar 84 yang diperoleh dari $(112 - 28)$. Rentang skor ini lalu dibagi menjadi 6 satuan

deviasi standar, hingga diperoleh nilai setandar deviasi sejumlah 14 yang didapat dari $(112-28/6)$ dengan *mean* hipotetik sebesar 70 yang didapat dari $(112+28/2)$. Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala efikasi diri:

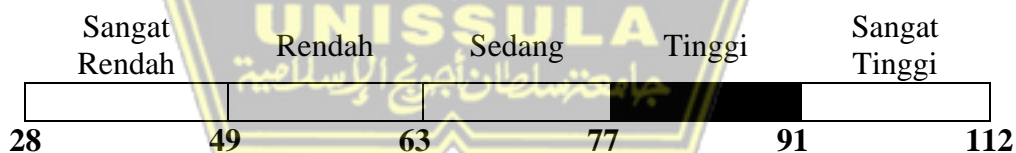
Tabel 20. Deskripsi Skor Skala efikasi diri

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	67	28
Skor Maksimum	105	112
Mean (M)	81,05	70
Standar Deviasi (SD)	7,839	14

Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Efikasi Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$91 >$	Sangat tinggi	8	9%
$77 < X \leq 91$	Tinggi	52	62%
$63 < X \leq 77$	Sedang	24	29%
$49 < X \leq 63$	Rendah	0	0%
< 49	Sangat rendah	0	0%
Jumlah		84	100%

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa mean empirik sebesar 81,05 dengan persentase 62%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri termasuk dalam kategori tinggi.



Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Efikasi diri

3. Deskripsi Data Skor Dukungan Sosial Orang tua

Skala dukungan sosial orang tua terdapat 30 aitem yang berdaya beda tinggi *dan* setiap skor tersebut diberikan rentang angka berkisar 1 hingga 4. Nilai terkecil yang didapat yaitu 30 yang didapat dari (30×1) dan nilai terbesar yaitu 120 yang didapat dari (30×4) . Rentang nilai dalam skala ini sebesar 90 yang diperoleh dari $(120 - 30)$. Rentang skor ini lalu dibagi menjadi 6 satuan deviasi standar, hingga diperoleh nilai setandar deviasi

sejumlah 15 yang didapat dari $(120 - 30/6)$ dengan *mean* hipotetik sebesar 75 yang didapat dari $(120+30/2)$. Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala Dukungan Sosial Orang tua:

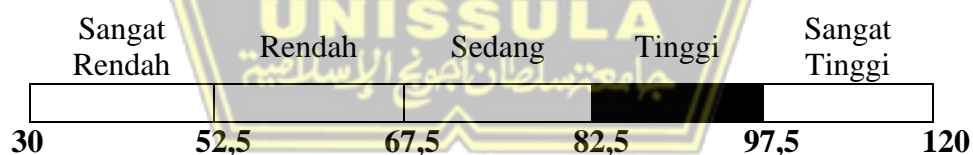
Tabel 22. Deskripsi Skor Skala Dukungan Sosial Orang tua

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	67	30
Skor Maksimum	1088	120
Mean (M)	87,82	75
Standar Deviasi (SD)	8,470	15

Tabel 23. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial Orang tua

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$97,5 >$	Sangat tinggi	7	8%
$82,5 < X \leq 97,5$	Tinggi	55	66%
$67,5 < X \leq 82,5$	Sedang	21	25%
$52,5 < X \leq 67,5$	Rendah	1	1%
$< 52,5$	Sangat rendah	0	0%
Jumlah		84	100%

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa mean empirik sebesar 87,82 dengan persentase 66%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri termasuk dalam kategori tinggi.



Gambar 3. Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Orangtua

E. Pembahasan

Penelitian dilakukan untuk mengetahui dan menguji apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Hasil penelitian yang dilakukan memiliki tiga hipotesis yang diuji dan ketiga hipotesis diterima. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan

menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fakultas ushuluddin dan humaniora UIN Walisongo Semarang. Hasil analisis hipotesis pertama yang dilakukan dengan regresi berganda menunjukkan nilai korelasi $R = 0,871$, $F_{hitung} = 127,168$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan jika efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir di UIN Walisongo Semarang yang mengindikasikan bahwa hipotesis pertama pada penelitian ini diterima. Sumbangan efektif dari efikasi diri dan dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah sebesar $75,8\%$.

Hasil penelitian pada hipotesis pertama penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Kasyfillah & Susilarini (2021) yang mengungkapkan jika terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan *self efficacy* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Nugrahaningtyas *et al.*, (2020), yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Wedi Klaten. Hasil penelitian yang dilakukan Tarigan *et al.*, (2024) juga menunjukkan hasil serupa yaitu ada hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi UKOM pada mahasiswa ilmu keperawatan.

Hipotesis kedua pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir yang dilakukan dengan uji korelasi parsial diperoleh $r_{xly} = -0,588$ dengan signifikansi sejumlah $0,000$ ($p < 0,01$). Hasil uji korelasi parsial ini membuktikan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir yang artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi bisa membentuk sikap dan perilaku positif pada setiap individu, sebaliknya efikasi diri

yang rendah berdampak pada ketidak siapan dan ketidakyakinan mahasiswa saat menghadapi dunia kerja.

Friedman dan schustack (Pebriani *et al.*, 2020) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah keyakinan dan harapan tentang seberapa kompeten individu bertindak pada setiap situasi. Efikasi diri penting untuk dimiliki setiap mahasiswa sebab dengan efikasi diri individu mampu untuk bertahan untuk mencapai suatu tujuan dan menghadapi tantangan kedepannya. Feist dan Roberts (Pebriani *et al.*, 2020) menjelaskan jika efikasi diri bisa mempengaruhi bentuk dari tindakan yang individu lakukan, sebesar apa usaha yang dilakukan, seberapa lama bertahan menghadapi kegagalan dan kesulitan, kekuatan dan keteguhan untuk mengikuti adanya kemunduran. jika dikaitkan dengan menghadapi dunia kerja, mahasiswa dengan efikasi diri yang baik dirasa mampu untuk menghadapi tantangan untuk memasuki dunia kerja sehingga rasa cemas yang timbul cenderung dapat diatasi dengan baik.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini dihitung dengan korelasi parsial antara variabel dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir didapatkan hasil skor $r_{x_2y} = -0,473$ dengan signifikansi sejumlah 0,000 ($p < 0,01$). Hasil ini menjelaskan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Individu yang menerima dukungan dari orang tua yang berupa dukungan penghargaan seperti umpan balik, membimbing dan menengahi dalam proses pemecahan masalah, sebagai sumber dan validator dalam memberikan support, perhatian, dan penghargaan. Dukungan emosional adalah dukungan *dan* orang tua sebagai tempat yang aman untuk pulang beristirahat dan membantu individu untuk mengatur emosi. Dukungan instrumental seperti dukungan untuk menyediakan fasilitas dan perlengkapan yang dibutuhkan, dukungan informasi *dan* orangtua memberikan informasi tentang berbagai hal. Individu yang mendapatkan dukungan

penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan informasi dari orang tuanya maka dapat menurunkan kecemasan menghadapi dunia kerja pada individu.

Lestari (Setyowati & Indrawati, 2022) menjelaskan bahwa dukungan sosial orang tua berkaitan dengan hubungan yang terjalin antara anak dengan orangtua yang akan mempengaruhi keberhasilan anak dalam bidang akademik maupun non akademik, dan kepekaan orang tua dalam mendukung kebutuhan anak merupakan hal yang sangat penting. Hubungan harmonis antara anak dan orang tua juga sangat penting untuk proses sosialisasi. Hanif dan Muhid (2014) menyampaikan pendapatnya bahwa dukungan sosial orang tua dapat membuat anak merasa aman dalam melakukan eksplorasi dan eksperimen dalam kehidupan yang membuat individu memiliki kedewasaan dalam berpikir untuk mengambil sebuah keputusan. Apollo dan Cahyadi (2012) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki manfaat untuk mengurangi kecemasan, depresi dan simtom-simtom gangguan dalam tubuh orang yang mengalami stres, dan dukungan sosial membuat individu lebih optimis dalam terhadap kehidupan dan pekerjaannya karena yakin akan kemampuannya. jika dikaitkan dengan menghadapi dunia kerja, mahasiswa dengan dukungan sosial orang tua yang tinggi akan memiliki optimisme yang baik untuk memasuki dunia kerja sehingga rasa cemas yang timbul cenderung dapat diatasi dengan baik.

Hasil kategorisasi skor pada variabel efikasi diri menunjukkan mean empirik sebesar 81,05 dengan 52 subjek (62%) memiliki efikasi diri pada kategori yang tinggi dan 24 subjek (29%) pada kategori sedang. Hasil kategorisasi skor pada variabel dukungan sosial orang tua menunjukkan mean empirik sebesar 87,82 dengan 55 subjek (66%) memiliki dukungan sosial orangtua pada kategori tinggi dan 21 subjek (25%) dalam kategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial orang tua sebagian besar subjek dalam kategori tinggi hingga sedang yang menyebabkan tingkat kecemasan berada pada kategori rendah sebanyak 44 subjek (52%) dan berada pada kategori sedang sebanyak 34 subjek (40%). Hasil penelitian berdasarkan deskripsi pada skala kecemasan menghadapi

dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang tergolong rendah.

F. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini terdapat beberapa kelemahan dalam proses pelaksanaan, adapun kelemahan pada penelitian ini yaitu :

1. Tidak memasukan kriteria apakah mahasiswa masih memiliki orang tua atau tinggal bersama orangtua.
2. Kesalahan dalam pemilihan teknik pengambilan sampel.
3. Peneliti tidak memiliki data empirik bahwa kecemasan terjadi di Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang.
2. Hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya.
3. Hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan cara:

- a. Yakin bisa mendapatkan pekerjaan yang diinginkan
- b. Tetap semangat untuk belajar hal baru yang dibutuhkan di dunia kerja
- c. Tetap yakin dengan kemampuan diri sendiri dan semangat untuk belajar dan mengembangkan kemampuan.
- d. Berfikir positif bahwa orangtua selalu berusaha sesuai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan
- e. Menceritakan masalah yang dihadapi kepada orangtua dan menerima saran dari orangtua

f. Mempertahankan persepsi bahwa orangtua selalu menyayangi kita dan memberikan motivasi kepada kita.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan permasalahan yang sama disarankan untuk:

- a. Membedakan kecemasan pada mahasiswa laki-laki dan perempuan.
- b. Menambah atau menganalisis variabel lain selain variabel dukungan sosial orangtua, variabel tersebut antara lain variabel dukungan sosial teman sebaya, perasaan atau emosi, dan masalah fisik.



DAFTAR PUSTAKA

- Aninda Cahya Savitri, P., & Luh Indah Desira Swandi, N. (2023). Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa : Literature Review. *Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 2720–8958.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ardi Nugroho, C., Saniatuzzulfa, R., & Widi Scarvanovi, B. (2022). Hubungan Regulasi Diri dan Grit dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Psikologi UNS. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 7(1), 32. <https://doi.org/10.20961/jip.v7i1.57730>
- Argasiam, B. (2022). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Unika Soegijapranata Ditinjau dari Hubungan Keaktifan Mengikuti Organisasi. *Jurnal IMAGE*, 02(2), 15–27.
- Ayunda Pininta Kasih. (2023). *Menaker: 12 Persen Pengangguran RI Didominasi Lulusan S1 dan Diploma* - Kompas.com. Kompas.Com. <https://amp.kompas.com/edu/read/2023/02/23/085024071/index.html>
- Azwar, S. (2015). Dasar-Dasar Psikometrika. In *Dasar-Dasar Psikometrika* (II). Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (II). Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2019b). *Realibilitas dan Validitas* (IV). Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Battu, A. S., & Susanto, A. H. (2022). Pengaruh Self Efficacy Dan Locus of Control Terhadap Kinerja Karyawan Magang. *Jurnal Ilmiah Manajemen, Bisnis Dan Kewirausahaan*, 2(3), 61–77. <https://journal.sinov.id/index.php/jurimbik/page61>
- Cahyadi, A. (2012). *Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri*. 000(02), 254–271.
- Chairunnisa, F. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Optimisme Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang Skripsi* (Issue 30701700036). UNISSULA.
- Cintya, N. K., & Supriyadi. (2020). Peran Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Komunikasi pada Orang Tuli di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana, Edisi Khusus Kesehatan Mental Dan Budaya*, 2, 49–59.

- Dewanda. (2019). *Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Walisongo Semarang* (Vol. 1, Issue 1) [UIN Walisongo Semarang].
- Dzulfikar, a. (2022). Peran Self-Efficacy dan Kecemasan Statistika dalam Kemampuan Pemecahan Masalah Mahasiswa. *Jurnal THEOREMS (The Original Research of ...)*, 7, 82–93. <https://www.unma.ac.id/jurnal/index.php/th/article/view/4076%0Ahttps://www.unma.ac.id/jurnal/index.php/th/article/download/4076/2548>
- Fauzan, F. (2020). Pengaruh Soft Skill Dan Locus of Control Terhadap Kesiapan Fresh Graduate Dalam Era Industri 4.0 (Studi Pada Prodi Manajemen Unihaz Bengkulu). *Creative Research Management Journal*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.32663/crmj.v2i2.1105>
- Gail W. Stuart. (2006). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: EGC.
- Hafid, A., & Muhid, A. (2014). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Religiusitas Dengan Agresivitas Remaja Anggota*. 3(03), 205–212.
- harlina, ahmadd, rifkatul. (2022). *Sultra Educational Journal (Seduj) Fenomena Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0*. 2(1). <http://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/sedujhttp://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/seduj>
- Haryati, & Hasanah, N. (2019). Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah. *Innovatio : Journal for Religious - Innovation Studies*, XIX(2), 163–178.
- Indra Ruswadi, Masliha Masliha, & Evi Supriatun. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa D3 Keperawatan Menghadapi Ujian Akhir. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2), 32–43. <https://doi.org/10.55606/klinik.v1i2.543>
- Karen Hapuk, M. S., Suwatno, S., & Machmud, A. (2020). Efikasi diri dan motivasi: sebagai mediasi pengaruh pendidikan kewirausahaan terhadap minat berwirausaha. *Jurnal Riset Pendidikan Ekonomi*, 5(2), 59–69. <https://doi.org/10.21067/jrpe.v5i2.4577>
- Kasyfillah, A. M., & Susilarini, T. (2021a). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi -ITH HUMANIORA: *Jurnal Sosial ...*, 5(3), 69–75. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/1473/1197>

- Lestari&ansa aulia, D. (2023). BPS: Jumlah Pengangguran Turun 4,8 Persen di Februari 2023 Jadi 7,99 Juta Orang. *Viva.Co.Id*. <https://www.viva.co.id/berita/bisnis/1597580-bps-jumlah-pengangguran-turun-4-8-persen-di-februari-2023-jadi-7-99-juta-orang>
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*, 3. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Nafia, A., & Al Fatah, S. A. A. (2022). Peranan Self Efficacy Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Muttaqien; Indonesian Journal of Multidiciplinary Islamic Studies*, 3(2), 265–273. <https://doi.org/10.52593/mtq.03.2.05>
- Navid, Jeffrey S., Rathus, Spencer A., Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (W. C. Medya, Ratri., Kristiaji (ed.); kelima). Jakarta: Erlangga
- Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). *Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa : Adakah peranan self-efficacy ? Pendahuluan*. 3(1), 200–207.
- Nugrahaningtyas, W., Wiyanti, S., & Priyatama, A. N. (2020). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan Sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas xii smk muhammadiyah 1 wedi klaten. *Jurnal Ilmiah Psikologi Chandrajiwa*, 134–144.
- Pebriani, S., Karim, D., & Utami, G. T. (2020). Hubungan kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 7(2), 72–78.
- Pranata, Y. H., Wardani, N. D., & Jusup, I. (2016). Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1903–1910.
- Pratiwi Wahyu, I. (2022). Gambaran Efikasi Diri Mata Pelajaran Matematika pada. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan SDM*, 11(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.1555/psi.v10i2.939>
- Putra, F., & Irna, A. Y. (2022). Hubungan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2186–2194.
- Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 9(5), 375–383. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.29261>
- Rahmawati, N. E., & Santi Budiani, M. (2022). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ilmu Pendidikan dalam Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 217–227.

- Rusdi, M. (2023). *Pengaruh Bimbingan Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Institut Agama Islam Miftahul Ulum Pamekasan. 1*, 1–10.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 370–378. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24895>.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (J. W. & S. Inc. (ed.); 9th ed.). (Ninth Edi). Amerika Serikat: John Wiley & Sons Inc.
- Setyowati, D. A., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir fakultas hukum universitas diponegoro. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orngtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerjas Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro*, 11, 319–324.
- Sugiarto dan Soetjningsih. (2021). *Dukungan Sosial Orang Tua Dan Psychological Well Being Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal Jovina*. 18(1), 833–843.
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* Argasiam, B. (2022). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Unika Soegijapranata Ditinjau dari Hubungan Keaktifan Mengikuti Organisasi. *Jurnal IMAGE*, 02(2), 15–27.
- Dewanda. (2019). *Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Uin Walisongo Semarang* (Vol. 1, Issue 1) [UIN Walisongo Semarang]. http://www.ghbook.ir/index.php?name=فرهنگ و رسانه و نذ و ن&option=com_dbook&task=readonline&book_id=13650&page=73&chhashk=ED9C9491B4&Itemid=218&lang=fa&tmpl=component%0Ahttp://www.albayan.ae%0Ahttps://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&q=APLIKASI+PENGENA
- Navid S Jeffrey, Ratus A Spencer, G. B. (2005). *Psikologi Abnormal* (K. C. W. Medya Ratri (ed.); 5th ed.). Erlangga.
- Nevid, J. S., Ratus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (W. C. Medya, Ratri., Kristiaji (ed.); kelima). Erlangga.
- Pranata, Y. H., Wardani, N. D., & Jusup, I. (2016). Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1903–1910.

- Pratiwi Wahyu, I. (2022). Gambaran Efikasi Diri Mata Pelajaran Matematika pada. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan SDM*, 11(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.1555/psi.v10i2.939>
- Riowati. (2022). *Dinamika Karier dan Pernikahan Pada Perkembangan Masa Dewasa* (H. Nur & Nurussakinah (eds.); 3rd ed.). CV. Bintang Semesta Media.
- Rizqi Fairuz., E. A. (2020). Menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester. *Jurnal Empati*, 8(Nomor 4), 71–76. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.14710/empati.2019.26516>
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (J. W. & S. Inc. (ed.); 9th ed.).
- Setyowati, D. A., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir fakultas hukum universitas diponegoro. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orngtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro*, 11, 319–324.
- Sumarto, M. (2023). *Cara Mengelola Emosi Dalam Kehidupan Sehari-hari Terhadap Anak Remaja* (G. Irwan (ed.)). Cahaya Harapan.
- 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.
- Tarigan, B. A., Manurung, Y. R., Simamora, D. B., Fortuna, G. A., El Akmal, M., & Safarina, N. A. (2024). Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi UKOM pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 4(1), 89–95.
- Wilfrida, H. Y., & Rahayu, M. N. M. (2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(2018), 1349–1358.