

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI DAN DUKUNGAN
SOSIAL KELUARGA TERHADAP KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA**

(Studi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran
Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana
Malik Ibrahim Malang)

SKRIPSI



Oleh

Nabila Urbaningrum

NIM 17410034

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA
MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA

SKRIPSI

Oleh:

Nabila Urbaningrum

NIM. 17410034

Telah disetujui oleh,

Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi., Psikolog

NIP. 19750514 200003 2 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Rifa Hidayati, M. Si

NIP. 19761128 200501 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI DAN DUKUNGAN
SOSIAL KELUARGA TERHADAP KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 23 Desember 2021

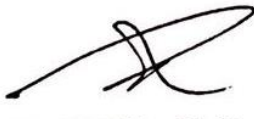
Susunan Dewan Penguji

Sekretaris/Anggota



Dr. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi Psikolog
NIP. 19750514 200003 2 003

Ketua Penguji Utama



Dr. Ali Ridho, M. Si
NIP. 19780429 200604 1 001

Anggota



Agus Iqbal Hawabi, M. Psi
NIP. 19880601 201903 1 009

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal. 23 Desember 2021

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 19761128 200501 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nabila Urbaningrum

NIM : 17410034

Fakultas : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul: “Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir FKIK UIN Malang” adalah benar karya penulis dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini penulis melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Malang, 8 Desember 2021

Penulis,



Nabila Urbaningrum

NIM. 17410034

MOTTO

*“MASA DEPAN YANG CERAH TIDAK PERNAH DIJANJIKAN PADA
SIAPAPUN. KAMU HARUS MENGEJARNYA SENDIRI”*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk kedua orang tua saya yang tercinta dan terkasih Bapak Warsono dan Ibu Rini Listyaningsih yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dorongan dan motivasi tanpa henti. Kedua adikku yang pandai Afifa Najwa Azzahra dan Nafisah Innasuha yang selalu memberikan energi positif dan semangat saat melihat mereka tersenyum dan tertawa. Keluarga dan teman yang selalu memberikan dukungan, doa dan kasih sayang yang melimpah kepada saya yang membuat saya semakin bersemangat dalam menimba ilmu dan menyelesaikan tugas akhir ini.

Saya ucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada dosen pembimbing yang saya hormati Ibu Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M.Psi, Psikolog. Yang dengan sabar membimbing saya dan memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi. Seluruh dosen dan staff akademik Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Serta untuk seluruh pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih, terimakasih lagi, terima kasih banyak atas segalanya.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah dan segala nikmat-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir FKIK UIN Malang”** dengan lancar dan penuh berkah. InsyaAllah. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang kelak kita harapkan syafaatnya dihari kiamat. Penulisan karya ini dilakukan dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak akan mampu terselesaikan dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan rasa hormat dan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Zainuddin, MA selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayati, M. Si., Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Drs. Zainul Arifin, M. Ag selaku dosen wali yang senantiasa dengan sabar membimbing saya dalam menyelesaikan studi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M. Psi. Psikolog, selaku dosen pembimbing saya yang senantiasa memberikan bimbingan terbaik serta motivasi kepada saya sampai terselesaikannya penelitian ini.
5. Dr. Retno Mangestuti, M.Si selaku dosen penguji seminar proposal skripsi.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan selama menempuh pendidikan studi S1.
7. Segenap staf dan karyawan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang senantiasa memberikan kemudahan dalam segala administrasi dengan sabar.

8. Seluruh responden dan semua pihak yang telah memberikan subangsih dalam penelitian ini dengan penuh keikhlasan dan kesediannya.
9. Bapak Warsono dan Ibu Rini Listyaningsih, kedua orangtua tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, dorongan dan motivasi untuk selalu semangat dan berbahagia dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Afifa Najwa Azzahra dan Nafisah Innasuha, kedua adik tersayang yang selalu memberikan semangat kepada saya.
11. Teman-teman angkatan 2017 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang seperjuangan yang telah saling mendukung dalam kesuksesan bersama selama studi S1.

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan imbalan atas bantuan dan dukungan yang diberikan kepada pihak peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dan semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi semua kalangan bidang Pendidikan. Aamiin.

Malang, 8 Desember 2021

Peneliti,



Nabila Urbaningrum

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
ملخص.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	14
BAB 2 KAJIAN TEORI	15
A. Kecemasan.....	15
1. Pengertian Kecemasan	15
2. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	16
3. Macam-Macam Kecemasan	19
4. Aspek-Aspek Kecemasan.....	22
5. Kecemasan Dalam Perspektif Islam.....	27
B. Kepercayaan Diri.....	31
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	31
2. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri.....	33
3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	36
4. Kepercayaan Diri Dalam Perspektif Islam	40

C. Dukungan Sosial Keluarga	42
1. Pengertian Dukungan Sosial	42
2. Aspek Dukungan Sosial	43
3. Sumber-Sumber Dukungan Sosial	46
4. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	49
5. Dukungan Sosial Keluarga	51
6. Bentuk Dukungan Sosial Keluarga	52
7. Dukungan Sosial Keluarga Dalam Perspektif Islam	53
D. Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	55
E. Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	59
F. Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	62
G. Hipotesis	66
BAB 3 METODE PENELITIAN	67
A. Rancangan Penelitian	67
B. Identifikasi Variabel Penelitian	68
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	70
D. Subjek Penelitian	71
E. Teknik Pengumpulan Data	72
F. Validitas dan Reliabilitas	77
G. Analisis Data	82
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	90
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	90
B. Pemaparan Hasil Penelitian	94
C. Pembahasan	121
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	143
A. Kesimpulan	143
B. Saran	145
DAFTAR PUSTAKA	148
LAMPIRAN	161

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Likert	74
Tabel 3.2 Blue Print Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	74
Tabel 3.3 Blue Print Kepercayaan Diri	75
Tabel 3.4 Blue Print Dukungan Sosial Keluarga	76
Tabel 3.5 Daftar Nama Ahli Panel <i>Content Validity Ratio</i>	78
Tabel 3.6 Skala Dukungan Sosial Keluarga	79
Tabel 3.7 Hasil Uji Relianilitas	80
Tabel 3.8 Norma Kategorisasi.....	86
Tabel 3.9 Pediman Interpretasi Koefisien Korelasi	89
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas	95
Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas.....	96
Tabel 4.3 Deskripsi Skor Empirik.....	97
Tabel 4.5 Norma Kategorisasi.....	97
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Duni Kerja.....	98
Tabel 4.7 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan Jurusan Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	100
Tabel 4.8 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan <i>Gender</i> Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	102
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	103
Tabel 4.10 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan Jurusan Variabel Kepercayaan Diri	105
Tabel 4.11 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan <i>Gender</i> Variabel Kepercayaan Diri	106
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga	108
Tabel 4.13 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan Jurusan Variabel Dukungan Sosial Keluarga	110
Tabel 4.14 Distribusi Kategorisasi Berdasarkan <i>Gender</i> Variabel Dukungan Sosial Keluarga	111
Tabel 4.15 Aspek Pembentuk Utama Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja..	113
Tabel 4.16 Aspek Pembentuk Utama Kepercayaan Diri	114
Tabel 4.17 Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial Keluarga.....	115
Tabel 4.18 Hasil Analisis Regresi Berganda	117
Tabel 4.19 Uji T	119
Tabel 4.21 Uji F	120
Tabel 4.22 Hasil Koefisien Determinasi	120

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian	69
Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	99
Gambar 4.2 Diagram Distribusi Kategorisasi Menurut Jurusan Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia kerja.....	101
Gambar 4.3 Diagram Diagram Distribusi Kategorisasi Menurut <i>Gender</i> Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia kerja.....	103
Gambar 4.4 Diagram Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	104
Gambar 4.5 Diagram Distribusi Kategorisasi Menurut Jurusan Variabel Kepercayaan Diri.....	106
Gambar 4.6 Diagram Distribusi Kategorisasi Menurut <i>Gender</i> Variabel Kepercayaan Diri.....	107
Gambar 4.7 Diagram Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia kerja.....	108
Gambar 4.8 Diagram Distribusi Kategorisasi Berdasarkan Jurusan Pada Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	111
Gambar 4.9 Diagram Distribusi Kategorisasi Berdasarkan <i>Gender</i> Pada Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	112

ABSTRAK

Urbaningrum, Nabila. 17410034. Psikologi. 2021. *Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir FKIK UIN Malang*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M. Psi, Psikolog

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Dukungan Sosial Keluarga, Kecemasan menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan keadaan dimana seseorang memiliki perasaan yang khawatir ketika memasuki waktu dunia kerjanya. Kecemasan menghadapi dunia kerja ini biasanya dialami oleh mahasiswa yang berada di penghujung semester dan kelak bekerja sesuai dengan bidang yang ia miliki. Mereka mengalami cemas karena hal ini belum pernah mereka masuki secara nyata dan tetap. Penelitian dilakukan bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analisis menggunakan regresi linier berganda. Pengambilan data dilakukan menggunakan skala yang diisi oleh 113 mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan menggunakan metode purposive sampling. Skala yang digunakan dalam penelitian diantaranya skala kepercayaan diri, dukungan sosial keluarga, dan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat perilaku kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa dalam kategori sedang dengan persentase 93,8%, tingkat kepercayaan diri dalam kategori tinggi dengan persentase 52,2%, dan tingkat dukungan sosial keluarga dengan persentase 65,5% dalam kategori tinggi. Kepercayaan diri memiliki pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan $t_{hitung} (6,029) > t_{tabel} (1,981)$. Dukungan sosial keluarga tidak memiliki pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja dengan nilai signifikansi $0,163 < 0,05$ dan $t_{hitung} (1,405) > t_{tabel} (1,981)$. Hasil penelitian berikutnya menunjukan kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dengan besaran pengaruh 29,332 sehingga dikatakan bahwa hipotesis penelitian diterima.

ABSTRACT

Urbaningrum, Nabila. 17410034. Psychology. 2021. *The Effect of Confidence and Family Social Support on Anxiety in Facing the Work Life in Final Year Students of FKIK UIN Malang*. Faculty of Psychology. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M. Psi, Psychologist

Keywords: Self-confidence, Family Social Support, Anxiety Facing the Work Life

Anxiety in facing the work life is a condition where a person has a feeling of worry when entering the world of work. This kind of anxiety is usually experienced by students who are at the end of the semester and will work in accordance with the field they have. They experience anxiety because this has never been real and permanent for them. The research was conducted to determine whether there is an influence of self-confidence and family social support on anxiety facing the world of work.

This research is a quantitative research with analysis using multiple linear regression. Data collection was carried out using a scale filled in by 113 final year students of FKIK (medical school) UIN Malang using purposive sampling method. The scales used in this study include the self-confidence scale, family social support, and anxiety in facing the world of work.

The results showed the level of anxiety behavior facing the work life in students in the medium category with a percentage of 93.8%, the level of confidence in the high category with a percentage of 52.2%, and the level of family social support with a percentage of 65.5% in the high category. Self-confidence has an influence on anxiety facing the world of work with a significance value of $0.000 < 0.05$ and $t_{count} (6.029) > t_{table} (1.981)$. Family social support has no effect on anxiety facing the world of work with a significance value of $0.163 > 0.05$ and $t_{count} (1.405) < t_{table} (1.981)$. The results of the next study show that self-confidence and family social support together have an influence on anxiety facing the world of work with a significance value of $0.000 < 0.05$ with a magnitude of 29.332 so it can be said that the research hypothesis is accepted.

مستخلص البحث

أوربانينجرم، نبيلة. ٣٤٠٠١٤٧١. علم النفس. تأثير الثقة والدعم الاجتماعي الأسري على القلق الذي يواجهه عالم العمل لدى طلاب السنة النهائية كلية الطب جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج. كلية علم النفس. جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

المشرفة: الدكتورة إنده كورنياواتي بورواننختياس، الماجستير، الطبيب النفسي

الكلمة الأساسية: الثقة، الدعم الاجتماعي الأسري، القلق الذي يواجهه عالم العمل

القلق الذي يواجهه عالم العمل هو حالة يشعر فيها الشخص بالقلق عند دخوله عالم العمل. القلق الذي يواجهه عالم العمل عادة ما يعاني منه الطلاب في نهاية الفصل الدراسي وسيعملون وفقاً للمجال الذي لديهم. إنهم يعانون من القلق لأن هذا لم يكن حقيقياً ودائماً بالنسبة لهم. تم إجراء البحث لمعرفة هل هناك تأثير للثقة بالنفس والدعم الاجتماعي للأسرة على القلق الذي يواجهه عالم العمل.

كان هذا البحث بحثاً كمياً مع تحليل باستخدام الانحدار الخطي المتعدد. تم إجراء جمع البيانات باستخدام مقياس تم ملؤه بواسطة ٣١١ طالباً في السنة النهائية من كلية الطب جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج باستخدام طريقة أخذ العينات الهادفة. المقاييس المستخدمة في هذه الدراسة تشمل مقياس الثقة بالنفس، والدعم الاجتماعي للأسرة، والقلق في مواجهة عالم العمل.

وظهرت النتائج مستوى السلوك القلق الذي يواجهه عالم العمل لدى طلاب الفئة المتوسطة بنسبة ٨,٣٩٪، ومستوى الثقة في الفئة المرتفعة بنسبة ٥٢,٢٪، ومستوى الدعم الاجتماعي الأسري بنسبة مئوية. نسبة ٦٥,٥٪ في الفئة العالية. للثقة بالنفس تأثير على القلق الذي يواجهه عالم العمل بقيمة معنوية $0.000 < 0.05$ و $(920,6) < (189,1)$. ليس للدعم الاجتماعي الأسري أي تأثير على القلق الذي يواجهه عالم العمل بقيمة معنوية $0.000 < 0.05$ و $(504,1) < (189,1)$. تظهر نتائج الدراسة التالية أن الثقة بالنفس والدعم الاجتماعي الأسري معاً لهما تأثير على القلق الذي يواجهه عالم العمل بقيمة دلالة $0.000 < 0.05$ بحجم ٢٣٣,٩٢ لذلك يمكن القول أن فرضية البحث مقبولة.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan sumber daya manusia dapat dilakukan dengan menempuh pendidikan yang tinggi. Pendidikan yang tinggi yaitu seperti pendidikan di perguruan tinggi atau di sebuah universitas. Pada mahasiswa di perguruan tinggi masuk pada kategori dewasa awal dimana rata-rata mahasiswa berusia antara 18 hingga 24 tahun, terdapat masa transisi dari remaja ke dewasa awal yaitu tumbuh dewasa, usia pada tumbuh dewasa yaitu 18 hingga 25 tahun. Kemudian pada masa dewasa awal sendiri umumnya berusia dari 18 hingga 40 tahun (Hurlock, 1998). Santrock mengatakan bahwa pada masa dewasa awal ini masa dimana individu menjalin hubungan dengan lawan jenis dan juga masa untuk bekerja, tetapi terkadang waktu yang tersisa pada individu diisi dengan hal yang lain-lain (Santrock, 2002).

Seseorang di masa dewasa awal ini mulai mencari cari pekerjaan atau karir yang sesuai dengan keinginannya dan juga individu di masa ini mencari jati dirinya seperti bagaimana kelak identitas diri dan gaya hidup yang individu inginkan kelak kedepannya.

Setelah mahasiswa menyelesaikan masa kuliahnya, mahasiswa tersebut memiliki beberapa pilihan untuk melanjutkan hidupnya. Salah satunya yaitu dengan masuk ke dalam dunia kerja. Karena setiap individu memiliki kebutuhannya masing-masing untuk kedepannya maka tidak jarang mahasiswa yang memilih untuk melanjutkan ke dunia kerja yang salah satu manfaatnya yaitu mendapatkan uang atau hasil yang ia dapatkan dari kerja kerasnya. Setiap mahasiswa pasti menginginkan jika dirinya kelak akan mandiri dan tidak bergantung pada orang lain sehingga setiap dari mereka berlomba-lomba untuk mendapatkan pekerjaan.

Kehidupan dari hari ke hari semakin maju dan semakin modern. Para mahasiswa setelah lulus yang ingin melanjutkan ke dunia pekerjaan dituntut untuk siap secara akademis maupun non akademis. Mahasiswa juga diminta untuk tangguh dalam hal fisik maupun psikologis karena semakin banyak masalah kompleks yang muncul di era globalisasi ini. Globalisasi telah merubah dunia pekerjaan salah satunya pada pengembangan sumber daya manusia yang menginginkan setiap individu bersifat *professional*. Situasi globalisasi ini menjadikan persaingan antar individu yang mencari pekerjaan dan juga mengharuskan individu memiliki kompetensi yang lebih baik. Maka dapat dikatakan bahwa mencari pekerjaan tidaklah hal yang mudah untuk para mahasiswa setelah lulus dari masa perkuliahan.

Mahasiswa diminta untuk memiliki strateginya sendiri dan juga membutuhkan usaha lebih untuk mendapatkan pekerjaan. Di Indonesia banyak mahasiswa setelah lulus yang mencari pekerjaan, dapat dilihat dari banyaknya pengangguran pada lulusan perguruan tinggi yang menambah dan juga meningkat.

Hasil data Badan Pusat Statistik yang direvisi pada 18 Februari 2021, hasil data tersebut kemudian diolah oleh Survei Angkatan Kerja Nasional, data tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengangguran pada Agustus 2020 sebanyak 7,07%, hal tersebut berarti meningkat sebesar 1,84% jika dibandingkan dengan pengangguran pada bulan Agustus 2019 (Statistik, 2021). Hal tersebut tidak dapat dipungkiri lagi bahwa pengangguran di Negara Indonesia selalu meningkat setiap tahunnya. Semakin banyaknya individu yang mencari pekerjaan tetapi hal tersebut tidak diimbangi dengan banyaknya lapangan pekerjaan yang berada di Indonesia. Pendidikan yang tinggi tidak menjadi salah satu hal yang menjanjikan individu untuk mendapatkan pekerjaan walaupun individu tersebut sudah lulus dari perguruan tingginya.

Bagi para mahasiswa yang merupakan pelamar pada bidangnya untuk mendapatkan kesempatan bekerja di masa depannya dapat disebut sebagai sebuah kompetensi. Saat berkompetensi mahasiswa harus siap kerja dan dapat bertanggung jawabkan keahlian yang ia punya pada instansi ataupun pada perusahaan yang akan menerima mahasiswa tersebut menjadi pegawainya. Selain memiliki keahlian dalam menguasai bidang

yang ia tekuni mahasiswa juga diminta untuk meningkatkan *skill*nya. Individu mulai berkompetensi untuk mendapatkan pekerjaan yang ia inginkan jika pada mahasiswa tersebut memiliki *skill* yang lain dari keahlian pada bidangnya atau jurusannya, *skill* tersebut dapat menjadikan mahasiswa tersebut menjadi nilai tambah dihadapan perusahaan atau instansi yang akan merekrutnya. Perusahaan akan merecrut pegawai terbaik dengan sumber daya manusia yang berkualitas yang juga dapat bekerja dengan professional dan memiliki pengalaman sebelumnya.

Kesiapan kerja menurut pool dan sewell seseorang yang akan puas dengan pekerjaannya dan juga nyaman dengan pekerjaannya hingga ia sukses karena individu tersebut memiliki ilmu pengetahuan, memiliki keahlian, dan juga kepribadian yang baik (Pool & Sewell, 2007). Jika pada diri mahasiswa yang akan lulus sudah memiliki kriteria sebagai pencari kerja yang baik serta memiliki kualitas kepribadian yang memadai, hal ini dapat menyebabkan seorang mahasiswa tersebut merasa percaya diri untuk ikut bergabung pada dunia kerja. Tetapi, berbeda halnya dengan seorang mahasiswa yang belum memiliki kriteria sebagai pencari kerja yang baik, maka tidak dapat dipungkiri bahwa mahasiswa tersebut akan mengalami kecemasan untuk ikut serta begabung dalam dunia pekerjaan. Karena mahasiswa tersebut merasa bahwa dirinya belum memiliki kualitas yang bagus untuk masuk ke dunia kerja.

Kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam mencapai kesiapan kerja dapat menyebabkan timbulnya masalah psikologis. Kesulitan dalam mencapai kesiapan kerja dapat dirasakan sebagai beban yang tidak ringan. Beban berat tersebutlah yang berkembang menjadi sikap yang negatif yang pada akhirnya bisa menimbulkan suatu kecemasan (Hidayat, 2009). Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan keadaan dimana seseorang memiliki perasaan yang khawatir ketika memasuki waktu dunia kerjanya. Kecemasan menghadapi dunia kerja ini biasanya dialami oleh mahasiswa yang berada di penghujung semester dan mahasiswa tersebut bertujuan akan bekerja kelak sesuai dengan bidang yang ia miliki.

Biasanya kecemasan ini akan dialami oleh para mahasiswa tingkat akhir, mereka mengalami cemas karena hal ini belum pernah mereka masuki secara nyata dan tetap. Kecemasan tersebut dikarenakan beberapa faktor, faktor tersebut yaitu ketika mahasiswa membayangkan ketidakpastiannya dalam mendapatkan pekerjaannya, kemudian mahasiswa merasa cemas saat membayangkan akan dipanggil untuk wawancara pekerjaan, dan mahasiswa masih bingung akan mengambil pekerjaan pada bidang apa, ia masih bingung dalam hal yang ia minati serta karena semakin hari ia akan bertambah usianya ia cemas karna memikirkan harus sesegera mungkin untuk mendapatkan pekerjaan secara tetap (Risnia & Sugiasih, 2019).

Survey yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui kecemasan menghadapi masa depan pada dunia kerja yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memperoleh hasil bahwa ditemukan sebanyak 42 mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang mahasiswa akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan berinisial NA menjelaskan bahwa ia merasa kurang percaya diri dan menurutnya rasa percaya diri itu muncul dari faktor yang orang lain dapatkan tetapi pada dirinya tidak ia dapatkan.

“Kurang percaya diri untuk bersaing dengan yang lain. Lalu yang saya lihat kebanyakan orang itu pakai akses orang dalam. Mungkin itu yang membuat saya kurang percaya diri.” (Hasil wawancara, 13 Maret 2021)

Kemudian kecemasan menghadapi dunia kerja juga muncul pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan yang berinisial RY. Ia merasa cemas karena ia tidak percaya diri kemudian merasa kemampuan yang ia miliki kurang dan ia membandingkan dengan orang lain sehingga ia merasa insecure dengan orang lain tersebut.

“Seperti merasa kemampuannya kurang, kurang percaya diri, intinya merasa insecure dengan orang lain” (Hasil wawancara, 13 Maret 2021)

Hasil wawancara yang dilakukan dengan mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan yang berinisial AN didapatkan hasil bahwa ia merasa mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja karena kurangnya kepercayaan diri yang muncul pada dirinya. Kemudian ia juga merasa kurang pada pengalamannya sehingga ia merasa kurang percaya diri dalam menghadapi dunia kerjanya kelak. AN juga mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya dengan diberikan kata-kata semangat dan pemikiran positif dari orang tuanya.

“Kurang kepercayaan diri itu datang dari kurang pengalaman sih” “Kaya gimana ya, soalnya aku kalo cerita sama tementemen pre klinik yang lain juga rata-rata mereka merasa seperti itu.” “Cemas kaya ya apa ya bisa gak ya aku besok. Kalo pre klinik sekarang kan kita belum pegang pasien secara langsung ya kalo koas besok bakalan pegang pasien langsung.” “Gimana ya waktu koas itu besok pegang pasien. Materi yang masuk setengah setengah, praktek juga ndak seberapa banyak kan.” “Dukungan dari orang tua tu ada, mereka selalu nyemangatin dan beri semangat bahwa aku pasti bisa kedepannya, tapi rasa kurang percaya diri masih ada karena datang dari dalam diri saya sendiri”

Menurut (Mustamir, 2009) terdapat tiga kecemasan, salah satunya yaitu kecemasan fundamental. Kecemasan ini merupakan mengenai pertanyaan tentang siapa dirinya, untuk apa hidupnya serta akan kemanakah kelak hidupnya berlanjut. Pada hasil wawancara yang telah dilakukan didapatkan bahwa mereka khawatir akan hari yang akan datang kelak, setelah mereka akan lulus dari dunia perkuliahan. Dan setelah

dilakukan survey awal terdapat hasil bahwa terdapat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan yang dapat kita ketahui bahwa lulusan dari fakultas tersebut biasanya memiliki prospek kerja yang jelas, jika mahasiswa kedokteran ia akan menjadi dokter dan jika mahasiswa farmasi ia akan kerja di bidang farmasi.

Sarason mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kecemasan. Faktor yang pertama yaitu kepercayaan diri, jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi maka kecemasan yang seseorang punyai tersebut akan berkurang. Kemudian faktor yang kedua yaitu dukungan sosial, seperti dipedulikan dan juga diperhatikan oleh orang-orang sekitar akan membuat individu merasa dicintai oleh orang di sekelilingnya sehingga tingkat kecemasan yang dimiliki oleh mahasiswa berkurang. Dan faktor yang ketiga adalah modeling. Yaitu ketika mahasiswa melihat seseorang yang cemas akan masa depannya dan menjadikan orang tersebut menjadi model dalam ia berperilaku, maka tidak dipungkiri bahwa mahasiswa tersebut akan cenderung mengikuti dan memikirkan kecemasan tersebut (Djiwandono, 2002).

Seperti yang dikatakan Bandura bahwa kepercayaan diri ialah keadaan psikis yang mendasar untuk menggapai keberhasilan saat melaksanakan sebuah tugas kehidupan seperti yang individu harapkan (Bandura, Social Learning Theory, 1977). Mahasiswa berharap akan mendapatkan tempat kerja yang ia inginkan juga mendapatkan gaji yang setara dengan usaha yang telah ia berikan, untuk menggapai itu semua

maka mahasiswa diharuskan memiliki ilmu pengetahuan yang cukup serta skill yang memadai. Jika mahasiswa sudah memiliki ilmu pengetahuan dan skill yang memadai maka mahasiswa tersebut akan memiliki rasa percaya diri untuk masuk kedalam dunia kerja yang sesungguhnya tanpa adanya rasa cemas. Dalam merencanakan masa untuk masuk kedalam dunia kerja tersebut mahasiswa dihadapkan dengan pemikiran mengenai persiapan seperti kesempatan, kemudian peluang, minat, dan juga kemampuan yang ia miliki. Sangat dibutuhkan adanya rasa percaya diri untuk mempersiapkan segala hal ini. Jika mahasiswa tidak mempersiapkan dirinya dengan baik-baik maka ia akan merasa tidak percaya diri dalam memenuhi beberapa keahlian dan kriteria untuk masuk kedalam dunia kerja.

Kemudian hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Dino dan Frischa pada mahasiswa semester akhir sebanyak 123 mahasiswa. Penelitian yang berjudul *“The Correlation between Self-Confidence and Anxiety in encounter the Work Environment of Final Semester Students”* mendapatkan hasil bahwa adanya nilai korelasi pada variabel kepercayaan diri dengan variabel kecemasan menghadapi masa depan yaitu -0.426 kemudian didapatkan hasil yaitu 0.000 pada nilai signifikannya. Hal tersebut berarti adanya hubungan negative signifikan pada kategori sedang. Jika kepercayaan diri mahasiswa tersebut tinggi maka tingkat kecemasan untuk menghadapi dunia kerjanya akan semakin rendah. Serta sebaliknya, jika kepercayaan diri mahasiswa tersebut rendah maka

kecemasan yang dimiliki mahasiswa tersebut untuk menghadapi dunia kerja akan semakin tinggi (Dimenggo & Yendi, 2021).

Setiap mahasiswa memiliki lingkup sosialnya sendiri, seperti lingkup keluarga, lingkup pertemanan serta lingkup masyarakat. Dukungan sosial ini penting untuk mahasiswa karena dukungan sosial dapat membantu menyelesaikan mahasiswa dalam menghadapi masalah-masalahnya, contohnya saat lingkup sosialnya membantunya dengan informasi, dengan barang, ataupun dengan jasa, hal tersebutlah yang dapat membuat mahasiswa merasa didukung oleh lingkup sosialnya. Dukungan yang diberikan oleh lingkup sosial akan berdampak baik bagi mahasiswa, mahasiswa tersebut akan merasa bahwa kepercayaan dirinya meningkat sehingga ia akan mampu dalam mengatasi semua masalah yang mahasiswa hadapi.

Taylor mengatakan bahwa individu selama masa stress dapat diturunkan tingkat depresi serta tingkat kecemasannya ketika ada dukungan sosial. Dukungan tersebut dapat didapatkan melalui orang-orang terdekat seperti keluarga, kemudian teman, komunitas, hingga dukungan dari pasangan (Sarafino & Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 2014). Keluarga menurut Gunarsa yaitu sebuah kelompok sosial yang memiliki sifat secara abadi, yang didasari dengan hubungan nikah dan memberikan pengaruh terhadap lingkungan serta keturunan/anaknya.

Pada penelitian yang Fairuz dan Annastasia lakukan yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Subjek yang dipakai merupakan mahasiswa tingkat akhir yang berada di Universitas Pancasakti Tegal pada Fakultas Hukum. Subjek yang dipakai peneliti sebanyak 86 mahasiswa. Hasilnya yaitu terdapat hubungan negative yang signifikan. Artinya jika semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diberikan maka kecemasan yang dirasakan mahasiswa tersebut akan rendah. Kemudian jika dukungan sosial keluarga yang diberikan rendah maka tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja akan tinggi (Rizqi & Ediati, 2020).

Masing-masing mahasiswa tentunya memerlukan motivasi serta dukungan dari orang-orang terdekatnya. Jika mahasiswa mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya maka mahasiswa tersebut akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Mahasiswa tidak akan mengalami kecemasan karena telah memiliki kepercayaan yang tinggi sehingga mahasiswa tersebut dapat bersaing dengan baik dengan mahasiswa lain.

Dari paparan yang telah dikemukakan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Maka penelitian yang dilakukan berjudul *Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi*

Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial keluarga pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Bagaimana tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Apakah ada pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Apakah ada pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

6. Apakah ada pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Mengetahui tingkat dukungan sosial keluarga pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

5. Mengetahui pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
6. Mengetahui pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan penelitian bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan bidang Psikologi pada khususnya. Bagi peneliti lanjutan, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dasar dan sumber ilmu yang dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.

2. Manfaat Praktis

Setelah mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas kedokteran dan Ilmu Kesehatan semester akhir dalam menghadapi dunia kerja, diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi tenaga pengajar psikologi perkembangan dan psikologi klinis untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas kepercayaan diri pada mahasiswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan hal yang dialami oleh semua orang ketika mereka merasakan hal yang mengancam mereka, kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan dasar berasal dari takut; suatu peningkatan yang berbahaya dari perasaan tak berteman dan tak berdaya dalam dunia penuh ancaman (Alwisol, 2011) .

Greenberger menyatakan bahwa kecemasan merupakan salah satu bentuk emosi individu yang paling menimbulkan stres, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas. Kecemasan dengan intensitas wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya tinggi dan bersifat negatif dapat menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan (Greenberger & Padesky, 2004). Menurut (Nevid, Rathus, & Gree, 2005) yang berpendapat kecemasan adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

Menurut Gunarsa mengemukakan bahwa kecemasan merupakan rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu, kekedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsa, 2004).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang ketika menghadapi beberapa hal yang dianggapnya sebagai suatu ancaman, hambatan, serta suatu peristiwa yang akan datang. Penelitian ini lebih difokuskan meneliti kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan.

2. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan

Adler dan Rodman (Ghufron & S, 2010) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yakni pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

a. Pengalaman negatif masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila seseorang menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman

umum yang menimbulkan kecemasan seseorang dalam menghadapi tes.

b. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan. Ellis (dalam Ghufon, 2010) memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran yang tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yakni kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat.

Daradjat menyebutkan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu (Daradjat, 2011):

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas di dalam pikiran.
- b. Cemas karena berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadangkadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan

tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Sedangkan menurut (Az-Zahrani, 2005) menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orangtua terhadap anak-anaknya dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta kecemasan pada anak saat berada didalam rumah.

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu. Jika individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan adanya berbagai penilaian buruk dimata masyarakat. Sehingga dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Berdasarkan beberapa faktor-faktor kecemasan dapat disimpulkan yaitu adanya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pengalaman, pikiran yang tidak rasional, respon

terhadap stimulus, merasa berdosa. Sedangkan faktor eksternal adalah kurangnya dukungan dari keluarga, lingkungan, dan sosial.

3. Macam-macam Kecemasan

Pedak menyatakan bahwa macam-macam kecemasan dibagi menjadi tiga macam (Pedak, 2009) . Yakni:

a. Kecemasan rasional

Merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam misalnya ketika menunggu hasil tes wawancara disuatu perusahaan. Ketakutan ini dianggap sebagai suatu unsur pokok normal dari mekanisme pertahanan kita.

b. Kecemasan irrasional

Diartikan bahwa mereka mengalami emosi ini di bawah keadaankeadaan spesifik yang biasanya tidak dipandang mengancam.

c. Kecemasan fundamental

Kecemasan fundamental merupakan suatu pertanyaan tentang siapa dirinya, untuk apa hidupnya, dan akan kemanakah kelak hidupnya berlanjut. Kecemasan ini disebut sebagai kecemasan eksistensial yang mempunyai peran fundamental bagi kehidupan manusia.

Freud (dalam Alwisol, 2011) mengemukakan adanya tiga macam kecemasan, yaitu aspeknya:

a. Kecemasan realistis

Kecemasan ini termasuk kecemasan yang paling pokok yakni kecemasan atau ketakutan yang realistis, atau takut akan bahaya di dunia luar; kedua kecemasan yang lain diasalkan dari kecemasan yang realistis ini.

b. Kecemasan neurotik

Kecemasan neurotik adalah ketakutan terhadap hukuman yang bakal diterima dari orangtua atau figure penguasa lainnya kalau seseorang memuaskan instink dengan cara sendiri yang diyakininya akan menuai hukuman

c. Kecemasan moral atau perasaan berdosa

Kecemasan moral ini juga mempunyai dasar dalam realitas; karena di masa yang lampau orang telah mendapatkan hukuman sebagai akibat dari perbuatan yang melanggar etika moral, dan mungkin akan mendapatkan hukuman lagi.

Sedangkan (Kartono, 2006) membagi kecemasan menjadi dua macam, yaitu:

a. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan dibagi menjadi dua kategori yaitu ringan sebentar dan ringan lama. Kecemasan ini sangat bermanfaat bagi perkembangan kepribadian seseorang, karena kecemasan ini dapat menjadi suatu tantangan bagi seorang individu untuk mengatasinya. Kecemasan yang muncul sebentar adalah suatu kecemasan yang wajar terjadi pada individu akibat situasi-situasi yang mengancam dan individu tersebut tidak dapat mengatasinya, sehingga timbul kecemasan. Kecemasan ini akan bermanfaat bagi individu untuk lebih berhati-hati dalam menghadapi situasi-situasi yang sama di kemudian hari. Kecemasan ringan yang lama adalah kecemasan yang dapat diatasi tetapi karena individu tersebut tidak segera mengatasi penyebab munculnya kecemasan, maka kecemasan tersebut akan mengendap lama dalam diri individu.

b. Kecemasan berat

Kecemasan berat adalah kecemasan yang terlalu berat dan berakar secara mendalam dalam diri seseorang. Apabila seseorang mengalami kecemasan semacam ini maka biasanya ia tidak dapat mengatasinya. Kecemasan ini mempunyai akibat menghambat atau merugikan perkembangan kepribadian seseorang. Kecemasan ini dibagi menjadi dua yaitu kecemasan berat yang sebentar dan lama. Kecemasan yang berat tetapi munculnya sebentar dapat

menimbulkan traumatis pada individu. Jika menghadapi pada situasi yang sama dengan situasi penyebab munculnya kecemasan. Sedangkan kecemasan yang berat tetapi munculnya lama akan merusak kepribadian individu. Hal ini akan berlangsung terus menerus bertahun-tahun dan dapat merusak proses kognisi individu. Kecemasan yang berat dan lama akan menimbulkan berbagai macam penyakit seperti darah tinggi, percepatan darah, *excited* (heboh, gempar)

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa macam-macam kecemasan adalah kecemasan berat, sedang, dan rendah. Dimana kecemasan-kecemasan ini terjadi karena adanya kekhawatiran yang mengancam individu saat dan yang akan datang.

4. Aspek-aspek Kecemasan

Greenberger dan Padesky menyatakan bahwa secara keseluruhan kecemasan meliputi empat aspek yaitu reaksi fisik, pemikiran, perilaku dan suasana hati (Greenberger & Padesky, 2004). Jika keempat aspek dijabarkan maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Reaksi fisik

Reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebardebar (berdegup kencang), pipi merona, pusing-pusing dan sulit bernafas. Kondisi ini biasanya terjadi pada saat

seseorang yang cemas terhadap dunia kerja tersebut melihat berita di televisi atau media massa mengenai berbagai macam problema dalam dunia kerja. Reaksi fisik ini dapat berlangsung lama maupun sebentar tergantung pada lama tidaknya situasi yang dihadapinya. Ada kemungkinan, setelah melihat berita tentang dunia kerja tersebut, reaksi fisik yang ada pun menjadi hilang, dan hal ini terjadi kembali manakala individu tersebut melihat berita serupa.

b. Pemikiran

Orang yang cemas biasanya memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada dan khawatir serta berpikir tentang hal yang buruk. Seseorang yang cemas terhadap dunia kerja, memiliki pemikiran-pemikiran yang negatif mengenai mampu tidaknya ia menghadapi dunia kerja, dan biasanya pemikiran ini akan menetap cukup lama. Tanpa ada usaha dari individu untuk merubah pemikiran tersebut menjadi sesuatu yang lebih positif maka pemikirannya akan tetap seperti itu. Pemikiran negatif yang timbul dapat berupa apa saja namun efeknya tetap sama yaitu membuat kondisi seseorang menjadi tidak nyaman dikarenakan seringkali memikirkan hal tersebut. Pemikiran dapat berupa perasaan tidak mampu, merasa tidak memiliki keahlian, tidak siap dan sebagainya.

c. Perilaku

Orang yang cemas menghadapi dunia kerja akan berperilaku menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi, meninggalkan situasi ketika kecemasan mulai terjadi dan mencoba melakukan banyak hal secara sempurna dan mencoba mencegah bahaya. Cemas menghadapi dunia kerja biasanya ditandai dengan adanya usaha untuk menghindari situasi yang menyangkut seputar dunia kerja misalnya informasi-informasi tentang dunia kerja atau pertanyaan-pertanyaan seputar dunia kerja. Perilaku ini terjadi dikarenakan individu merasa dirinya terganggu dan merasa tidak nyaman.

d. Suasana hati

Suasana hati orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi perasaan gugup, jengkel, cemas dan panik. Suasana hati juga dapat berubah secara tiba-tiba ketika ia dihadapkan pada kondisi yang memunculkan kecemasan tersebut. Perasaan gugup dan panik dapat memunculkan kesulitan dalam memutuskan sesuatu. Misalnya dalam hal keinginan dan minat.

Aspek-aspek kecemasan dari Fortinash dan Worent dan Maher dalam (Waqiati, Hardjajani, & Nugroho, 2013) yaitu :

a. Aspek Kognitif

Seseorang yang mengalami kecemasan biasanya memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada dan khawatir serta berpikir tentang hal yang buruk. Seseorang yang mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja memiliki pemikiran negatif mengenai mampu tidaknya ia menghadapi dunia kerja dan biasanya pikiran ini menetap dalam waktu lama tanpa ada usaha dari individu tersebut untuk mengubahnya menjadi sesuatu yang lebih positif. Aspek kognitif ini dapat berupa perasaan tidak mampu, merasa tidak memiliki keahlian dan tidak siap.

b. Aspek emosional

Meliputi perasaan gugup, jengkel, dan panik. Suasana hati dapat berubah dengan tiba-tiba dihadapkan pada kondisi yang memunculkan kecemasan tersebut. Perasaan gugup dan panik dapat memunculkan kesulitan dalam memutuskan sesuatu misalnya dalam hal keinginan atau minat.

c. Aspek fisiologis

Reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar-debar, pipi merona, pusing dan sulit bernafas. Kondisi ini biasanya terjadi ketika seseorang yang mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja tersebut melihat televisi atau media massa mengenai problema menghadapi dunia kerja.

Ghufron membagi kecemasan menjadi tiga aspek (Ghufron & S, 2010):

- a. Komponen fisik, seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, perut mual, mulut kering, grogi.
- b. Emosional seperti panik dan takut.
- c. Mental dan kognitif, seperti gangguan perhatian dan memori, kekhawatiran, ketidakteraturan dalam berfikir dan bingung.

Berdasarkan paparan teori di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari kecemasan adalah aspek yang ada dalam individu sendiri dari segi kognitif, psikologis, fisiologis, sosial, dan emosional. Hal ini terjadi karena adanya bahaya yang membuat individu merespon dengan adanya rasa cemas.

5. Kecemasan dalam Perspektif Islam

Dalam Islam kecemasan bisa juga diartikan sebagai gelisah, gelisah merupakan salah satu penyakit hati yang harus segera diobati seperti halnya penyakit lain, jika tidak maka akan timbul penyakit-penyakit lain yang jauh lebih berbahaya. Banyak hal negatif dari dampak penyakit gelisah tersebut, apabila tidak segera bertindak maka orang tersebut bisa menjadi pemalas, kesedihan yang berlarut-larut, mengkonsumsi obat-obatan terlarang demi menghilangkan kegelisahannya tersebut.

Seorang pakar psikologi Islam (Bastaman, 2005) mendefinisikan kecemasan sebagai ketautan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas muncul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan dirasakan akan mengancam diri seseorang, serta mereka tidak mampu menghadapinya dengan demikian, rasa cemas sebenarnya adalah suatu ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri yang dapat ditandai dengan selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.

Jika ditinjau dari perspektif Islam, kecemasan ini muncul akibat adanya ketakutan akan suatu ujian yang akan diberikan oleh Allah. Padahal Al-Qur'an diterangkan bahwa Allah tidak akan memberikan suatu ujian kepada manusia melebihi atas kemampuannya. Allah Ta'ala berfirman:

لِصَّحْبِهِ يَقُولُ إِذْ لَغَارَآ فِي هُمَا إِذْ تَنْتَيْنَا ثَانِي كَفَرُوا الَّذِينَ أَخْرَجَهُ إِذْ لَلَّاهُ تَصَرَّه فَقَدْ تَتَصَرُّوهُ إِلَّا
 كَفَرُوا الَّذِينَ كَلِمَةً وَجَعَلَ وَهَاتَرَ لَمْ بِجُنُودٍ وَأَيَّدَهُ عَلَيْهِ سَكِينَتُهُ لَلَّاهُ فَأَنْزَلَ ۖ مَعَنَا لَلَّاهُ إِنَّ تَحْرَنَ لَا
 حَكِيمٍ عَزِيزٌ لَلَّاهُ ۖ لِيَالْعَا هِيَ لَلَّاهُ وَكَلِمَةً ۖ لَسُقْلَى

“Jikalau kamu tidak menolongnya (Muhammad) Maka Sesungguhnya Allah telah menolongnya (yaitu) ketika orang-orang kafir (musyrikin Mekah) mengeluarkannya (dari Mekah) sedang Dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, di waktu Dia berkata kepada temannya: "Janganlah kamu berduka cita, Sesungguhnya Allah beserta kita." Maka Allah menurunkan keterangan-Nya kepada (Muhammad) dan membantunya dengan tentara yang kamu tidak melihatnya, dan Al-Quran menjadikan orang-orang kafir Itulah yang rendah. dan kalimat Allah Itulah yang tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana” (At-Taubah: 40)

Ayat di atas mungkin dapat menjadikan kita agar lebih merenungi lagi terhadap setiap masalah apapun yang kita hadapi. Dalam setiap persolan yang tak kunjung terselesaikan, maka hadapkanlah semua itu kepada Allah. Tak ada satupun manusia yang tak luput dari rasa sedih, tinggal bagaimana kita menghadapi kesedihan dan kegalauan tersebut.

الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ بِاللَّهِ بِذِكْرِ ۚ أَلَا ۚ اللَّهُ بِذِكْرِ هُمْ قُلُوبُهُمْ وَتَطْمَئِنُّ آمَنُوا الَّذِينَ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram” (QS. Ar-Ra’d: 28)

Manusia pasti pernah mengalami segala bentuk permasalahan-permasalahan dalam kehidupan. Permasalahan tersebut yang terkadang bisa menyebabkan ketakutan, kecemasan, kegelisahan yang berlebihan terhadapnya, jika seseorang sudah berada dalam kondisi seperti itu maka dia cenderung mencari solusi. Permasalahan-permasalahan tersebut dipengaruhi beberapa faktor lingkungan, masalah fisiologis, dan juga bisa dipengaruhi oleh kepribadian dimana semua hal itu menyebabkan seseorang mengalami stres. Jika kita sudah terperangkap dengan kondisikondisi tersebut, yang kita cari adalah ketenangan hati.

Ketenangan hati artinya kita mampu keluar dari masalah-masalah yang kita hadapi. Solusi yang paling ampuh untuk mendamaikan hati kita, menghilangkan perasaan ketakutan, kecemasan, dan stres yang berlebihan dan tentunya juga mendatangkan kebaikan-kebaikan bagi diri kita. Solusi terbaik bagi kita untuk mendamaikan hati hanyalah mengingat Allah. Mendekatkan diri kepada Allah juga berpahala dan mendatangkan kebaikan kepada diri sendiri yang mana sifatnya jangka panjang, karena selain damai di dunia juga memperoleh balasan yang baik diakhirat.

Ayat-ayat di atas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan kecemasan. Kecemasan seringkali merampas kenikmatan dan kenyamanan hidup, serta membuat selalu gelisah dan tidak bisa tidur. Beberapa hal yang selalu menyebabkan situasi tersebut terjadi di antaranya: memiliki iman yang lemah, rendahnya permohonan tentang tujuan dari penciptaan mereka, kurangnya tawakkal terhadap Allah Swt, selalu bergantung pada diri sendiri dan sesama manusia lain dalam urusan di dunia sehingga lupa menggantungkan hidupnya kepada Allah Swt.

Sesungguhnya manusia tidak dilahirkan dengan penuh ketakutan ataupun kecemasan. Kecemasan hadir karena adanya luapan emosi yang berlebihan, juga karena faktor lingkungan misalnya, keluarga, sekolah, ataupun sosial.

Mengingat betapa pentingnya ibadah dzikrullah sebagai salah satu mendapat rasa tenang dan tentram hendaknya kita perlu memahaminya secara lebih mendalam. Dzikrullah adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya yang meliputi hampir seluruh ibadah dan perbuatan baik, seperti takbir, tasbih, tahmid, tahlil, shalat, membaca Al-Qur'an, berdo'a, melakukan perbuatan baik dan menghindari dari kejahatan. Dzikrullah merupakan perintah Allah dan Rasulnya dan bukan ciptaan yang diada-adakan manusia (Bastaman, 2005).

Dari ayat-ayat di atas dapat difahami sebenarnya umat manusia tidak seharusnya merasa cemas dengan segala apa yang menimpa kepada dirinya, karena sesungguhnya Allah memberikan cobaan maupun ujian sesuai kadar kemampuan masing-masing.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Salah satu sifat manusia yang penting dan sangat berguna untuk kehidupannya yaitu sifat kepercayaan diri. Sifat ini lah yang mempunyai kegunaan untuk menjadikan hidup seseorang menjadi lebih bahagia. Vandebos mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan yakin atas kemampuan pada dirinya sendiri serta tampak kepribadiannya yang positif (Vandebos, 2006). Maka hal ini menunjukkan pada individu yang memiliki sifat kepercayaan diri ia akan mempunyai keyakinan untuk sukses. Anthony dalam (Ghufron & S, 2010) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Kepercayaan diri menurut Davies yaitu yakin terhadap kemampuan dalam diri sendiri serta yakin pada akal budinya, sehingga orang tersebut mampu untuk melakukan apa saja yang diharapkan, yang direncanakan dan yang diinginkan (Davies, 2004). Jadi individu

yang memiliki kepercayaan diri ia memiliki harapan yang realistis serta individu tersebut dapat menerima dirinya secara positif walaupun pada sebagian harapan yang individu miliki tersebut tidak seluruhnya terpenuhi. Kepercayaan diri menurut Anthony pada yaitu sikap yang terdapat dalam diri idividu, sehingga individu

Menurut (Hakim, 2002) kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada pada dirinya dan diwujudkan dalam tingkah lakunya sehari-hari. (Lauster, 2002) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakantindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan kesimpulan dari beberapa tokoh di atas kepercayaan diri adalah sikap pada diri seseorang yang positif dalam mengembangkan potensi untuk menjadi mental yang optimis, yakin dengan potensi yang dimiliki, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta memiliki kemandirian.

2. Faktor-faktor Kepercayaan Diri

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang menurut (Hakim, 2002) muncul pada dirinya sebagai berikut:

a. Lingkungan keluarga

Keadaan keluarga merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap manusia, lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan awal kepercayaan diri pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada pada dirinya yang diwujudkan dalam tingkah laku sehari-hari.

b. Pendidikan formal

Sekolah dikatakan sebagai pendidikan kedua bagi anak dimana sekolah merupakan lingkungan yang paling berperan bagi anak setelah lingkungan keluarga di rumah. Sekolah memberikan peran bagi anak untuk mengekspresikan kepercayaan dirinya terhadap teman sebaya.

c. Pendidikan non formal

Salah satu modal utama untuk menjadi seseorang dengan kepribadian yang penuh kepercayaan diri adalah memiliki kelebihan tertentu yang berarti bagi diri sendiri dan orang lain. Kepercayaan diri akan menjadi lebih mantap jika seseorang

memiliki suatu kelebihan yang membuat orang lain kagum. Kemampuan dan keterampilan dalam bidang tertentu bisa didapatkan melalui pendidikan non formal misalnya: bermain alat musik, jurnalistik, kursus bahasa asing, keterampilan memasuki dunia kerja dan sebagainya. Sebagai penunjang timbulnya rasa kepercayaan diri pada individu yang bersangkutan.

(Ghufron & S, 2010) berpendapat bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

a. Konsep diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam suatu kelompok, hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif juga. Individu yang memiliki harga diri adalah orang yang mengenal dirinya sendiri dengan segala keterbatasannya.

c. Pengalaman

Pengalaman adalah salah satu faktor terbentuknya kepercayaan diri individu, karena dari pengalaman individu mampu menilai sisi positif yang dalam dirinya, akan tetapi

pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa kepercayaan diri individu.

d. Pendidikan

Individu yang memiliki pendidikan tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri menurut Lauster (2003) adalah sebagai berikut :

a. Kemampuan pribadi

Kemampuan pribadi adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengembangkan diri dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya dan tidak tergantung pada orang lain mengenal kemampuannya sendiri.

b. Interaksi sosial

Interaksi sosial yaitu mengenai bagaimana individu dalam hubungan dengan lingkungannya bertoleransi, dapat menerima dan menghargai orang lain.

c. Konsep diri

Konsep diri merupakan bagaimana individu memandang dan menilai dirinya secara positif ataupun negatif, mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yakni faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal adalah individu memiliki kemampuan untuk mengembangkan dirinya agar tidak bergantung pada orang lain, lingkungan keluarga, memiliki konsep diri, mempunyai harga diri, dan memiliki pengalaman yang positif supaya terbentuk kepercayaan diri dalam dirinya. Selain itu, adapun faktor eksternal yaitu individu mampu berinteraksi sosial dengan baik dan menempuh pendidikan formal ataupun non formal.

3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut (Lauster, 2002) individu yang memiliki kepercayaan diri adalah:

a. Kemampuan pribadi

Yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak bergantung pada orang lain dan mengenal kemampuan diri sendiri.

b. Interaksi sosial

Yaitu individu dalam berhubungan dengan lingkungan. Mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dapat memahami lingkungan, dan bertoleransi terhadap lingkungan.

c. Konsep diri

Yaitu bagaimana individu memandang dirinya secara positif maupun negatif dan mampu mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Menurut beberapa ahli seperti Rosenberg, Hurlock, Rogers serta Secord dan Beckman (Anggraini, 2001), aspek-aspek kepercayaan diri adalah:

a. Keyakinan akan kemampuan diri

Rosenberg (Anggraini, 2001) mengemukakan bahwa esensi kepercayaan diri terletak pada suatu perasaan atau kepercayaan yang menekankan individu dapat menyebabkan terjadinya sesuatu sesuai dengan harapan-harapannya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri senantiasa berpikir positif terhadap apa yang terjadi dan tidak mudah berputus asa.

b. Optimis

Orang yang optimis akan mencoba untuk menghadapi setiap tantangan dan mampu memecahkan setiap masalah dengan cara yang positif. Seseorang yang optimis akan masa depannya, jarang sekali ada masalah yang akan membuatnya terbentur pada sikap putus asa karena individu tersebut akan berusaha untuk memecahkan masalah tersebut dan menghadapi segala rintangan yang akan menghalanginya.

c. Menerima diri apa adanya

Rubin (Anggraini, 2001) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri. Hurlock (Anggraini, 2001) menambahkan bahwa penerimaan diri akan ditentukan oleh sejauh mana individu dalam membentuk tingkah laku yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang melingkupi kehidupannya. Seseorang yang menerima apa adanya, biasanya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan ia diterima dengan lingkungan itu.

d. Mempunyai konsep atau gambaran diri yang positif

Menurut Rogers (Anggraini, 2001) konsep diri mencerminkan persepsi seseorang terhadap dirinya secara keseluruhan. Secord dan Backman (Anggraini, 2001) menambahkan salah satu kelebihan manusia adalah dapat melihat

tentang keadaan dirinya. Adanya kemampuan penglihatan, perasaan dan pemikiran manusia kepada dirinya sendiri maka seseorang dapat menyadari siapa dirinya itu, hal inilah yang dimaksudkan dengan konsep diri. Seseorang yang mempunyai konsep diri yang positif cenderung untuk mencari tahu tentang karakteristik dirinya serta tahu hambatan-hambatan yang dapat membuatnya nonproduktif atau pasif dalam menghadapi setiap tantangan yang muncul. Konsep diri positif ini muncul tentu saja diiringi oleh keyakinan akan kemampuan diri dan sikap yang optimis.

Sedangkan menurut Loekono dalam (Yunita, 2013) mengemukakan Bahwa rasa kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri individu sendiri

- a. Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu sendiri.
- b. Norma dan pengalaman keluarga
- c. Tradisi, kebiasaan dan lingkungan atau kelompok dimana keluarga itu berasal

Berdasarkan para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri adalah seseorang yang mandiri, mempunyai jiwa yang optimis, mampu mengembangkan potensi yang dimiliki, dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

4. Kepercayaan Diri Dalam Perspektif Islam

Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri terhadap lingkungan maupun situasi yang akan dihadapi. Memiliki sifat kepercayaan diri sangat penting bagi seseorang, karena dengan hal itu mereka akan mampu untuk mengambil tindakan yang sesuai dan tepat untuk menghadapi masalah yang dihadapi. Dalam setiap agama juga terdapat konsep kepercayaan diri, tak terkecuali pada agama Islam. Konsep kepercayaan diri dalam agama Islam dapat ditemukan di AlQur'an, seperti yang disebutkan dalam beberapa ayat yang menerangkan tentang pentingnya konsep kepercayaan diri, diantaranya:

مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنِ الْأَعْلَوْنَ وَأَنْتُمْ تَحْزَنُونَ وَلَا تَهْنُوا وَلَا

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (QS. Ali-Imran: 139)

Ayat ini menghendaki agar manusia jangan bersifat lemah dan mudah bersedih hati, meskipun ia mengalami kekalahan dan penderitaan yang cukup pahit. Bisa atau tidaknya manusia menyelesaikan permasalahannya, manusia harus berpikiran yang baik terhadap Allah, bahwa Allah selalu memberikan jalan yang terbaik. Demikian itu hendaklah dijadikan pelajaran, karena manusia

sebenarnya mempunyai mental yang kuat dan semangat yang tinggi jika mereka benar-benar beriman.

كُنْتُمْ الَّتِي بِالْجَنَّةِ وَأَبْشِرُوا تَحْزَنُوا لَا وَ تَخَافُوا إِلَّا الْمَلَائِكَةُ عَلَيْهِمْ تَنْزَلُ اسْتَقَامُوا ثُمَّ اللَّهُ رَبُّنَا قَالُوا الَّذِينَ إِنَّ
تُوعَدُونَ

“Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: Tuhan kami ialah Allah kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu” (QS. Fussilat : 30)

Ayat diatas menjelaskan bahwa seorang mukmin dilarang untuk bersikap lemah ataupun bersedih hati karena Allah telah mengangkat derajat manusia pada tempat yang tinggi, agar selalu ingat kepada Rabbnya yang telah memberikan kekuatan.

Ayat-ayat diatas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan kepercayaan diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Dari ayat diatas nampak bahwa orang yang kepercayaan diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalam kegelisahan adalah orang-orang yang istiqomah.

Seorang mukmin dilarang untuk bersikap lemah, karena Allah telah mengangkat derajat manusia pada tempat paling tinggi agar selalu ingat keada Rabbnya yang telah memberikan kekuatan. Allah juga tidak menghendaki bagi setiap hambanya untuk berputus asa karena Allah menjelaskan bahwa manusia yang berputus asa adalah manusia yang sesat dan melupakan kekuatan Allah dalam memberikan kekuatan bagi orang-orang yang lemah karena Allah tidak akan menguji hambanya melainkan hamba tersebut sanggup melakukannya.

C. Dukungan Sosial Keluarga

1. Pengertian Dukungan Sosial

Sarason, Sarason, dan Pierce dalam (Baron & Byrne, 2005) mengungkapkan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Sarason, Sarason, dan Pierce lebih menekankan pengertian dukungan sosial pada kenyamanan baik secara fisik maupun psikologis yang diberikan oleh orang terdekat seperti teman atau keluarga.

Gottlieb dalam (Smeth, 1994) berpendapat bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasihat verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Gottlieb sendiri lebih menekankan mengenai dampak perilaku bagi pihak penerima setelah

mendapatkan informasi atau bantuan nyata dari pihak yang memberikan dukungan sosial.

Sarafino dalam (Smeth, 1994) memaparkan dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sarafino menitik beratkan dukungan sosial pada perasaan senang dan peduli dalam membantu orang atau kelompok lain.

Berdasarkan pengertian yang telah dipaparkan oleh beberapa ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima oleh individu berupa pemberian kenyamanan secara fisik dan psikologis, informasi atau nasehat baik verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan, yang diberikan oleh teman, anggota keluarga, orang atau kelompok lain.

2. Aspek Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang bersifat menolong kepada individu dengan melibatkan aspek emosi, pemberian informasi, bantuan instrumental dan penilaian oleh lingkungan sosialnya.

- a. Aspek emosi meliputi ungkapan empati, hal tersebut akan membuat orang lain merasa dihargai, nyaman, aman, dan disayangi.

- b. Aspek pemberian informasi berupa penjelasan tentang situasi mengenai masalah yang terkait oleh orang lain misalnya nasihat, petunjuk, dan masukan.
- c. Aspek bantuan instrumental berupa bantuan yang diberikan secara langsung bersifat material misalnya meminjamkan uang, memberikan makanan, mainan, atau bantuan lainnya.
- d. Aspek penilaian baik yang positif maupun negatif yang diberikan orang lain sehingga membuat perilaku akan dibenarkan atau dikuatkan ataupun melemahkan perilaku tersebut (Cohen & Syme, 1985).

House dalam (Smeth, 1994) membedakan empat jenis atau dimensi dukungan sosial sebagai berikut:

- a. Dukungan emosional yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan (misalnya: umpan balik dan penegasan).
- b. Dukungan penghargaan merupakan dukungan yang terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk individu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif individu dengan individu lainnya, seperti orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri).

- c. Dukungan instrumental yaitu mencakup bantuan langsung, seperti ketika seseorang memberi pinjaman uang kepada orang yang membutuhkan atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress.
- d. Dukungan informatif yaitu mencakup memberikan nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Sarafino menguraikan empat aspek dukungan sosial (Sarafino, 2014), yaitu:

- a. Dukungan emosional (emotional support) yaitu melibatkan ekspresi empati kepedulian, memberikan perhatian rasa nyaman, kepastian, serta kepemilikan kepada orang lain, dan cinta saat orang lain mengalami stres.
- b. Dukungan penghargaan (esteem support) yaitu ekspresi positif kepada orang lain, kesepakatan dengan gagasan individu atau perasaan, dan perbandingan positif dari orang lain seperti orang yang kurang mampu atau lebih buruk dari individu tersebut. Hal tersebut merupakan dukungan guna membangun perasaan harga diri seseorang, kompetensi, dan penghargaan. Dukungan penghargaan berguna ketika seseorang memberikan penilaian terhadap stres, misalnya ketika orang menilai apakah yang diinginkannya tidak lebih dari kemampuannya.

- c. Dukungan instrumental (instrumental support) mencakup bantuan langsung seperti membantu melalui materi atau membantu orang menyelesaikan tugas ketika orang lain mengalami masalah.
- d. Dukungan informasi (informational support) mencakup memberikan nasihat, saran, dan umpan balik kepada orang lain. Misalnya, ketika orang lain sakit, orang tersebut mendapatkan informasi dari keluarga atau dokter mengenai cara mengobati penyakitnya, atau ketika seseorang mengalami pengambilan keputusan yang sulit dalam pekerjaannya, seorang tersebut dapat menerima saran dari rekan kerjanya.
- e. Dukungan jaringan sosial (network support) adalah merasakan keanggotaan dalam kelompok orang yang mempunyai minat dan kegiatan sosial.

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti cenderung memilih aspek yang dikemukakan oleh House sebagai acuan dalam penyusunan instrumen.

3. Sumber-sumber Dukungan Sosial

Menurut Kahn dan Antonoucci dalam (Selviliana, 2012) dukungan sosial dapat bersumber dari tiga kategori yaitu:

- a. Sumber dukungan sosial yang stabil sepanjang waktu perannya, di mana selalu ada sepanjang hidupnya, menyertai dan mendukung

individu tersebut. Misalnya keluarga dekat, pasangan (suami/isteri) atau teman dekat.

- b. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang berperan sedikit dalam hidupnya dan cenderung berubah sesuai sepanjang waktu. Misalnya teman kerja, tetangga, sanak keluarga dan teman sepergaulan.
- c. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan dan memiliki peran yang sangat cepat berubah. Sumber dukungan ini misalnya tenaga ahli/professional, keluarga jauh, dan sesama pekerja.

Ganster dalam (Rohman, 1997) menambahkan mengenai sumber-sumber dukungan sosial, antara lain:

- a. Keluarga di mana tempat pertama pertumbuhan dan perkembangan seseorang, kebutuhan-kebutuhan fisik dan psikis mula-mula terpenuhi dari lingkungan keluarga. Individu yang berperan sebagai anggota keluarga menjadikan keluarga sebagai pusat harapan dan tempat mencurahkan keluh kesah ketika menghadapi permasalahan.
- b. Rekan sekerja atau teman yang membutuhkan dorongan moral yang berasal dari rekan sekerja atau teman, di mana seseorang memerlukan penghargaan atas apa yang sudah dikerjakannya.
- c. Supervisor atau penyelia adalah seorang manajer yang bertanggung jawab kepada manajer yang lebih tinggi kedudukannya. Tugas

utama penyelia yaitu memimpin pekerja pelaksana dalam taraf operasional. Kedudukan penyelia berada di antara pihak manajemen dengan pihak pekerja.

Gottlieb menambahkan terdapat dua macam hubungan dukungan sosial, yaitu hubungan professional dan hubungan non profesional. Hubungan profesional yakni bersumber pada orang-orang yang ahli dibidangnya misalnya: konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara. Hubungan non professional yakni bersumber pada orang-orang terdekat seperti teman, keluarga maupun relasi (Gottlieb & H, 1983).

Berdasarkan pemaparan para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa sumber-sumber dukungan sosial yaitu keluarga, pasangan, teman dekat, tetangga, atasan, rekan kerja, supervisor, dan tenaga ahli profesional. Sumber dukungan sosial yang memiliki pengaruh paling besar adalah dukungan yang berasal dari keluarga, karena keluarga merupakan tempat pertama seseorang tumbuh dan berkembang, selain itu keluarga juga sebagai tempat berkeluh kesah seseorang. Jadi dukungan sosial dalam penelitian ini lebih difokuskan pada dukungan sosial keluarga.

4. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut (Myres, 2012) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu:

- a. Empati yaitu ikut merasakan kesusahan yang dirasakan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku guna memperkecil kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan pada orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial yang berguna membimbing individu untuk melaksanakan kewajiban dikehidupan ini.
- c. Pertukaran sosial yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial seperti cinta, pelayanan, dan informasi. Hubungan interpersonal dapat tercipta bila terjadi keseimbangan dalam pertukaran tersebut. Pengalaman suatu pertukaran secara timbal balik akan membuat individu lebih percaya diri bahwa orang lain juga akan melakukan hal yang sama.

Berikut ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Stanley L.Robbins (L.Robbins, 2007), yaitu:

- a. Kebutuhan fisik, seperti: sandang, pangan, dan papan. Seseorang yang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka seseorang tersebut memperoleh dukungan sosial yang rendah.
- b. Kebutuhan sosial merupakan bentuk aktualisasi diri yang baik sehingga seseorang dapat dikenal oleh lingkungan sekitar.

Seseorang yang mendapatkan pengakuan maka akan mendapatkan penghargaan.

- c. Kebutuhan psikis meliputi rasa aman, rasa ingin tahu, dan religius. Seorang yang sedang mengalami masalah baik masalah ringan maupun berat akan mencari dukungan sosial orang sekitar yang membuatnya merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai.

Menurut (Suhita, 2005) keintiman, harga diri, dan keterampilan sosial merupakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial. Keintiman merupakan faktor yang paling berpengaruh, di mana semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar. Seseorang dengan harga diri tinggi maka memandang bantuan dari orang lain adalah suatu bentuk yang akan menurunkan harga dirinya, karena seseorang tersebut mengartikan ketidakmampuannya dalam berusaha ketika menerima bantuan dari orang lain. Seseorang yang memiliki pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial tinggi, hal tersebut membuatnya memiliki jaringan sosial yang luas pula, hal tersebut berlaku sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas faktor yang mempengaruhi individu untuk memberikan dukungan sosial kepada orang lain yaitu adanya sikap empati terhadap kesulitan yang dialami orang lain, norma dan nilai sosial, serta pertukaran sosial. Terpenuhinya kebutuhan fisik, sosial, dan psikis turut mempengaruhi dukungan sosial. Di samping hal tersebut keintiman, harga diri, dan keterampilan sosial seseorang

memberikan andil yang cukup besar dalam terciptanya dukungan sosial.

5. Dukungan Sosial Keluarga

Lestari mengatakan pada dukungan yang diberikan oleh orangtua sangatlah berarti bagi anaknya. Dukungan yang diberikan oleh orang tua tersebut menggambarkan bagaimana respon yang diberikan oleh orang tua dengan kebutuhan anak. Kemudian Sri Lestari menekankan lagi bahwa dukungan yang diberikan oleh orangtua sangatlah berharga karena menggambarkan bagaimana respon yang diberikan oleh orang tua dalam kebutuhan anak (Lestari, 2012).

Ellis, Thomas dan Rollins mengatakan dukungan yang diberikan oleh orangtua yaitu interaksi yang dibiakkan oleh orang tua serta memiliki ciri-ciri memberikan kehangatan, merawat, persepakatan serta segala perasaan positif pada orangtua terhadap anaknya. Ellis, Thomas dan Rollins semakin menegaskan pada definisi dukungan sosial keluarga dalam interaksi yang dibagikan orangtua bagaikan menyerahkan perasaan positif terhadap anak (Lestari, 2012).

(Tarmidi & Rambe, 2010) mengungkapkan bahwa dukungan sosial orang tua merupakan dukungan yang diberikan orang tua kepada anak baik berupa emosional, penghargaan, instrumental,

maupun informasi. Tarmidi dan Ade lebih mengungkapkan mengenai dukungan sosial keluarga pada dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi yang diberikan orang tua pada anak.

Berdasarkan uraian pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial keluarga merupakan bantuan yang dikembangkan orang tua yang mengacu pada respon orang tua atas kebutuhan anak dan mempunyai ciri-ciri merawat, memberikan kehangatan, persetujuan, saran, dan berbagai perasaan positif orang tua pada anak.

6. Bentuk Dukungan Sosial Keluarga

Van Beest dan Baerveldt dalam (Lestari, 2012) mengungkapkan bahwa dukungan orang tua pada anak berupa dukungan emosi dan dukungan instrumental. Dukungan emosi mengarah pada aspek emosi dalam relasi orang tua dan anak yang mencakup perilaku yang secara fisik atau verbal serta menunjukkan perilaku afeksi atau dorongan dan komunikasi yang positif atau terbuka. Dukungan instrumental mengarah pada perilaku yang tidak menunjukkan afeksi secara terbuka, tetapi masih berpengaruh terhadap perasaan diterima dan disetujui yang dirasakan oleh anak. Bentuk dari dukungan instrumental orang tua seperti penyediaan sarana dan prasarana belajar guna meningkatkan prestasi maupun kompetensi pada anak.

Berdasarkan pemaparan di atas dukungan sosial keluarga terbagi menjadi dua yaitu dukungan emosi dan dukungan instrumental. Dukungan emosi terkait dengan perilaku afeksi secara terbuka, sebaliknya dukungan instrumental perilaku yang tidak menunjukkan afeksi secara terbuka.

7. Dukungan Sosial Keluarga Dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial merupakan suatu wujud dukungan atau dorongan yang berupa perhatian, kasih sayang ataupun berupa penghargaan kepada individu lainnya. Islam selalu mengajarkan kasih sayang kepada semua makhluk, dan serta memberi perhatian kepada makhluk lainnya. Dalam islam kita diajarkan untuk peduli dengan sesama, menyenangkan hati orang lain dan saling mengasihi serta mencintai sesama. Islam menyerukan kepada manusia agar saling mengasihi satu sama lain seperti yang tertuang dalam Al-Quran surat Al-Balad ayat 17 dan Ali Imron ayat 103 :

بِالْمَرْحَمَةِ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا آمَنُوا ذِينَ آلَ مِنْ كَانَ ثُمَّ

Artinya : dan Dia (tidak pula) Termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang (Al-Balad: 17).

أَعْدَاءَ كُنْتُمْ إِذْ عَلَيْنَا نِعْمَتُ اللَّهِ وَإِذْ تَقَرُّوْا وَلَا جَمِيعًا اللَّهُ بِحَبْلِ وَأَعْتَصِمُوا
كَذَلِكَ ۖ مِنْهَا فَأَنْقَذَكُمْ النَّارِ مِنْ حُفْرَةٍ شَقَا عَلَى وَكُنْتُمْ إِخْوَانًا بِنِعْمَتِهِ فَأَصْبَحْتُمْ قُلُوبُكُمْ بَيْنَ فَأَلْفَ
تَهْتَدُونَ لَعَلَّكُمْ آيَاتِهِ لَكُمْ لِلَّهِ يُبَيِّنُ

Artinya : dan berpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai, dan ingatlah akan nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa Jahiliyah) bermusuh-musuhan, Maka Allah mempersatukan hatimu, lalu menjadilah kamu karena nikmat Allah, orang-orang yang bersaudara; dan kamu telah berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari padanya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu, agar kamu mendapat petunjuk.

Surat di atas menerangkan bahwa janganlah kita bercerai berai dan bermusuhan, hendaknya sebagai makhluk ciptaan Allah kita harus saling menyayangi dan tetap berpegang teguh kepada agama Allah untuk mendapatkan petunjuk.

Kasih sayang tidak hanya dari seseorang saja, namun kasih sayang dan dukungan itu juga dari keluarga. Ketika individu dalam kedaan yang sulit, mereka cenderung datang kepada orang terdekatnya, salah satunya keluarga. Allah juga berfirman dalam surat Asy-Suura ayat 23 :

أَجْرًا عَلَيْهِ أَسْتَأْذِنُكُمْ لَا قُلِّ لِّصَلِحَتِهِ أَعْمَلُوا ءَامِنُوا لِّذِينَ عِبَادَةُ اللَّهِ يُبَسِّرُ يَذِّكُ
رَشْكُو غُفُورٌ لِلَّهِ إِنَّ َّ حُسْنًا فِيهَا لَهُ نَزْدٌ حَسَنَةً يَفْتَرِفُ وَمَنْ َّ لُقُزْبَىٰ فِي لُمُودَةً إِلَّا

Artinya : Itulah (karunia) yang (dengan itu) Allah menggembirakan hamba- hamba-Nya yang beriman dan mengerjakan amal yang saleh. Katakanlah: "Aku tidak meminta kepadamu sesuatu

upahpun atas seruan ku kecuali kasih sayang dalam kekeluargaan". dan siapa yang mengerjakan kebaikan akan Kami tambahkan baginya kebaikan pada kebbaikannya itu. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Mensyukuri.

Ayat diatas, dapat dipahami bahwa manusia dengan manusia lainnya haruslah saling mengasihi dan menyayangi, memberikan perhatian ketika manusia lainnya dalam keadaan yang sulit dalam menghadapi masalah. Orang tua yang selalu memberikan dukungan kepada anak-anaknya, seorang teman memberikan perhatian kepada teman lainnya, serta orang-orang yang memberikan perhatian, kasih sayang dan penghargaan terhadap yang lainnya inilah yang disebut dengan dukungan sosial.

D. Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Aspek kepribadian pada manusia yang penting yaitu salah satunya kepercayaan diri. Kepercayaan diri adalah fungsi nyata pada interpretasi individu terhadap kemampuan yang ia miliki serta keterampilan yang ia miliki. Kepercayaan diri menurut hakim, yaitu keyakinan yang dimiliki seseorang dalam segala kelebihan aspek, karena adanya keyakinan tersebut maka individu merasa dapat untuk menggapai tujuan dalam hidupnya. (Hakim, 2002). Anthony berpendapat dalam (Ghufron & S, 2010) kepercayaan diri adalah pada individu memiliki sebuah sifat, sifat tersebut yang membuat individu bisa untuk mengakui realitasnya, kemudian

individu bisa menumbuhkan kesadaran pada dirinya, memiliki pemikiran yang benar serta absolut, adanya kemandirian dalam dirinya dan adanya kemampuan dalam diri saat ingin mencapai segala keinginan individu tersebut. Merupakan keyakinan akan kemampuan diri sendiri dan mampu untuk mengambil keputusan dengan yang diharapkan dan diinginkan oleh individu. Aspek pada kepercayaan diri menurut Lauster adalah kemampuan diri, Interaksi sosial, Konsep diri (Lauster, 2002).

Salah satu kegiatan untuk melepaskan energi pada kegiatan yang diperlukan oleh individu untuk menggapai pada target tertentu merupakan definisi dari bekerja. Sebelum individu memulai untuk bekerja, individu memahirkan diri untuk mempersiapkan diri terlebih dahulu. Individu mempersiapkan diri dengan menimba ilmu di sekolah sampai pada tahap perguruan tinggi. Pada individu yang mempersiapkan diri dengan efektif untuk menyambut dunia kerja pastilah hal tersebut akan membawa kepercayaan diri yang baik pada dirinya. Hal ini berbeda dengan individu yang tidak memahirkan diri untuk mempersiapkan diri terlebih dahulu. Ia tidak mempersiapkan sebelumnya maka individu tersebut pasti akan memiliki kecemasan yang terdapat dalam dirinya sebab ia tidak yakin pada dirinya untuk siap dalam memasuki dunia kerja.

Kemampuan dan kepercayaan diri untuk mendapatkan pekerjaan seringkali terjadinya masalah. Selain itu, selama masa persiapan, terutama pada tahap masuknya siswa masih dihadapkan pada situasi dimana mereka harus meningkatkan kualitas pribadinya untuk menyerap ilmu dan

pengalaman yang telah mereka serap. Memasuki dunia akan menerapkan pekerjaan. Mahasiswa perlu percaya diri guna mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja yang akan mereka hadapi di masa depan.

Menjadi mahasiswa merupakan masa transisi dimana mahasiswa tersebut masih menjadi seorang mahasiswi tahap akhir dalam masa akademiknya dan mereka belum merasakan dunia kerja yang sesungguhnya. Pada mahasiswa yang belum mempersiapkan dirinya untuk bekal menghadapi dunia kerja secara nyata, ia akan merasa bingung, gelisah serta gugup dalam memikirkan kepastiannya untuk menghadapi masa depannya. Munculnya kecemasan ini sebab situasi dimana individu merasa terancam pada sesuatu yang dianggapnya mengerikan yang akarnya didasari oleh dalam diri individu tersebut maupun luar diri individu.

Masalah-masalah yang benar-benar terjadi pada dunia kerja bisa dianggap sebagai peluang tetapi juga dapat dianggap sebagai ancaman yang dirasa dapat menimpa serta dapat berlangsung pada individu jika individu tersebut belum siap serta tidak berhasil ketika ia membangun kepercayaan diri dalam mengupayakan untuk mempersiapkan diri serta menghadapi dunia kerjanya.

Individu yang tidak memiliki kesiapan dalam menyiapkan bekalnya untuk memasuki dunia kerjanya, dapat menyebabkan individu tersebut merasa kebingungan yang dapat disebut dengan kecemasan. Smith

dalam (Bandura, 1994) berpendapat bahwa kecemasan merupakan individu mengalami ketakutan tanpa adanya fenomena ataupun wujud yang jelas. Kecemasan menghadapi masa depan merupakan perasaan gugup atau takut yang singkat dialami oleh individu saat dihadapkan dengan pengalaman yang sulit dalam kehidupan. Aspek pada kecemasan menurut (Greenberger & Padesky, 2004) yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, dan suasana hati.

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu, tidak ada kejelasan pada individu kelak akan memperoleh tempat kerja pada perusahaan dan instansi mana. Pada keadaan dunia yang semakin banyak tantangannya membuat para mahasiswa tingkat akhir merasa tidak bisa dalam menghadapi dunia kerja kelak. Tanda kecemasan yang dialami oleh individu tersebut yaitu adanya perasaan khawatir, perasaan gelisah serta perasaan yang lain yang kurang menyenangkan. Hal ini dialami individu biasanya dibersamai dengan tidak adanya rasa percaya diri serta menganggap individu tidak dapat untuk melalui masalahnya.

Individu yang mempunyai kepercayaan diri dalam dirinya maka kecemasan yang dialami oleh individu dapat berkurang. Lain halnya dengan individu yang kurang mempunyai kepercayaan diri, maka kecemasan tersebut dapat terjadi. Individu yang mempunyai kepercayaan diri akan merasa lebih optimis untuk mengalami tantangan dimasa depan,

kemudian jika pada individu tersebut percaya dirinya kurang, individu tersebut akan pesimis untuk mengalami tantangan pada masa depannya.

E. Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Mahasiswa yang berada pada tingkat akhir, mahasiswa ini diminta untuk mempunyai kesiapan pada mentalnya untuk menghadapi dunia kerja yang akan mahasiswa alami kelak. Individu akan merasakan cemas jika pada diri individu tersebut percaya bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan yang dialami individu tersebut, hal ini menyebabkan individu tersebut merasakan cemas ketika tantangan itu datang. Serupa pada adanya tantangan saat di dunia kerja yang akan dijalani oleh mahasiswa, jika mahasiswa tersebut tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan tersebut maka menyebabkan mahasiswa tersebut akan merasa cemas (Bandura, 1994).

Setiap mahasiswa akhir pasti dihadapkan dalam lingkup sosial. Lingkup sosial ini mencakup keluarga, kemudian lingkup pertemanan serta mencakup lingkup masyarakat. Jika mahasiswa sudah mendapatkan dukungan sosial, maka dukungan sosial tersebut bisa membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah yang ia alami. Yaitu dengan mengasihkan bantuan, seperti informasi, kemudian jasa serta barang dan hal ini akan memberikan imbas yang positif terhadap mahasiswa tersebut. Dengan adanya dukungan dari orang-orang terdekat, maka hal ini dapat

meningkatkan rasa kepercayaan diri yang kemudian menyebabkan mahasiswa mampu mengatasi segala masalah yang dialaminya.

Menurut Taylor, dukungan sosial yang didapatkan oleh individu bisa untuk menurunkan depresi serta kecemasan yang dialami oleh individu selama masa stress (Taylor, 2006). Dukungan sosial ini mampu didapatkan oleh beberapa pihak, seperti pada orang tua, pasangan, keluarga serta komunitas dan teman sebaya (Sarafino & Smith, 2014). Keluarga menurut Gunarsa dalam (Siregar, 2010) ialah kelompok sosial yang memiliki sifat kekal, kelompok sosial ini dilandasi pada terdapatnya hubungan nikah yang memiliki pengaruh pada lingkungan dan pada keturunannya.

Sri Lestari mengatakan pada dukungan yang diberikan oleh orangtua sangatlah berarti bagi anaknya. Dukungan yang diberikan oleh orang tua tersebut menggambarkan bagaimana respon yang diberikan oleh orang tua dengan kebutuhan anak. Kemudian Sri Lestari menekankan lagi bahwa dukungan yang diberikan oleh orangtua sangatlah berharga karena menggambarkan bagaimana respon yang diberikan oleh orang tua dalam kebutuhan anak (Lestari, 2012).

Ellis, Thomas dan Rollins mengatakan dukungan yang diberikan oleh orangtua yaitu interaksi yang dibiakkan oleh orang tua serta memiliki ciri-ciri memberikan kehangatan, merawat, persepakatan serta segala perasaan positif pada orangtua terhadap anaknya. Ellis, Thomas dan

Rollins semakin menegaskan pada definisi dukungan sosial keluarga dalam interaksi yang dibagikan orangtua bagaikan menyerahkan perasaan positif terhadap anak (Lestari, 2012).

Dukungan sosial keluarga merupakan perilaku yang bermakna membantu dan menolong dalam bentuk perasaan emosional seperti perhatian, rasa nyaman serta kasih sayang secara psikologis dan fisik yang diberikan pada keluarga. Aspek dukungan sosial keluarga menurut House (Ristianti, 2009) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi.

Masa dimana mahasiswa di tingkat akhir sangat perlu dengan adanya dukungan, perlu adanya dorongan serta perlu adanya motivasi oleh orang-orang terdekatnya, seperti salah satunya yaitu mendapatkan dukungan serta dorongan dari keluarganya. Mahasiswa pada tingkat akhir ini akan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi apabila mahasiswa tingkat akhir tersebut memperoleh dukungan serta dorongan dari orang-orang terdekatnya, terutama pada keluarganya. Apabila mahasiswa tingkat akhir ini memiliki kepercayaan pada tingkat tinggi, maka mahasiswa tingkat akhir ini dapat melampaui kecemasan yang ada dalam diri mahasiswa tingkat akhir tersebut, dan mahasiswa tersebut dapat bersaing bersama-sama secara baik pada mahasiswa ataupun individu lainnya.

F. Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

King mengatakan bahwa seorang mahasiswa di masa dewasa awal ini memulai untuk mempersiapkan dirinya serta memulai untuk memilih dunia kerja yang akan ia bangun di masa depannya (King, 2010). Setelah mahasiswa menyelesaikan masa kuliahnya, mahasiswa tersebut memiliki beberapa pilihan untuk melanjutkan hidupnya. Salah satunya yaitu dengan masuk kedalam dunia kerja. Karena setiap individu memiliki kebutuhannya masing-masing untuk kedepannya maka tidak jarang mahasiswa yang memilih untuk melanjutkan ke dunia kerja yang salah satu manfaatnya yaitu mendapatkan uang atau hasil yang ia dapatkan dari kerja kerasnya. Setiap mahasiswa pasti menginginkan jika dirinya kelak akan mandiri dan tidak bergantung pada orang lain sehingga setiap dari mereka berlomba-lomba untuk mendapatkan pekerjaan.

Kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam mencapai kesiapan kerja dapat menyebabkan timbulnya masalah psikologis. Kesulitan dalam mencapai kesiapan kerja dapat dirasakan sebagai beban yang tidak ringan. Beban berat tersebutlah yang berkembang menjadi sikap yang negatif yang pada akhirnya bisa menimbulkan suatu kecemasan (Hidayat, 2009). Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan keadaan dimana seseorang memiliki perasaan yang khawatir ketika memasuki waktu dunia kerjanya. Kecemasan menghadapi dunia kerja ini biasanya dialami oleh mahasiswa

yang berada di penghujung semester dan mahasiswa tersebut bertujuan akan bekerja kelak sesuai dengan bidang yang ia miliki.

Biasanya kecemasan ini akan dialami oleh para mahasiswa tingkat akhir, mereka mengalami cemas karena hal ini belum pernah mereka masuki secara nyata dan tetap dunia kerjanya. Kecemasan tersebut dikarenakan beberapa faktor, faktor tersebut yaitu ketika mahasiswa membayangkan ketidakpastiannya dalam mendapatkan pekerjaannya, kemudian mahasiswa merasa cemas saat membayangkan akan dipanggil untuk wawancara pekerjaan, dan mahasiswa masih bingung akan mengambil pekerjaan pada bidang apa, ia masih bingung dalam hal yang ia minati serta karena semakin hari ia akan bertambah usianya ia cemas karna memikirkan harus sesegera mungkin untuk mendapatkan pekerjaan secara tetap (Risnia & Sugiasih, 2019).

Menurut Browman ia mengatakan bahwa kepercayaan diri serta kurangnya pengalaman merupakan faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan pada dunia kerja (Dimenggo & Yendi, 2021). Sarason mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kecemasan. Faktor yang pertama yaitu kepercayaan diri, jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi maka kecemasan yang seseorang punyai tersebut akan berkurang. Kemudian faktor yang kedua yaitu dukungan sosial, seperti dipedulikan dan juga diperhatikan oleh orang-orang sekitar akan membuat individu merasa dicintai oleh orang di sekelilingnya sehingga tingkat kecemasan yang dimiliki oleh mahasiswa berkurang. Dan faktor

yang ketiga adalah modeling. Yaitu ketika mahasiswa melihat seseorang yang cemas akan masa depannya dan menjadikan orang tersebut menjadi model dalam ia berperilaku, maka tidak dipungkiri bahwa mahasiswa tersebut akan cenderung mengikuti dan memikirkan kecemasan tersebut (Djiwandono, 2002).

Bandura mengatakan bahwa kepercayaan diri ialah keadaan psikis yang mendasar untuk menggapai keberhasilan saat melaksanakan sebuah tugas kehidupan seperti yang individu harapkan (Bandura, Social Learning Theory, 1977). Mahasiswa berharap akan mendapatkan tempat kerja yang ia inginkan juga mendapatkan gaji yang setara dengan usaha yang telah ia berikan, untuk menggapai itu semua maka mahasiswa diharuskan memiliki ilmu pengetahuan yang cukup serta skill yang memadai.

Menurut Taylor, dukungan sosial yang didapatkan oleh individu bisa untuk menurunkan depresi serta kecemasan yang dialami oleh individu selama masa stress (Taylor, 2006). Dukungan sosial ini mampu didapatkan oleh beberapa pihak, seperti pada orang tua, pasangan, keluarga serta komunitas dan teman sebaya (Sarafino & Smith, 2014). Keluarga menurut Gunarsa dalam (Siregar, 2010) ialah kelompok sosial yang memiliki sifat kekal, kelompok sosial ini dilandasi pada terdapatnya hubungan nikah yang memiliki pengaruh pada lingkungan dan pada keturunannya.

Dengan adanya dukungan dan dorongan dari orang terdekatnya hal ini diperlukan oleh mahasiswa tingkat akhir. Individu akan memiliki tingginya kepercayaan diri jika individu tersebut mendapatkan dukungan dan dorongan dari orang-orang tersebut. Jika mahasiswa memiliki kepercayaan yang tinggi tersebut, maka mahasiswa akan dapat melewati kecemasannya dan ia dapat bersaing dengan individu lainnya secara baik.

G. Hipotesis

Berdasarkan pada uraian yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti mengambil hipotesis sebagai berikut :

Hipotesis :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, yakni menurut Margono (2005), penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui. Penelitian kuantitatif analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistik (Azwar, 2004). Pada pendapat lain juga dijelaskan bahwa penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang didalamnya terdapat proses dengan menggunakan angka-angka, yaitu pada saat pengumpulan data kemudian pada penafsiran terhadap data hingga hasil yang diperoleh (Arikunto S. , 2005)

Fokus pada penelitian ini adalah pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa dan mahasiswi Akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan analisis regresi. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data penelitian. Sedangkan analisis regresi yang digunakan pada penelitian kali ini adalah regresi linier berganda dengan dua variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y).

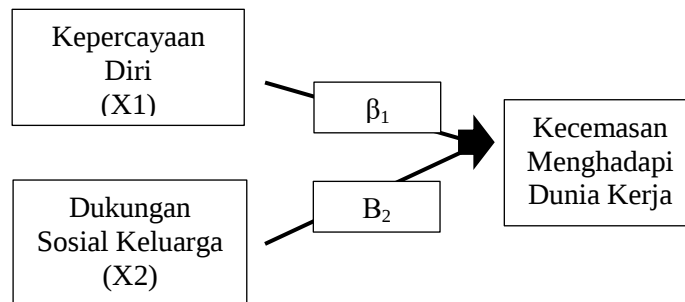
Analisis regresi ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh diantara ketiga variabel (Ezmir, 2015).

B. Identifikasi variabel Penelitian

Terdapat beberapa macam variabel pada sebuah penelitian, namun secara garis besar hanya ada dua macam variabel, yaitu variabel yang mempengaruhi (bebas) dan variabel yang dipengaruhi (terikat). Variabel bebas disebut juga sebagai variabel pengaruh, variabel perlakuan, variabel kuasa, variabel treatment, independent variabel atau yang biasa disebut variabel X). sedangkan variabel yang dapat berubah karena pengaruh variabel bebas disebut sebagai variabel terikat atau disebut juga sebagai variabel tergantung, variabel efek, variabel tak bebas, variabel terpengaruh (dependent) variabel yang biasa diberi lambang Y (Winarsunu, 2012).

Pada penelitian kali ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Kecemasan menghadapi dunia kerja yaitu sebagai variabel terikat atau *variable dependent* (Y). Kemudian pada kepercayaan diri (X1) dan dukungan Sosial Keluarga (X2) sebagai variabel bebas atau *variable independent*.

Adanya pengaruh diantara ketiga variabel diatas dapat dilihat dalam bagan dibawah ini :



Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian

Keterangan :

X1 : *Variable Independent* Kepercayaan Diri

X2 : *Variable Independent* Dukungan Sosial Keluarga

Y : *Variable Dependent* Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

β_1 : *Standardized Coefficients* X1 terhadap Y

β_2 : *Standardized Coefficients* X2 terhadap Y

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. *Standardized Coefficients* β_1 menunjukkan pengaruh langsung Kepercayaan Diri (X1) terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja, *Standardized Coefficients* β_2 menunjukkan pengaruh langsung Dukungan Sosial Keluarga (X2) terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Y).

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional merupakan definisi secara verbal, singkat dan jelas untuk memudahkan peneliti serta pembaca dalam memahami beberapa variabel tersebut :

1. Kepercayaan Diri (X1)

Merupakan sikap yakin atas kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang sehingga mahasiswa tingkat akhir tidak terlalu cemas dalam setiap tindakannya. Aspek pada kepercayaan diri menurut Lauster adalah kemampuan diri, Interaksi sosial, Konsep diri (Lauster, 2002).

2. Dukungan Sosial Keluarga (X2)

Merupakan perilaku yang bermakna membantu dan menolong mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrument dan penilaian positif pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi kecemasannya. Aspek dukungan sosial keluarga menurut House (Ristianti, 2009) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi.

3. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Y)

Merupakan perasaan gugup atau takut yang singkat dialami oleh mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan saat dihadapkan dengan pengalaman yang sulit dalam kehidupan.

Aspek pada kecemasan menurut (Greenberger & Padesky, 2004) yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, dan suasana hati.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan sebuah objek maupun subjek yang memiliki karakteristik sendiri yang telah ditetapkan oleh seorang peneliti untuk diambil kesimpulannya (Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, 2011). Pada penelitian kali ini populasinya yaitu Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjumlah sebanyak 143 mahasiswa. 47 dari jurusan kedokteran dan 96 berasal dari jurusan farmasi

2. Sampel

Definisi sampel yaitu bagian dari populasi yang dapat mewakili seluruh populasi dan diambil sebagai sumber data (Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, 2011). Sampel merupakan bagian dari populasi, untuk mendapatkan sampel harus melalui cara yang didasari pertimbangan tertentu. Menurut Suharsimi Arikunto dalam pengambilan sampel, jika subjeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar lebih dari 100 orang maka dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih (Arikunto S. , 2010). Dalam Penelitian ini peneliti mengambil sampel dari populasi

sebanyak 113 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.

Teknik sampling yang digunakan pada peneliti kali ini yaitu *purposive sampling*. Sugiyono mengatakan bahwa *purposive sampling* yaitu salah satu teknik untuk menentukan sampel dengan cara adanya kriteria atau syarat tersendiri oleh peneliti (Sugiyono, Metode Penelitian Bisnis, 2008). Sampel yang digunakan pada peneliti kali ini terdapat beberapa ketentuan, ketentuan tersebut yaitu mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan yang menempuh minimal 7 semester serta belum melakukan sidang skripsi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data, yaitu :

1. Metode Skala

Skala adalah sebuah instrument pertanyaan yang digunakan untuk mengungkap atribut atau aspek-aspek kepribadian dan kejiwaan tersebut melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Arikunto S. , 2005). Peneliti ini menggunakan skala likert dalam penelitian. Skala likert mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian.

Variabel-variabel yang menjadi indikator kemudian dijadikan sebagai bahan penyusunan item-item instrument penelitian. Menurut (Arikunto S. , 2005) instrument penelitian adalah sebuah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti pada waktu penelitian dengan menggunakan metode pengukuran. (Spector, 1992) berpendapat bahwa penskalaan respon yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari lima respon disepanjang suatu kontinum kuantitatif sehingga ditemukan titik letak masing-masing pilihan jawaban yang kemudian dijadikan sebagai skor.

Skala respon yang digunakan terdapat empat pilihan yang telah ditetapkan, dengan harapan agar respon yang diberikan mampu menjawab permasalahan penelitian secara kompleks. Jawabannya terdiri dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Secara kumulatif skor pilihan dimulai dari yang terkecil hingga semakin membesar, sebagaimana pendapat (Edward, 1957) menyatakan bahwa metode tersebut populer dengan nama *Method of Summated Ratings* yang menstranformasi jenjang pilihan jawaban ordinal menjadi kuantitas berskala interval.

Pernyataan dalam *instrument* skala respon terdiri dari pernyataan *Favourable* dan *Unfavourable*. Pernyataan *Favorable* merupakan pernyataan yang berisi tentang hal-hal yang positif yang mendukung sikap obyek yang akan diungkap. Adapun pernyataan *Unfavorable* adalah kebalikan dari pernyataan *Favorable*. Model

penykoran dalam skala penelitian ini menggunakan *Skala likert* dengan rentang satu sampai empat sebagaimana dijelaskan dalam tabel 3.1 :

Tabel 3.1 : Skor Skala Likert

Jawaban	Pilihan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Tidak Sesuai	STS	1	4
Tidak Sesuai	TS	2	3
Sesuai	S	3	2
Sangat Sesuai	SS	4	1

Penelitian ini menggunakan tiga skala, diantaranya :

a. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan perasaan gugup atau takut yang singkat dialami oleh individu saat dihadapkan dengan pengalaman yang sulit dalam kehidupan. Aspek pada kecemasan menurut Greenberger dan Padesky yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, dan suasana hati (Greenberger & Padesky, 2004). Adapun Blue Print untuk skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dijelaskan dalam tabel 3.2 :

Tabel 3.2 : Blue Print Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Variabel	Aspek	Indikator	F	Uf	Jumlah
Kecemasan	Reaksi fisik	Tangan berkeringat	1,2	3	11
		Jantung berdebar	4	5,6	
		Pusing-pusing	7	8	
		Otot tegang	9	10,11	
	Pemikiran	Memikirkan bahaya secara berlebihan	12	13	10
		Menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah	14	15,16,17	
		Khawatir dan berpikir tentang hal yang buruk	18,19	20,21	
	Perilaku	Menghindari situasi saat	22,23	24	9

		kecemasan terjadi			
		Mencoba melakukan hal secara sempurna	25,26		
		Mencoba mencegah bahaya	27,28	29,30	
	Suasana Hati	Gugup	31,32		9
		Jengkel	33,34		
		Cemas	35,36	37	
		Panik	38,39		
	Total				39

Total Aitem yang digunakan untuk mengukur Kecemasan Menghadapi Dunia

Kerja berjumlah 39 aitem.

b. Skala Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuan diri sendiri dan mampu untuk mengambil keputusan dengan yang diharapkan dan diinginkan oleh individu. Aspek pada kepercayaan diri menurut Lauster adalah kemampuan diri, Interaksi sosial, Konsep diri (Lauster, 2002). Adapun blue print untuk skala Kepercayaan Diri dijelaskan dalam tabel 3.3 :

Tabel 3.3 : Blue Print Kepercayaan Diri

Variabel	Aspek	Indikator	F	Uf	Jumlah
Kepercayaan Diri	Kemampuan diri	Sikap percaya akan kemampuan dirinya	1,2	3,4, 5,8	8
		Mengenal kemampuan yang dimiliki	6,7		
	Interaksi sosial	Memikirkan bahaya secara berlebihan	9,10	11	10
		Menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah	12,13, 15,16	14,17, 18	
		Bertoleransi dengan lingkungan			
	Konsep diri	Mengenal kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri	19,20		5
		Diterima di lingkungan sekitar	21	22,23	
	Total				23

Total Aitem yang digunakan untuk mengukur Kepercayaan Diri berjumlah 23 aitem.

c. Skala Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga merupakan perilaku yang bermakna membantu dan menolong dalam bentuk perasaan emosional seperti perhatian, rasa nyaman serta kasih sayang secara psikologis dan fisik yang diberikan pada keluarga. Aspek dukungan sosial keluarga menurut House (Ristianti, 2009) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Adapun blue print untuk skala dukungan sosial keluarga dijelaskan dalam tabel 3.4 :

Tabel 3.4 : Blue Print Dukungan Sosial Keluarga

Variabel	Aspek	Indikator	F	Uf	Jumlah
Dukungan Sosial Keluarga	Dukungan Emosional	Empati	2,16	12	3
		Umpan Balik	1	17	2
		Memberikan rasa aman kepada anak	7	5	2
		Perhatian	14	18	2
	Dukungan penghargaan	Menghargai	15	6	2
		Memuji	9	10	2
	Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3	19	2
	Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13	11	2
		Pemberian nasihat	8	4	2
	Total				19

Total aitem yang digunakan untuk mengukur Dukungan Sosial Keluarga

berjumlah 17 aitem.

F. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas berasal dari kata validity yang bermakna sejauh mana tingkat akurasi suatu tes atau skala dalam suatu pengukuran. Validitas yang tinggi dapat dicapai apabila data tersebut mampu menggambarkan variabel yang sedang diukur. Namun sebaliknya, keakuratan data yang kurang tepat dan cermat dalam suatu pengukuran dapat mempengaruhi tingkat validitas yang rendah. Tepat dan cermat disini dalam artian bahwa pengukuran mampu menggambarkan suatu makna terhadap perbedaan angka yang sekecilkecilnya yang diperoleh (Azwar S. , 2012).

Hal terpenting dalam validasi skala psikologi adalah mampu membuktikan bahwa stuktur seluruh aspek keprilakuan, indikator keprilakuan, dan aitem-aitem lainnya dapat membentuk suatu konstruk yang akurat bagi atribut yang diteliti. Meskipun demikian pembuktian mengenai validitas konstruk skala yang bersangkutan masih harus tetap dilakukan. Menurut Jamie DeCoster dan Altermatt dalam (Sugiyono, 2012) menyatakan bahwa validitas konstruk sendiri dapat diartikan sejauhmana definisi operasional mampu mencerminkan konstruk yang hendak diukur.

Penelitian ini menggunakan pendekatan CVR (Content Validity Rasio), menurut Lawshe (1975) untuk mengukur tingkat validitas isi

aitem yang berdasarkan pada data empirik dibutuhkannya penilaian dari beberapa ahli yang disebut SME (subyek matter experts) (Azwar S. , 2012). Penilaian ini bertujuan untuk mengetahui apakah suatu aitem itu esensial dan relevan atau tidak. Angka CVR bergerak antara - 1.00 sampai dengan +1.00. Bila setengah dari panelis (SME) menyatakan sebuah aitem bersifat essensial, maka nilai CVR = 0,00 berarti Valid.

Berikut rumus CVR :

$$CVR = \left(\frac{2n_e}{n} \right) - 1$$

Keterangan :

CVR : Content Validity Rasio (Rasio Validitas Isi)

Ne : Jumlah panelis yang memberikan penilaian

N : Jumlah semua panelis

Tabel 3.5 Daftar Ahli Panel Content Validity Rasio

Nama	Pelaksanaan
Fuji Astutik, M.Psi	12 Oktober - 10 November 2021
Hilda Halida, M. Psi	12 Oktober - 19 Oktober 2021
Elok Faiz Fatma, M.Psi	12 Oktober – 21 Oktober 2021
Novia Solichah, M. Psi	12 Oktober – 18 Oktober 2021

Proses CVR yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan memberikan seperangkat dokumen yang terdiri dari form identitas ahli, gambaran responden penelitian, model skala, materi penilaian dan petunjuk pengisian. Skala dukungan sosial keluarga ini terdiri dari 17 aitem.

Ahli panel pada penelitian ini adalah dosen ahli pada bidangnya masing-masing. Sebelum dilakukannya uji CVR tersebut, peneliti menghubungi dosen untuk memohon ketersedian waktunya untuk memberikan penilaian terhadap kesesuaian dan ketepatan dalam aitem dengan indikator variabel sekaligus saran apabila terdapat beberapa kesalahan dalam beberapa aitem yang dibuat oleh peneliti. Tujuannya yaitu agar lebih mudah dipahami oleh responden ketika sudah penyebaran skala. Hasil dari CVR yang telah dinilai kemudian dihitung menggunakan rumus CVR melalui Microsoft Excel yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.6 : Skala Dukungan Sosial Keluarga

Variabel	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			Aitem valid	Aitem gugur	
Dukungan Sosial Keluarga	Dukungan Emosional	Empati	16,12	2	3
		Umpan Balik	1,17	-	2
		Memberikan rasa aman kepada anak	7,5	-	2
		Perhatian	14,18	-	2
	Dukungan penghargaan	Menghargai	15,6	-	2
		Memuji	9,10	-	2
	Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3,19	-	2
	Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13,11	-	2
		Pemberian nasihat	8	4	2
Total					19

Berdasarkan hasil validitas (CVR) dapat diketahui bahwa skala dukungan sosial keluarga yang terdiri dari 19 aitem terdapat 2 aitem yang gugur. Sehingga jumlah aitem yang valid adalah 17 aitem.

b. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*, merupakan suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (*reliable*). Meskipun istilah reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan dan keajegan, tapi gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar S. , 2012).

Reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Cronbach's Alpha yang juga dibantu dengan program spss for windows, dengan ketentuan suatu kuisioner dikatakan reliabel jika nilai Cronbach's Alpha mendekati angka 1,00 maka alat tersebut dinyatakan semakin reliabel, sebaliknya apabila koefisien mendekati angka 0,00 maka semakin rendah reliabilitasnya. Nilai *cronbach alpha* > 0.60 menandakan bahwa alat ukur tersebut reliabel (Azwar S. , 2012)

Tabel 3.7 : Hasil Reliabilitas

Variabel	Alpha	Keterangan
Kecemasan menghadapi dunia kerja	0,786	<i>Reliable</i>
Kepercayaan Diri	0,874	<i>Reliable</i>
Dukungan Sosial Keluarga	0,903	<i>Reliable</i>

Diketahui bahwa nilai reliabilitas variabel yang digunakan dalam penelitian pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Malang dengan *Alpha* masing-masing pada kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 0,786 pada variabel kepercayaan diri yaitu 0,876 dan pada variabel dukungan sosial keluarga sebesar 0,903. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *cronbach's alpha* pada masing-masing variabel tersebut *reliable* dan dapat digunakan dalam penelitian.

2. Uji Keterbacaan

Peneliti melakukan uji keterbacaan setelah melaksanakan dan mendapatkan hasil CVR yang telah dilaksanakan dengan beberapa dosen yang ahli pada bidangnya. Beberapa peneliti belum melaksanakan masalah keterbacaan ini pada pengelolaan kuesionernya yang mengakibatkan kuesioner yang disajikan kepada responden sulit untuk difahami. Hal tersebut mengakibatkan responden engjawab pernyataan atau pertanyaan tersebut tidak sesuai dengan yang responden alami.

Uji keterbacaan yang peneliti lakukan yaitu dengan sepuluh subjek mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran. Uji ini dilakukan sesuai dengan prosedur yang telah disusun oleh (Dick & Carey, 1990). Sepuluh mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran ini berasal dari mahasiswa kota Surakarta dan Malang diminta untuk membaca

pertanyaan serta menanggapi pada setiap aitem yang ada di kuesioner tersebut. Adanya uji keterbacaan ini berfungsi sebagai mengidentifikasi apakah pertanyaan atau pernyataan yang berada pada kuesioner bisa dipahami dan dimengerti oleh para responden uji keterbacaan, jika terdapat pertanyaan yang tidak dimengerti oleh responden berarti kuesioner tersebut memiliki kelemahan, sehingga pertanyaan yang tidak bisa dimengerti akan dibenarkan oleh peneliti yang sebelumnya sudah didiskusikan dengan responden uji keterbacaan tersebut.

Uji keterbacaan yang dilakukan oleh peneliti ini mendapatkan hasil bahwa tidak ditemukannya pernyataan yang perlu dilakukan perubahan serta perbaikan. Karena semua responden uji keterbacaan mengerti seluruh pertanyaan yang ada di kuesioner.

G. Analisis Data

Analisis data adalah sebuah cara untuk mengolah data mentah menjadi suatu informasi yang mudah untuk difahami dan bermanfaat dalam memecahkan permasalahan penelitian. Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif dan analisis regresi linier berganda. Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui suatu deskripsi dan gambaran umum responden. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Hasil dari analisis

regresi adalah berupa besaran pengaruh untuk masing-masing variabel. Hal ini diperoleh dengan cara memprediksikan nilai variabel dengan suatu cara.

Peneliti menggunakan bantuan Microsoft excel dan Statistical Product and Service Solutions (SPSS) for windows dalam menganalisis data. Data yang sudah diperoleh kemudian dianalisis melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov yang dihitung menggunakan bantuan Statistical Product and Service Solutions (SPSS) for windows untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak hanya dilihat pada baris Asymp. Sig (2-tailed), jika nilai Asymp. Sig lebih dari $> 0,05$ atau sama dengan 5% maka dapat dikatakan data pada subjek terdistribusikan secara normal. Namun apabila kebalikanya maka data tersebut tidak terdistribusikan secara normal (Muhson, 2005). Adapun hasil uji normalitas dengan bantuan SPSS diketahui bahwa secara keseluruhan data terdistribusikan secara normal pada tiap-tiap variabel.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan terikat dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier. Perhitungan uji Linieritas dilakukan dengan menggunakan bantuan Statistical Product and Service Solutions (SPSS) for windows untuk melihat apakah ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat yang bersifat linear atau tidak, Jika signifikansi kurang dari taraf signifikansi yang ditentukan $< 0,05$ atau sama dengan 5% maka hubungannya bersifat tidak linear, sebaliknya jika nilai signifikansi tersebut lebih dari $>0,05$ atau sama dengan 5% maka hubungannya bersifat linear (Muhson, 2005).

2. Uji Deskriptif

Pada analisis ini terdapat beberapa tahapan analisa yang dilakukan dengan bantuan Microsoft Excel 2007. Kategorisasi ini dapat digunakan untuk mengetahui nilai mean dan standart deviasi pada tiap masing-masing variabel. Kemudian dari hasil ini dilakukan pengelompokan menjadi tiga kategorisasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Berikut penjelasannya :

a. Mean Hipotetik

Nilai mean hipotetik dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut

:

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \sum \text{item}$$

keterangan:

- 1) M : Mean hipotetik
- 2) Max : skor tertinggi item
- 3) Min : skor terendah item
- 4) Aitem : jumlah item dalam skala.

b. Standar Deviasi

Nilai standar deviasi dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

keterangan:

- 1) SD : Standar Deviasi
- 2) i Max : Skor tertinggi subyek
- 3) i Min : Skor terendah subyek

c. Kategorisasi

Tingkat kepercayaan diri, dukungan sosial keluarga dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dapat diketahui dengan menggunakan rumus pada tabel 3.8

Tabel 3.8 : Norma Kategorisasi

No	Kategori	Skor
1	Tinggi	$X > (M + 1 \text{ SD})$
2	Sedang	$(M - 1 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1 \text{ SD})$
3	Rendah	$X < (M - 1 \text{ SD})$

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda merupakan suatu model hubungan antara variabel *dependent* (Y) dan variabel *independent* (X) dengan jumlah variabel lebih dari satu. Analisis ini digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* berhubungan negatif atau positif dan untuk memprediksi nilai variabel *independent* mengalami kenaikan atau penurunan. Data yang digunakan biasanya berskala interval atau rasio.

Analisis ini digunakan untuk mengestimasi nilai dari variabel *independent* (X) yaitu kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap variabel *dependent* (Y) yaitu kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang.

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

Keterangan:

Y = Variabel *dependent* (kecemasan menghadapi dunia kerja)

a = Konstanta

b₁ = koefisien regresi variabel X₁

b₂ = koefisien regresi variabel X₂

b₃ = koefisien regresi variabel X₃

X₁ = Variabel *independent* 1 (kepercayaan diri)

X₂ = Variabel *independent* 2 (dukungan sosial keluarga)

e = d error

b. Uji T (Parsial)

Uji T merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui tingkatan signifikansi pengaruh dari masing-masing variabel *independent* terhadap variabel *dependent* dengan asumsi variabel *independent* lainnya tidak berubah. Berikut rumus uji T :

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

t = nilai uji t

r = koefisien korelasi person

r² = koefisien determinasi

n = jumlah sampel

Kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis nol (H₀) yang digunakan adalah :

(H₀) diterima apabila : $\pm t_{hitung} \leq t_{table}$

(H₀) ditolak apabila : $\pm t_{hitung} \geq t_{table}$

Apabila (H₀) diterima maka dianrtikan bahwa pengaruh variabel *independent* secara parsial pada variabel *dependen* dinilai tidak

berpengaruh signifikan dan sebaliknya, apabila (H_0) ditolak maka *variabel independen* memiliki pengaruh secara parsial terhadap *variabel dependent* dan berpengaruh signifikan.

c. Uji F (Korelasi Simultan)

Uji F menguji signifikan koefisien korelasi berganda untuk mengetahui seberapa kuat hubungan variabel dependent secara bersamaan (simultan) (Sugiyono., 2016). $H_0 : P = 0$ atau koefisien korelasi, *variabel independent* tidak signifikan dengan *variabel dependent*. $H_a : p \neq 0$ atau koefisien korelasi, *variabel dependent* tidak signifikan dengan *variabel independent*.

Untuk memperoleh hasil tersebut, maka nilai F_{hitung} harus dibandingkan dengan F_{tabel} . Rumus F_{hitung} yaitu:

$$F_{hitung} = \frac{\frac{r^2}{K}}{\frac{(1 - R^2)}{(n - k - 1)}}$$

Keterangan:

R = koefisien korelasi ganda

k = jumlah variabel *independent*

n = jumlah anggota sampel

Harga F_{hitung} kemudian dikonsultasikan dengan F_{tabel} dengan dk pembilang = k dan dk penyebut (n-k-1) dan taraf kesalahan yang ditetapkan misalnya 5%. Dasar pembilangan keputusannya adalah:

- 1) Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak (tidak signifikan).
- 2) Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima (signifikan).

Tingkat signifikan yang telah ditetapkan yaitu 0,05 yang menunjukkan bahwa peneliti memiliki 5% kesempatan untuk membuat keputusan yang salah mengenai penolakan H_0 (menerima H_a). Adapun ketentuan dari uji signifikansi yaitu:

- 1) Jika nilai sig < 0,05 maka H_0 ditolak (signifikan)
- 2) Jika nilai sig > 0,05 maka H_0 diterima (tidak signifikan)

(Kriyanto, 2010).

d. Besaran Pengaruh

Besaran pengaruh digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *variabel dependent* dan *variabel independent*. Berikut merupakan pedoman intervensi koefisien korelasi:

Tabel 3.9 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 - 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat kuat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang

FKIK UIN Malang berdiri dengan jalan yang tidak mudah, melewati banyaknya liku-liku. Berlangsung selama kurang lebih tujuh tahun semenjak dimulai perencanaan di tahun 2009. Yang dipimpin oleh rektor UIN Malang pada saat itu prof. Dr. H. Imam Suprayogo. Pada tahun 2004 Universitas Islam Negeri Malang terdapat perubahan status pada kelembagaan yaitu menjadi universitas. Kemudian tugas utamanya yaitu menjalankan adanya program pendidikan tinggi pada bidang ilmu umum dan juga pada bidang ilmu agama islam. Program diberdirikannya Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan dimasukkan dalam rencana jangka panjang saat penyusunan Renstra Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang periode tahun 2005-2010. Program tersebut terealisasi pada awal tahun 2010. Dengan diawali adanya pengajuan usulan dalam formasi calon pegawai negeri sipil dosen pada bidang ilmu kesehatan dan juga pada bidang kedokteran. Dalam pengangkatan dan pencarian calon pegawai negeri sipil serta dosen tatapi non calon pegawai negeri sipil berlanjut hingga 2015.

Wakil rektor tahun 2010 pada bidang akademik pada waktu itu yaitu Profesor Dr. H Mudjia Raharjo, Prof Mudjia mulai memberdirikan

tim persiapan pendirian FKIK UIN Malang yang bekerjasama dengan salah satu guru besar UNAIR selama dua tahun. Konsultasi selama dua tahun tersebut menghasilkan proposal pendirian program studi pendidikan dokter, program studi keperawatan, program studi farmasi, program studi kesehatan masyarakat, dan program studi pendidikan dokter gigi. agar mendapatkan rekomendasi, proposal tersebut dikirimkan kepada dirjen pendidikan tinggi islam kementerian agama. Kemudian berlanjut diajukannya proposal tersebut pada departemen pendidikan nasional, hasilnya hanyalah program studi farmasi yang mendapatkan persetujuan dikarenakan pada saat itu program studi kesehatan masyarakat, program studi pendidikan dokter gigi, program studi keperawatan dan program studi pendidikan dokter sedang dihentikan.

Jurusan Farmasi pun mulai menerima mahasiswa-mahasiswi baru di tahun 2012 setelah mendapatkan rekomen oleh kementerian pendidikan. Hal ini menjadikan cikal bakal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan berdiri di kampus ini.

FK UNS menandatangani MOU dengan UIN Malang dalam rangka membimbingnya UIN Malang dalam memberdirikan program studi pendidikan kedokteran UIN Malang. Hal ini dilaksanakan pada tahun 2012. FK UNS memberikan bimbingan saat melakukan penyusunan proposal dalam pendirian program studi pendidikan kedokteran, melakukan pelatihan serta melakukan evaluasi dalam aktivitas pembelajaran, dan juga FK UNS membantu UIN Malang dalam

penyusunan kurikulum program studi pendidikan kedokteran. Kemudian FKIK UIN Malang berkejasama dengan Dirjen penyelenggara Umroh serta Haji yang dilakukan guna meningkatkan keunggulan wisata Haji khususnya pada bidang kedokteran.

Maret 2015 dicabutnya moratorium dalam pembukaan prodi pendidikan kedokteran. Pihak UIN Malang mencoba untuk mengirimkan berkas proposal kembali kepada pihak Kemenristek Dikti. Mendapatkan hasil bahwa pihak UIN Malang belum maksimal karena belum mempunyai rumah sakit untuk pendidikan utama. Kemudian pihak UIN Malang segera mengajak kerjasama dengan salah satu rumah sakit Malang, yaitu Rumah Sakit Tingkat II Dr. Soepto, persetujuan kerjasama tersebut ditandatangani melalui MoU pada bulan Oktober 2015.

Program studi pendidikan kedokteran UIN Malang akhirnya mendapatkan kelayakan untuk divitasi setelah melakukan revisi dan pelaksanaan tersebut dilakukan di dalam gedung FKIK UIN Malang pada Januari 2016. Kemudian Kemenristek Dikti menyerahkan SK Pendirian program studi pendidikan kedokteran kepada Rektor UIN pada 29 Maret 2016. Dan pada Januari 2017 akhirnya Rektor UIN Malang mengeluarkan SK Rektor pendirian FKIK dan memilih Dekan I beserta dengan Dekan yang lainnya.

2. Waktu Pelaksanaan dan Jumlah Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara daring dikarenakan adanya wabah covid-19. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 19-22 November 2021 dengan menyebarkan skala berupa *googleform* yang sebelumnya peneliti mengirimkan link yang dapat diakses oleh mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan.

Responden penelitian kali ini yang telah memenuhi kriteria yaitu berjumlah 113 responden. Dari jurusan kedokteran terdapat 37 mahasiswa serta dari jurusan farmasi terdapat 76 mahasiswa

3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Dalam penelitian ini, pengambilan data dilaksanakan secara daring, dikarenakan adanya kondisi covid-19 maka penyebaran skala ini dilakukan dengan menyebarkan skala berupa *googleform* dengan kriteria mahasiswa akhir FKIK UIN Malang minimal semester 7 dan belum melakukan sidang skripsi. Sebelumnya responden ditanyai mengenai ketersediaan untuk mengisi skala tersebut, jika responden bersedia maka peneliti mengirimkan *link googleform* kepada responden.

4. Hambatan-Hambatan yang Dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian

- a. Kondisi saat penelitian berlangsung yakni masih terjadinya wabah covid-19 sehingga para responden kuliah secara daring dan tidak berada di dalam lingkungan universitas. Maka dalam pengambilan data dilakukan secara daring juga, hal ini mengakibatkan peneliti

tidak dapat mengetahui kondisi responden secara langsung saat mengisi kuesioner tersebut, hal ini dapat mengakibatkan terjadinya bias.

- b. Responden merupakan mahasiswa kedokteran dan farmasi yang memiliki kesibukan dalam kegiatan kesehariannya, hal ini menyebabkan responden mengerjakan kuesioner tidak tepat waktu.

B. Pemaparan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki fungsi untuk menguji pada model regresi variabel terikat dan juga variabel bebas apakah mempunyai distribusi yang normal atau tidak mempunyai distribusi yang normal. Peneliti menggunakan uji *Kolmogorov-Sminov Test* dalam pengujiannya serta nilai signifikansinya yaitu lima persen atau 0,05. Untuk mengetahui hasil uji *Kolmogorov-Sminov Test* yaitu dapat dilihat dari hasilnya. Jika hasil uji statistik lebih dari 0,05 atau sama dengan 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi normal. Tetapi jika hasil uji statistiknya kurang dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi tidak normal. Berikut ini merupakan tabel 4.1 hasil olah data kuesioner pada uji statistic menggunakan spss :

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		113
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.40663944
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.046
Kolmogorov-Smirnov Z		.606
Asymp. Sig. (2-tailed)		.857

a. Test distribution is Normal.

Hasil uji normalitas menggunakan SPSS didapatkan hasil bahwa residual data pada ketiga variabel menunjukkan nilai sig. 857 yang artinya lebih besar dari 0,05. Maka dapat dikatakan bahwa distribusi data pada variabel kepercayaan diri, variabel dukungan sosial keluarga dan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja adalah normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki identifikasi linear atau tidak, hasil tersebut dapat diketahui apabila nilai signifikansi lebih dari 0.05, maka uji linieritas dapat diterima atau terpenuhi. Jika nilai signifikansi kurang dari 0.05, maka uji linieritas tidak dapat diterima atau tidak terpenuhi.

Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas

Variabel	Populasi	Sig.	Keterangan
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*Kepercayaan Diri	113	0.681	Linear
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*Dukungan Sosial Keluarga	113	0.295	Linear

Diketahui tabel 4.2 bahwa nilai signifikansi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja terhadap Kepercayaan Diri sebesar 0.681, dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja terhadap Dukungan Sosial Keluarga sebesar 0.295 dimana seluruh nilai tersebut lebih besar dari sig. 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan dari ketiga variabel tersebut.

2. Deskriptif Data

Proses untuk menjawab rumusan masalah dari hipotesis yang telah diberikan pada bab sebelumnya dengan menggunakan analisis data, dan untuk merealisasikan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Penelitian yang dilakukan harus melalui beberapa tahapan analisa yakni dengan bantuan Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 16 for windows adalah sebagai berikut:

a. Skor Empirik

Skor hipotetik merupakan data hasil perhitungan dari kuesioner yang berbentuk angka serta dijumlahkan yang bertujuan untuk mengetahui tingkat rendah, sedang dan

tingginya setiap variabel yang digunakan dalam penelitian.

Penjelasan pada tabel 4.3:

Tabel 4.3 Deskripsi Skor Empirik

Variabel	Min	Max	Mean	St. Deviation
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Y)	39	156	97,5	19,5
Kepercayaan Diri (X ₁)	23	92	57,5	11,5
Dukungan Sosial Keluarga(X ₂)	17	68	42,5	8,5

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja dalam penelitian ini memiliki hasil skor item minimal 39 dan maksimal sebesar 156 dengan mean sekitar 97,5 dan standar deviasi sebesar 19,5. Skala kepercayaan diri memiliki hasil skor item minimal 23 dan maksimal 92 dengan hasil mean 57,5 dan standar deviasi sebesar 11,5. Skala dukungan sosial keluarga memiliki skor item minimal 17 dan skor maksimal 68 dengan hasil mean sebesar 42,5 dan standar deviasi 8,5.

b. Deskripsi Kategorisasi Data

Berikut yang menjelaskan skor norma hipotetik dalam penelitian ini, diantaranya sebagai berikut:

Tabel 4.5 Norma Kategorisasi

No.	Kategori	Norma
1	Tinggi	$M + 1 \text{ SD} \leq X$
2	Sedang	$M - 1 \text{ SD} < X < M + 1 \text{ SD}$
3	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

Kategorisasi data dalam penelitian ini menunjukkan nilai mean dan standar deviasi pada tiap-tiap variabel. Kemudian, apabila telah diperoleh hasilnya maka akan dikelompokkan menjadi tiga kategorisasi data yaitu tinggi, sedang dan rendah dengan menggunakan bantuan menggunakan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) for windows*. Berikut penjelasannya:

1) Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Setelah ditemukan skor masing-masing kategori sesuai norma yang berlaku, maka dibuat menjadi 3 kategori dengan batas masing-masing kategori. Penjelasan secara rinci tentang skala kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai berikut:

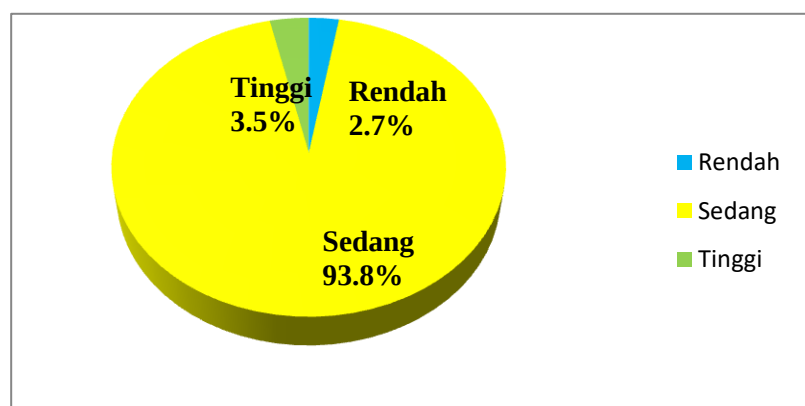
Tabel 4.6

Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kategori	Range	Frequency	Percent
Tinggi	118 – 156	4	3,5%
Sedang	78 – 117	106	93,8%
Rendah	39 – 77	3	2,7%
Total		113	100%

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diperoleh hasil bahwa mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kecemasan menghadapi dunia kerja kategori tinggi berjumlah 4 responden dari 113 responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan tingkat sedangnya

berjumlah 106 dan mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kecemasan menghadapi dunia kerja tingkat rendah berjumlah 3 responden dari 113 responden. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram dibawah ini:



Gambar 4.1
Diagram Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Gambar 4.1 menunjukkan bahwa kebanyakan atau kategori tertinggi yang dimiliki remaja dengan kecemasan menghadapi dunia kerja berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 93,8% (106 responden) dengan artian jumlah responden mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja yang sedang. Kategori rendah, berselisih cukup sedikit dengan hasil skor mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja tinggi.

Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor kecemasan menghadapi dunia kerja tinggi berjumlah sedikit 3.5% (4 responden) dari total keseluruhan responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor kecemasan menghadapi dunia kerja rendah disini juga sedikit dengan persentase 2,7% (3 responden) dari seluruh responden. Selanjutnya adalah kategorisasi data berdasarkan jurusan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang dalam variabel kecemasan menghadapi dunia kerja, adapun jurusan FKIK UIN Malang tersebut terdapat 2 jurusan yaitu: Jurusan Kedokteran dan Farmasi. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan jurusan sebagai berikut:

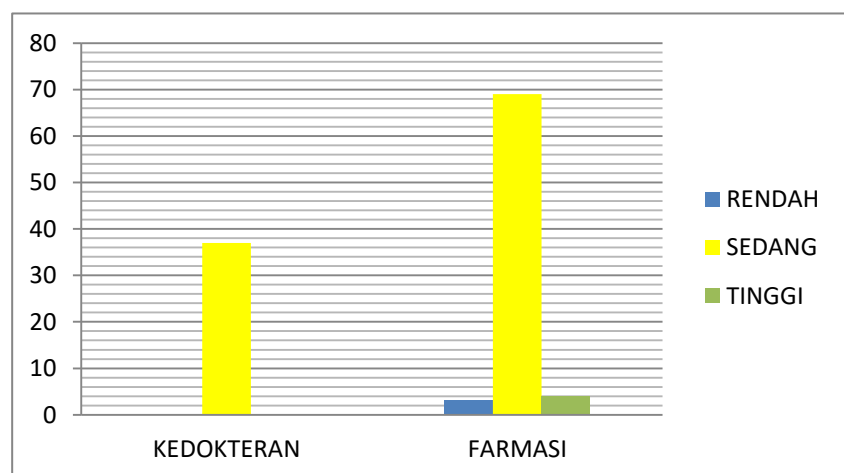
Tabel 4.7
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Kedokteran	Tinggi	118 – 156	0	0 %
	Sedang	78 – 117	37	50 %
	Rendah	39 – 77	0	0 %
Farmasi	Tinggi	118 – 156	4	2,65 %
	Sedang	78 – 117	69	45,4 %
	Rendah	39 – 77	3	1,95 %
Total			113	100%

Tabel 4.7 diperoleh hasil bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dari kedua jurusan rata-rata memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja sedang. Pada

jurusan kedokteran terdapat 37 responden (50%), dan pada jurusan farmasi terdapat 60 responden (45,4%)

Kategori tinggi pada jurusan kedokteran terdapat 0 responden (0%), dan pada jurusan farmasi terdapat 4 responden (2,65%). Kategori rendah pada jurusan kedokteran terdapat 0 responden (0%), dan pada jurusan farmasi terdapat 3 responden (1,95%). Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi kategorisasi menurut jurusan FKIK UIN Malang pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja.



Gambar 4.2
Diagram Distribusi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Setelah kategorisasi data berdasarkan jurusan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang maka selanjutnya kategorisasi data berdasarkan *gender* dalam variabel kecemasan menghadapi dunia kerja, adapun *gender* tersebut terdapat 2 *gender* yaitu:

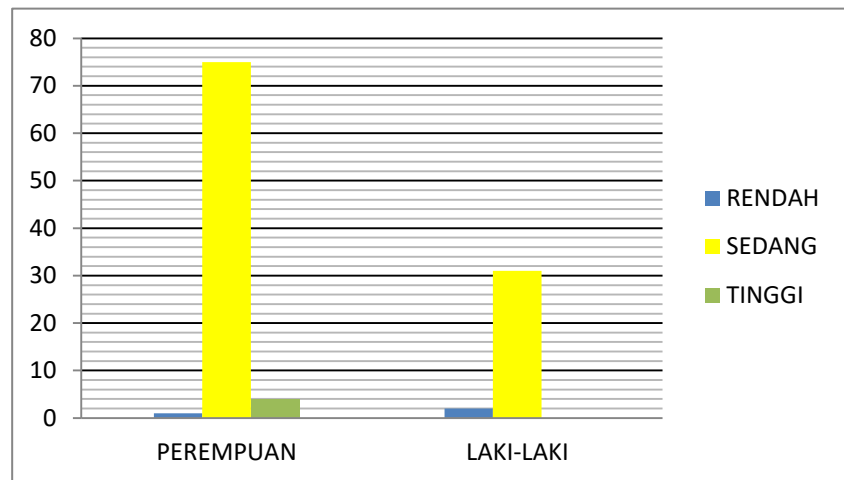
Perempuan dan laki-laki. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan *gender* sebagai berikut:

Tabel 4.8
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Gender Variabel Kecemasan
Menghadapi Dunia Kerja

Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Perempuan	Tinggi	118 – 156	4	2,5 %
	Sedang	78 – 117	75	46,9 %
	Rendah	39 – 77	1	0,6 %
Laki-laki	Tinggi	118 – 156	0	0 %
	Sedang	78 – 117	31	46,95 %
	Rendah	39 – 77	2	3,05 %
Total			113	100%

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diperoleh hasil bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dari kedua gender rata-rata memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja sedang. Pada perempuan terdapat 75 responden (46,9%), dan pada laki-laki terdapat 31 responden (46,95%). Kategori tinggi pada perempuan terdapat 4 responden (2,5%), dan pada laki-laki terdapat 0 responden (0%).

Pada kategori rendah perempuan terdapat 1 responden (0,6%), dan pada laki-laki terdapat 2 responden (3,05%). Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi kategorisasi menurut *Gender* pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja.



Gambar 4.3

Diagram Distribusi Kategorisasi *Gender* Variabel Kecemasan
Menghadapi Dunia Kerja

2) Kepercayaan Diri

Berikut penjelasan kategorisasi tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang:

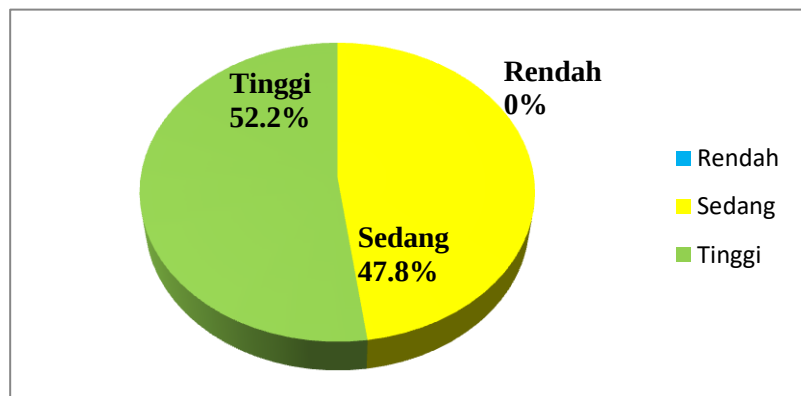
Tabel 4.9

Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kepercayaan Diri

Kategori	Range	Frequency	Percent
Tinggi	70 – 92	59	52.2%
Sedang	46 – 69	54	47.8%
Rendah	23 - 45	0	0%
Total		113	100%

Berdasarkan tabel 4.9 diperoleh hasil bahwa mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kepercayaan diri kategori tinggi berjumlah 59 responden dari 113 responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kepercayaan diri dengan tingkat sedangnya

berjumlah 54 dan mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kepercayaan diri tingkat rendah berjumlah 0 responden dari 113 responden. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram dibawah ini



Gambar 4.4

Diagram Kategorisasi Kepercayaan Diri

Gambar 4.4 menunjukkan bahwa kebanyakan atau kategori tertinggi yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan kepercayaan diri berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 52,2% (59 responden) dengan artian jumlah responden mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor kepercayaan diri sedang berjumlah 47.8% (54 responden) dari total keseluruhan responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor kepercayaan diri rendah disini tidak ada dengan persentase 0% (0

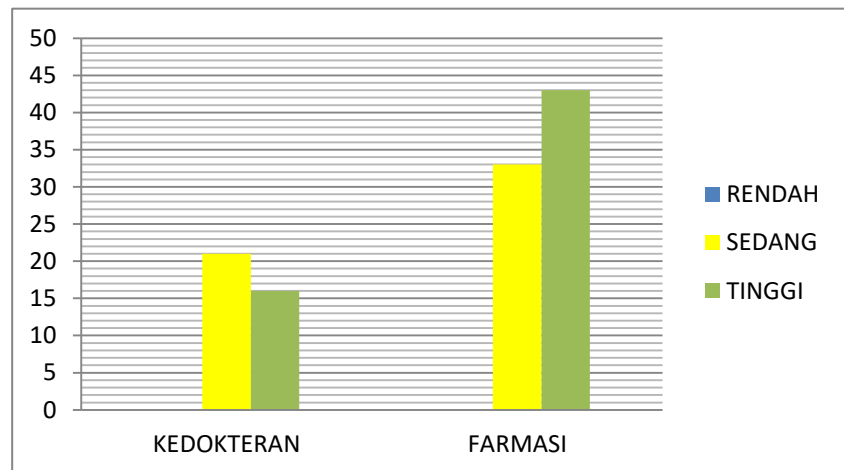
responden) dari seluruh responden. Selanjutnya adalah kategorisasi data berdasarkan jurusan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang dalam variabel kepercayaan diri, adapun jurusan FKIK UIN Malang tersebut terdapat 2 jurusan yaitu: Jurusan Kedokteran dan Farmasi. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan jurusan sebagai berikut:

Tabel 4.10
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Kepercayaan Diri

Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Kedokteran	Tinggi	70 – 92	16	21.6 %
	Sedang	46 – 69	21	28.4 %
	Rendah	23 – 45	0	0 %
Farmasi	Tinggi	70 – 92	43	28,3 %
	Sedang	46 – 69	33	21,7 %
	Rendah	23 – 45	0	0 %
Total			113	100%

Berdasarkan tabel 4.10 dapat diperoleh hasil bahwa pada kategori tinggi pada jurusan kedokteran terdapat 16 responden (21.6%), dan pada jurusan farmasi terdapat 43 responden (28.3 %). Pada kategori sedang pada jurusan kedokteran terdapat 21 responden (28.4%), dan pada jurusan farmasi terdapat 33 responden (21,7%). Kemudian, pada kategori rendah pada jurusan kedokteran dan farmasi yaitu sama, terdapat 0 responden (0%). Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi

kategorisasi menurut jurusan FKIK UIN Malang pada variabel kepercayaan diri.



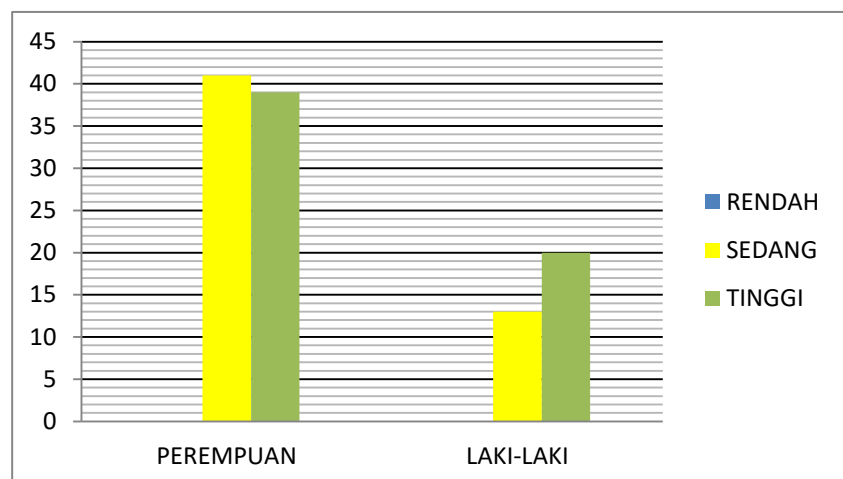
Gambar 4.5
Diagram Distribusi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Kepercayaan Diri

Kategorisasi data berdasarkan *gender* dalam variabel kepercayaan diri, adapun *gender* tersebut terdapat 2 *gender* yaitu: Perempuan dan laki-laki. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan *gender* sebagai berikut:

Tabel 4.11
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Gender Variabel Kepercayaan Diri

Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Perempuan	Tinggi	70 – 92	39	24.4 %
	Sedang	46 – 69	41	25.6 %
	Rendah	23 – 45	0	0 %
Laki-laki	Tinggi	70 – 92	20	30.3 %
	Sedang	46 – 69	13	19.7 %
	Rendah	23 – 45	0	0 %
Total			113	100%

Berdasarkan tabel 4.11 diatas dapat diperoleh hasil bahwa pada kategori tinggi perempuan terdapat 39 responden (24.4%), dan pada laki-laki terdapat 20 responden (30.3%). Kategori sedang pada perempuan terdapat 41 responden (25.6%), dan pada laki-laki terdapat 13 responden (19.7%). Pada kategori rendah perempuan dan laki-laki memiliki hasil yang sama, yaitu terdapat 0 responden (0%). Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi kategorisasi menurut *Gender* pada variabel kepercayaan diri.



Gambar 4.6
Diagram Distribusi Kategorisasi *Gender* Variabel Kepercayaan Diri

3) Dukungan Sosial Keluarga

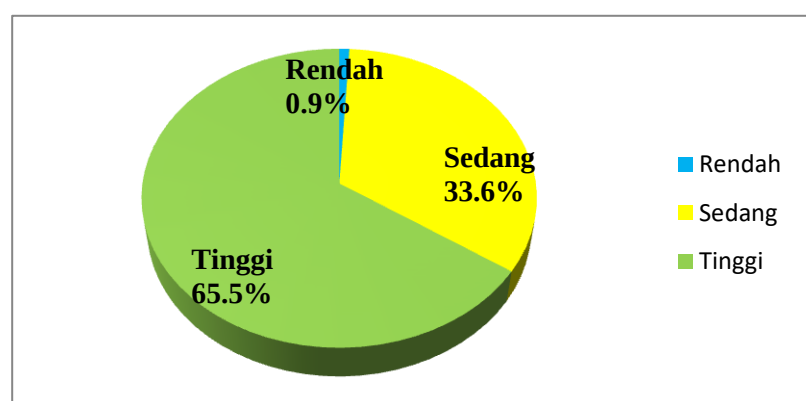
Berikut penjelasan kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Penjelasan secara rinci tentang dukungan sosial keluarga sebagai berikut:

Tabel 4.12

Distribusi Frekuensi Kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga

Kategori	Range	Frequency	Percent
Tinggi	52 – 68	74	65.5 %
Sedang	34 – 51	38	33.6 %
Rendah	17 – 33	1	0.9 %
Total		113	100%

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diperoleh hasil bahwa mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan dukungan sosial keluarga kategori tinggi berjumlah 74 responden dari 113 responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan dukungan sosial keluarga dengan tingkat sedangnya berjumlah 38 dan mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan dukungan sosial keluarga berjumlah 1 responden dari 113 responden. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram dibawah ini:



Gambar 4.7

Diagram Kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga

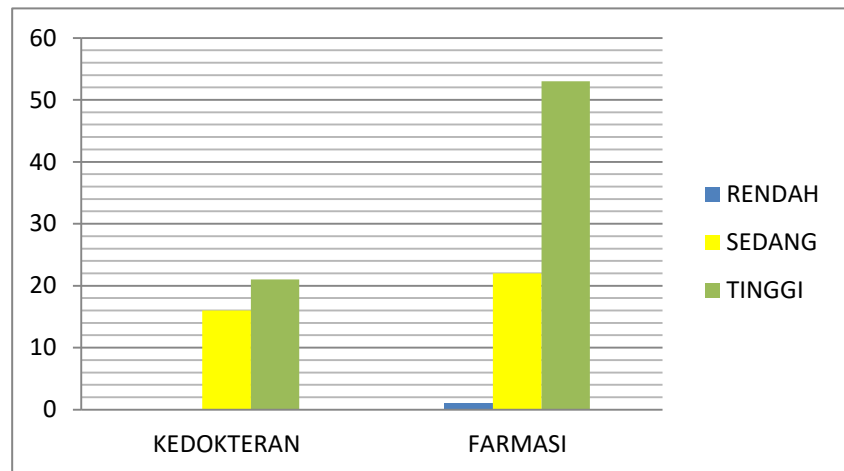
Gambar 4.7 menunjukkan bahwa kebanyakan atau kategori tertinggi yang dimiliki remaja dengan dukungan sosial keluarga berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 65.5% (74 responden) dengan artian jumlah responden mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor dukungan sosial keluarga sedang berjumlah 33.6% (38 responden) dari total keseluruhan responden. Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dengan skor dukungan sosial keluarga rendah disini sangat sedikit dengan persentase 0.9% (1 responden) dari seluruh responden. Selanjutnya adalah kategorisasi data berdasarkan jurusan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang dalam variabel dukungan sosial keluarga, adapun jurusan FKIK UIN Malang tersebut terdapat 2 jurusan yaitu: Jurusan Kedokteran dan Farmasi. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan jurusan sebagai berikut:

Tabel 4.13
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Dukungan Sosial Keluarga

Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Kedokteran	Tinggi	52 – 68	21	28.4 %
	Sedang	34 – 51	16	21.6 %
	Rendah	17 – 33	0	0 %
Farmasi	Tinggi	52 – 68	53	34.85 %
	Sedang	34 – 51	22	14.45 %
	Rendah	17 – 33	1	0.65 %
Total			113	100%

Berdasarkan tabel 4.13 dapat diperoleh hasil bahwa dukungan sosial keluarga dari kedua jurusan rata-rata memiliki dukungan sosial keluarga tinggi. Pada jurusan kedokteran terdapat 21 responden (28.4%), dan pada jurusan farmasi terdapat 53 responden (34.85%)

Kategori sedang pada jurusan kedokteran terdapat 16 responden (21.6%), dan pada jurusan farmasi terdapat 22 responden (14.45%). Kategori rendah pada jurusan kedokteran terdapat 0 responden (0%), dan pada jurusan farmasi terdapat 1 responden (0.65%). Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi kategorisasi menurut jurusan FKIK UIN Malang pada variabel dukungan sosial keluarga.



Gambar 4.8
Diagram Distribusi Kategorisasi Jurusan FKIK UIN MALANG
Variabel Dukungan Sosial Keluarga

Kategorisasi data berdasarkan *gender* dalam variabel dukungan sosial keluarga, adapun *gender* tersebut terdapat 2 *gender* yaitu: Perempuan dan laki-laki. Penjabaran daripada hasil kategorisasi berdasarkan *gender* sebagai berikut:

Tabel 4.14
Distribusi Frekuensi Kategorisasi Gender Variabel Dukungan
Sosial Keluarga

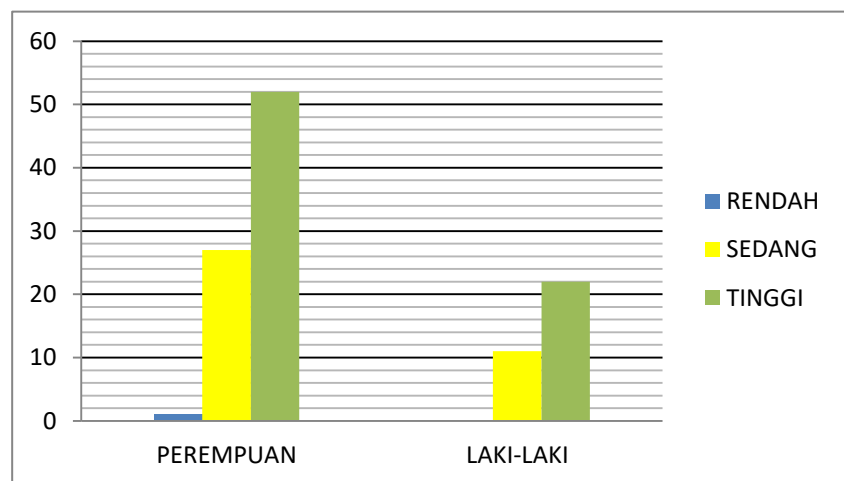
Jurusan	Kategori	Range	Jumlah	(%)
Perempuan	Tinggi	52 – 68	52	32.5 %
	Sedang	34 – 51	27	16.9 %
	Rendah	17 – 33	1	0.6 %
Laki-laki	Tinggi	52 – 68	22	33.35 %
	Sedang	34 – 51	11	16.65 %
	Rendah	17 – 33	0	0 %
Total			113	100%

Berdasarkan tabel 4.14 dapat diperoleh hasil bahwa dukungan sosial keluarga dari kedua gender rata-rata memiliki dukungan sosial keluarga tinggi. Pada

perempuan terdapat 52 responden (32.5%), dan pada laki-laki terdapat 22 responden (33.35%). Kategori sedang pada perempuan terdapat 27 responden (16.9%), dan pada laki-laki terdapat 11 responden (16.65%).

Pada kategori rendah perempuan terdapat 1 responden (0,6%), dan pada laki-laki terdapat 0 responden (0%).

Berikut diagram yang menjelaskan tentang distribusi kategorisasi menurut *Gender* pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja.



Gambar 4.9
Diagram Distribusi Kategorisasi *Gender* Variabel Dukungan Sosial Keluarga

c. Faktor Pembentuk Utama Variabel

1) Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Faktor utama pembentuk variabel kecemasan menghadapi dunia kerja berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut:

- a) Reaksi Fisik $= \frac{3196}{11167} = 0,28$
- b) Pemikiran $= \frac{2534}{11167} = 0,23$
- c) Perilaku $= \frac{2789}{11167} = 0,25$
- d) Suasana Hati $= \frac{2648}{11167} = 0,24$

Tabel 4.15 Aspek Pembentuk Utama Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Aspek	Skor total aspek	Skor total variabel	Hasil
Reaksi Fisik	3196	11167	28%
Pemikiran	2534		23%
Perilaku	2789		25%
Suasana Hati	2648		24%

Berdasarkan tabel 4.15 maka diketahui bahwa aspek pembentuk utama kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah reaksi fisik dengan persentase sebesar 28% dan yang terendah pemikiran dengan persentase 23%. Hal ini menunjukkan bahwa reaksi fisik yang dialami mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang menyebabkan mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Mahasiswa tingkat akhir mengalami reaksi fisik seperti tangannya berkeringat, jantungnya mulai berdebar-debar, terkadang mengalami pusing atau sakit kepala serta ototnya menjadi tegang saat dihadapkan dengan pengalaman dalam kehidupan pada dunia kerjanya kelak.

2) Kepercayaan Diri

Faktor utama pembentuk variabel kepercayaan diri berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut:

$$\text{a) Kemampuan Diri} = \frac{2703}{7961} = 0,34$$

$$\text{b) Interaksi Sosial} = \frac{3477}{7961} = 0,44$$

$$\text{c) Konsep Diri} = \frac{1781}{7961} = 0,22$$

Tabel 4.16 Aspek Pembentuk Utama Kepercayaan Diri

Aspek	Skor total aspek	Skor total variabel	Hasil
Kemampuan Diri	2703	7961	34%
Interaksi Sosial	3477		44%
Konsep Diri	1781		22%

Berdasarkan tabel 4.16 maka diketahui bahwa aspek pembentuk utama kepercayaan diri adalah interaksi sosial dengan persentase sebesar 44% dan yang terendah yaitu konsep diri dengan persentase 22%. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi sosial yang dialami mahasiswa menyebabkan mereka memiliki rasa percaya diri. Mahasiswa tingkat akhir mengalami interaksi sosial pada kepercayaan diri ini seperti menganggap dirinya bahwa mahasiswa tingkat akhir tersebut mampu mengatasi masalahnya, mampu bertoleransi dengan lingkungan serta tidak berlebihan dalam memikirkan bahayanya dirinya di lingkungan sekitar, karena ia merasa bahwa ia akan mampu

menghadapi lingkungannya dengan rasa percaya diri.

Konsep diri merupakan pembentuk utama yang rendah

3) Dukungan Sosial Keluarga

Faktor utama pembentuk variabel Dukungan Sosial Keluarga berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut:

$$\text{a) Dukungan Emosional} = \frac{2840}{6285} = 0,45$$

$$\text{b) Dukungan Penghargaan} = \frac{1477}{6285} = 0,23$$

$$\text{c) Dukungan Instrumental} = \frac{799}{6285} = 0,13$$

$$\text{d) Dukungan Informatif} = \frac{1169}{6285} = 0,19$$

Tabel 4.17 Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial Keluarga

Aspek	Skor total aspek	Skor total variabel	Hasil
Dukungan Emosional	2840	6285	45%
Dukungan Penghargaan	1477		23%
Dukungan Instrumental	799		13%
Dukungan Informatif	1169		19%

Berdasarkan tabel 4.17 maka diketahui bahwa aspek pembentuk utama dukungan sosial keluarga adalah dukungan emosional dengan persentase sebesar 45% dan yang terendah yaitu dukungan instrumental dengan persentase 13%. Hal ini menunjukkan bahwa Dukungan Emosional yang dialami mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang menyebabkan mahasiswa tingkat akhir

mendapatkan dukungan sosial keluarganya. Mahasiswa tingkat akhir mendapatkan dukungan emosional dari keluarganya seperti mendapatkan empati dari keluarganya, mendapatkan umpan balik yang baik antara mahasiswa dengan keluarganya, mendapatkan perhatian yang mereka dapatkan dari keluarganya serta mendapatkan rasa aman dari orangtuanya terhadap anaknya atau terhadap mahasiswa tersebut. Kemudian pada dukungan instrumental terdapat pada urutan terendah memungkinkan bahwa mahasiswa tingkat akhir tersebut tidak merasakan adanya pemberian bantuan secara langsung ketika mahasiswa tingkat akhir membutuhkannya, tetapi walaupun keluarga tidak bisa memberikan bantuan secara langsung dapat dilakukan dengan pemberian bantuan secara tidak langsung dengan cara-cara yang lain yang memungkinkan, hal ini dapat dikomunikasikan lagi antara pihak keluarga dengan mahasiswa tingkat akhir.

3. Uji Hipotesis

Dalam bagian ini disajikan hasil statistik mengenai pengaruh beban kerja, lingkungan kerja non fisik terhadap keterikatan kerja, dengan hasil penelitian yang telah diolah komputer melalui program SPSS dengan analisis Regresi Linier Berganda (Multiple Regression) secara parsial dan simultan.

a. Interpretasi Persamaan

Analisis interpretasi persamaan dari perhitungan regresi berganda yang menggunakan bantuan program SPSS (statistical product and service solution) 23.0 for windows dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.18 Hasil Analisis Regresi Berganda

Variabel	Koefisien Regresi	Standardized coefficient Beta	t _{hitung}	Sig.
Kepercayaan Diri,	-0,595	-0,523	-6,029	0,000
Dukungan Sosial Keluarga	-0,147	-0,122	-1,405	0,163
Constanta : 148,949 Koefisien Determinasi (R^2) : 0,336 Multiple Corelation (R) : 0,590 F _{hitung} = 29,332 Sig. F : 0,000 α = 5%				

Tabel 4.18 diketahui hasil analisis regresi, maka dapat dirumuskan suatu persamaan regresi berganda sebagai berikut:

$$Y = 148,949 + (-0,595) X_1 + (-0,147) X_2$$

Dari persamaan garis regresi linier berganda, maka dapat diartikan bahwa:

a = 148,949 merupakan nilai konstanta, dengan demikian nilai konstanta ini menunjukkan besarnya nilai variabel kecemasan menghadapi dunia kerja jika variabel lain (bebas) sama dengan nol atau konstan.

$b_1 = -0,595$ merupakan slope atau koefisien arah variabel kepercayaan diri (X_1) yang mempengaruhi keterikatan kerja (Y), artinya variabel kepercayaan diri berpengaruh negatif sebesar $-0,595$ terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja, jika variabel lainnya dianggap konstan.

$b_2 = -0,147$ merupakan slope atau koefisien arah variabel dukungan sosial keluarga (X_2) yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja (Y), artinya variabel dukungan sosial keluarga berpengaruh negatif sebesar $-0,147$ terhadap keterikatan kerja, jika variabel lainnya dianggap konstan.

b. Pengujian Hipotesis Uji T (Parsial)

Untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independent, yaitu kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja, maka digunakan uji t (t -test) yaitu dengan cara membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} , sedangkan nilai t_{tabel} pada alpha sebesar 5% dapat diperoleh angka sebesar 1,98177. Pada tabel 4.19 dibawah disajikan hasil perbandingan antara nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} .

Tabel 4.19 Uji T

Variabel	t_{hitung}	t_{tabel}
Kepercayaan Diri	6.029	1.98177
Dukungan Sosial Keluarga	1.405	1.98177
$T_{tabel} = t(a/2; n-k-1) = t(0,05/2; 113-2-1) = (0,025; 110) = 1.98177$		

Berdasarkan uraian hasil t_{hitung} dan t_{tabel} pada tabel 4.19 menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri (X_1) $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,029 > 1,98177$) yang berarti bahwa pada variabel kepercayaan diri (X_1) mempunyai pengaruh secara parsial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Untuk variabel dukungan sosial keluarga (X_2) $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($1,405 < 1,9817$) yang berarti bahwa pada variabel dukungan sosial keluarga (X_2) tidak mempunyai pengaruh secara parsial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja.

c. Pengujian Hipotesis Uji F

Untuk mengetahui apakah variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga secara simultan (bersama-sama) mempunyai pengaruh terhadap variabel kecemasan menghadapi dunia kerja atau tidak berpengaruh maka digunakan uji F (F-test). Alat uji yang digunakan adalah F anova atau F hitung. Adapun kriteria yang digunakan untuk menerima salah satu hipotesis di atas adalah :

- 1) Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima atau H_a ditolak
- 2) Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak atau H_a diterima

Uji korelasi berganda digunakan perhitungan program SPSS dengan hasil :

Tabel 4.21 Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4221.242	2	2110.621	29.332	.000 ^a
	Residual	7915.218	110	71.957		
	Total	12136.460	112			

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA, KEPERCAYAAN DIRI

b. Dependent Variable: KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA

Tabel 4.21 dapat diketahui bahwa $F_{hitung} (29,332) > F_{tabel} (3,08)$ dan nilai signifikansi nya $(0,000) < (0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa H1 diterima. Sehingga secara bersama-sama (simultan) kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga berpengaruh signifikan terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja.

d. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk melihat berapa besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Dari analisa perhitungan diperoleh nilai R^2 (koefisien determinasi) dan koefisien korelasi (R) seperti dalam tabel berikut:

Tabel 4.22 Hasil Koefisien Determiasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,590 ^a	,348	,336	8,483

Dari tabel 4.22 diketahui hasil nilai *adjusted R Square* menunjukkan nilai sebesar 0,336. Hasil ini mengindikasikan bahwa 33,6 persen kecemasan menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga, sedangkan 66,4 persen lainnya kecemasan menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh variabel lain diluar model ini. Dari hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri, dan dukungan sosial keluarga memiliki keeratan hubungan dengan variabel terikat keterikatan kerja adalah cukup kuat yaitu $R = 0,590$ atau sebesar 59%.

C. Pembahasan

Analisis data pada penelitian ini meliputi 113 mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Setelah diperoleh hasil melalui analisis, data tersebut kemudian diterjemahkan ke dalam bentuk kuantitatif, seperti persentase, frekuensi, nilai minimal, nilai maksimal dan lainnya. data tersebut kemudian disajikan dalam bentuk tabel, diagram dan lainnya yang kemudian di analisis serta di deskripsikan dan dibandingkan dengan penelitian terdahulu hingga mendapatkan hasil dan kesimpulan akhir.

1. Tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang

Kepercayaan diri merupakan keyakinan yang dimiliki seseorang dalam segala kelebihan aspek, karena adanya keyakinan tersebut maka individu merasa dapat untuk menggapai tujuan dalam

hidupnya. Lauster (2002) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakantindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir berada di tingkat tinggi. Hasil analisa kategorisasi menurut jurusan mendapatkan hasil pada jurusan kedokteran di tingkat sedang dan jurusan farmasi di tingkat tinggi. Diketahui bahwa kepercayaan diri pada jurusan farmasi yang lebih tinggi.

Hasil analisa kategorisasi menurut *gender* pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang. Mendapatkan hasil bahwa pada perempuan di tingkat sedang dan laki-laki di tingkat tinggi. Disimpulkan bahwa kepercayaan diri pada laki-laki yang lebih tinggi.

Mahasiswa tingkat akhir pada kepercayaan diri tinggi akan cenderung memiliki rasa lebih berani dalam melakukan berbagai hal. Seperti apa yang dikatakan oleh Lauster (2002) bahwa orang yang percaya diri mempunyai keyakinan pada kemampuan-kemampuan

sendiri, keyakinan pada adanya suatu maksud dalam kehidupan dan kepercayaan bahwa dengan akal budi, mereka akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan, rencanakan dan harapkan, maka seseorang tersebut akan merasa senang dengan dirinya dan cenderung bersikap santai didalam situasi-situasi sosial. Kemudian ia juga akan lebih mudah merasakan dan menikmati hidup, bergembira, mengetahui dan menilai diri sendiri, mempunyai keahlian-keahlian sosial yang baik, mempunyai sikap yang positif, tegas, mempunyai tujuan yang jelas, siap menghadapi tantangan-tantangan (Davies, 2004).

Faktor pembentuk utama pada variabel kepercayaan diri terdapat pada aspek interaksi sosial dengan skor sebesar 44%. Sarason menyatakan bahwa kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar secara individu dan juga secara sosial. Proses belajar secara individual berhubungan dengan umpan balik dari lingkungan melalui pengalaman psikologik. Proses belajar secara sosial diperoleh melalui interaksi individu dengan aktivitas kegiatannya bersama oranglain (Sarason, 1983). Penelitian pada mahasiswa akhir ini memiliki interaksi sosial yang baik dalam membentuk kepercayaan dirinya. Dalam kesehariannya mahasiswa tidak sulit dalam bergaul dengan orang lain, dan juga mereka mudah menerima kondisi di lingkungan sekitarnya. Hal tersebut yang membuat mahasiswa tingkat akhir ini memiliki interaksi sosial yang

baik. Dan interaksi sosial yang baik inilah yang akan membentuk kepercayaan diri pada mahasiswa tersebut. Aspek yang memiliki skor terendah terdapat pada aspek konsep diri yaitu sebesar 22%. Dalam hal ini, diharapkan mahasiswa tingkat akhir mampu meningkatkan konsep diri. Menurut Siswanto, konsep diri merupakan salah satu factor yang mempengaruhi kepercayaan diri. Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki pandangan yang positif tentang dirinya, maka akan dapat merealisasikan segala kemampuan yang dimilikinya secara maksimal (Savira & Suhardhani, 2017).

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa jika kepercayaan dirinya tinggi, maka kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa tingkat akhir berada pada tingkat rendah, tetapi jika kepercayaan diri rendah maka kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa tingkat akhir akan berada pada tingkat tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dita dan Inhasuti dengan subjek sebanyak 138 mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1975 Semarang yang mendapatkan hasil adanya hubungan negative antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Universitas 17 Agustus 1945 Semarang (Risnia & Sugiasih, 2019). Pada peneliti lain yaitu penelitian oleh Dino dan Frischa yang dilakukan pada 123 mahasiswa semester akhir FIP UNP. Mendapatkan hasil adanya hubungan negative antara kepercayaan diri dengan

kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di FIP UNP (Dimenggo & Yendi, 2021).

2. Tingkat dukungan sosial keluarga pada mahasiswa tingkat akhir FIK UIN Malang

Dukungan sosial menurut Sarafino mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sarafino menitik beratkan dukungan sosial pada perasaan senang dan peduli dalam membantu orang atau kelompok lain (Smeth, 1994). Dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima oleh individu berupa pemberian kenyamanan secara fisik dan psikologis, informasi atau nasehat baik verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan, yang diberikan oleh teman, anggota keluarga, orang atau kelompok lain.

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa tingkat dukungan sosial keluarga pada mahasiswa tingkat akhir berada di tingkat tinggi. Hasil analisa kategorisasi menurut jurusan mendapatkan hasil bahwa pada jurusan kedokteran di tingkat tinggi dan jurusan farmasi berada pada tingkat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga pada kedua jurusan memiliki tingkat yang tinggi.

Hasil analisa kategorisasi menurut *gender* pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang. Mendapatkan hasil bahwa pada perempuan di tingkat tinggi dan laki-laki di tingkat tinggi. Disimpulkan bahwa pada laki-laki dan perempuan memiliki tingkat dukungan sosial keluarga tinggi.

Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi cenderung dapat menurunkan kecemasan dan depresi selama masa stress atau saat mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja (Taylor, 2005). Lingkup sosial pada mahasiswa tingkat akhir ini mencakup keluarga, kemudian lingkup pertemanan serta mencakup lingkup masyarakat. Jika mahasiswa sudah mendapatkan dukungan sosial, maka dukungan sosial tersebut bisa membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah yang ia alami. Yaitu dengan mengasihikan bantuan, seperti informasi, kemudian jasa serta barang dan hal ini akan memberikan imbas yang positif terhadap mahasiswa tersebut. Dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri yang kemudian menyebabkan mahasiswa mampu mengatasi segala masalah yang dialaminya. Menurut Taylor, dukungan sosial yang didapatkan oleh individu bisa untuk menurunkan depresi serta kecemasan yang dialami oleh individu selama masa stress (Taylor, 2005). Dukungan sosial ini mampu didapatkan oleh beberapa pihak, seperti pada orang tua,

pasangan, keluarga serta komunitas dan teman sebaya (Sarafino & Smith, 2014).

Faktor pembentuk utama pada variable dukungan sosial keluarga terdapat pada aspek dukungan emosional dengan skor sebesar 45%. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarganya akan menurunkan kecemasan yang sedang mahasiswa hadapi. Dukungan emosional tersebut yang dapat diberikan oleh keluarganya terhadap mahasiswa tingkat akhir tersebut yaitu dengan empati, umpan balik, memberikan rasa aman kepada mahasiswa atau anak dan juga memberikan perhatian. Keluarga tersebut dapat memberikan waktu luangnya dengan menghabiskan waktu secara bersama, memberikan suasana yang nyaman saat berada di rumah, dan juga keluarga dapat memperdulikan saat mahasiswa tingkat akhir ini menghadapi permasalahan serta apa yang dipikirkan oleh mahasiswa tersebut. Hal tersebut inilah yang membuat mahasiswa tingkat akhir memiliki dukungan sosial yang baik dalam dukungan sosial keluarganya.

Aspek yang memiliki skor terendah terdapat pada aspek dukungan instrumental yaitu sebesar 13%. Dalam hal ini diharapkan keluarga dari mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dapat meningkatkan dukungannya, dengan diberikannya bantuan secara langsung dari keluarga kepada mahasiswa sehingga akan meningkatkannya.

Penelitian ini mendapatkan hasil jika mahasiswa memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi, maka dapat dipastikan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa tingkat akhir berada pada tingkat rendah, tetapi jika dukungan sosial keluarga rendah maka kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami mahasiswa tingkat akhir akan berada pada tingkat tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fairuz dan Annastasia pada 86 mahasiswa semesterakhir di fakultas hokum Universitas Pancasakti Tegal, bahwa adanya hubungan negative yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Rizqi & Ediati, 2020).

3. Tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang

Kecemasan yang akan dialami oleh para mahasiswa tingkat akhir ini karena mereka belum pernah memasuki dunia kerjanya kelak secara nyata dan tetap. Kecemasan tersebut dikarenakan beberapa faktor, faktor tersebut yaitu ketika mahasiswa membayangkan ketidakpastiannya dalam mendapatkan pekerjaannya, kemudian mahasiswa merasa cemas saat membayangkan akan dipanggil untuk wawancara pekerjaan, dan mahasiswa masih bingung akan mengambil pekerjaan pada bidang apa, ia masih bingung dalam hal yang ia minati serta karena semakin hari ia akan bertambah usianya ia cemas karna

memikirkan harus sesegera mungkin untuk mendapatkan pekerjaan secara tetap (Risnia & Sugiasih, 2019).

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir berada di tingkat sedang. Hasil analisa kategorisasi menurut jurusan mendapatkan hasil bahwa pada jurusan kedokteran di tingkat sedang dan pada jurusan farmasi berada pada tingkat sedang. Disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada kedua jurusan memiliki hasil yang sama yaitu di sedang.

Kategorisasi menurut *gender* mendapatkan hasil bahwa pada perempuan berada di tingkat sedang dan laki-laki di sedang. Disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada laki-laki dan perempuan pada tingkat yang sama yaitu sedang.

Faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja diantaranya adalah kepastian untuk diterima oleh perusahaan, kepastian upah yang cukup, masa kerja, rekan dan atasan kerja, dan terkait kemampuan diri yang dimiliki oleh mahasiswa semester akhir. Keyakinan terhadap kemampuan dirinya pada mahasiswa akhir dapat membuat mahasiswa semester akhir mampu untuk percaya diri, mengurangi kekhawatiran dan rasa gelisah (Alkhathami, Kaviani, & Emma, 2014). Faktor kurangnya keahlian dan pengalaman dalam bidang pekerjaan, apabila individu kurang

memiliki keahlian dan pengalaman dalam bidang pekerjaan, maka individu akan mengalami kesulitan dalam menghadapi persaingan dunia kerja sehingga menimbulkan kekhawatiran (Rahmawati, 2017). Mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang pada ruang gerak pembelajaran dan praktek kerja lapangannya dibatasi karena adanya kondisi *covid-19*. Beberapa mahasiswa mengaku bahwa pengalaman yang mereka dapatkan sangat kurang, hal tersebut membuat beberapa mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang masih merasakan kecemasan menghadapi dunia kerjanya kelak. Tetapi mahasiswa tingkat akhir tersebut dapat memanfaatkan waktu yang ada dengan menambah pengalamannya di luar kampus. Dengan adanya pengalaman yang sejalan dengan jurusannya maka mahasiswa akhir tersebut dapat menurunkan rasa kecemasan dalam menghadapi dunia kerjanya kelak.

Faktor pembentuk utama pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja terdapat pada aspek reaksi fisik dengan skor sebesar 28%. Reaksi fisik merupakan salah satu aspek kecemasan yang sering terjadi pada orang yang cemas. Reaksi fisik ini terjadi kepada mahasiswa tingkat akhir dan menyebabkan mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan menghadapi dunia kerjanya kelak. Reaksi fisik yang terjadi seperti tangan berkeringat, jantung berdebar, pusing-pusing serta terjadinya otot yang tegang ketika mahasiswa tersebut menghadapi kecemasan. Reaksi fisik yang terjadi di mahasiswa seperti

merasa tegang saat memikirkan dunia kerjanya kelak dimasa depan, mahasiswa merasakan jantung berdebar ketika mengetahui beberapa karyawan di luar sana dipecat dan hal tersebutlah yang membuat mahasiswa tersebut kemudian memikirkan dirinya sendiri dan terjadilah cemas saat memikirkan dunia kerjanya kelak. Kemudian pada aspek yang memiliki skor terendah yaitu aspek pemikiran sebesar 23%.

Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan perasaan khawatir berlebihan yang dialami oleh individu pada saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja biasanya muncul karena adanya keinginan untuk mencari pekerjaan sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimilikinya. Pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang ini memiliki latar pendidikan yaitu kedokteran dan farmasi. Rumah sakitlah yang biasanya menjadi tempat pekerjaan para dokter dan juga para farmasi kelak. Untuk dapat diterima di tempat kerja terlebih di rumah sakit tidaklah mudah. Salah satu subjek mengatakan bahwa di beberapa rumah sakit mengambil karyawan biasanya melalui orang dalam. Jika mahasiswa tingkat akhir tersebut tidak memiliki orang dalam maka hal tersebut dapat memicu adanya kecemasan dalam menghadapi dunia kerjanya kelak.

Penelitian yang dilakukan oleh Rika Vira Zwagery dengan subjek 57 orang mahasiswa *fresh graduate* psikologi FK ULM pada masa pandemic covid-19 mendapatkan hasil bahwa mahasiswa *fresh graduate* yang lulus pada saat pandemic covid 19 mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dalam kategori sedang dan tinggi. Kategori sedang dan tinggi menunjukkan hasil yang sama yaitu sebesar 43.4%. hal ini menunjukkan bahwa pada saat pandemic covid 19, seseorang akan merasa cemas terkait pekerjaan (Zwagery, 2020).

4. Pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang.

Kepercayaan diri adalah fungsi nyata pada interpretasi individu terhadap kemampuan yang ia miliki serta keterampilan yang ia miliki. Kepercayaan diri menurut hakim, yaitu keyakinan yang dimiliki seseorang dalam segala kelebihan aspek, karena adanya keyakinan tersebut maka individu merasa dapat untuk menggapai tujuan dalam hidupnya. (Hakim, 2002).

Anthony berpendapat dalam (Ghufron & S, 2010) kepercayaan diri adalah pada individu memiliki sebuah sifat, sifat tersebut yang membuat individu bisa untuk mengakui realitasnya, kemudian individu bisa menumbuhkan kesadaran pada dirinya, memiliki pemikiran yang benar serta absolut, adanya kemandirian dalam dirinya dan adanya

kemampuan dalam diri saat ingin mencapai segala keinginan individu tersebut.

Individu yang mempunyai kepercayaan diri dalam dirinya maka kecemasan yang dialami oleh individu dapat berkurang. Lain halnya dengan individu yang kurang mempunyai kepercayaan diri, maka kecemasan tersebut dapat terjadi. Individu yang mempunyai kepercayaan diri akan merasa lebih optimis untuk mengalami tantangan dimasa depan, kemudian jika pada individu tersebut percaya dirinya kurang, individu tersebut akan pesimis untuk mengalami tantangan pada masa depannya.

Hasil dari perhitungan penelitian yang telah dilakukan terhadap 113 responden mahasiswa tingkat akhir secara keseluruhan menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian “adanya pengaruh antara kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja padamahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang”. Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri (X_1) $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,029 > 1,98177$) yang berarti bahwa pada variabel kepercayaan diri (X_1) mempunyai pengaruh secara parsial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang.

Penelitian kali ini sama seperti teori yang diungkapkan oleh perry bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri yang positif maka individu tersebut mempunyai keyakinan akan kesuksesan.

Seperti mahasiswa tingkat akhir yang mempunyai kepercayaan diri positif ia akan lebih fokus pada kemampuannya dan keinginannya sendiri dalam dunia kerjanya kelak. Sikap ini ditambah dengan adanya keinginan yang tinggi untuk mencapai titik kesuksesan tersebut dalam keadaan dan dalam resiko apapun (Perry, 2003).

Analisis data pada penelitian ini dapat dikatakan bahwa adanya pengaruh negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja yang artinya semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja, kemudian jika tingkat kepercayaan dirinya tinggi maka tingkat kecemasan menghadapi dunia kerjanya akan rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggia Putri dengan subjek 325 Mahasiswa *fresh graduate* UIN Ar-Raniry yang mendapatkan hasil bahwa ada hubungan negative yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* di UIN Ar-Raniry. Yang artinya semakin negative kepercayaan diri *fresh graduate* maka semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* di UIN Ar-Raniry (Putri, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thomas Fajar dengan subjek 90 Mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang mendapatkan hasil bahwa ada hubungan negative yang sangat signifikan antara kepercayaan diri

dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta (Fajar, 2010).

Hasil korelasi kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja menunjukkan skor sebesar ($R^2 = 0.336$) sehingga dapat diketahui bahwa kepercayaan diri memiliki tingkat pengaruh yang rendah terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Kontribusi terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja, kepercayaan diri berkontribusi sebesar 33%. Sehingga 67% merupakan kontribusi variabel yang lain. Variabel lain yang dapat berpengaruh juga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja berupa persoalan yang menyangkut masalah akademik seperti masalah dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi, nilai hasil studi mahasiswa atau IPK yang diperoleh, ataupun tipe kepribadian mahasiswa tingkat akhir yang memandang rendah kemampuan dirinya sendiri.

Sekecil apapun pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja seperti yang ada pada penelitian ini, tetaplah terdapat pengaruh antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting jika dihubungkan dengan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Jika mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang

memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka kecemasan menghadapi dunia kerja akan semakin rendah, begitupun sebaliknya jika mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang memiliki kepercayaan diri yang rendah maka kecemasan menghadapi dunia kerja akan semakin tinggi.

5. Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang.

Dukungan sosial keluarga merupakan perilaku yang bermakna membantu dan menolong dalam bentuk perasaan emosional seperti perhatian, rasa nyaman serta kasih sayang secara psikologis dan fisik yang diberikan pada keluarga. Masa dimana mahasiswa di tingkat akhir sangat perlu dengan adanya dukungan, perlu adanya dorongan serta perlu adanya motivasi oleh orang-orang terdekatnya, seperti salah satunya yaitu mendapatkan dukungan serta dorongan dari keluarganya. Mahasiswa pada tingkat akhir ini akan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi apabila mahasiswa tingkat akhir tersebut memperoleh dukungan serta dorongan dari orang-orang terdekatnya, terutama pada keluarganya. Apabila mahasiswa tingkat akhir ini memiliki kepercayaan pada tingkat tinggi, maka mahasiswa tingkat akhir ini dapat melampaui kecemasan yang ada dalam diri mahasiswa tingkat akhir tersebut, dan mahasiswa tersebut dapat bersaing bersama-sama secara baik pada mahasiswa ataupun individu lainnya.

Hasil dari perhitungan penelitian yang telah dilakukan terhadap 113 responden mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang secara keseluruhan menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian “tidak adanya pengaruh antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang”. Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga (X_2) $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($1,405 < 1,9817$) yang berarti bahwa pada variabel dukungan sosial keluarga (X_2) tidak mempunyai pengaruh secara parsial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dapat dipengaruhi dari kontribusi variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Variabel lain yang dapat berpengaruh juga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja berupa persoalan yang menyangkut masalah akademik ataupun tipe kepribadian mahasiswa tingkat akhir yang memandang rendah kemampuan dirinya sendiri.

Pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang dukungan sosial keluarga tidak memberikan efek terhadap perilaku saat akan mendapatkan pekerjaan. Dukungan sosial yang diberikan keluarga tidak mengurangi tingkat kecemasan dan ketakutan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang, terdapat sebanyak 74 (65.6%)

mahasiswa memiliki tingkat dukungan sosial tinggi, terdapat sebanyak 38 (33.6%) memiliki tingkat dukungan sosial keluarga sedang, dan sebanyak 1 (0.9%) memiliki tingkat dukungan sosial keluarga rendah. Hal ini menunjukkan bahwa subjek merasa mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya. Adanya dukungan sosial keluarga yang diperoleh tidak bisa menurunkan kecemasan dalam menghadapi dunia kerjanya kelak.

kontribusi variabel yang lain. Variabel lain yang dapat berpengaruh juga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja berupa persoalan yang menyangkut masalah akademik ataupun tipe kepribadian mahasiswa tingkat akhir yang memandang rendah kemampuan dirinya sendiri.

6. Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja dengan nilai F hitung sebesar 29,332 dengan probabilitas $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa koefisien regresi kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama mempunyai pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang. Sebanyak 33,6% dan 66,4% lainnya dijelaskan oleh faktor lain diluar variabel penelitian.

Hasil wawancara peneliti saat survey awal menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir FKIK UIN Malang cemas dalam menghadapi dunia kerjanya kelak karena mahasiswa tersebut merasa insecure karena kurangnya pengalaman yang ia dapatkan selama ini, serta untuk dapat diterima pada rumah sakit, mahasiswa beranggapan bahwa biasanya hanya orang-orang yang memiliki orang jalur dalamlah yang dapat diterima kerja di tempat tersebut.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatjria Wulandari Putri dengan subjek berjumlah 90 mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah Surakarta. Mendapatkan hasil bahwa variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial dengan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki nilai korelasi sebesar -0,651 dan sig (1-tailed) 0,000 ($p < 0,01$) dan hasil analisis variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki nilai korelasi sebesar -0,557 dan sig (1-tailed) 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir (Putri F. W., 2020).

Semakin individu kehilangan suatu kepercayaan diri, maka akan semakin sulit untuk memutuskan yang terbaik apa yang harus dilakukan kepada dirinya, dalam keadaan yang seperti ini seseorang cenderung akan kehilangan motivasi dalam melakukan banyak hal

(Ifdil & Neviyarni, 2016). Individu yang memiliki kepercayaan diri dalam melaksanakan aktivitasnya selalu yakin bahwa dirinya mampu mengerjakan aktivitas tersebut dengan baik dan memberikan hasil yang optimal (Sari & Yendi, 2018). Kepercayaan diri hal pertama yang diperlukan dalam masa persiapan, karena apabila seseorang merasa tidak mampu mempersiapkan diri dengan baik, seseorang cenderung akan memiliki kecemasan untuk memasuki dunia kerja (Fajar, 2010).

Syukur menjelaskan bahwa seseorang yang telah masuk dalam dunia kerja akan memperoleh keuntungan. Keuntungan tersebut yaitu, (a) keuntungan ekonomis, dimana bekerja sebagai sumber keuangan untuk membiayai hidup sehari-hari, untuk mengejar sukses yang lebih tinggi, dan untuk modal bagi pemanfaatan penggunaan waktu luang, rekreasi dan pemeliharaan kesehatan, (b) keuntungan psikologis, dimana bekerja menumbuhkan rasa percaya diri, pengendalian dan perwujudan diri, dan merasa berguna, (c) keuntungan sosial, yaitu bekerja merupakan wadah bertemu dengan orang lain, memiliki status dan persahabatan (Syukur, 2009).

Selanjutnya Syukur juga menjelaskan seseorang yang tidak mau atau tidak mampu bekerja biasanya orang tersebut kurang berani menghadapi tantangan untuk mencapai kebahagiaan hidup, atau dapat disimpulkan cemas akan menghadapi dunia kerja, karena kebahagiaan hidup harus diperoleh salah satunya dengan bekerja (Syukur, 2009).

Davies mengungkapkan bahwa rasa percaya diri dapat membantu seseorang apabila dihadapkan dengan ketidakpastian, membantu melihat berbagai tantangan sebagai peluang, berani mengambil resiko yang dapat diperhitungkan dengan matang dan mampu membuat keputusan-keputusan dengan tepat (Davies, 2004). Penelitian ini sesuai dengan penelitian dari Risnia dan Sugiasih yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Risnia & Sugiasih, 2019), dan penelitian lain dari Setiawan yang menunjukkan ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Setiawan S. , 2018).

Taylor mengatakan bahwa dukungan sosial dapat menurunkan kecemasan (Taylor, 2006). Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi dari orang-orang terdekatnya menjadikan individu menjadi lebih optimis dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang dihadapinya dan mampu mewujudkan keinginan-keinginan dalam dirinya (Wade & Travis, 2008). Menurut Sarafino dukungan sosial adalah perhatian, kenyamanan, penghargaan dan bantuan yang diberikan orang terdekat atau sekelompok orang (Sarafino, 2011). Penelitian dari Gregory, Nancy, Sara dan Gordon menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari orang-orang terdekat individu yang berasal dari keluarga, teman dan orang-orang yang berarti disekitar individu (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988). Penelitian

ini sesuai dengan penelitian dari Sekarina dan Indriana yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Sekarina & Indriana, 2018), dan penelitian lain dari Fauziyah dan Arianti yang menyatakan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja (Fauziyah & Ariati, 2015).

Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel kepercayaan diri berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 52,2% (59 responden). Pada variabel dukungan sosial keluarga berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 65.5% (74 responden). Dan pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan melalui skor yang diperoleh yaitu sebesar 93.8% (106 responden).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dalam penelitian “Pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” dapat ditarik kesimpulan:

1. Berdasarkan hasil analisa data diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan adalah tinggi dengan skor 52,2%. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki rasa percaya terhadap kemampuan yang mahasiswa miliki karena mereka sadar akan kemampuan yang mereka miliki. Serta mahasiswa tingkat akhir merasa tenang ketika melakukan suatu hal karena ia memiliki rasa kepercayaan diri.
2. Berdasarkan hasil analisa data diketahui bahwa tingkat dukungan sosial keluarga pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan adalah tinggi dengan skor 65,5%. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir merasa mendapatkan dukungan sosial keluarga. Adanya dukungan sosial keluarga yang diperoleh membuat mahasiswa merasa bahwa mereka memiliki

keluarga yang memperhatikan, menghargai, dan saling berempati satu sama lain.

3. Berdasarkan hasil analisa data diketahui bahwa tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan adalah sedang dengan skor 93,8%. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir terkadang mempunyai pemikiran yang salah atau tidak rasional terhadap dirinya di dunia kerja di masa mendatang, seperti memikirkan bahaya yang berlebihan saat mahasiswa kelak akan menghadapi tes di suatu instansi mereka akan merasa gagal saat tes berlangsung dan berfikir akan susah untuk mendapatkan pekerjaan yang menyebabkan mahasiswa cemas dalam dunia kerjanya kelak.
4. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial adanya pengaruh antara kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Hasil perhitungan tabel menunjukkan bahwa nilai sig. untuk pengaruh kepercayaan diri (X_1) terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja (Y) sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai t_{hitung} ($6,029$) $> t_{tabel}$ ($1,981$) dan menunjukkan pengaruh negatif. sehingga dapat diartikan bahwa ketika kepercayaan diri tinggi maka mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang tidak mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja.
5. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial tidak adanya pengaruh antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan

menghadapi dunia kerja. Hasil perhitungan tabel menunjukkan bahwa nilai sig. untuk pengaruh dukungan sosial keluarga (X2) terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja (Y) sebesar $0,163 > 0,05$ dan nilai $t_{hitung} (1,405) < t_{tabel} (1,981)$.

6. Kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja dengan dengan nilai F hitung sebesar 29,332 dengan probabilitas $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa koefisien regresi kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama mempunyai pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja sebanyak 33,6 % dan 66,4% lainnya dijelaskan oleh faktor lain diluar variabel penelitian.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti mengajukan saran-saran yang diharapkan dapat dipertimbangkan bagi pihak-pihak yang bersangkutan, diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja berada pada kategori sedang. Oleh karena itu mahasiswa diharapkan dapat menurunkan kecemasan tersebut. Faktor pembentuk utama pada kecemasan ini yaitu reaksi fisik. Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa jantung berdebar, tangan berkeringat, dan pusing-pusing saat mereka memikirkan dunia kerjanya kelak.

Mahasiswa dapat memperbaiki diri dan menambah *skill* pada dirinya. Kecemasan yang terjadi diharapkan akan menurun karena pada diri mahasiswa tersebut memiliki kepercayaan diri bahwa mereka akan mampu untuk melewatinya.

Variabel kepercayaan diri berada pada kategori tinggi. Faktor pembentuk utama pada kepercayaan diri yaitu interaksi sosial. Oleh karena itu mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan kepercayaan diri tersebut.

2. Bagi keluarga mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial keluarga berada pada kategori tinggi. Dukungan emosional merupakan pembentuk utama pada dukungan sosial keluarga. Dukungan emosional yang diberikan keluarga terhadap mahasiswa yaitu dengan memberikan empati, umpan balik, memberikan rasa aman dan memberikan perhatian. Hal tersebut diharapkan dapat dipertahankan oleh keluarga.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama mempunyai pengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja sebanyak 34% dan 66% lainnya dijelaskan oleh faktor lain diluar

variabel penelitian. Sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan variabel independen lain yang juga memiliki kontribusi lebih terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja seperti penerimaan diri, efikasi diri, regulasi diri, regulasi diri dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akdon, & Riduwan. (2010). *Rumus dan Data Dalam Analisis Statiska. Cet 2*, Alfabeta.
- Akin, A. A. (2015). Self Control Management and Internet Addiction. *Internasional Online Journal of Educational Sciences*, Vol. No. 3 : 95-100.
- Akin, A., & Murat, I. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *international online journal og educatinal sciences*, 138-148.
- Ali, M. &. (2006). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik* . Jakarta: Bumi Aksara.
- Alkhathami, Kaviani, & Emma. (2014). Social anxiety among adolescents and its relation to quality of life. *Eur Proc Soc Behav Sci*, 218-228.
- Alwisol. (2011). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Anas, S. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Andriyani, W. (2019). *Kontrol Diri dan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa di Universitas X di Yogyakarta, Skripsi*. yogyakarta: Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Anggraini. (2001). Kepercayaan Diri dan Minat Membeli Produk Fashion Bermerek Terkenal pada Remaja Puteri. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*.
- Anuari, I. (2018). *Hubungan Antara Kesepian dengan Internet Addiction pada Remaja. SKRIPSI*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ariani, D. M. (2019). Peran Kesepian dan Pengungkapan Diri Online Terhadap Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir. *Proyeksi*, Vol. 14 (1) 2019, 12-21.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Arikunto, S. (2005). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Austin, B. (1983). Factorial Structure of the UCLA Loneliness Scale. . *Psychological Reports*, 883-889.
- Ayas, T., & Horzum, M. (2013). Relationship Between Depression, Loneliness, Self-esteem, and Internet Addicction. *Education*, 133 (3), 283-290.
- Aydin, B. &. (2011). Intenet Addiction among adolescents: The Role of Self Esteem. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 15, 3500-3505.
- Azizan, H. (2016). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Ketergantungan Sosial Media Pada Siswa SMK Negeri Bantul. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 1-10.
- Azwar, S. (2004). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka.
- Az-Zahrani. (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy in V.S Ramachaudran (Ed), Encyclopedia of Human Behavior*. New York: Academic Press.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Baumeister, R. F. (2004). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. New York: Guilford.
- Bozoglan, B., Demirer , V., & Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*, 313-319.
- Branden, N. (1992). *The power of self esteem: An inspiring look at our most important psychological resource*. Florida: Health Communication, Inc.

- Branden, N. (1994). *The six pillar of self-esteem (pp 3-329)*. Canada: A Bantam Book Publishing History.
- Brehm, S. (1992). *Intimate Relationship*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Candra, D. (2017). *Kesepian dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa. SKRIPSI*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Caplan, S. (2003). Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648.
- Casey, B. M. (2012). *Linking Psychological Attributes to Smart Phone Addiction, Face-to-Face Communication, Present Absence and Social Capital*. Hongkong: The Chinese University.
- Chaplin, J. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P. (2001). *Kamus Psikologi. Cetakan Ke-tujuh. Alih bahasa : Kartini Kartono*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social Support and Health*. New York: Academic Press Inc.
- Daradjat, Z. (2011). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung J.
- Davies, P. (2004). *Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Yogyakarta: Torrent Books.
- Dick, & Carey. (1990). *The Systematic Design of Instruction. (Third ed.)*. United States of Amerika: Harper Collins Publishers.
- Dimenggo, D., & Yendi, F. M. (2021). The Correlation between Self-Confidence and Anxiety in encounter the Work Environment of Final Semester Students. *Jurnal Neo Konseling*, 59.
- Djiwandono, S. E. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Gramedia.
- Donna, J., & Fraser, R. (2007). Text or Talk? Social Anxiety, Loneliness, and Divergent Preferences for Cell Phone Use. *CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR*, 424-434.
- Edward. (1957). *Techniques Of Attitude Scale Construction*. New York: Appleton.
- Ezmir. (2015). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*. Bandung: Rajawali Pers.

- Fajar, T. (2010). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Skripsi*.
- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir. *Jurnal empati*, 255-261.
- Ghufron, m. N., & S, R. R. (2010). *Teoti-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gottlieb, & H, B. (1983). *Social Support and Strategies*. California: Sage Publication Inc.
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (2004). *Manajemen Pikiran*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Griffith, S. (2000). Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence. *Cyberpsychology & behavior*, 2(3), 217.
- Gufron , M., & Risnawati, S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Bandung: Kaifa.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Hapsari & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara Kesepian dan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Remaja. *Jurnal klinis dan kesehatan mental*, 164-171.
- Haryati, & Hasanah, N. (2010). Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah Menghadapi Dunia Kerja. *Innovatio: Journal for Religious-Innovation Studies*, 162-178.
- Herlina, S. W. (2000). *Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet, Skripsi (tidak diterbitkan)*,. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

- Hidayat, A. A. (2009). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Horowitz, L. M., French, R. d., & Anderson, C. A. (1982). The Prototype of a Lonely Person. 183-205.
- Huffpost. (2012, Januari 8). *The 11 Majors With The Highest Unemployment Rates*. Retrieved Maret 1, 2021, from College: https://www.huffpost.com/entry/the-11-majors-with-the-hi_n_1081625
- Hurlock, E. (1998). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Ifdil, E. F., & Neviyarni. (2016). Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal psikologi pendidikan dan konseling*, 84-92.
- Irawan, E. t. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Sman 11 Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, Vol.8 No.2, 215-223.
- Julyanti, M., & Aisyah, S. (2017). Hubungan Antara Kecanduan Internet dengan Prokrastinasi Tugas Sekolah Pada Remaja Pengguna Warnet Di Kecamatan Medan Kota. *Jurnal Diversita 1*, N0.2.
- Juneman, J., & Prabowo, O. (2012). Penerimaan teman sebaya, kesepian dan kecanduan bermain game daring pada remaja di jakarta. *Mimbar: Jurnal Sosial dan Pembangunan*, 28(1).
- Karapetsas, A. K. (2015). Internet Addiction and Loneliness. *Journal ENCEPHALOS*, 52.
- Karnadi, H., Zuhdiyah, & Yudiani, E. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 16 Palembang. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial, dan Sains*, 161-170.
- Kartono, K. (2006). *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Khairat, M. &. (2015). Self esteem dan prestasi akademik sebagai prediktor subjective well-being remaja awal. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 1(3), 180-191.

- Kim, E. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self control, and narcissistic personality traits. *European Psychiatr*, 212-218.
- Kim, K., & Cha, H. (2016). Factors influencing on SNS addiction tendency of university students. *Indian Journal of Science and Technology*, 1-7.
- King, L. A. (2010). *Psikoogi UmumSebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kriyanto, R. (2010). *Teknik Praktis Riset Komunikasi Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relation dan Publisitas Korporat*. Jakarta: Kencana.
- Kuss, D. &. (2015). Internet Addiction in Psychotherapy. -, 18-19.
- L.Robbins, S. (2007). *Buku Ajar Patologi Robbins, Edisi 7*. Jakarta: EGC.
- Latief, N. S., & Retnowati, E. (2018). Kesenian Dan Harga Diri Sebagai Prediksi Dari Kecanduan Internet Pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 130-137.
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian (alih bahasa : D. H. Gulo) Edisi Bahasa Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lee, J., Kim, H., & Kang, J. (2017). The effect of loneliness on SNS addiction: Moderating effect of interpersonal relations orientation and its gender difference. *Korean journal of Clinical Psychology*, 154-164.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga. Edisi I*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Mackinnon, N. (2015). *Self esteem and beyond : Symbolic interactionism as affect control self, identity, and social institutions*. New York: Palgrave Macmillan.
- Minchinton, T., & Scheibling, R. (1993). Variations in sampling procedure and frequency affect estimates of recruitment of barnacles. *Marine Ecology Progress Series*, 83-88.
- Misyaroh, D. A. (2016). *Hubungan Antara Loneliness Dengan Mobile Phone Addict Pada Mahasiswa Universitas Negeri Di Kota Malang*. Malang: Skripsi UIN Malang.
- Moody, E. (2001). Internet use and relationship to Loneliness. *Cyberpsychology and Behavior*, 393-401.

- Moses, M. M. (2019). Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Muhson, A. (2005). *Penerapan Metode Problem Solving Dalam Pembelajaran Statistika Lanjut*. Yogyakarta: UNY.
- Mursyad, A. G., Karmiyati, D., & Hidayati, D. S. (2019). Pengaruh kesepian terhadap kecenderungan internet gaming disorder pada pemain battle royale game. *cognicia*, 228-240.
- Musianto, L. (2002). Perbedaan Pendekatan Kuantitatif Dengan Pendekatan Kualitatif Dalam Metode Penelitian. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 4(2) 123-136.
- Myres, D. (2012). *Social Psychology*. Jakarta: Kencana.
- Naseri, L. M. (2015). Perceived social support, self esteem, and internet addiction among students of Al-Zahra University, Tehran, Iran. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 9(3), e421.
- Neto, F. &. (2000). Psychosocial concomitants of loneliness among students of cape verde and Portugal. *The Journal of Psychology*, 503-514.
- Nevid, Rathus, & Gree. (2005). *Psikologi Abnormal*. Surabaya: Erlangga.
- Ningtyas, S. D. (2012). Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1(1) 25-30.
- Nurhayat, K. (2021). Pengaruh Self Control, Self Esteem, Parenting Style dan Loneliness Terhadap Adiksi Smartphone Siswa SMA. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling : Teori dan Praktik*, 1-48.
- Oguz, E. &. (2014). Relationship between the Levels of Loneliness and Internet Addiction. *Anthropologist*, 183-18.
- Orsal, C., Unsal, A., & Celik, N. (2014). Evaluation of College Students' the Level of Addiction to Cellular Phone and Investigation on the Relationship Between the Addiction and the Level of Depression. *Journal Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 831-839.
- Pedak, M. (2009). *Metode Supernol Menaklukkan Stress*. Jakarta: Hikmah.
- Peplau, L. &. (1982). *Perapectives on Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: Wiley.

- Peplau, L. (1988). *Loneliness: New directions in research*. Canada: Proceedings of the 3rd National Conference on Psychiatric Nursing.
- Perry. (2003). *Confidence Boosters Pendongkrak Kepercayaan Diri*. Jakarta: Erlangga.
- Pool, L. D., & Sewell, P. J. (2007). The key to employability: developing a practical model of graduate employability. *Journal of Education and Training*, 278.
- Putri, A. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate di UIN Ar-Raniry. *Skripsi*.
- Putri, F. W. (2020). Hubungan kepercayaan diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *skripsi*.
- Rahayu, D. (2017). *Pengaruh Kontrol Diri dan Religiusitas terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. *Skripsi*. Malang: Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rahayuning, D. D. (2009). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. *Skripsi thesis (tidak diterbitkan)*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahmawati, S. N. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK Muhammadiyah Karanganyar. *skripsi*.
- Retnowati, E. &. (2018). Kesepian dan Harga Diri Sebagai Prediksi dari Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 130-137.
- Risman, E. (2003). *Ensexyclopedia: Jawaban Tuntas Masalah Pubertas dan Seksualitas Remaja*,. Jakarta: Study Press.
- Risnia, D., & Sugiasih, I. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Semarang. *KONFERENSI ILMIAH MAHASISWA UNISSULA (KIMU)*, 1368.
- Risianti, A. (2009). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri Pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta. *Skripsi*.

- Rizqi, F. D., & Ediati, A. (2020). Dukungan Sosial Keluarga dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Empati*, 71-76.
- Rohman. (1997). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout pada Perawat Putri di Rumah Sakit Swasta. *Psikologika*.
- Russel, D. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3):Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 10-40.
- Santosa, B. P., & Ashari. (2005). *Analisis Statistik dengan Microsoft Excel & SPSS*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup Edisi Ke-13*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology:Biopsychosocial Interactions, 7th edition*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Willey & Sons, Inc.
- Sarason. (1983). Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 127-139.
- Sari, I. P., & Yendi, F. M. (2018). Peran konselor dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa disabilitas fisik. *journal of school counseling*, 80-88.
- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Savci, M., & Aysan, F. (2018). Interpersonal competence, loneliness, fear of negative evaluation, and reward and punishment as predictors of social media addiction and their accuracy in classifying adolescent social media users and non-users. *The Turkish Journal on Addiction*, 25-41.
- Savira, & Suhardhani. (2017). Hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2014 fakultas ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. *jurnal psikologi pendidikan*.
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII Smk Yudya Karya Magelang. *Jurnal Empati*, 383.

- Selviana, Y. (2012). Gambaran Sistem Token Ekonomi dan Dukungan Sosial dalam Membentuk Karakter Anak. *Skripsi*.
- Sembiring, K. (2017). Hubungan Antara Kesepian dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Jejaring Sosial Media Instagram. *Journal Of Psychology*, 16(2), 147-154.
- Seniati, L. Y. (2005). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT.Indeks.
- Serly, S. (2017). *Hubungan antara Kesepian dan Depresi dengan Kecanduan Internet pada Remaja Di Surabaya*. SKRPSI. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Setiawan, G., Dwi Kurnaningsih, Y., & Setyorini, S. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Siswa Kelas IX SMP Kristen. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(2).
- Setiawan, S. (2018). Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. *journal of educational research and review*, 4-9.
- Shaw, M. &. (2009). Internet Addiction: Definition, Assesment, Epidemiology and Clinical Management. *CNS Drugs*, 22(5), 353-345.
- Sherlyanita, A. K. (2016). Pengaruh dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet. *Journal of Information Systems Engineering and Business Intelligence*, 17-22.
- Siregar, S. (2010). *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Skues, J. W. (2016). The effects of boredom, loneliness, and distress tolerance on problem internet use among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(2), 167-180.
- Smeth, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Spector. (1992). *Summated Rating Scale Construction An Introduction*. Newbury Park: CA Sage.
- Sri Mulyana, & Afriani. (2017). Hubungan Antara Self-Esteem dengan Smartphone Addiction pada Remaja SMA di Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikogenesis*, 102-114.
- Statistik, B. P. (2021, Februari 18). [REVISI per 18/02/2021] Agustus 2020: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 7,07 persen. Retrieved

Februari 28, 2021, from Badan Pusat Statistik:
<https://www.bps.go.id/pressrelease/2020/11/05/1673/agustus-2020--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-7-07-persen.html>

- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & R dan D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suharyadi, & Purwanto. (2004). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Suhita. (2005). *Psikologi Wanita*. Jakarta: Pustaka Hidayah.
- Syarifuddin, T. (2017). *hubungan kontrol diri terhadap internet addiction pada dewasa awal,skripsi*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Syukur, Y. (2009). *Persiapan Diri untuk Bekerja*. Padang: FIP UNP.
- Tarigan, M. (2013). Hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMA Swasta Perguruan Sumatera Tanjung Morawa. *Jurnal Psikologi Universitas Sumatera Utara*, 100-109.
- Tarmidi, & Rambe, A. R. (2010). Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self Directed Learning pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*.
- Taylor, S. (2006). *Health Psychology*. Singapore: McGraw-Hill Compaies, Inc.
- Teng, Z. L. (2014). Online Gaming, Internet Addiction and Aggression in Chinese Male Students : The Mediating Role of Low Self control. *International Journal of Psychological Studies*, 89-97.
- Udiarto, F., & Astuti, K. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa SMA Di Temanggung. *The 9th University Research Colloquium (Urecol)*, 9(3).
- Vandenbos, G. R. (2006). *APA Dictionary of Psychology*. Washington DC: American Psychological Association.
- Wade, C., & Travis, C. (2008). *Psikologi edisi kesembilan*. Jakarta: Erlangga.

- Waqiati, H. A., Hardjajani, T., & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Penyandang Tuna Daksa. *Jurnal Ilmu Psikologi Candrajiwa*, 110-116.
- Widiana, H. S. (2004). Kontrol diri dan Kecenderungan Kecanduan Interne. *Jurnal Humanitas Indonesia Psychologycal Journal*, 6-16.
- Wijaksono, D. R. (2016). *Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja pada siswa SMK*. Yogyakarta: USD.
- Winarsunu. (2012). *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Wulandari, R. (2015). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja di warnet lorong Cempak Dalam Kelurahan 26 Ilir Palembang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang*, 1-15.
- Xin, M. K. (2015). . Factors Affecting Individual Taxpayers Compliance in Malaysian Tax Filing System. *The International Journal Of Business & Management*, Vol 3. Issue 9.
- Young , K., & Abreu , C. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Young, K. (2009). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K. S. (1999). *Internet Addiction : Symptoms, Evaluation and Treatment*. In LVandeCreek & T. Jackson (Eds). *Innovation in Clinical Practive : A Source Book*. Vol 17. Sarasota, Fl: Professional Resources Prees.
- Young, K., Pitsner, M., Ara, J., & Buchanan, J. (2000). Cyber-Disorders:The Mental Health Concern for the New Millennium. *Paper published in CyberPsychology & Behavior*, 3 (5), 475-479.
- Yunita, E. (2013). Hubungan Antara Kepercayaan diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*.

- Zanah, F. N., & Rahardjo, W. (2020). Peran kesepian dan fear of missing out terhadap kecanduan media sosial: Analisis regresi pada mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 286-301.
- Zimet, G., Dahlem, N., Zimet, S., & Farley, G. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 30-41.
- Zwagery, R. V. (2020). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Fresh Graduate pada Masa Pandemi Covid 19. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*, 10-14.

LAMPIRAN

Lampiran I
Kuesioner Penelitian

1. Pertanyaan Awal

Data Diri Responden

Nama :

Nomer HP :

Jurusan :

Semester :

Umur :

- 1) apakah anda memiliki pemikiran negative mengenai mampu tidaknya diri anda dalam menghadapi dunia kerja?
- 2) apakah anda merasakan suasana hati seperti perasaan gugup, jengkel, cemas, panik, tidak mampu dalam membuat keputusan dan suasana hati yang berubah-ubah saat bersinggungan dengan dunia kerja pada masa yang akan datang?
- 3) apakah anda merasakan tanda-tanda seperti pusing, sulit bernafas, jantung berdebar-debar dan telapak tangan berkeringat saat memikirkan segala hal yang bersinggungan dengan dunia kerja di masa yang akan datang?
- 4) apakah menurut anda, anda mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja?

2. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
1.	Saya santai memikirkan pekerjaan yang akan saya peroleh nanti	SS	S	TS	STS
2.	Saat mengetahui ketatnya persaingan didunia kerja, saya bersikap biasa saja	SS	S	TS	STS
3.	Jantung saya berdebar saat mengetahui banyaknya karyawan di PHK	SS	S	TS	STS
4.	Saya berkeringat apabila membayangkan hal terburuk dalam dunia kerja	SS	S	TS	STS
5.	Jantung saya rileks ketika melihat berita semakin banyak pengangguran di Indonesia	SS	S	TS	STS
6.	Saya merasa santai walaupun semakin mendekati dunia kerja	SS	S	TS	STS
7.	Saya pusing saat orangtua menanyakan rencana setelah lulus kuliah nanti	SS	S	TS	STS
8.	Telapak tangan saya berkeringat ketika berfikir tentang sempitnya lapangan pekerjaan	SS	S	TS	STS
9.	Saya merasa tegang jika ditanya tentang pekerjaan yang akan saya jalani setelah lulus kuliah nanti	SS	S	TS	STS
10.	Saya merasa rileks jika memikirkan pekerjaan apa yang akan saya dapati nanti	SS	S	TS	STS
11.	Saya rileks karena tahu apa saja yang harus dilakukan ketika melamar pekerjaan	SS	S	TS	STS
12.	Dalam melakukan suatu hal, saya lebih banyak dipengaruhi oleh perasaan takut gagal daripada pengharapan untuk sukses	SS	S	TS	STS
13.	Saya merasa bisa mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
14.	Saya kurang mampu menyelesaikan persoalan yang saya hadapi	SS	S	TS	STS
15.	Saya yakin dapat menyelesaikan masalah yang sulit	SS	S	TS	STS
16.	Saya bercerita mengenai masalah saya kepada orang tua atau teman	SS	S	TS	STS
17.	Jika memiliki masalah, saya berusaha menyelesaikannya sendiri	SS	S	TS	STS
18.	Saya takut tidak lulus tes saat melamar pekerjaan	SS	S	TS	STS
19.	Setelah lulus kuliah, saya khawatir sulit mendapat pekerjaan	SS	S	TS	STS

20.	Saya tidak merasa khawatir walaupun belum memiliki banyak pengalaman di dunia kerja	SS	S	TS	STS
21.	Saya bisa mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
22.	Saya menghindari dari pembicaraan yang membahas tentang pekerjaan	SS	S	TS	STS
23.	Saya berpura-pura sibuk apabila orang lain bertanya tentang masalah pekerjaan kepada saya	SS	S	TS	STS
24.	Saya mencari informasi tentang dunia kerja agar saya tahu bidang pekerjaan apa yang saya minati	SS	S	TS	STS
25.	Saya berusaha seoptimal mungkin agar hasil kerjaan saya menjadi lebih baik	SS	S	TS	STS
26.	Jika bertemu dengan teman yang sudah bekerja, saya bertanya kepada mereka tentang pengalamannya selama bekerja	SS	S	TS	STS
27.	Saya mengikuti pelatihan untuk mempersiapkan diri di dunia kerja	SS	S	TS	STS
28.	Saya menerima ajakan teman untuk diskusi yang membahas tentang dunia kerja	SS	S	TS	STS
29.	Saya menunda-nunda waktu untuk mengikuti pelatihan keterampilan dunia kerja	SS	S	TS	STS
30.	Saya tidak tahan berlama-lama mengikuti pelatihan yang berkaitan tentang dunia kerja	SS	S	TS	STS
31.	Saya gugup menjawab pertanyaan dalam tes wawancara saat melamar kerja	SS	S	TS	STS
32.	Saya resah menghadapi lapangan pekerjaan yang semakin sempit	SS	S	TS	STS
33.	Banyaknya persyaratan saat melamar pekerjaan membuat saya jengkel	SS	S	TS	STS
34.	Saya mudah tersinggung apabila orang lain meragukan kemampuan saya untuk menghadapi persaingan dunia kerja	SS	S	TS	STS
35.	Saya galau jika membayangkan tentang pengangguran	SS	S	TS	STS
36.	Membayangkan tingkat persaingan di dunia kerja membuat saya gelisah	SS	S	TS	STS
37.	Saya tidak resah saat memasuki dunia kerja	SS	S	TS	STS
38.	Saya panik melihat berita mengenai berbagai permasalahan di dunia kerja	SS	S	TS	STS
39.	Ketatnya seleksi dalam penerimaan karyawan atau pegawai membuat saya bingung	SS	S	TS	STS

3. Skala Kepercayaan Diri

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin mendapat pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan yang kumiliki	SS	S	TS	STS
2.	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan baik	SS	S	TS	STS
3.	Saya tidak mempunyai kemampuan dalam bekerja	SS	S	TS	STS
4.	Dalam melakukan suatu hal, saya lebih banyak dipengaruhi rasa takut gagal	SS	S	TS	STS
5.	kemampuan orang lain lebih baik daripada saya	SS	S	TS	STS
6.	Saya memiliki kelebihan yang dapat dikembangkan	SS	S	TS	STS
7.	Saya mampu melakukan sesuatu karena tahu kelebihan yang kumiliki	SS	S	TS	STS
8.	Saya belum tahu persis kemampuan yang saya miliki	SS	S	TS	STS
9.	Saya senang menghadiri kegiatan sosial	SS	S	TS	STS
10.	Dimanapun tempatnya saya akan nyaman berteman dengan siapa saja	SS	S	TS	STS
11.	Saya sulit menerima tingkah laku orang-orang yang ada di sekeliling	SS	S	TS	STS
12.	Dimanapun saya berada, saya mudah menerima kondisi lingkungan sekitar	SS	S	TS	STS
13.	Dalam bergaul, saya tidak membedakan teman	SS	S	TS	STS
14.	Saya sulit bergaul dengan orang yang belum kukenal	SS	S	TS	STS
15.	Saya dapat memaafkan kesalahan teman	SS	S	TS	STS
16.	Saya menghargai pendapat orang lain yang tidak sependapat dengan saya	SS	S	TS	STS
17.	Saya sulit berteman dengan yang berbeda sifat dengan saya	SS	S	TS	STS
18.	Saya memaksa kehendak orang lain jika berbeda pendapat dengan saya	SS	S	TS	STS
19.	Saya mencintai diri sendiri apa adanya	SS	S	TS	STS
20.	Saya tidak suka membanding-bandingkan diri dengan orang lain	SS	S	TS	STS

21.	Ketika saya mengajak teman-teman untuk berdiskusi mengenai dunia kerja mereka sangat welcome	SS	S	TS	STS
22.	Saya tidak mempunyai kelebihan yang menarik dalam diri saya	SS	S	TS	STS
23.	Teman-teman enggan berdiskusi dengan saya mengenai dunia kerja	SS	S	TS	STS

4. Skala Dukungan Sosial Keluarga

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
1.	Keluarga cukup peduli dengan permasalahan yang sedang saya hadapi	SS	S	TS	STS
2.	Pakaian yang saya gunakan sehari-hari merupakan pakaian yang layak pakai	SS	S	TS	STS
3.	Saya jarang menghabiskan waktu luang dengan keluarga	SS	S	TS	STS
4.	Keluarga tidak menghargai terhadap prestasi yang sudah saya capai	SS	S	TS	STS
5.	Suasana di rumah membuat saya nyaman	SS	S	TS	STS
6.	Saya mendapatkan semangat dari keluarga untuk menyelesaikan permasalahan	SS	S	TS	STS
7.	Keluarga tidak memarahi ketika saya gagal mendapatkan hasil yang gagal dalam perkuliahan	SS	S	TS	STS
8.	Keluarga bersikap biasa saja ketika saya mendapatkan nilai bagus	SS	S	TS	STS
9.	Anggota keluarga bersikap cuek, ketika saya berada di luar rumah dalam jangka waktu yang lama	SS	S	TS	STS
10.	Orang tua tidak peduli mengenai apa yang saya pikirkan	SS	S	TS	STS
11.	Sebelum saya melakukan aktifitas, orangtua saya	SS	S	TS	STS

	memberikan pesan/wejangan				
12.	Orangtua selalu peduli dengan aktivitas perkuliahan saya	SS	S	TS	STS
13.	keluarga mengapresiasi usaha yang saya lakukan walaupun hasilnya tidak maksimal	SS	S	TS	STS
14.	Ketika saya terlihat sedih, keluarga menanyakan keadaan saya	SS	S	TS	STS
15.	Saya tidak ingin bercerita kepada keluarga ketika sedang ada masalah	SS	S	TS	STS
16.	Anggota keluarga bersikap acuh dengan kegiatan yang saya lakukan	SS	S	TS	STS
17.	Uang saku yang diberikan oleh orangtua saya masih kurang	SS	S	TS	STS

Lampiran II

Hasil CVR

A. Form Penilaian (Fuji Astutik, M.Psi)

1. Mohon untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan memberikan tanda silang (X) pada kolom penilaian sesuai dengan pendapat anda
3. Penilaian yakni :
 - a. Relevan
 - b. Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Aitem	Relevan	Tidak Relevan	Saran
Dukungan Emosional	Empati	2	Keluarga tidak langsung memarahi jika saya melakukan hal yang tidak terpuji		X	Bisa diganti dengan pernyataan lain
		16	Keluarga menanyakan keadaan saya saat saya terlihat tidak bahagia	X		
		12	Saya memikirkan sesuatu tetapi orang tua saya tidak mempedulikannya	X		
	Umpa n Balik	1	Jika saya mengeluh permasalahan yang sedang saya hadapi, keluarga saya memperdulikannya	X		
		17	Ketika saya memiliki masalah, saya malas untuk	X		

			menceritakannya kepada keluarga saya			
	Memberikan rasa aman kepada anak	7	Saya nyaman dengan keadaan suasana di rumah	X		
		5	Saya jarang dengan keluarga saat menghabiskan waktu luang	X		Saya jarang menghabiskan waktu bersama keluarga SPOK ya
	Perhatian	14	Setelah saya melakukan aktifitas pada perkuliahan, orang tua saya menanyakannya	X		Lebih jelas lagi?
		18	Kegiatan yang saya lakukan selama ini tidak diperdulikan oleh keluarga saya	X		Keluarga tidak mempedulikan aktivitas apapun yang saya lakukan
Dukungan penghargaan	Menghargai	15	hasil yang saya dapatkan tidak maksimal, tetapi keluarga saya tetap mengapresiasi usaha saya	X		
		6	Prestasi yang sudah saya capai tidak dihargai oleh keluarga saya	X		
	Memuji	9	Keluarga tidak memarahi ketika saya gagal mendapatkan hasil yang gagal dalam perkuliahan	X		Tidak memarahi apa berarti memuji?

		10	Nilai bagus yang saya hasilkan membuat keluarga saya biasa saja	X		Di perbaiki lagi tata bahasanya
Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3	Sehari-hari saya menggunakan pakaian yang layak pakai	X		
		19	Saya merasa kurang dengan uang saku yang diberikan oleh orangtua saya	X		
Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13	Orangtua saya memberikan wejangan ketika saya akan melakukan aktifitas	X		
		11	keluarga saya bodoamat ketika saya main keluar rumah terlalu lama	X		
	Pemberian nasihat	8	Saya mendapatkan semangat dari keluarga untuk menyelesaikan permasalahan	X		
		4	Saya tidak diberikan saran dari keluarga saya jika saya sedang dihadapkan oleh sebuah permasalahan		X	Cari pernyataan lain ya?

B. Form Penilaian (Hilda Halida, M.Psi., Psikolog)

4. Mohon untuk membaca dengan teliti dan benar
5. Silahkan memberikan tanda silang (X) pada kolom penilaian sesuai dengan pendapat anda
6. Penilaian yakni :
 - a. Relevan
 - b. Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Aitem	Relevan	Tidak Relevan	Saran
Dukungan Emosional	Empati	2	Keluarga tidak langsung memarahi jika saya melakukan hal yang tidak terpuji	√		
		16	Keluarga menanyakan keadaan saya saat saya terlihat tidak bahagia	√		
		12	Saya memikirkan sesuatu tetapi orang tua saya tidak mempedulikannya	√		
	Umpan Balik	1	Jika saya mengeluh permasalahan yang sedang saya hadapi, keluarga saya memperdulikannya	√		
		17	Ketika saya memiliki masalah, saya malas untuk menceritakannya kepada keluarga saya	√		

	Memberikan rasa aman kepada anak	7	Saya nyaman dengan keadaan suasana di rumah	√		
		5	Saya jarang dengan keluarga saat menghabiskan waktu luang	√		
	Perhatian	14	Setelah saya melakukan aktifitas pada perkuliahan, orang tua saya menanyakannya	√		
		18	Kegiatan yang saya lakukan selama ini tidak diperdulikan oleh keluarga saya	√		
Dukungan penghargaan	Menghargai	15	hasil yang saya dapatkan tidak maksimal, tetapi keluarga saya tetap mengapresiasi usaha saya	√		
		6	Prestasi yang sudah saya capai tidak dihargai oleh keluarga saya	√		
	Memuji	9	Keluarga tidak memarahi ketika saya gagal mendapatkan hasil yang gagal dalam perkuliahan	√		
		10	Nilai bagus yang saya hasilkan membuat keluarga saya biasa saja	√		
Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3	Sehari-hari saya menggunakan pakaian yang layak pakai	√		

		19	Saya merasa kurang dengan uang saku yang diberikan oleh orangtua saya	√		
Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13	Orangtua saya memberikan wejangan ketika saya akan melakukan aktifitas	√		
		11	keluarga saya bodoamat ketika saya main keluar rumah terlalu lama	√		
	Pemberian nasihat	8	Saya mendapatkan semangat dari keluarga untuk menyelesaikan permasalahan	√		
		4	Saya tidak diberikan saran dari keluarga saya jika saya sedang dihadapkan oleh sebuah permasalahan		√	

C. Form Penilaian (Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si)

7. Mohon untuk membaca dengan teliti dan benar

8. Silahkan memberikan tanda silang (X) pada kolom penilaian sesuai dengan pendapat anda

9. Penilaian yakni :

a. Relevan

b. Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Aitem	Relevan	Tidak Relevan	Saran
Dukungan Emosional	Empati	2	Keluarga tidak langsung memarahi jika saya melakukan hal yang tidak terpuji	√		
		16	Keluarga menanyakan keadaan saya saat saya terlihat tidak bahagia	√		
		12	Saya memikirkan sesuatu tetapi orang tua saya tidak mempedulikannya	√		
	Umpun Balik	1	Jika saya mengeluh permasalahan yang sedang saya hadapi, keluarga saya memperdulikannya	√		

		17	Ketika saya memiliki masalah, saya malas untuk menceritakannya kepada keluarga saya	√		
	Memberikan rasa aman kepada anak	7	Saya nyaman dengan keadaan suasana di rumah	√		
		5	Saya jarang dengan keluarga saat menghabiskan waktu luang	√		Ditaruh dibelakang
	Perhatian	14	Setelah saya melakukan aktifitas pada perkuliahan, orang tua saya menanyakannya	√		
		18	Kegiatan yang saya lakukan selama ini tidak diperdulikan oleh keluarga saya	√		
Dukungan penghargaan	Menghargai	15	hasil yang saya dapatkan tidak maksimal, tetapi keluarga saya tetap mengapresiasi usaha saya	√		
		6	Prestasi yang sudah saya capai tidak dihargai oleh keluarga saya	√		
	Memuji	9	Keluarga tidak memarahi ketika saya gagal mendapatkan hasil yang gagal dalam perkuliahan	√		

		10	Nilai bagus yang saya hasilkan membuat keluarga saya biasa saja	√		
Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3	Sehari-hari saya menggunakan pakaian yang layak pakai	√		
		19	Saya merasa kurang dengan uang saku yang diberikan oleh orangtua saya	√		
Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13	Orangtua saya memberikan wejangan ketika saya akan melakukan aktifitas	√		
		11	keluarga saya bodoamat ketika saya main keluar rumah terlalu lama	√		Gunakan Bahasa yg baku ya
	Pemberian nasihat	8	Saya mendapatkan semangat dari keluarga untuk menyelesaikan permasalahan	√		
		4	Saya tidak diberikan saran dari keluarga saya jika saya sedang dihadapkan oleh sebuah permasalahan	√		

D. Form Penilaian (Novia Solichah, M.Psi)

1. Mohon untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan memberikan tanda silang (X) pada kolom penilaian sesuai dengan pendapat anda
3. Penilaian yakni :
 - a. Relevan
 - b. Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Aitem	Relevan	Tidak Relevan	Saran
Dukungan Emosional	Empati	2	Keluarga tidak langsung memarahi jika saya melakukan hal yang tidak terpuji	√		
		16	Keluarga menanyakan keadaan saya saat saya terlihat tidak bahagia	√		
		12	Saya memikirkan sesuatu tetapi orang tua saya tidak mempedulikannya	√		
	Umpun Balik	1	Jika saya mengeluh permasalahan yang sedang saya hadapi, keluarga saya memperdulikannya	√		
		17	Ketika saya memiliki masalah, saya malas untuk menceritakannya kepada keluarga saya	√		
	Memberikan rasa aman kepada anak	7	Saya nyaman dengan keadaan suasana di rumah	√		
		5	Saya jarang dengan keluarga saat menghabiskan waktu luang	√		

	Perhatian	14	Setelah saya melakukan aktifitas pada perkuliahan, orang tua saya menanyakannya	√		
		18	Kegiatan yang saya lakukan selama ini tidak diperdulikan oleh keluarga saya	√		
Dukungan penghargaan	Menghargai	15	hasil yang saya dapatkan tidak maksimal, tetapi keluarga saya tetap mengapresiasi usaha saya	√		
		6	Prestasi yang sudah saya capai tidak dihargai oleh keluarga saya	√		
	Memuji	9	Keluarga tidak memarahi ketika saya gagal mendapatkan hasil yang gagal dalam perkuliahan	√		
		10	Nilai bagus yang saya hasilkan membuat keluarga saya biasa saja	√		
Dukungan instrumental	Pemberian bantuan secara langsung	3	Sehari-hari saya menggunakan pakaian yang layak pakai	√		
		19	Saya merasa kurang dengan uang saku yang diberikan oleh orangtua saya	√		
Dukungan informatif	Pemberian petunjuk atau arahan	13	Orangtua saya memberikan wejangan ketika saya akan melakukan aktifitas	√		
		11	keluarga saya bodoamat ketika saya main keluar rumah terlalu lama	√		
	Pemberian nasihat	8	Saya mendapatkan semangat dari keluarga untuk menyelesaikan permasalahan	√		
		4	Saya tidak diberikan saran dari keluarga saya jika saya sedang dihadapkan oleh sebuah permasalahan	√		

Lampiran III
Hasil Pengisian Skala

1. Survei Awal

Nama	Jurusan	Semester	Usia	1. apakah anda memiliki pemikiran negative mengenai mampu tidaknya diri anda dalam menghadapi dunia kerja?	2. apakah anda merasakan suasana hati seperti perasaan gugup, jengkel, cemas, panik, tidak mampu dalam membuat keputusan dan suasana hati yang berubah-ubah saat bersinggungan dengan dunia kerja pada masa yang akan datang?	3. apakah anda merasakan tanda-tanda seperti pusing, sulit bernafas, jantung berdebar-debar dan telapak tangan berkeringat saat memikirkan segala hal yang bersinggungan dengan dunia kerja di masa yang akan datang?	4. apakah menurut anda, anda mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja?
Yuwana	Kedokteran	8	21	Ya	Tidak	Tidak	Ya
Aslin Nur Ainiyah	Pendidikan Dokter	8	21	iyaa	iyap	pernah berdebar-debar tp jarang sekali	saya rasa iya
Mahfirani Ayuningrum	Farmasi	8	22	Ya	Ya	Tidak	Iya
Rosalina Yunindra	Farmasi	8	21	Iya	Iya	Iya	Iya

Anggraeni							
Nur Afifah Dwi Putri Cahyati	Farmasi	8	21	Ya	Ya	Ya	Ya
Dilla Amalia	Farmasi	8	22	Ya	Terkadang	Tidak	Ya
Nadhifatun Nahdhia	Farmasi	8	21	Iya	Iya	Tidak	Iya
Pratiwiek Nanda Trisanti	Farmasi	8	22	Iya	Sebenarnya saat ini saya belum terlalu fokus dan memikirkan dengan dunia kerja. Jadi suasana hati di atas belum dirasakan saat ini.	Tidak	Iya, karena dengan kondisi pembelajaran yang online saat ini banyak sekali kemampuan yang tidak bisa dilatih secara langsung dan hanya sekedar teoritis.
Qatrunnada Qurratu'ain	Farmasi	8	21	Ya	Ya	Tidak	Ya
Anggi	Farmasi	8	20	Tentu saja punya	Paling dominan cemas menurutku	Tidak ada sejauh ini	Iya, karena terlalu overthinking kedepannya bagaimana dan harus ngapain even belum terjadi buruknya tapi terlalu sering berfikir ke arah bagaimana kalau tidak sesuai ekspektasi
Dzulfikri Aulia Akbar	Pendidikan Dokter	8	22	Iya saya memiliki	Tidak	Tidak	Iya
Naufal Rabbani	Pendidikan Dokter	8	22	Ya	Ya	Tidak	Ya
Husnul Khatimah	Pendidikan Dokter	8	21	Ya	Tidak	Tidak	Ya
Khalissa Irba Salsabilla	Farmasi	8	21	Iya	Tidak	Tidak	Iya

Manday							
Nabila avliyatul faizah	Farmasi	8	22 tahun	Iya	Ya	Ya	Ya

2. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Ulva Nur Rai	2	1	1	3	3	4	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	4	3	2	2	1	1	1	1	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2
Riznah A	2	1	2	2	3	4	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	3	4	3	4	2	1	2	2	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	
PRADITA FIQ	1	1	1	2	4	4	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	3	1	1	1	1	
Diana Anggra	1	1	1	4	4	4	4	1	4	4	3	3	2	2	3	2	2	4	4	4	2	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4
W	1	1	2	2	2	3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	3	1	4	4	4	3	2	2	1	3	4	3	4	1	3	4	3	3	3	3	2	3	3	
Vinsa Surya	2	4	2	4	1	4	3	2	4	4	3	2	2	2	1	2	1	4	3	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	1	2	3	2
Intan Nadiya	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	
Septafani Ku	2	3	4	2	2	3	3	4	1	3	4	2	2	2	2	2	1	2	1	3	1	2	1	1	4	3	3	2	3	3	1	1	1	1	3	2	4	2	2
Ajwadussafw	3	3	3	1	1	1	2	4	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	
Muhammad	3	3	1	4	3	3	4	1	4	3	3	4	2	3	2	2	2	4	4	3	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4
Nadya Firda	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	
Tri Wahyu Pr	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	4	3	4	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
Octavia Pram	1	2	2	4	4	4	4	1	4	3	4	3	2	4	2	4	1	4	4	4	2	2	3	1	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	1	4	4	
Hamdy Sulai	3	2	4	2	2	3	1	4	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	
Melizani Mu	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	4	4	1	4	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Tiara Annisa	1	1	1	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	2	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	1	4	3	4	3	3
Sefira Mauli	2	2	1	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	1	1	1	2	4	4	3	3	4	4	1	4	4	2	4	2	2	2	4	3	2	4	4	4	2	2
Gilfani Aulia	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
Ilham Muhar	1	1	1	4	4	4	1	4	2	4	2	4	3	3	2	1	2	3	4	3	2	1	1	1	4	1	2	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4
Mirza Isyqi Y	3	4	1	4	1	1	3	1	2	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	1	1	1	2	1	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	1	4	4
Asna Defi Ba	3	1	3	3	3	4	2	4	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	4	4	3	4	4	4	2	1	1	3	2	2	2	1	2
Melvin Ayu Y	3	2	1	2	3	3	4	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3
Dian Armiati	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Atifah Dzatul	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3
MUHAMMAD	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	2	1	1	4	4	4	4	4	1	4	2	2	1	1	1	2	2	
Afwa Syahar	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	1	1	1	3	1	2	2	3	1	4	2	2	4	3	2	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2
Nur Aulia Pu	2	4	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	
Aulia Isnaini	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	2	1	1	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	
Azian Firmar	3	2	1	1	3	4	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	3	3
Berliana Nur	1	1	2	3	4	4	3	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	3	2	3	3	2	1	3	3	
Afnan Adila	2	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	4
Annisa Isyfi	1	1	3	1	3	4	2	4	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	1	1	1	4	4	4	4	4	3	2	2	1	2	2	3	2	2	
Azizah Nurul	2	2	3	4	3	2	4	2	4	3	4	3	3	2	1	1	2	4	4	4	2	4	4	3	3	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	4	3	3	3
Ahmad Hafid	2	2	4	1	2	2	2	3	2	3	3	3	1	2	1	1	1	2	2	3	1	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	1	1	3	1	1	1	1	3

Aftisa Avza	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	
Putri Ayu An	1	1	2	2	4	4	1	4	1	4	1	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	1	4	4	4	4	4	4	1	1	2	2	3	2	3	2	2	
Daffa Dhiya	2	1	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	
Elisa	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	1	1	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	2	
Humaira ram	2	2	4	1	4	3	4	4	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	3	1	3	2	1	3	3	3	4	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3
Inayatul M	2	3	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	1	2	1	1	3	1	1	3	1	1	1	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2
Idfy Bagus	2	2	2	2	3	3	1	4	2	3	3	2	3	1	1	2	1	1	2	3	1	2	1	1	4	3	3	3	4	3	1	1	1	2	3	2	1	2	2
Fitrati Hasan	2	4	2	3	2	3	4	2	4	2	1	4	1	4	3	2	3	4	4	1	1	4	4	1	3	3	2	3	1	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3
Kamila Ermi	2	1	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	4	4	4	1	2	2	1	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3
JIHAN NAFIS	2	1	3	2	3	3	1	4	4	3	2	4	4	2	4	1	2	4	4	3	3	2	1	1	4	4	3	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	2	3
Ismea Muna	1	1	2	2	4	4	2	4	2	2	3	1	3	1	1	1	3	2	2	2	2	1	1	1	4	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2
Dimas Febria	3	1	2	4	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	1	2	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	2	4	1	2	2	2	2
Fachrial Fiqy	2	2	2	3	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	3	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3
MEYLIA MEG	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
Freshayda N	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2	1	4	1	1	1	2	1	2	2	1	4	4	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3
Kurnia Muhiq	4	1	3	2	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2
Kesimira Qor	3	2	3	2	4	4	2	2	2	2	3	4	2	3	1	2	1	2	2	3	2	1	1	1	4	3	1	1	2	4	2	2	3	4	4	3	2	3	3
Indah Fitriani	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	
Lailatul Masu	2	1	3	2	3	3	4	4	3	3	3	1	2	2	2	4	1	3	4	2	1	1	1	2	4	4	3	4	3	1	4	2	4	4	3	2	2	3	4
Monika Arze	1	1	3	3	2	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1	1	2	4	3	3	1	1	1	2	4	3	3	3	2	2	4	4	3	4	2	4	4	1	4
Nabila Asha	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Fajar prayoga	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
Nafiah	2	1	1	4	4	4	4	1	2	4	4	4	3	3	3	4	1	4	4	4	3	3	3	1	4	2	4	2	3	4	3	3	3	1	4	4	4	2	4
Faradisa am	2	1	2	3	3	4	4	2	4	4	3	2	1	3	1	1	1	3	3	3	1	2	2	1	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3
Nabila Amir	2	2	2	2	4	4	4	4	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	4	4	4	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	3

Reyhan Rahm	2	1	1	3	4	3	4	2	4	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	2	1	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2
M. DIKI ZIFAI	3	2	3	1	3	4	1	4	1	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	1	2	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	
Aisyah Octav	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	
Wafa'ul Athir	4	4	2	3	3	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	2	1	4	4	3	1	2	2	1	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	
Salsabila Ok	1	1	2	3	4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	1	4	1	3	3	4	1	2	1	1	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	3	2	2	3	
INDIRA AISYA	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	3	1	2	3	4	2	2	2	2	3	3	2	4	4	4	1	1	1	3	3	3	2	2	
Nuradila usn	2	2	1	4	4	4	4	2	3	3	1	4	2	2	3	1	1	4	4	4	1	2	2	1	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	
Syarif Al Hall	2	1	2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	1	2	4	1	3	3	3	2	2	1	2	4	4	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	2	
Renata Atika	4	1	3	2	4	4	4	2	1	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	
Nofita Dihyah	1	1	1	3	4	4	3	1	4	4	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	2	2	1	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	
Diana Manzil	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	
Muhammad	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	1	1	2	3	3	4	1	2	2	1	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3
Rista Octavia	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	1	2	4	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	
Resa Falevi	2	1	3	1	3	4	3	4	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	3	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	
Siva Putri Aji	2	3	4	2	2	1	2	4	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	2	4	3	4	4	1	1	4	1	2	1	1	1	
Maulida Thor	2	2	3	1	2	2	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	1	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	
Destiya argo	2	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	
Fita Faniya F	3	3	3	1	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	
Nabilah Nur	2	1	1	4	1	4	4	4	2	4	2	3	3	2	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	2	4	1	3	4	2	1	
Muhammad	2	1	2	4	3	4	4	3	2	2	2	3	2	2	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	4	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3
Nur afifah	2	2	4	1	2	3	3	4	2	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	2	1	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3
Ilmiyatul Mu	3	1	3	1	2	4	2	4	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	1	1	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Nur Allisia Se	1	1	3	3	2	4	1	3	2	4	3	2	2	2	1	1	2	3	3	4	2	2	1	2	4	4	2	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3
Rivaldo Dani	2	3	2	3	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	1	1	3	3	3	2	2	1	1	2	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	3
KAMILATUS	2	1	1	4	4	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Mohammad	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2
Izza Yuzky Nu	4	3	3	1	3	1	1	4	1	2	1	2	1	2	1	3	2	1	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	3	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2
Adhitya Wist	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	1	1	4	4	4	4	4	4	3	2	1	2	3	2	2	1	2
Abdurrohman	2	1	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Anis Khoirini	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3

'Amaliah 'Isy	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3		
Decitia Nisa	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	
Retno Dewi	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
Ibrahim Fadi	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3		
Ardellya Elifi	3	2	2	4	3	2	4	1	4	1	1	4	1	4	2	2	2	4	4	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4		
Tri Wahyu Pri	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2		
Gilfani Aulia	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
Iqbal nurdika	3	3	2	1	4	2	1	4	1	4	2	1	3	1	1	2	4	1	1	4	3	1	1	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	
nur fadilla m	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	
Fikri Holly Jit	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3		
Putri indah	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	4	4	3	2	1	4	2	2	2	2	3		
Rahmi Annis	2	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3		
Syahidaturrahman	2	3	2	2	4	3	4	2	4	1	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3		
Falaq Agasty	2	2	2	3	4	4	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	2	4	2	1	1	1	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	
Fahras Widi	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	1	1	2	3	3	4	3	2	3	2	2	1	1	2	2	3	1	1		
meily rahman	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3		
Ilham Muhar	1	2	1	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	1	1	4	4	3	3	2	2	1	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	3		
Mohamad Al	4	2	4	2	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	1	4	1	3	1	2	1	1	1	1	4	4	2	4	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3		
Nadiya Salmi	1	1	1	2	4	3	4	3	3	2	3	2	2	2	1	1	1	4	4	3	2	2	2	1	4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	1	2	3	2	3		
Meryta Ade	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	2	2	2	2	1		
Dwi Putri Farida	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1	3	3	4	1	1	1	1	4	4	2	4	2	3	4	2	2	3	4	2	1	2	2		
Moh. Rizki It	1	2	2	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	
Husna Nur Rizki	3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	2	3	2	4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	
Aisyah miftah	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3

3. Kepercayaan Diri

Ulva Nur Rah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4
Riznah A	3	3	3	2	1	3	2	2	2	1	3	2	3	2	3	3	4	4	2	1	3	3	4
PRADITA FIQ	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4
Diana Anggra	4	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3
W	3	3	3	2	2	4	4	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	2	2
Vinsa Surya	4	4	4	2	1	4	4	2	4	4	2	2	4	2	3	4	2	4	3	4	4	4	4
Intan Nadiya	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4
Septafani Ku	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3
Ajwadussafw	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3
Muhammad	3	3	3	1	1	3	3	1	3	4	3	4	4	1	4	4	3	3	3	3	3	1	3
Nadya Firda	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	4
Tri Wahyu Pr	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	3
Octavia Pram	3	3	4	1	1	1	3	4	4	1	2	2	4	1	4	4	2	4	2	4	3	3	1
Hamdy Sulai	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3
Melizani Mu	2	3	3	2	1	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	2	3
Tiara Annisa	2	2	2	1	1	3	2	1	2	1	2	2	3	1	3	4	2	4	2	3	4	3	3
Sefira Maulic	3	4	4	2	2	2	1	1	2	1	3	3	4	4	1	4	1	4	3	2	3	2	4
Gilfani Aulia	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Ilham Muhar	2	3	2	1	1	4	4	3	4	4	2	2	4	1	4	2	1	3	3	3	3	2	2
Mirza 'Isyqi Y	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	1	1
Asna Defi Ba	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	2	4	4	2	4	4	4
Melyn Ayu Y	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	1	3
Dian Armia	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	1	2	2	2
Afifah Dzatul	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	4	4	2	2	2
MUHAMMAD	1	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
Afwa Syahar	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	4	3	4	4	2	3	3	3
Nur Aulia Pu	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3
Aulia Isnaini	4	4	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4
Azian Firman	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	1	3

Berliana Nur	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4
Afnan Adila	3	3	3	2	1	4	3	3	2	2	3	3	3	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3
Annisa' Isyfi	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4
Azizah Nurul	3	3	3	2	1	2	2	1	1	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3
Ahmad Hafid	4	4	4	3	4	4	2	1	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2
Aftisa Avza	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
Putri Ayu An	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
Daffa Dhiya U	4	4	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3
Elisa	4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3
Humaira ram	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
Inayatul M	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2	1	3	4	1	4	4	1	1	4	4	4	1	1
Idfy Bagus	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3
Fitratl Hasan	3	3	1	1	1	2	1	1	4	4	3	4	4	4	4	2	1	1	3	2	2	1	1
Kamila Ermi	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	1
JIHAN NAFIS	3	3	4	1	1	3	3	2	3	2	3	2	4	1	4	4	2	4	4	3	3	2	3
Ismea Munav	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	4	4	3	2	2
Dimas Febria	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4
Fachrial Fiqy	3	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2
MEYLIA MEG	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
Freshayda N	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3
Kurnia Mufid	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Kesimira Qor	3	3	4	2	3	2	3	2	2	1	4	1	3	3	2	2	1	4	4	4	3	3	4
Indah Fitriani	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3
Lailatul Masu	4	4	3	3	2	2	2	1	3	2	3	3	4	3	1	4	1	4	2	1	1	3	4
Monika Arze	4	4	4	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	1	4	4	2	4	4	4
Nabila Asha	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
Fajar prayoga	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3
Nafhah	3	4	3	1	1	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	2	1	3
Faradisa azm	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	3
Nabila Amird	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	1	4	4	4	4	4

Reyhan Rahr	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3
M. DIKI ZIFAI	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	2	3
Aisyah Octav	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4
Wafa'ul Athi	4	3	4	2	2	4	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	4	3	2	3	3	1
Salsabilla Ok	4	4	4	2	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4
INDIRA AISYA	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	4	4
Nuradila usn	4	4	3	1	3	4	3	2	2	2	2	2	4	1	4	4	3	4	4	4	4	3	3
Syarif Al Hali	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3
Renata Atika	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3	4	4	4	3	4
Nofita Diyah	2	3	4	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
Diana Manzil	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3
Muhammad	3	3	4	2	2	4	4	1	3	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4
Rista Octavia	4	4	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4
Resa Falevi	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4
Siva Putri Aje	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
Maulida Tho	3	4	4	4	3	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Destiya argo	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4
Fita Faniya F	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3
Nabilah Nur	4	4	1	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
Muhammad	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	4	4	3	3	4	2	3	3	3
Nur afifah	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3
Ilmiyatul Mu	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3
Nur Allisia Sa	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4
Rivaldo Dani	4	4	3	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
KAMILATUS Z	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	4	4	4	4	3	4
Mohammad	4	4	3	3	4	3	3	1	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4
Izza Yuzky Nu	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	4	3	3	4	4	4
Adhitya Wisl	4	3	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
Abdurrohma	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3
Anis Khoirin	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3

'Amaliah 'Isy	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	2	3
Decitia Nisa	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4
Retno Dewi	4	3	4	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	1	3
Ibrahim Fadl	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3
Ardellya Elfi	3	4	3	1	2	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	4	3
Tri Wahyu Pr	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
Gilfani Aulia	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Iqbala nurdie	2	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4
nur fadilla m	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	4	4
Fikri Holly Jit	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	2	3	3	2	3
Putri indah	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	1	2	2	1	4	3	2	3	4	3	3	4	3
Rahmi Annis	3	3	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	1
Syahidatur ro	3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	1	4	3	2	2	4	3	2	3	3
Falaq Agasty	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
Fahras Widi	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	4	4	2	3	3	3
meily rahma	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3
Ilham Muhan	3	3	2	2	1	4	3	3	4	3	2	2	2	1	4	4	4	3	3	2	4	2	3
Mohamad Alf	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4
Nadiya Salm	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4
Meryta Ade	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	3
Dwi Putri Fad	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4
Moh. Rizki Ib	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2
Husna Nur Ri	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2
Aisyah mifta	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3

4. Dukungan Sosial Keluarga

Ulva Nur Rah	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2
Riznah A	2	4	3	3	2	2	4	2	3	4	4	2	2	3	2	3	3
PRADITA FIQ	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Diana Anggra	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
W	2	4	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
Vinsa Surya	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	2
Intan Nadiya	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4
Septafani Ku	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
Ajwadussafw	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3
Muhammad	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4
Nadya Firda	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4
Tri Wahyu Pr	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Octavia Pram	2	4	2	2	1	1	4	1	3	1	2	3	1	2	1	3	4
Hamdy Sulai	4	4	1	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3
Melizani Mus	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
Tiara Annisa	2	4	1	3	3	2	4	2	4	3	4	3	4	3	1	3	4
Sefira Maulid	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	1
Gilfani Aulia	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
Ilham Muhar	4	4	1	4	2	2	4	2	3	2	4	1	3	2	1	2	4
Mirza 'Isyqi Y	4	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	1	1
Asna Defi Ba	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Melyn Ayu Y	1	4	1	1	1	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	2
Dian Armia	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	1	3	3
Afifah Dzatul	4	4	1	2	1	1	1	3	4	1	1	2	2	3	1	2	2
MUHAMMAD	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4
Afwa Syahar	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3
Nur Aulia Pu	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4
Aulia Isnaini	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Azian Firman	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	1	3	4

Berliana Nur	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4
Afnan Adila	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2
Annisa' Isyfi	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4
Azizah Nurul	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	1	3	2
Ahmad Hafid	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4
Aftisa Avza	4	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	1	2	4	2
Putri Ayu An	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Daffa Dhiya U	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4
Elisa	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
Humaira ram	4	4	4	2	3	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4
Inayatul M	4	4	1	1	3	4	3	2	1	2	3	4	3	4	1	2	1
Idfy Bagus	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	1	4
Fitrati Hasan	2	4	1	4	3	3	4	2	1	1	2	2	3	2	2	2	4
Kamila Ermi	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3
JIHAN NAFIS	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3
Ismea Munav	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Dimas Febria	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Fachrial Fiqy	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
MEYLIA MEG	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
Freshayda N	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3
Kurnia Mufid	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3
Kesimira Qor	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4
Indah Fitriani	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
Lailatul Masu	4	4	1	2	3	3	4	1	3	2	4	3	3	4	2	2	3
Monika Arze	3	4	3	2	3	3	4	2	4	2	4	3	3	3	1	2	4
Nabila Asha	3	3	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	1	4	3
Fajar prayoga	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	3	3	4
Nafhah	1	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	1	4	4
Faradisa azm	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4
Nabila Amiro	3	4	3	4	2	3	2	1	4	2	2	3	2	2	3	3	2
Reyhan Rahr	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
M. DIKI ZIFAN	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3
Aisyah Octav	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3
Wafa'ul Athi	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3
Salsabilla Ok	2	4	1	3	4	3	2	1	4	2	3	4	2	1	1	3	4
INDIRA AISYA	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	4	4
Nuradila usn	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Syarif Al Hali	2	4	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	4
Renata Atika	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
Nofita Diyah	4	3	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3

Diana Manzil	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3
Muhammad	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3
Rista Octavia	3	3	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2
Resa Falevi	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4
Siva Putri Aje	4	4	2	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4
Maulida Thor	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
Destiya argo	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3
Fita Faniya F	3	4	2	4	3	3	2	2	4	4	3	4	4	3	3	4	3
Nabilah Nur	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	3	4
Muhammad	4	4	3	3	3	3	2	2	4	3	4	4	3	4	1	3	1
Nur afifah	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3
Ilmiyatul Mu	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4
Nur Allisia Sa	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	3	3
Rivaldo Dani	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4
KAMILATUS Z	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Mohammad	4	4	1	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4
Izza Yuzky Nu	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3
Adhitya Wisl	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4
Abdurrohma	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3
Anis Khoirin	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
'Amaliah 'Isy	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
Decitia Nisa	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4
Retno Dewi	2	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	2	3
Ibrahim Fadl	2	3	1	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4
Ardellya Elfi	3	4	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	3	1
Tri Wahyu Pr	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3
Gilfani Aulia	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Iqbala nurdie	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
nur fadilla m	3	4	2	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	2	2	4
Fikri Holly Jit	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	1	3	4
Putri indah	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
Rahmi Annis	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3
Syahidatur rd	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Falaq Agasty	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4
Fahras Widi	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3
meily rahma	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Ilham Muhar	2	4	1	3	2	3	3	2	2	3	4	1	4	3	2	2	3
Mohamad Af	3	4	1	4	4	3	2	3	3	3	1	4	3	2	1	4	4
Nadiya Salm	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4
Meryta Ade	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Dwi Putri Fad	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3
Moh. Rizki Ib	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	2	2	2	2
Husna Nur Ri	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
Aisyah mifta	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3

Lampiran IV

Analisis Data

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		113
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.40663944
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.046
Kolmogorov-Smirnov Z		.606
Asymp. Sig. (2-tailed)		.857

a. Test distribution is Normal.

Hasil Uji Linieritas

Variabel	Populasi	Sig.	Keterangan
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*Kepercayaan Diri	113	0.681	Linear
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*Dukungan Sosial Keluarga	113	0.295	Linear

Hasil Perhitungan Skor Empirik

Variabel	Min	Max	Mean	St. Deviation
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Y)	39	156	97,5	19,5
Kepercayaan Diri	23	92	57,5	11,5

(X ₁)				
Dukungan Sosial Keluarga(X ₂)	17	68	42,5	8,5

Hasil Uji T

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	148.949	6.751		22.064	.000
	KEPERCAYAAN DIRI	-.595	.099	-.523	-6.029	.000
	DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA	-.147	.105	-.122	-1.405	.163

a. Dependent Variable: KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA

Hasil Uji F

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4221.242	2	2110.621	29.332	.000 ^a
	Residual	7915.218	110	71.957		
	Total	12136.460	112			

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA, KEPERCAYAAN DIRI

b. Dependent Variable: KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA

Besaran Pengaruh X1 dan X2 Terhadap Y

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.590 ^a	.348	.336	8.483

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA, KEPERCAYAAN DIRI