HUBUNGAN ANTARA *FUTURE ORIENTATION* DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PADA MAHASISWA ANGKATAN 2018 DAN 2019 DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

DWI RIDLO GUSTI A.P.W

18410235

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2022

HUBUNGAN ANTARA *FUTURE ORIENTATION* DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PADA MAHASISWA ANGKATAN 2018 DAN 2019 DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

DWI RIDLO GUSTI A.P.W

NIM. 18410235

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2022

PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA *FUTURE ORIENTATION* DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PADA MAHASISWA ANGKATAN 2018 DAN 2019 DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

DWI RIDLO GUSTI A.P.W

NIM. 18410235

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing

Drs. H. Yahya, MA
NIP. 196605181991031004

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

Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *FUTURE ORIENTATION* DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PADA MAHASISWA ANGKATAN 2018 DAN 2019 DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada hari Jum'at, 30 September 2022

Susunan Dewan Penguji

Sekretaris Penguji

Drs. H. Yahya, MA
NIP. 196605181991031004

Penguji Utama

Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
NIP. 197605122003121002

Ketua Penguji

Dr. Hj. Rofiqah, M.Pd
NIP. 196709282001122002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
pada hari Jum'at, 30 September 2022

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dwi Ridlo Gusti A.P.W

NIM : 18410235

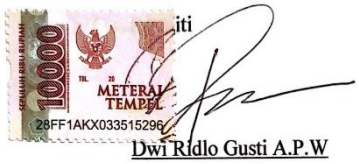
Fakultas : Psikologi

Universitas : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Menerangkan bahwa penelitian skripsi saya dengan judul "Hubungan Antara *Future Orientation* Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Di Era Revolusi Industri 4.0 Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dan 2019 Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang" bukanlah tindakan plagiat, dan merupakan hasil karya sendiri. Apabila suatu saat skripsi ini secara prinsip terbukti tindakan plagiat, saya bersedia menerima sanksi yang telah ditetapkan, dan bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing maupun pihak Fakultas Psikologi.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Malang, 16 September 2022



Dwi Ridlo Gusti A.P.W

NIM. 18410235

PERSEMBAHAN

Peneliti dedikasikan skripsi ini kepada:

Kedua Orang Tua yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan kasih sayang
Dan keluarga saya Kakek, Nenek, Pakdhe, Budhe, Paklek, Mas Hendi, Mas Wicak, Mas Yudo, Mas Bagas, Mas Bagus Bawen, Arif, Nur, Aisyah, Rahma, Nadia, Cak Najib, Mbak Us yang selalu memberikan dukungan setelah kedua Orang Tua
Kakak saya Vita yang selalu membantu saya dalam penelitian ini
Bapak Drs. H. Yahya, MA, selaku Dosen Pembimbing satu yang telah bersedia memberikan motivasi, arahan, serta bimbingan
Bapak Yusuf Ratu Agung, MA selaku dosen pembimbing dua yang juga telah bersedia memberikan motivasi, arahan, serta bimbingan.
Teman-teman terbaik: Rifqi, Almas, Bayu, Fajri, Cahyo, Farida, Mujib, Hujjaj, Afif, Arul, Arif, Wildan, Tegar, Faiz, Huda, Hafid, Yusuf, Fia, Mincha
Teman satu kontrakan dan Bapak kontrakan Bapak Anton yang sudah membantu saya dari lulus ma’had hingga sekarang

MOTTO

“Setiap orang mempunyai potensi yang dapat dikembangkan”

Ram Charan

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirabbil'alamin. puji syukur kehadirat Allah SWT, atas hidayah serta inayah-Nya, penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan pertolongannya kelak di hari akhir.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu proses perjalanan skripsi ini. Dengan segala ketulusan, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Agus Iqbal Hawabi, M.Psi.,Psikologi selaku dosen wali yang sudah membantu dari mahasiswa baru hingga sekarang
4. Bapak Drs. H. Yahya, MA, selaku Dosen Pembimbing satu yang telah bersedia memberikan motivasi, arahan, serta bimbingan.
5. Bapak Yusuf Ratu Agung, MA selaku dosen pembimbing dua yang juga telah bersedia memberikan motivasi, arahan, serta bimbingan.
6. Ibu Dr. Hj. Rofiqah, M.Pd selaku ketua penguji yang juga sudah senantiasa meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan arahan serta masukan terkait penelitian skripsi saya.
7. Bapak Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku penguji utama yang sudah senantiasa meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan arahan serta masukan terkait penelitian skripsi saya.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Sesungguhnya penelitian ini belum dapat dikatakan sempurna. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan adanya masukan dari berbagai pihak, serta semoga penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi para pembacanya.

Malang, 16 September 2022

DWI RIDLO GUSTI A.P.W
NIM.18410235

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN ..... **ii**
PENGESAHAN ..... **iii**
SURAT PERNYATAAN ..... **iv**
PERSEMBAHAN ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
ABSTRAK ..... **xiii**
ABSTRACT ..... **xiv**
البحث مستخلص ..... **xv**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan Penelitian 10
D. Manfaat Penelitian 10
BAB II **10**
KAJIAN TEORI **10**
A. Kecemasan 10
1. Pengertian dan definisi 10
2. Aspek-aspek Kecemasan 11
3. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan 13
4. Macam-macam Kecemasan 15
B. Orientasi masa depan (future orientation) 17
1. Pengertian dan Definisi 17
2. Aspek-aspek future orientation 18
3. Faktor-faktor future orientation 19
C. Hubungan *future orientation* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja di Era Revolusi Industri 4.0 21
D. Hipotesis Penelitian 23
BAB III **24**
METODE PENELITIAN **24**
A. Jenis Penelitian 24
B. Rancangan Penelitian 24
C. Identifikasi Variabel Penelitian 24
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian 25

E. Populasi dan Sampel 25
F. Teknik Pengumpulan Data 27
G. Validitas dan Reliabilitas 29

BAB IV 33
HASIL DAN PEMBAHASAN 33
A. Prosedur Penelitian 33
1. Gambaran lokasi dan subjek penelitian 33
2. Hambatan Penelitian 34
B. Hasil Penelitian 34
1. Uji Asumsi 34
C. Deskripsi data 36
1. Kategorisasi data 36
2. Kategorisasi kecemasan 37
3. Kategorisasi future orientation 40
D. Analisis hubungan *future orientation* dengan kecemasan 43
E. Pembahasan 44
1. Tingkat kecemasan mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang 44
2. Tingkat *future orientation* mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang 47
3. Hubungan *future orientation* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 49

BAB V 50
PENUTUP 50
Kesimpulan 50
Saran 51

DAFTAR PUSTAKA 52

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *Future orientation*.....38
Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Kecemasan.....38
Tabel 3.4 Uji validitas *future orientation*……...40
Tabel 3.5 Uji Validitas kecemasan…….41
Tabel 3.6 hasil uji reliabilitas…….42
Tabel 4.1 Normalitas……..35
Tabel 4.2 Linearitas……35
Tabel 4.3 Deskripsi data…….36
Tabel 4.4 Rumus kategori……...37
Tabel 4.5 Kategori kecemasan……37
Tabel 4.6 Hasil kategori kecemasan……37
Tabel 4.7 Kategori aspek reaksi fisik dan sapek perilaku……..38
Tabel 4.8 Deskripsi aspek reaksi fisik……38
Tabel 4.9 Deskripsi aspek perilaku…….39
Tabel 4.10 Kategori aspek pemikiran…….39
Tabel 4.11 Deskripsi aspek pemikiran……39
Tabel 4.12 Deskripsi aspek suasana hati……40
Tabel 4.13 kategori *future orientation*……40
Tabel 4.14 Hasil kategori *future orientation*……..40
Tabel 4.15 Kategori aspek *planning a head* dan *anticipation of future consequences*……..41
Tabel 4.16 Deskripsi *planning a head*……...42
Tabel 4.17 Deskripsi *anticipation of future consequences*……42
Tabel 4.18 Kategori aspek *time perspective* ……42
Tabel 4.19 Deskripsi perspektif waktu……..42
Tabel 4.20 Korelasi……43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram persentase kecemasan……..38
Gambar 4.2 Diagram persentase *future orientation*……...41

ABSTRAK

Gusti, Dwi Ridlo. (2022). Hubungan Antara Future Orientation Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Di Era Revolusi Industri 4.0 Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dan 2019 Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dosen Pembimbing: Drs. H. Yahya, MA

Kata kunci: *revolsui industri 4.0, mahasiswa, future orientation, kecemasan*

Dunia Revolusi industri 4.0 merupakan transformasi komprehensif dari semua aspek khususnya yang ada di dunia industri, melalui penggabungan teknologi digital dan internet dengan industri konvensional. Perkembangan era membuat banyak pekerjaan saat ini menggunakan teknologi informasi, sehingga individu harus memiliki kemampuan dalam hal teknologi dan informasi karena jika tidak memiliki kemampuan tersebut peluang untuk mendapat pekerjaan di era saat ini akan sulit Perubahan memang tidak bisa di hindari karena merupakan salah satu komponen selesi alam, sehingga individu harus berusaha mengikuti perubahan yang terjadi dan berusaha untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut sebaik mungkin. Karena dampak dari adaptasi yang lambat terhadap perubahan yang begitu cepat tersebut akan terasa dampaknya dan secara otomatis individu yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan yang ada akan tersingkir dari persaingan yang sedang berlangsung.

Pada penelitian ini meneliti tentang hubungan dua varibael yaitu kecemasan dan future orientation. Teori kecemasan yang digunakan pada penelitian ini menggunkan teori dari Greenberge dan padesky yang mengatakan bahwa Kecemasan merupakan suatu rasa gugup atau takut yang berlangsung sementara saat dihadapkan dengan pengalaman atau peristiwa yang sulit dalam kehidupan.. Selanjutnya Teori future orientation menggunakan teori dari Steinberg yang mengatakan bahwa orientasi masa depan adalah sejauh mana individu memikirkan atau mempertimbangkan tentang masa depan.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional yang menggunkana metode statistic untuk mengukur hubungan antara varibel kecemasan dan future orientation, populasi yang di ambil Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 sebanyak 458 dan sampel yang diambil 208 yang menggunakan rumus dari Issac dan Michael Sedangkan untuk menganalisa data peneliti menggunakan program IBM *Statistical Package or Social Science* (SPSS) versi 25.0

Pada penelitian ini menunjukan hasil rxy -0,240 dan p= 0,000<0,05 sehingga dapat di ketahui bahwa ada hubungan negative yang signifikan antara future orientation dan kecemasan, dan sebanyak 58,6% Mahasiswa yang masuk dalam kategori sedang merasa cemas, sedangkan sebanyak 59,0% Mahasiswa yang memiliki tingkat future orientation yang masuk dalam kategori sedang.

ABSTRACT

Gusti, Dwi Ridlo. (2022). The correlation between future orientation and anxiety about the world of work in the Era Industrial Revolution 4.0 in 2018 and 2019 Students of the Psychology Faculty of Maulana Malik Ibrahim Islamic University Malang.

Supervisor: Drs. H. Yahya, MA

Keywords: *industrial revolution 4.0, students, future orientation, anxiety*

The world of industrial revolution 4.0 is a comprehensive transformation of all aspects, especially those in the industrial world, through the merger of digital and internet technology with conventional industries. The development of the era makes many jobs today use information technology, so individuals must have the ability in terms of technology and information because if they do not have this ability, the opportunity to get a job in the current era will be difficult. Changes is inevitable, because it is one of the components of natural selection, so individuals must try to keep up with the changes that occur and try to adapt to these changes as best as they can. Because the impact of slow adaptation to these rapid changes will automatically get the affects and the individuals who are unable to adapt to the existing changes will be eliminated from the ongoing competition.

This study examines the relationship between two variables, namely anxiety and future orientation. The anxiety theory used in this study uses the theory of Greenberge and Padesky which says that anxiety is a temporary feeling of nervousness or fear when faced with difficult experiences or events in life. Furthermore, future orientation theory uses the theory of Steinberg which says that future orientation is the extent to which individuals think or consider about the future.

The method that used in this study is quantitative correlation which is uses statistical methods to measure the relationship between anxiety and future orientation variables, the population taken by Class of 2018 and 2019 students was 458 and the sample taken was 208 using the formula from Issac and Michael Meanwhile, to analyze the data, researchers used the IBM Statistical Package or Social Science (SPSS) version 25.0 program.

This study shows the results of rxy -0.240 and p = 0.000 <0.05 so that it can be seen that there is a significant negative relationship between future orientation and anxiety, and as many as 58.6% of students who fall into the moderate category feel anxious, while as many as 59.0% of students who have a level of future orientation are in the moderate category.

مستخلص البحث

غوست ، دوي ريدلو .2022العلاقة بين التوجه المستقبلي والقلق في مواجهة عالم العمل في عصر الثورة الصناعية 4.0 في 2018 و 2019 طلاب في كلية علم النفس ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج المشرف :د .يحيى، ماجستير ،

المشرف :الحاج يحيى

الكلمات المفتاحية :الثورة الصناعية، الطلاب، التوجه المستقبلي، القلق

عالم الثورة الصناعية 4.0 هو تحول شامل لجميع الجوانب ، وخاصة تلك الموجودة في العالم الصناعي ، من خلال دمج التكنولوجيا الرقمية والإنترنت مع الصناعات التقليدية. إن تطور العصر يجعل العديد من الوظائف اليوم تستخدم تكنولوجيا المعلومات ، لذلك يجب أن يكون لدى الأفراد القدرة من حيث التكنولوجيا والمعلومات لأنه إذا لم يكن لديهم هذه القدرة ، فإن فرصة الحصول على وظيفة في العصر الحالي ستكون صعبة. التغييرات أمر لا مفر منه ، لأنه أحد مكونات الانتقاء الطبيعي ، لذلك يجب على الأفراد محاولة مواكبة التغييرات التي تحدث ومحاولة التكيف مع هذه التغييرات بأفضل ما يمكنهم. لأن تأثير التكيف البطيء مع هذه التغييرات السريعة سيحصل تلقائيا على التأثيرات وسيتم استبعاد الأفراد غير القادرين على التكيف مع التغييرات الحالية من المنافسة المستمرة .

تبحث هذه الدراسة في العلاقة بين متغيرين ، وهما القلق والتوجه المستقبلي. تستخدم نظرية القلق المستخدمة في هذه الدراسة نظرية جرينبيرج وباديسكي التي تقول إن القلق هو شعور مؤقت بالتوتر أو الخوف عند مواجهة تجارب أو أحداث صعبة في الحياة. علاوة على ذلك ، تستخدم نظرية التوجه المستقبلي نظرية شتاينبرغ التي تقول إن التوجه المستقبلي هو إلى أي مدى يفكر الأفراد أو يفكرون في المستقبل.

الطريقة المستخدمة في هذه الدراسة هي الارتباط الكمي الذي يستخدم الأساليب الإحصائية لقياس العلاقة بين القلق ومتغيرات التوجه المستقبلي ، وكان عدد السكان المأخوذ من قبل طلاب 2018 و 2019 458 وكانت العينة المأخوذة 208 باستخدام الصيغة من إسحاق ومايكل وفي الوقت نفسه ، لتحليل البيانات ، استخدم الباحثون حزمة آي بي إم الإحصائية أو برنامج العلوم الاجتماعية الإصدار 25.0.

تظهر هذه الدراسة نتائج ركسي -0.240 و ف = 0.000 <0.05 بحيث يمكن ملاحظة أن هناك علاقة سلبية كبيرة بين التوجه المستقبلي والقلق ، ويشعر ما يصل إلى 58.6 ٪ من الطلاب الذين يقعون في الفئة المعتدلة بالقلق ، في حين أن ما يصل إلى 59.0 ٪ من الطلاب الذين لديهم مستوى من التوجه المستقبلي هم في الفئة المعتدلة.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era saat ini sudah masuk dalam era revolusi industri 4.0 dimana teknologi informasi dan komunikasi sudah menjadi pokok dalam kehidupan manusia. Menurut Kanselir Jerman yaitu Angela Markel revolusi industri 4.0 merupakan transformasi komprehensif dari semua aspek khususnya yang ada di dunia industri, melalui penggabungan teknologi digital dan internet dengan industri konvensional. Dengan semakin berkembangnya era ada banyak dampak yang ditimbulkan, salah satu dari dampaknya ialah seperti ancaman pengangguran karena di era revolusi industri 4.0 hampir keseluruhan dikerjakan secara otomatis, sehingga setiap individu harus memiliki kemampuan dalam hal teknologi dan informasi karena jika tidak memiliki kemampuan tersebut peluang untuk mendapat pekerjaan di era saat ini akan sulit. (Andrew, 2021 diakses 10/03/22).

Berbeda dengan era sebelumnya yaitu di revolusi industri 3.0 yang dimulai dengan beberapa mesin bergerak dan berpikir secara otomatis seperti komputer. Maka dari itu, di era revolusi industri 4.0 ini merupakan perkembangan dari era sebelumnya seperti produksi cerdas yang saat ini digabungkan dengan Internet of Things (IoT), cloud, technology, dan big data contohnya barang kebutuhan manusia seperti pembelian TV yang dapat di pesan dengan otomatis dan cepat (Andrew, 2021 diakses 10/03/22). Oleh sebab itu, perubahan ke era revolusi industri 4.0 akan ada beberapa perubahan baik dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari.

Perubahan merupakan salah satu komponen seleksi alam, dimana setiap individu harus berusaha mengikuti perubahan yang terjadi dan berusaha untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut sebaik mungkin. Karena dampak dari adaptasi yang lambat terhadap perubahan yang begitu cepat tersebut akan terasa dampaknya dan secara otomatis individu yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan yang ada akan tersingkir dari persaingan yang sedang

berlangsung (Yusuf, 2019: 649). Perubahan merupakan suatu proses yang pasti terjadi pada setiap individu.

Pola pikir merupakan salah satu dasar dalam proses perubahan, khususnya dalam sebuah organisasi. Berpikir adalah akar dari proses perubahan. Awal dari proses perubahan adalah terbentuknya pola pikir yang kemudian akan mempengaruhi pola perilaku individu selama penyesuaian atau adaptasi. Hal tersebut sesuai dengan teori behavior dari Thorndike yang mengatakan bahwa belajar adalah proses interaksi antara stimulus (yang berupa pikiran, perasaan, atau gerakan) dan respons (yang juga berupa pikiran, perasaan, dan gerakan). Jelasnya menurut Thorndike, perubahan tingkah laku boleh berwujud sesuatu yang konkret (dapat diamati), atau yang non-konkret (tidak bisa diamati) (Dr. Evi Fatimatur Rusydiyah, 2019: 26). Oleh karena itu dengan adanya perubahan ke era 4.0 ini banyak hal yang berubah seperti penggunaan HP atau gadget sangat dibutuhkan untuk mencari informasi, melakukan pekerjaan dan lain sebagainya. Maka individu diharuskan untuk mengikuti atau beradaptasi dengan perubahan tersebut.

Menurut Liriwati Fahrina Yustiasari, dkk perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi terjadi begitu cepat (Liriwati, 2018: 285). Meninjau apa yang terjadi saat ini ialah dimana dunia sudah masuk ke era revolusi industri generasi keempat. Revolusi industri diibaratkan dua mata sisi uang koin. Satu sisi memiliki nilai positif bagi efisiensi proses produksi serta produktivitas hasil kerja, sisi satunya banyak tenaga kerja yang tidak gunakan maka akan menjadi masalah dalam stabilitas politik dan ekonomi sebuah negara (Suwardana, 2018: 115).

Perkembangan era memang akan menimbulkan banyak perubahan serta dampak yang ditimbulkan juga berbeda. Seperti dibidang psikologi yaitu konseling, saat ini untuk layanan konseling bisa dilakukan dengan via online atau istilah lainnya online counseling yang merupakan upaya alternatif yang dilakukan oleh konselor untuk mencegah, mengurangi, mengembangkan kesadaran dengan koreksi diri, meningkatkan dan membantu menyelesaikan masalah klien dengan metode virtual atau internet (Haryati, 2020: 28).

Konseling online ini merupakan langkah penerapan teknologi dalam layanan bimbingan dan konseling menghadapi era 4.0 dimana dalam penyelengaraannya tetap menjaga sikap dan etika dalam bimbingan dan konseling yang telah diterapkan. Menjadi konselor online yang profesional dengan melakukan inovasi layanan sesuai dengan tuntutan dan kebutuhan pada era 4.0.

Peran perguruan tinggi disini sangat penting. Menurut Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (Menristekdikti) periode 2014-2019 Mohamad Nasir mengatakan bahwa di era revolusi industri akan menjadi tantangan bagi lulusan perguruan tinggi, maka dari itu setiap lulusan perguruan tinggi harus mempunyai kompetensi yang cakap untuk bersaing secara global. Lulusan perguruan tinggi dituntut untuk tidak hanya bekerja di instansi atau perusahaan, akan tetapi juga harus memiliki jiwa kewirausahaan dengan tujuan untuk menciptakan lapangan pekerjaan baru dengan memanfaatkan peluang yang muncul dari revolusi industri 4.0 (Teknowijoyo, 2022: 41).

Tuntutan yang dibutuhkan semakin tinggi, di era revolusi industri 4.0 ini ada banyak tuntutan yang harus dihadapi oleh para pelamar kerja. Menurut laman World Economic Forum (WEF) di era revolusi industri 4.0 menuntut partisipasi generasi millennial dengan 10 skills, yaitu; kreatif, terampil memecahkan masalah yang kompleks, mampu membuat penilaian dan mengambil keputusan yang baik, berpikir kritis, pandai bernegosiasi dan memiliki kognisi yang fleksibel, mampu mengelola manusia secara efektif, pandai berkoordinasi, mampu mengendalikan emosi (Margianto, 2020 diakses 03/03/22).

Banyaknya tuntutan yang akan dihadapi di era revolusi industri 4.0 membuat Mahasiswa yang belum memiliki kesiapan merasa khawatir dan bahkan cemas dengan kondisi saat ini. Sangat disayangkan jika Mahasiswa tidak bisa mendapatkan hasil sesuai dengan yang diharapkan, karena hasil yang maksimal hanya bisa diperoleh dengan usaha yang maksimal juga.

Mahasiswa dituntut untuk mempunyai keahlian dan kompetensi yang dapat digunakan saat persaingan di dunia kerja. Terkhususnya Mahasiswa

psikologi, ilmu yang dipelajari di bangku perkuliahan berhubungan dengan tingkah laku manusia yang memiliki tujuan untuk bisa memahami bagaimana seseorang bisa merasakan, berpikir dan bertindak tentang suatu hal. Dalam hal pekerjaan lingkupnya juga sangat luas karena hampir secara keseluruhan dunia kerja membutuhkan peran psikologi seperti tes tentang kepribadian dan kompetensi yang dimiliki untuk masuk di perusahan atau instansi. Konseling online juga merupakan pekerjaan untuk lulusan psikologi yang mengharuskan menggunakan teknologi canggih saat ini.

Selama masih menjadi mahasiswa tugas untuk berkembang tidak hanya perihal akademis saja, akan tetapi setiap individu harus berkembang baik secara fisiologis dan psikologis. Ceyhan dan Ceyhan mengatakan bahwa tingkat pendidikan tinggi bukan hanya perihal pengembangan akademis Mahasiswa saja, akan tetapi perkembangan Mahasiswa dalam semua aspek karena Mahasiswa sedang dalam perjalan menuju kedewasaan (Ceyhan, 2010: 653).

Mahasiswa memang diharuskan pandai beradaptasi dengan perkembangan zaman yang begitu pesat, dan memiliki keinginan untuk berubah. Karena memiliki gelar sarjana tidak lagi menjadi sebuah jaminan bahwa seseorang akan mudah mendapatkan pekerjaan (Nasution, 2008: 2).

Pada temuan lapangan pada Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang yang ditemukan peneliti saat melakukan observasi dan wawancara, subjek menunjukkan rasa khawatir dengan dunia kerja saat ini yang sudah memasuki era revolusi industri 4.0. Rasa khawatir tersebut disebabkan karena kurang percaya diri dengan tuntutan skill yang harus dikuasai saat nanti akan bekerja di era sekarang, dan juga yang menunjukkan rasa cemas seperti gelisah dan bingung dengan dunia kerja karena belum memiliki persiapan dan rencana yang matang.

Subjek 1

"*untuk menghadapi dunia kerja saya masih takut kak, apalagi di era sekarang yang serba teknologi saya masih khawatir dan kurang percaya diri.*

Memang saya mau bekerja tapi masih ragu mau kerja dimana. Rasa percaya diri saya memang masih kurang"

Subjek 2

"*saya masih belum siap kak menghadapi dunia kerja, kesiapan fisik dan psikologis saya masih kurang. Melihat tuntutan skill yang harus dikuasai untuk bekerja di era revolusi industri 4.0 membuat saya kurang percaya diri. Intinya skill-skil tersebut sulit untuk dikuasai jadi saya masih minder untuk masuk ke dunia kerja saat ini*"

Subjek 3

"*saya belum ada rencana kedepan setelah selesai kuliah apalagi untuk menghadapi dunia kerja. Saya belum memiliki pengalaman tentang dunia kerja apalagi di era sekarang ini katanya sudah mulai masuk di era yang baru. Jadi, saya masih bingung dan terkadang khawatir karena rencana untuk kedepan masih belum jelas*"

Sujek 4

"*saya kalau rencana sih ada kak, pengennya kerja tapi masih belum tau tujuan pastinya itu kemana masih bingung kerja apa yang sekiranya itu sesuai dengan kemampuan yang saya miliki. Kadang juga kepikiran terus gelisah bingung , ya kayak semacam itulah kak*"

(wawancara desember 2021)

Khawatir atau takut merupakan hasil dari tuntutan berbagai pihak dimana setelah lulus diharuskan untuk bekerja. Pada proses fisiologis, banyak respon yang diterima oleh tubuh dan kecemasan berhubungan dengan kondisi psikologis seseorang. Kecemasan menyebabkan Mahasiswa tidak dapat menggunakan kemampuan yang dimiliki dengan optimal (Sri Adi Widodo, 2017: 68). Apabila tuntutan dalam menghadapi dunia kerja dirasa mengancam bagi Mahasiswa maka Mahasiswa dapat merasakan kecemasan, begitupun juga sebaliknya. Alasan mereka beranggapan seperti itu dikarenakan dalam tuntutan tersebut ada hal yang harus dilakukan oleh Mahasiswa, yaitu berupa memiliki

skill yang harus dikuasai, takut atau minder dengan persaingan, serta harus memiliki tanggung jawab dengan keputusan yang diambil.

Maka dari itu, menghadapi dunia kerja dapat menyebabkan kecemasan bagi Mahasiswa yang akan menghadapinya. Kecemasan bagi Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi ada karena persepsi yang Mahasiswa buat sendiri yang disebabkan rasa khawatir dan ancaman saat melakukan persiapan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0.

Kecemasan merupakan bagian dari kondisi hidup (Nelson-Jones, 2014:130), yang memiliki arti bahwa kecemasan ada pada setiap individu serta dapat dialami oleh semua individu. Kata kecemasan bisa digunakan untuk merefleksikan rasa gugup dan takut yang kita alami sebelum dan selama pengalaman hidup yang menantang dan memiliki sifat sementara, seperti tes kesehatan atau wawancara kerja. Kecemasan mirip dengan ketakutan akan tetapi kurang spesifik, ketakutan terjadi karena respon yang disebabkan oleh kejadian langsung sedangkan kecemasan ditandai dengan ketakutan akan bahaya yang tidak terduga di masa depan (Sulistyaningsih et al., 2021: 328).

Sehingga pada temuan lapangan yang sudah dipaparkan di atas Mahasiswa yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020: 42). Perencanaan tentang masa depan merupakan hal yang penting bagi Mahasiswa semester akhir yang akan melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi yaitu bekerja.

Perencanaan tentang masa depan atau Orientasi masa depan adalah gambaran yang dimiliki individu atau mahasiswa mengenai masa depan mereka, seperti yang secara sadar diwakili dan dilaporkan oleh diri sendiri (Seginer, 2003: 3). Orang yang banyak berpikir tentang masa depan mereka mungkin lebih siap ketika hambatan menghalangi mereka dan mungkin kurang rentan terhadap cemas (Johnson et al., 2014: 462). Berpikir tentang masa depan dianggap sangat penting di masa perkembangan Mahasiswa, karena

Mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan mengenai transisi ke jenjang berikutnya.

Orientasi masa depan ialah suatu tindakan yang memiliki tujuan yang artinya cara pandang individu terkait dengan masa depannya (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020: 42). Nurmi mendefinisikan bahwa orientasi masa depan ialah proses motivasi, perencanaan, dan evaluasi multidimensi (Nurmi, 1989: 196). Agar orientasi masa depan dapat berkembang dengan baik, maka penting bagi Mahasiswa untuk memiliki pengetahuan mengenai konteks masa depan tersebut, karena pengetahuan dapat memberikan informasi yang diperlukan untuk penentuan tujuan objektif dan mengontrol bagaimana realisasinya dilakukan (Syahrina & Sari, 2015: 160). Orientasi masa depan berkaitan dengan harapan, tujuan, rencana dan strategi pencapaian di masa yang akan datang.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat dari Agustina yang mengatakan Jika seseorang tidak dapat beradaptasi dengan perubahan zaman dan tuntutan sosial yang baru, pada akhirnya akan menimbulkan kecemasan, kekhawatiran, ketakutan akan masa depan, konflik batin, ketegangan emosional dan gangguan mental. (Agustina, 2019: 37).

Zaman berkembang dengan pesat dan setiap manusia diwajibkan untuk memenuhi kebutuhannya dari sandang, pangan, dan papan. Kesulitan yang muncul akibat kebutuhan kurang terpenuhi menyebabkan kecemasan dalam bersosialisasi dan kurangnya kepercayaan diri terhadap diri sendiri, maka dari itu setiap individu diwajibkan agar selalu siap untuk berkompetisi dalam pemenuhan kebutuhan hidup (Maulana, 2015: 25).

Oleh karena itu setiap Mahasiswa harus tetap berusaha untuk menguasai skill yang belum dimiliki, dengan begitu Mahasiswa yang menanggapi hal tersebut dengan sikap yang positif bisa dikatakan memiliki kesiapan serta perencanaan atau persiapan tentang masa depan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0.

Pool & Sewell mengatakan kesiapan kerja yaitu memiliki keahlian, ilmu pengetahuan, pemahaman dan kepribadian yang dapat membuat seseorang bisa

memilih dan merasa nyaman dengan pekerjaannya sehingga seseorang dapat menjadi puas dan akhirnya dapat meraih kesuksesan (Pool, 2007: 280). Berusaha melatih diri secara terus menerus secara maksimal sehingga pribadi akan menjadi lebih tangguh dalam menghadapi pasang surut kehidupan (Purba, 2011: 196). Memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimiliki dapat membantu mereka merasa percaya diri, dan dapat mengurangi rasa khawatir serta gelisah.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hermawati (2014) Dalam penelitiannya, ia menemukan 70,5% mahasiswa mengeluh tidak mampu memikirkan masa depan, terutama di bidang pekerjaan. Karir memang dipandang sebagai sesuatu yang penting, namun mereka masih pesimis mengidentifikasi kepentingan masa depan mereka. Penelitian Azhari dan Mirza (2016) juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang tinggi ketika dihadapkan dengan dunia kerja. Mereka mulai berpikir bahwa dunia kerja penuh dengan persaingan, tingkat kompetensi yang mereka miliki, ketidakpastian diterima suatu pekerjaan, dan ketidakpastian mendapatkan pekerjaan di bidang yang mereka minati. Atmadja (2013) menunjukkan dalam penelitiannya bahwa 90,40% mahasiswa mengalami kecemasan ketika berhadapan dengan dunia kerja. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Hanim & Ahlas (2020) dengan judul "Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa" dapat diketahui bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura.

Alasan peneliti memutuskan untuk memilih Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang karena subyek termasuk dalam generasi Z yang sejak kecil mereka sudah mengenal teknologi dan akrab dengan gadget canggih yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap kepribadian mereka, dan juga saat ini mereka sudah termasuk dalam Mahasiswa semester akhir yang sedang menempuh skipsi. Oleh karena itu subjek dalam penelitian ini dirasa sudah memenuhi

kriteria yang sudah ditentukan. Pada faktanya dunia kerja dapat memicu munculnya kecemasan karena Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 akan segera menghadapi dunia kerja dan juga akan berhadapan dengan persaingan dalam mencari pekerjaan di era revolusi industri 4.0, dengan melihat perkembangan yang ada di dunia kerja saat ini yang dimana skill yang dikuasai dan pengalaman lebih diutamakan. Pada umumnya lulusan perguruan tinggi masih kurang dan minim dalam pengalaman dan belum bisa menguasai skill yang dibutuhkan di dunia kerja, oleh karena itu peneliti memilih subjek Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang guna untuk mengetahui tingkat *future orientation* dan kecemasan yang dimiliki.

Dari yang sudah disebutkan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian yang bertema hubungan *future orientation* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0. Oleh sebab itu penelitian yang dilaksanakan berjudul Hubungan Antara *future orientation* dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja di Era Revolusi Industri 4.0 Pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *future orientation* Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0?
2. Bagaimana tingkat tingkat kecemasan Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0?
3. Apakah ada hubungan antara *future orientation* dengan kecemasan pada Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang akan menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0?

C. Tujuan Penelitian

1. Guna mengetahui *future orientation* pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0
2. Guna mengetahui tingkat kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0
3. Guna mengetahui apakah terdapat hubungan antara *future orientation* dan kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang akan menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta dapat menjadi sumbangan penelitian ilmu pengetahuan umum dan terkhususnya pada bidang psikologi. Sedangkan pada penelitian selanjutnya dapat digunakan sebagai acuan dasar dan sumber ilmu yang dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.

2. Manfaat Praktisi

Bagi Mahasiswa terkhususnya Mahasiswa psikologi supaya Mahasiswa memiliki pandangan atau rencana yang matang untuk kedepannya dengan kemampuan yang dimiliki dan tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecemasan

1. Pengertian dan Definisi

Kecemasan atau *anxiety* berasal dari kata latin *anxius* yang memiliki arti *constriction* atau *strangulation* (Steven Schwart, 2000: 157). Kecemasan merupakan suatu istilah biasa digunakan dalam kehidupan sehari-hari, yang menggambarkan suatu keadaan khawatir, gelisah yang tidak jelas, atau reaksi ketakutan dan tidak tentram yang terkadang diikuti dengan keluhan fisik. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri seperti rangsangan fisiologis, perasaan tegang, dan rasa khawatir karena suatu peristiwa buruk yang akan terjadi (Jeffrey S. Nevid, 2005: 210). Sedangkan Steven Schwart, S juga mengemukakan kecemasan ialah suatu keadaan emosi negatif yang ditandai dengan firasat dan tanda-tanda somatik seperti ketegangan, jantung berdebar kencang, berkeringat dan kesulitan bernafas (Schwart, 2000: 139).

Greenberger dan Padesky mengatakan bahwa "Kecemasan merupakan suatu rasa gugup atau takut yang berlangsung sementara saat dihadapkan dengan pengalaman atau peristiwa yang sulit dalam kehidupan" (Greenberger, 2016: 242). Sedangkan menurut Halgin Rasa takut dan khawatir terhadap akan suatu objek atau situasi yang tidak menentu disebut dengan kecemasan (Halgin, 2012: 198). Kecemasan adalah fungsi ego yang dapat memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai (Alwisol, 2011:24).

Gail W. Stuart mengemukakan bahwa kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti (Stuart, 2006: 144). Kecemasan merupakan keadaan khawatir tentang suatu hal atau peristiwa yang tidak diinginkan akan terjadi. Individu memikirkan hal yang

belum tentu terjadi secara berlebihan sehingga dapat memunculkan kecemasan pada diri individu.

Sigmund Freud (dalam Putra, 2009: 49) yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan sebuah reaksi dari ancaman yang memiliki fungsi untuk memberi peringatan kepada individu dengan akan datangnya bahaya. Sedangkan Nevid Jeffrey S *et al* dalam buku psikologi abnormal mengatakan bahwa kecemasan merupakan respon yang normal terhadap ancaman akan tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal jika kecemasan muncul dengan porsi yang lebih banyak dari ancaman atau ketika kecemasan muncul tanpa adanya sebab (Nevid, 2005: 183).

Kecemasan umum menurut Riza *et al*, adalah gangguan kecemasan yang ditandai dengan perasaan cemas yang umum dan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Riza, 2016: 23). Berdasarkan perspektif kognitif perilaku kecemasan umum merupakan akibat dari adanya distorsi kognitif yang dapat terlihat dari proses saat individu mengkhawatirkan sesuatu menurut Alkins & Craske (dalam Nevid, 2005: 214).

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli dapat diambil kesimpulan bahwa kecemasan merupakan perasaan khawatir yang dialami oleh individu saat akan menghadapi beberapa hal yang dianggapnya sebagai ancaman, penghalang, hambatan atau suatu peristiwa yang akan datang.

2. Aspek Kecemasan

Greenberger dan Padesky mengatakan bahwa secara keseluruhan kecemasan meliputi empat aspek yaitu *Physical reactions*, *Thoughts*, *Behaviors* dan *Moods*. Jika keempat aspek dijabarkan maka dapat dijelaskan sebagai berikut (Greenberger, 2016: 2):

a. *Physical reactions* (Reaksi fisik)

Ada banyak gejala fisik kecemasan seperti, detak jantung cepat, sesak napas, mulut kering, berkeringat, gemetar, pusing, mual atau masalah perut, ketegangan otot, hot flashes atau kedinginan, sering buang air kecil, gelisah,

dan bahkan kesulitan menelan. Contoh keadaan ini biasanya terjadi saat individu cemas dengan dunia kerja seperti mendengar berita tentang dunia kerja saat ini, permasalahan yang ada dunia kerja dan lain sebagainya. Reaksi fisik ini dapat berlangsung sebentar dan dapat juga berlangsung lama tergantung kondisi dan situasi yang dihadapinya.

b. *Thoughts* (Pemikiran)

Gejala kognitif (pemikiran) kecemasan meliputi pikiran tentang bahaya atau hal buruk yang terjadi, pikiran yang tidak akan bisa Anda atasi, dan berbagai kekhawatiran lainnya. Pikiran-pikiran ini sering muncul sebagai gambar, bukan hanya kata-kata. Misalnya cemas memikirkan hal-hal yang berbahaya secara berlebihan dan juga merasa dirinya tidak mampu untuk mengatasi masalah serta mengahiraukan bantuan yang ada. Pemikiran negatif yang muncul dari pikiran individu dapat berupa apa saja akan tetapi efeknya yang ditimbulkan tetap sama yaitu membuat kondisi seseorang menjadi tidak nyaman dikarenakan seringkali memikirkan hal tersebut. Pemikiran dapat berupa perasaan tidak mampu dengan maslaah yang dihdapai, merasa tidak memiliki keahlian di berbagai bidang, tidak siap untuk bekerja dan sebagainya.

c. *Behaviors* (Perilaku)

Saat cemas, kita cenderung menghindari situasi dan tempat di mana kita mungkin merasa tidak nyaman atau cemas. Penghindaran adalah perilaku paling umum yang terkait dengan kecemasan. Contoh cemas menghadapi dunia kerja ialah menghindar dari hal-hal yang menyangkut dengan dunia kerja misalnya mendengar informasi dan pertanyaan tentang dunia kerja. Ditannya akan bekerja dimana dan lain sebagainya. Perilaku ini terjadi saat individu merasa tidak nyaman atau merasa dirinya terganggu.

d. *Moods* (Suasana hati)

Suasana hati individu yang cemas dalam menghadapi dunia kerja meliputi gelisah, jengkel, gugup dan lain sebagainya. Suasana hati seseorang dapat berubah dengan tiba-tiba saat dihadapkan dengan situasi atau kondisi yang dapat memunculkan kecemasan. Sehingga seseorang akan sulit untuk mengambil keputusan Ketika berada merasa gugup atau panik. Kemudian

menurut Ivi Marie Blackburn & Kate M. Davidson (1994: 9) membagi analisis fungsional gangguan kecemasan, diantaranya.

1. Suasana hati, diantaranya: tidak enak badan, merasakan tidak nyaman, merasa gugup.
2. Pikiran, meliputi: khawatir, sulit untuk berkonsentrasi, ancaman yang dilebih-lebihkan, sensitif, dan merasa ridak berdaya untuk melakukan kegiatan.
3. Motivasi, meliputi: penghindaran situasi, ketergantungan, dan merasa ingin melarikan diri.
4. Perilaku, meliputi: gugup, waspada yang berlebihan, seringa tau mudah unutk marah, gelisah.
5. Gejala biologis meliputi: berkeringat, gemetar, pusing, jantung berdebar, muntah-muntah atau mual, dan mulut kering. Ghufron & Risnawita (Ghufron, 2010: 114) membagi kecemasan menjadi tiga aspek:
   1) Faktor fisik seperti tangan berkeringat, pusing, sakit perut, mual-mual.
   2) Faktor emosi seperti panik dan takut.
   3) Mental dan kognitif, seperti gangguan perhatian, kekhawatiran, dan bingung.

3. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Adler dan Rodman mengatakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat menyebabkan kecemasan, yaitu pengalaman negatif yang terjadi di masa lalu dan pikiran yang tidak rasional (Adler, 2006: 389).

a. Pengalaman negatif masa lalu

   Jika seseorang dihadapkan pada situasi atau peristiwa yang sama dan tidak menyenangkan, seperti gagal ujian, pengalaman itu merupakan hal yang tidak menyenangkan, sehingga pengalaman tersebut menjadi pengalaman tidak menyenangkan dan peristiwa tersebut mungkin dapat terulang di masa yang akan datang. Hal ini merupakan pengalaman umum yang dapat menyebabkan seseorang merasa cemas saat menghadapi ujian.

b. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog percaya bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu peristiwa, tetapi karena suatu keyakinan atau kepercayaan tentang peristiwa yang menyebabkan kecemasan tersebut. Adler dan Rodman memberikan kepercayaan atau keyakinan akan kecemasan sebagai contoh dari pikiran yang tidak rasional atau bisa disebut dengan buah pikiran yang keliru, yaitu *Catastrophic failure*, *Perfection*, *Approval*, dan *Overgeneralization* (Adler, 2006: 389-390). Nevid Jeffrey S, Spencer A, & Greene Beverly (Nevid, 2005: 183), membagi gejala kecemasan menjadi tiga yaitu:

a. Gejala fisik kecemasan meliputi: gelisah, gemetar, banyak berkeringat, kesulitan untuk bernafas, jantung berdebar, merasa lemas, panas dingin, lekas marah atau mudah untuk tersinggung.
b. Gejala perilaku kecemasan ditandai dengan berperilaku menghindar, tertekan, obsesi dan ketergantungan.
c. Gejala kognitif kecemasan yaitu : khawatir, dibayangi rasa takut denga napa yang akan terjadi di masa depan, memiliki keyakinan percaya akan sesuatu yang buruk akan terjadi, takut tidak mampu menyelesaikan masalah, sulit berkonsentrasi.

Sedangkan menurut Az-Zahrani (Az-Zahrani, 2005: 511) menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Rumah yang penuh dengan pertengkaran, dan serta tidak adanya kepedulian orang tua terhadap anaknya dapat menyebabkan ketidak nyamanan serta timbulnya kecemasan pada anak-anak di rumah.

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan bagi individu. Jika lingkungan tidak baik dan individu berperilaku buruk, maka akan menimbulkan penilaian buruk di mata masyarakat. Berdarakan faktor kecemasan yang sudah dipaparkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa adanya faktor internal dan faktor eksternal

yang dapat menyebabkan kecemasan. Faktor internal meliputi pikiran yang tidak rasional dan pengalaman. Sedangkan faktor eksternal meliputi keluarga dan sosial.

4. Macam-Macam Kecemasan

Pedak mengatakan bahwa tiga macam kecemasan dibagi (Pedak, 2009: 46), yaitu:

a. Kecemasan rasional

   Merupakan ketakutan yang disebabkan oleh situasi yang mengancam, seperti ketika menunggu hasil tes di suatu perusahaan diumumkan. Ketakutan ini dianggap sebagai bagian normal dari mekanisme pertahanan kita.

b. Kecemasan irrasional

   Artinya bahwa mereka mengalami emosi ini dalam situasi tertentu yang biasanya tidak dianggap mengancam.

c. Kecemasan fundamental

   Kecemasan mendasar merupakan pertanyaan tentang siapa dia, untuk apa hidupnya, dan kemana hidupnya akan pergi. Kecemasan ini disebut kecemasan eksistensial, dan memiliki peran mendasar dalam kehidupan manusia.

Freud (dalam Alwisol, 2011: 25) mengemukakan adanya tiga macam kecemasan, yaitu:

a. Kecemasan realistik

   Kecemasan realistik merupakan kecemasan yang paling penting, pada kecemasan ini merupakan ketakutan akan kenyataan, seperti takut akan bahaya di dunia luar. Kecemasan ini juga merupakan sumber dari dua macam kecemasan berikutnya.

b. Kecemasan neurotik

   Kecemasan merupakan kecemasan yang terjadi tanpa adanya sebab dan terjadi diluar kesadaran seseorang.

c. Kecemasan moral atau perasaan bersalah

Kecemasan moral ini juga memiliki dasar faktual karena didasarkan pada hati nurani seseorang, sehingga jika seseorang melakukan sesuatu yang bertentangan dengan kode moralnya, dapat menyebabkan kerugian serius.

Gail W. Stuart mengemukakan tingkatan dari kecemasan ansietas (Stuart, 2006: 144), diantaranya:

1. Ansietas ringan

   Pada tingkat ini berhubungan dengan tekanan kehidupan sehari-hari dimana pada kecemasan ini membuat individu waspada dan meningkatkan bidang persepsinya. Pada kecemasan ini juga dapat memicu motivasi untuk belajar dan menciptakan pertumbuhan serta kreativitas.

2. Ansietas sedang

   Membuat individu untuk fokus pada apa yang menurut mereka penting dan mengecualikan hal yang menurut mereka tidak penting. Pada tingkat ini mebuat individu untuk mempersempit jangkauan persepsi pribadi. Sehingga dampak yang di timbulkan individu mengalami perhatian selektif, tetapi individu juga dapat fokus pada area yang lebih banyak jika diinstruksikan untuk melakukannya.

3. Ansietas berat

   Bidang kognitif berkurang secara signifikan. Pada tingkat ini individu cenderung fokus pada hal yang detail atau hal-hal yang spesifik sehingga tidak memikirkan hal yang lain. Tindakan yang dilakukan bertujuan untuk mengurangi rasa tegang. Individu membutuhkan bantuan untuk fokus pada area yang lainnya.

4. Tingkat panik

   Terkait dengan ketakutan dan kengerian. Detailnya tidak proporsional karena kehilangan kontrol, individu yang panik tidak dapat melakukan apa pun bahkan dengan arahan. Panik meliputi disorganisasi kepribadian dan

peningkatan aktivitas motorik, penurunan kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang terdistorsi, dan hilangnya pemikiran rasional.

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa terdapat macam-macam kecemasan antara lain kecemasan berat, sedang dan ringan. Dimana kecemasan ini muncul karena kekhawatiran akan sesuatu yang akan datang dan bersifat mengancam. Selanjutnya untuk aspek kecemasan yang berasala dari individu sendiri antara lain dari segir kognitif, psikologis, sosial, fisiologis dan emosional.

B. Orientasi Masa Depan (*future orientation*)

1. Pengertian dan Definisi

Steinberg *et all* mangatakan bahwa orientasi masa depan adalah sejauh mana individu memikirkan atau mempertimbangkan tentang masa depan (Steinberg, 2009: 249). Nurmi, Kerpelman dan Mosher mendefinisikan Orientasi masa depan sebagai sejauh mana orang dapat membayangkan masa depan mereka dalam hal tujuan, harapan, dan rencana (dalam Adamson et al., 2007: 96). Sedangkan menurut Thrommsdorff orientasi masa depan ialah studi tentang perspektif waktu berkaitan dengan isi, durasi, atau arah dari pengalaman subjektif waktu "masa lalu, sekarang dan masa depan (Thrommsdorff, 1983: 382). Orientasi masa depan merupakan perilaku yang memiliki tujuan sehingga dapat diartikan sebagai cara pandang individu terhadap masa depannya. Di dalam orientasi masa depan ada harapan, tujuan, perencanaan dan strategi pencapaian tujuan yang dimiliki.

Menurut Seginer orientasi masa depan adalah gambaran individu dalam melihat masa depannya yang secara sadar terepresentasi dan dilaporkan oleh diri sendiri (Seginer, 2003: 3). Orientasi waktu masa depan adalah bagian dari perspektif waktu. Pendekatan teoritis dan metodologis yang berbeda untuk mempelajari perspektif waktu dan orientasi masa depan berasal dari psikoanalisis Thrommsdorff (Thrommsdorff, 1983: 382).

Orientasi masa depan adalah gambaran individu tentang dirinya dalam konteks masa depan yang menjadi dasar untuk menetapkan tujuan, rencana,

dan evaluasi sejauh mana tujuan tersebut dapat direalisasikan terutama dalam hal pendidikan, karir, dan keluarga.

2. Aspek *Future Orientation*

Steinberg *et al.*, mengatakan bahwa terdapat tiga aspek orientasi masa depan (Steinberg, 2009: 30), yaitu:

a. Perspektif waktu

   Individu berpikir atau memiliki pandangan tentang masa lalu, sekarang dan masa depan.

b. Antisipasi konsekuensi masa depan

   Individu memikirkan kemungkinan hasil masa depan dari keputusannya, sebelum mengambil keputusan akhir.

c. Perencanaan ke depan

   Individu dapat membuat rencana dengan baik dan matang sebelum individu melakukan tindakan.

Sedangkan menurut Nurmi terdapat tiga aspek orientasi masa depan (Nurmi, 1989: 196), yaitu:

a. Motivasi

   Dimana motivasi berhubungan dengan hal-hal apa yang menjadi minat dan keinginan seseorang di masa depan.

b. Perencanaan

   Memiliki perencanaan dimana individu merencanakan dan menentukan langkah-langkah untuk mencapai minat dan keinginannya di masa depan.

c. Evaluasi

   berhubungan dengan sejauh apa individu menilai bahwa ia akan mampu mencapai minat dan keinginannya di masa depan.

3. Faktor-Faktor *Future Orientation*

Menurut Nurmi (dalam Agusta 2014: 136) ada dua faktor yang mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan, yaitu faktor individu (*person related factor*) dan faktor konteks sosial (*social context-related factor*).

1. Faktor individu

   Beberapa faktor ini adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor-faktor tersebut adalah:

   1) Konsep diri

      Konsep diri dapat mempengaruhi penetapan tujuan. Salah satu bentuk dari konsep diri yang dapat mempengaruhi orientasi masa depan adalah diri ideal.

   2) Perkembangan kognitif

      Kematangan kognitif sangat erat kaitannya dengan kemampuan intelektual menjadi salah satu faktor individu yang mempengaruhi orientasi masa depan.

2. Faktor kontekstual

   a. Jenis kelamin, perbedaan jenis kelamin yang signifikan antara orientasi masa depan, tetapi pola perbedaan yang muncul akan berubah seiring berjalannya waktu.

   b. Status sosial ekonomi, kemiskinan dan status sosial yang rendah berkaitan dengan perkembangan orientasi masa depan.

   c. Usia, menemukan terdapat perbedaan orientasi masa depan berdasarkan kelompok usia pada semua kehidupan (karir, keluarga, dan pendidikan).

   d. Teman sebaya, dapat mempengaruhi orientasi masa depan dengan cara yang bervariasi.

   e. Hubungan dengan orang tua, semakin positif hubungan orang tua maka akan semakin mendorong untuk memikirkan tentang masa depan.

Sedangkan menurut Thrommsdorff mengatakan bahwa ada empat faktor dari orientasi masa depan (Thrommsdorff, 1983: 400), yaitu:

1. Situasi

   Struktur orientasi masa depan individu tergantung pada representatif kognitif individu mengenai situasi yang dihadapi saat ini dan situasi yang akan dihadapi di masa depan.

2. Kognitif

   Kematangan kognitif, mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan dalam berbagai cara, yaitu pada saat mencapai taraf perkembangan formal operational. Pada tahap formal operational, individu mampu memformulasikan hipotesis-hipotesis dan kemungkinan mengeksplorasi tindakan.

3. *Social learning*

   Terdapat faktor dari diri luar individu yang berpengaruh terhadap orientasi masa depan. Pengalaman belajar dalam lingkungan keluarga, lingkungan sekolah maupun lingkungan kerja akan berpengaruh pada aspek-aspek kognitif, motivasional, dan efektif dari orientasi masa depan.

4. *Interaction*

   Terdapat hubungan yang cukup kuat antara harapan yang diberikan lingkungan terhadap yang diharapkan dapat berhasil dalam kehidupannya di masa depan, memiliki orientasi masa depan yang lebih optimis dan lebih memiliki keyakinan akan control internal di masa depan.

C. Hubungan *Future Orientation* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja di Era Revolusi Industri 4.0

Orientasi masa depan mengacu pada pemikiran, ide, dan perasaan yang dimiliki individu tentang masa depan mereka (Stoddard et al., 2011: 243). Meskipun masa depan secara substansial tidak dapat diprediksi, manusia telah mengembangkan kemampuan untuk memikirkan dan mengajukan beberapa kemungkinan skenario masa depan (Atance & O'Neill, 2005: 141). Mahasiswa yang memiliki rencana dengan masa depannya seperti persiapan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 maka mahasiswa akan melakukan sejumlah rencana untuk mengurangi kecemasan (anxiety), kegelisahan, ketegangan dan ketidaknyamanan mengenai kemungkinan yang buruk (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020: 45).

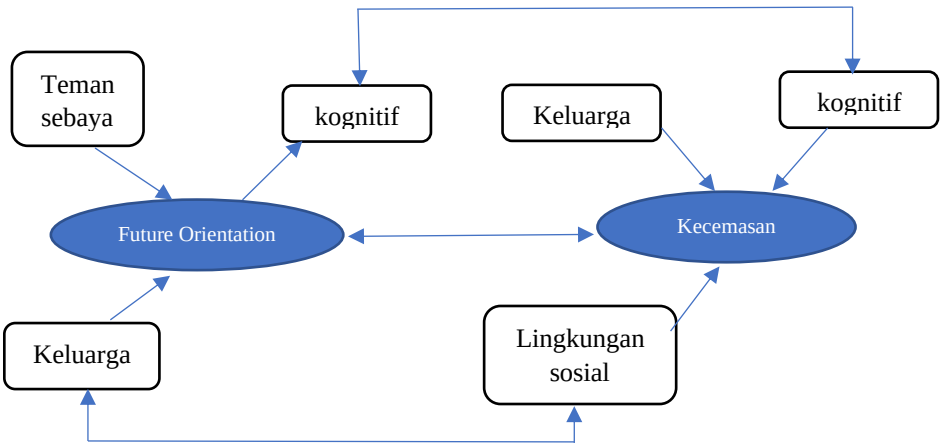
Mahasiswa masih dihadapkan pada situasi untuk meningkatkan kualitas pribadi mereka untuk menyerap ilmu pengetahuan dan pengalaman yang akan mereka terapkan ketika memasuki dunia kerja pada nantinya. Masuk ke dalam dunia kerja juga dapat dihubungkan dengan tahap perkembangan seseorang. Mahasiswa tingkat akhir jika dilihat secara biologis dan psikologi serta rata-rata berusia 22 tahun oleh karena itu sudah dapat dikategorikan masuk dalam masa dewasa awal (Putri, 2019: 36). Secara hukum masa dewasa awal dari usia 20 sampai 40.

Oleh karena itu dengan semakin berkembangnya era saat ini sudah pasti tuntutan dalam pekerjaan akan berbeda. Sehingga Mahasiswa yang tidak memiliki kesiapan yang matang akan menyebabkan rasa cemas pada diri Mahasiswa. Greenberger dan Padesky mengatakan bahwa "Kecemasan merupakan suatu rasa gugup atau takut yang berlangsung sementara saat dihadapkan dengan pengalaman atau peristiwa yang sulit dalam kehidupan" (Greenberger, 2016: 242). Individu mengalami kecemasan karena ada beberapa faktor seperti lingkungan keluarga, dan lingkungan sosial menurut Az-Zahrani (Az-Zahrani, 2005: 511). Sedangkan Aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Greenberger salah satunya ialah pemikiran (kognitif)

dimana individu yang belum memiliki kesiapan untuk menghadapi dunia kerja akan memiliki konsekuensi yang lebih besar untuk merasa cemas.

Sedangkan mahasiswa yang memiliki kesiapan matang atau orientasi tentang masa depan mereka. Maka, mahasiswa tersebut dapat mengurangi kecemasan. Seperti yang dikatakana oleh Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas bahwa Mahasiswa yang memiliki rencana dengan masa depannya seperti persiapan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 maka mahasiswa akan melakukan sejumlah rencana untuk mengurangi kecemasan (anxiety), kegelisahan, ketegangan dan ketidaknyamanan mengenai kemungkinan yang buruk (Lailatul, 2020: 45). Orientasi masa depan menurut Seginer adalah gambaran individu dalam melihat masa depannya yang secara sadar terepresentasi dan dilaporkan oleh diri sendiri (Seginer, 2003: 3). Faktor yang mempengaruhi orientasi masa depan pada diri individu ialah kognitif, teman sebaya, dan lingkungan keluarga.

Dapat diartikan dengan semakin rendah orientasi masa depan yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan mereka dalam menghadapi dunia kerja di masa mendatang. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi orientasi masa depan yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.



D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian diatas peneliti mengambil hipotesis, yaitu;

H_o : tidak terdapat hubungan antara *future orientation* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0

H_1 : terdapat hubungan *future orientation* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, karena penelitian ini disajikan dengan angka-angka. Hal ini sesuai dengan pendapat Azwar, yang mengemukakan bahwa penelitian kuantitatif diterapkan pada penelitian yang bersifat inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil (Azwar, 2012: 19).

B. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan tahapan-tahapan yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitian. Untuk mencapai suatu kebenaran ilmiah, maka diperlukan adanya metode penelitian ilmiah yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dalam suatu penelitian. Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Azwar penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variabel pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Hasil dari penelitian korelasional itu dapat menentukan apakah suatu variabel berkorelasi positif atau negatif, atau bahkan tidak berkorelasi (Azwar, 2012: 21).

C. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Azwar variabel adalah simbol yang nilainya dapat bervariasi, yaitu angkanya dapat berbeda-beda dari satu objek ke objek lain (Azwar, 2012: 61). Variabel bebas adalah variabel yang menentukan arah atau perubahan tertentu pada variabel terikat, dan variabel bebas berada pada posisi yang lepas dari pengaruh variabel terikat. Dengan demikian variable terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Bungin, 2006: 90). Peneliti mengambil variabel sebagai berikut :

a. Variabel bebas : *future orientation* (X)

b. Variabel terikat : kecemasan (Y)

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang diamati. Peneliti harus memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan bagi variabel yang ditelitinya (Azwar, 2012: 74). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

a. Kecemasan

Kecemasan diartikan reaksi Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 yang akan menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 terhadap kondisi yang membuatnya merasa cemas. kondisi kecemasan tersebut berupa reaksi yang bersifat reaksi fisik, pemikiran, perilaku, dan suasana hati.

b. *future orientation*

Orientasi masa depan atau *future orientation* rencana tentang tentang masa depan Mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 yang akan mereka hadapi saat akan masuk ke dunia kerja di era revolusi industri 4.0 sehingga dapat mengembangkan potensi yang dimiliki dapat memahami mana kelebihan dan kekurangan dan memiliki mental yang optimis seingga mampu mengembangkan kemampuan pribadinya sehingga dapat merencanakan tentang karir yang ingin dicapai serta dapat beradaptasi dengan lingkunganya.

E. Populasi dan Sampel

a. Populasi penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017: 80). Populasi

dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang yang terdiri dari dua Angkatan yaitu angkatan 2018 yang berjumlah 226 dengan jumlah laki-laki 68 dan perempuan 158, dan Mahasiswa Angkatan 2019 yang berjumlah 225 dengan jumlah laki-laki 88 dan perempuan 137 sehingga total keseluruhan populasi berjumlah 451 orang.

b. Sampel Penelitian

Pengambilan sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*. *Random sampling* adalah tiap unit atau individu populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel. Pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa harus memperhatikan strata yang ada di dalam populasi itu (Sugiyono, 2017: 82).

Penentuan sampel berdasarkan tabel penentuan ukuran sampel menurut Isaac dan Michael (dalam Sugiyono 2017: 86). Berikut merupakan rumus dan tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael:

$$S = \frac{\lambda^2 .\ N\ .P\ .Q}{\mathrm{d}^2(N-1) + \lambda^2 .\ P .\ Q}$$

λ^2 dengan $dk = 1$, taraf kesalahan bisa 1%, 5%, 10%

P = Q = 0,5. d = 0,05. s = jumlah sampel

Keterangan:

s : jumlah sampel

λ^2 : Chi kuadrat yang harganya tergantung derajat kebebasan dan tingkat kesalahan. Untuk derajat kebebasan 1 dan kesalahan 5% harga Chi kuadrat = 3,841 (tabel Chi kuadrat)

N : jumlah populasi

P : peluang benar (0,5)

Q : peluang salah (0,5)

D : perbedaan antara rata-rata sampel dengan rata-rata populasi perbedaan bias 0,01; 0,05; dan 0,1

$$s = \frac{3{,}841 \ . \ 451 \ .0{,}5 \ . \ 0{,}5}{0{,}0025 \ \ (451 - 1) + \ 3{,}841 \ \ . 0{,}5 . \ 0{,}5}$$

$$s = \frac{433{,}07275}{1{,}125 + \ 0{,}96025}$$

$$s = \frac{433{,}07275}{2{,}10275}$$

=207,68

Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa sampel yang diambil sebanyak 208 Mahasiswa psikologi UIN Maliki Malang semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

F. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kegiatan pemusatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indera dan pencatatan mengenai fenomena yang diteliti. Observasi bertujuan untuk mendapatkan data mengenai permasalahan untuk diperoleh pemahaman sebagai alat untuk pembuktian terhadap informasi atau keterangan yang diperoleh sebelumnya (Arikunto, 2010: 199). Observasi meliputi kegiatan pengamatan yang digunakan peneliti untuk mengetahui tingkat *future orientation* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada Mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

b. Metode Wawancara

Wawancara adalah sebuah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden atau orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara (Bungin, 2005: 136). Wawancara digunakan sebagai teknik

pengumpulan data apabila peneliti melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih dalam.

c. Metode Skala

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala model *likert*, yakni skala *future orientation* dan skala kecemasan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini langsung diberikan kepada responden. Kedua skala tersebut disusun dengan metode rating yang dijumlahkan *(summated rating method)*, yakni metode skala pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respon subjek sebagai dasar penentuan nilai skala (Azwar, 2012: 97). Subjek diminta untuk menjawab aitem-aitem pernyataan yang dirumuskan secara *favourable* dan *unfavourable* tentang suatu variabel, yakni variabel *future orientation* dan variabel kecemasan. Jawaban di skala dinyatakan dalam empat kategori yakni, tidak pernah (TP), kadang-kadang (KK), sering (S), dan selalu (SL) dalam menjawab skala, subyek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan. Untuk pernyataan favourable penilaian bergerak dari angka 1 sampai 4, dan untuk pernyataan unfavourable penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *Future Orientation*

Variabel	Aspek	Indikator	No. item (F)	No. item (UF)	Jumlah
Future orientation **(Orientasi Masa Depan)**	Time perspective	Membedakan masa lalu, sekarang dan masa depan	9, 10, 15	3, 4	5
	anticipation of future consequences	Konsekuensi dalam mengambil keputusan	2, 5	8, 11, 14	5
	planning ahead	Membuat rencana kedepan	1, 6	7, 12, 13	5
					15

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Kecemasan

Konstruk	Dimensi	Indikator	item (F)	item (UF)	Jumlah
Kecemasan	Reaksi fisik	Jantung berdebar-debar	1	3	7
		Tangan berkeringat	2, 5		
		Pusing	4		
		Tegang	12	11	
	Pemikiran	Berfikir tentang hal yang buruk	13	14	6
		Bingung	6	7	
		Tidak menganggap penting bantuan yang ada	15	16	
	Perilaku	menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi	8		5
		panik	9	10	
		mencoba melakukan banyak hal secara sempurna	19	20	
	Suasana hati	Gelisah	17,18		7
		cemas	21, 22	23	
		jengkel	24		
		perasaan gugup	25		
					25

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Azwar (2012: 10) menyatakan bahwa validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Artinya hasil ukur dari pengukuran tersebut merupakan besaran yang mencerminkan secara

tepat fakta atau keadaan sesungguhnya dari apa yang diukur. Selain itu validitas juga mengacu pada aspek ketepatan dan kecermatan hasil suatu alat ukur (Azwar, 2012: 40).

Pada penelitian ini menggunakan program IBM *Statistical Package or Social Science* (SPSS) versi 25.0 *for windows* 11 dengan teknik validitas *product moment pearson* dalam pengujian validitas konstruk. Suatu item dikatakan valid jika r hitung lebih besar dari r tabel (r hitung $\geq$ r tabel) serta skor signifikansi kurang dari 0,05. Penelitian ini menggunakan r tabel uji dua arah sebesar 0,361 dengan n=30 dan taraf signifikansinya 0,05.

2. Uji validitas

Pada penelitian ini uji validitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur tersebut dapat mengukur variabel *future orientation* dan kecemasan. Setiap aitem dikatakan valid apabila indeks korelasi *product moment* $\geq$ dari 0,361. Berdasarkan uji validitas pada skala *future orientation* menunjukan dari 15 aitem 14 dengan nomor dikatakan valid dan 1 item unvalid dengan nomor 14. Untuk item yang tidak valid akan di eliminasi atau tidak digunakan dalam penelitian. Berikut rincian hasil uji validitas skala *future orientation*, yaitu:

Tabel 3.4 Uji validitas *Future orientation*

Variabel	Aspek	Indikator	item (F)	item (UF)	Item (Gugur)	Jumlah
Future orientation **(Orientasi Masa Depan)**	Time prespective	Membedakan masa lalu, sekarang dan masa depan	9, 10, 15	3, 4		5
	anticipation of future consequences	Konsekuensi dalam mengambil keputusan	2, 5	8, 11, 14	14	4
	planning ahead	Membuat rencana kedepan	1, 6	7, 12, 13		5
						14

Berdasarkan uji validitas skala kecemasan menunjukan dari 25 aitem, 21 aitem dengan nomor dikatakan valid dan 4 aitem dengan nomor 2, 3, 14, 16 unvalid. Untuk item yang tidak valid akan di eliminasi atau tidak digunakan dalam penelitian. Berikut rincian hasil uji validitas skala kecemasan, yaitu:

Tabel 3.5 Uji validitas kecemasan

Konstruk	Dimensi	Indikator	item (F)	item (UF)	item Gugur	Jumlah
Kecemasan	Reaksi fisik	Jantung berdebar-debar	1	3	3	5
		Tangan berkeringat	2, 5		2	
		Pusing	4			
		Sulit bernafas	12	11		
	Pemikiran	Berfikir tentang hal yang buruk	13	14	14	4
		Bingung	6	7		
		Tidak menganggap penting bantuan yang ada	15	16	16	
	Perilaku	menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi	8			5
		panik	9	10		
		mencoba melakukan banyak hal secara sempurna	19	20		
	Suasana hati	Gelisah	17,18			7
		cemas	21, 22	23		
		jengkel	24			
		perasaan gugup	25			
						21

3. Reliabilitas

Menurut Azwar reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama (2012: 7). Uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur kestabilan dan konsistensi (keajegan) dari jawaban responden terhadap suatu alat ukur psikologis yang disusun dalam bentuk kuesioner. Suatu penelitian yang reliabel hasilnya akan tetap sama apabila diukur pada waktu yang berbeda.

Secara teoritik koefisien reliabilitas dimulai dari angka 0,0 hingga angka 1,00. Artinya angka 1,00 merupakan reliabilitas yang tertinggi, pengukuran yang semakin mendekati angka 1,00 maka dikatakan reliabilitas semakin tinggi. Namun koefisien reliabilitas sebesar 1,00 praktis tidak pernah dijumpai (Azwar, 2012;13). Pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach sebagai teknik uji reliabilitas dengan menggunakan program IBM Statistical Package or Social Science atau SPSS versi 25.0 for windows 11. Suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila nilai Alpha Cronbach > 0,7.

4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah besaran yang menunjukkan sejauh apa suatu alat ukur dapat dikatakana konsisten atau disebut reliabel. Uji reliabilitas dapat dilihat berdasarkan koefisien nilai *alpha cronbach*. Suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel jika koefisien atau nilai *alpha cronbach* ≥ 0,7. Hasil pengujian reliabilitas terhadap semua variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 3.6 hasil uji reliabilitas

Variable	Nilai	Keterangan
Kecemasan	0,961	Reliabel
Future orientation	0,869	Reliabel

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Prosedur Penelitian

1. Gambaran Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakasanakna di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang yang merupakan lembaga pendidikan yang secara umum berada di bawah naungan Kementerian Agama, dan secara akademik berada di bawah pengawasan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. Tujuannya adalah untuk mencetak sarjana Muslim yang mempunyai keluasan wawasan ilmu psikologi yang dikembangkan berdasarkan prinsip-prinsip integrasi ilmu psikologi konvensional dengan khazanah ilmu-ilmu keislaman.

Pada penelitian ini yang akan di jadikan sebagai subjek ialah Mahasiswa, dimana mahasiswa merupakan inidividu yang sedang melakukan Pendidikan di perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana. Mahasiswa yang akan peneliti jadikan sebagai subjek penelitian ialah mahasiswa yang sedang melakukan Pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, dan Mahasiswa tersebut saat ini sedang mengerjakan tugas akhir skripsi yang akan mereka gunakan untuk mendapat gelar sarjana.

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada pada saat Mahasiswa tersebut sedang mengerjakan tugas akhir skripsi, karena kategori subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang pada saat ini merupakan Mahasiswa semester yang sedang mengerjakan tugas akhir skripsi.

2. Hambatan Penelitian

Awalnya subjek awal dari penelitian ini hanya mahasiswa angkatan 2018 karena, saat awal memulai penelitian ini angkatan tersebut sesuai yang diinginkan peneliti. Akan tetapi karena kondisi dan waktu melakukan penelitian, Angkatan 2018 sudah banyak yang menyelesaikan skripsi dan bahkan ada beberapa yang sudah wisuda. Maka dari itu, peneliti menambah sampel dari Angkatan 2019, selain itu di saat pengisian kuesioner membutuhkan waktu yang lama sehingga peneliti membutuhkan waktu lama untuk melakukan pengolahan data.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

1.1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang kita gunakan untuk penelitian berdistribusi normal atau tidak. Dalam uji normalitas kali ini peneliti menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yang menggunakan bantuan SPSS. Untuk mengetahui data yang kita gunakan dikatakan normal atau tidak, ialah jika taraf *signifikansi* > 0,05 maka data tersebut dikatakan normal. Sedangkan jika taraf *signifikansi* < 0,05 maka data tersebut dikatakan tidak normal.

Tabel 4.1 Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		210
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.84166431
Most Extreme Differences	Absolute	.060
	Positive	.046
	Negative	-.060
Test Statistic		.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.060c

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa nilai signifikan untuk variabel *future orientation* dan kecemasan ialah 0,060. Maka berdasarkan penilaian jika nilai *signifikansi* > 0,05 dapat dikatakan data tersebut berdistribusi normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut dapat dikatakan mewakili keseluruhan populasi serta dapat dilanjutkan untuk analisis data selanjutnya.

1.2.Uji linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang di uji memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Dengan maksud lain apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan varibel terikat. Untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linear ialah jika nilai *signifikansi* > 0,05 dan jika nilai *signifikansi* < 0,05 maka kedua variabel tersebut tidak memiliki hubungan yang linear.

Tabel 4.2 Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KCM * OMD	Between Groups	(Combined)	3637.382	27	134.718	1.169	.269
		Linearity	827.602	1	827.602	7.182	.008
		Deviation from Linearity	2809.780	26	108.068	.938	.556
	Within Groups	20972.999	182	115.236			
	Total	24610.381	209				

Pada tabel 4.2 menunjukkan hasil pengujian linearitas antara *future orientation* dengan kecemasan. Hasil pengolahan data diketahui nilai *significant deviation from linearity* sebesar 0,556 > 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *future orientation* dengan kecemasan.

C. Deskripsi Data

Deskripsi data digunakan untuk melakukan kategorisasi serta mengukur tingkat *future orientation* dan kecemasan. Deskripsi data didapatkan dari proses perhitungan mencari skor mean hipotetik dan skor standar deviasi hipotetik. Hasil dari perhitungan mean dan standar deviasi setelah itu dilakukan pengkategorian berdasarkan tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Adapun rincian deskripsi data menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 25 untuk windows, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.3 Deskripsi data

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
OMD	210	27	52	39.31	7.244
Kecemasan	210	25	76	57.52	10.851
Valid N (listwise)	210				

Skala orientasi masa depan atau *future orientation* memiliki nilai minimum 27, nilai maksimum sebesar 52, mean 39,31 dan untuk standar deviasi 7,244. Sedangkan untuk skala kecemasan nilai minimum 25, nilai maksimum sebesar 76, mean 57,52 dan untuk standar deviasi 10,851.

1. Kategorisasi Data

Setelah mengetahui nilai mean dan standar deviasi, selanjutnya peneliti menghitung nilang tingkat rendah, sedang dan tinggi pada setiap masing-masing variabel.berikut adalah rumus yang digunakan peneliti untuk mengetahui tingkatan dari variabel, yaitu:

Tabel 4.4 Rumus kategori

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > (M + 1\ SD)$
Sedang	$(M - 1\ SD) \leq X \leq (M + 1\ SD)$
Rendah	$X < (M - 1\ SD)$

Selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi pada masing-masing variabel.

2. Kategorisasi Kecemasan

Tabel 4.5 Kategori kecemasan

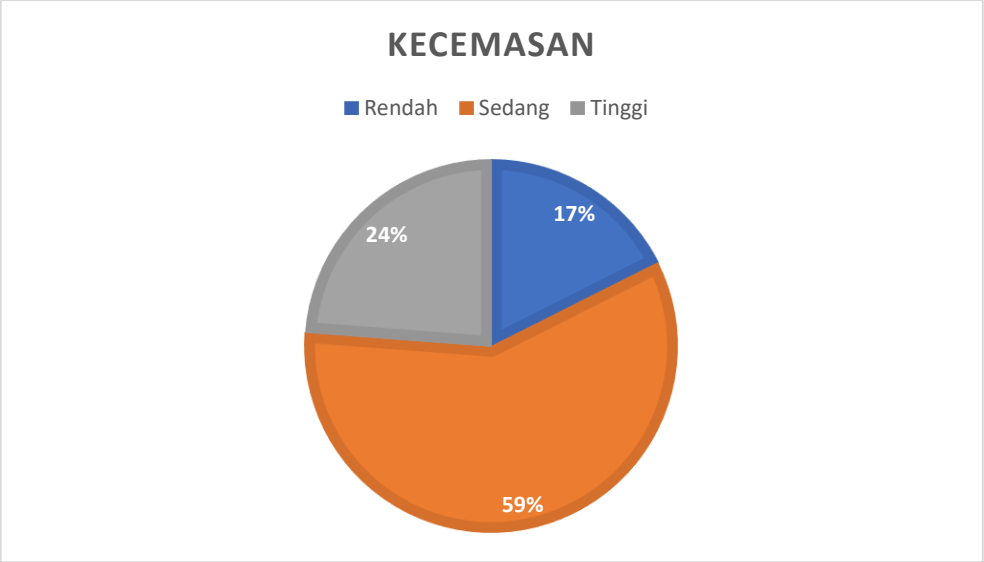
Kategori	Kriteria
Tinggi	X > 68
Sedang	47 ≤ X ≤ 68
Rendah	X < 47

Tabel 4.6 Hasil kategori kecemasan

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	37	17.6	17.6	17.6
	Sedang	123	58.6	58.6	76.2
	Tinggi	50	23.8	23.8	100.0
	Total	210	100.0	100.0	

Pada tabel 4.6 menunjukan kategori dari variabel kecemasan. Sebanyak 37 responden (17,6%) memiliki skor rendah, 123 responden (58,6%) memiliki skor sedang, dan 50 responden (23,8%) memiliki skor tinggi. Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa Sebagian mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sedang. Berikut merupakan diagram persentase tingkat kecemasan.

Gambar 4.1 Diagram persentase kecemasan



Selanjutnya ialah kategori setiap aspek yang ada dalam kecemasan yang digunakan oleh peneliti. Berikut tabel dari setiap aspek kecemasan;

Tabel 4.7 kategori aspek reaksi fisik dan aspek perilaku

5 - 10	10 - 15	15 - 20
Rendah	Sedang	Tinggi

Tabel 4.8 deskripsi aspek reaksi fisk

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Reaksi fisik	210	5	18	12.82	2.932
Valid N (listwise)	210				

Tabel 4.9 deskripsi aspek perilaku

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Perilaku	210	6	20	13.50	2.963
Valid N (listwise)	210				

Dapat diketahui untuk aspek reaksi fisik pada tabel 4.8 bahwa rata-rata dari aspek reaksi fisik ialah 12.82, dan jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.7 termasuk dalam kategori sedang. Sedangkan untuk aspek perilaku pada tabel 4.9 memiliki rata-rata 13.50, jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.7 termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 4.10 kategori aspek pemikiran

4 - 8	8 - 12	12 - 16
Rendah	Sedang	Tinggi

Tabel 4.11 deskripsi aspek pemikiran

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pemikiran	210	5	16	10.93	2.073
Valid N (listwise)	210				

Dapat diketahui pada tabel 4.10 bahwa rata-rata dari aspek reaksi fisik ialah 10.93 sehinga jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.11 termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 4.11 kategori aspek suasana hati

7 - 14	14 - 21	21 - 28
Rendah	Sedang	Tinggi

Tabel 4.12 deskripsi aspek suasana hati

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Suasan hati	210	7	28	20.28	4.811
Valid N (listwise)	210				

Dapat diketahui pada tabel 4.11 bahwa rata-rata dari aspek reaksi fisik ialah 20.28 sehingga jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.12 termasuk dalam kategori sedang.

3. Kategorisasi *Future Orientation*

Tabel 4.13 Kategori *future orientation*

Kategori	Kriteria
Tinggi	X > 47
Sedang	32 ≤ X ≤ 47
Rendah	X < 32

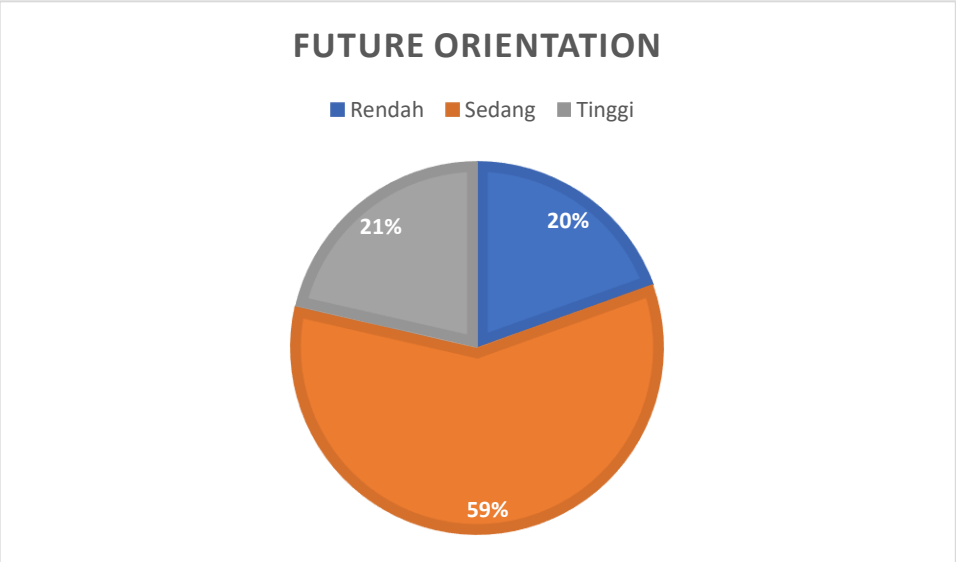
Table 4.14 Hasil kategori *future orientation*

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	41	19.5	19.5	19.5
	Sedang	124	59.0	59.0	78.6
	Tinggi	45	21.4	21.4	100.0
	Total	210	100.0	100.0	

Dapat diketahui pada tabel 4.13 jiks X lebih kecil dari 32 maka termasuk dalam kategori rendah, sedangkan jika nilai X lebih besar dari 32 dan lebih kecil 47 maka termasuk dalam kategori sedang, dan jika nilai X lebih besar dari 47 maka termasuk dalam kategori tinggi.

Setelah peneliti melakukan pengolahan data dapat diketahui pada tabel 4.14 menunjukan kategori dari variabel *future orientation*, sebanyak 41 responden (19,5%) memiliki skor rendah, 124 responden (59,0%) memiliki skor sedang, dan 45 responden (21,4%) memiliki skor tinggi. Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa Sebagian mahasiswa memiliki tingkat *future orientation* sedang. Berikut merupakan diagram prosentase tingkat *future orientation*.

Gamar 4.2 Diagram persentase *future orientation*



Selanjutnya ialah kategori setiap aspek yang ada dalam *future orientation* yang digunakan oleh peneliti. Berikut tabel dari setiap aspek *future orientation*, yaitu; *planning a head*, *anticipation of future consequences* dan *time perspective*.

Tabel 4.15 kategori aspek *planning a head* dan *anticipation of future consequences*

5 - 10	10 - 15	15 - 20
Rendah	Sedang	Tinggi

Tabel 4.16 deskripsi *planning a head*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Perencanaan kedepan	210	7	18	14.00	3.017
Valid N (listwise)	210				

Tabel 4.17 deskripsi *anticipation of future consequences*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Antisipasi Konsekuensi	210	8	19	14.34	2.804
Valid N (listwise)	210				

Dapat diketahui pada tabel 4.16 bahwa rata-rata dari aspek perencanaan ke depan ialah 14.00 dan dapat dilihat pada tabel 4.17 bahwa rata-rata dari aspek antisipasi konsekuensi ialah 14.34. sehingga jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.15 kedua aspek tersebut termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 4.18 kategori aspek *time perspective*

4 - 8	8 - 12	12 - 16
Rendah	Sedang	Tinggi

Tabel 4.19 deskripsi perspektif waktu

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Perspektif waktu	210	7	16	10.97	3.126
Valid N (listwise)	210				

Jika nilai X berada diantara nilai 4 sampai dengan 8 maka X termasuk dalam kategori rendah, sedangkan jika berada diantara nilai 8 sampai dengan 12 maka termasuk dalam kategori sedang, dan jika nilai X berada diantara 12 sampai dengan 16 maka termasuk dalam kategori tinggi.

Dapat diketahui pada tabel 4.19 bahwa rata-rata dari aspek perspektif waktu ialah 10.97 sehingga jika dilihat dalam kategori pada tabel 4.18 termasuk dalam kategori sedang.

D. Analisis Hubungan *Future Orientation* dengan Kecemasan

Untuk menganalisa korelasi antara *future orientation* dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang peneliti menggunakan uji korelasi dengan metode analisis statistic *product momen* menggunakan program SPSS. Hasil uji korelasi dapat dilihat dalam table di bawah ini:

Table 4.20 Korelasi

Correlations			
		OMD	Kecemasan
OMD	Pearson Correlation	1	-.240**
	Sig (2-tailed)		.000
	N	210	.210
Kecemasan	Pearson Correlation	-.240**	1
	Sig (2-tailed)	.000	
	N	.210	210
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Dapat dilihat pada tabel tersebut bahwa diperoleh koefisien korelasi antara *future orientation* dengan kecemasan yang akan menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0, sebesar r_{xy} -0,240 dan p = 0,000 < 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara variabel *future orientation* dan kecemasan pada mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang. Artinya ketika *future orientation* tinggi maka kecemasan rendah begitu juga sebaliknya jika kecemasan tinggi maka *future orientation* rendah. Hal ini menunjukan bahwa hipotesis atau H_o dapat diterima karena adanya hubungan negatif antara *future orientation* dengan kecemasan pada mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN malang dapat diterima.

E. Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Berdasarkan hasil analisis pada skala kecemasan dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang berada pada tingkat atau kategori sedang dengan prosentase 58,6% yaitu sebanyak 123 Mahasiswa. Hal ini bisa jadi dikarenakan ketidak pastian mahasiswa akan mendapat kerja walaupun memiliki gelar sarjana. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Nasution bahwa memiliki gelar sarjana bukan lagi menjadi jaminan bahwa seseorang akan mudah memperoleh pekerjaan (Nasution, 2008: 2). Bukan lagi jaminan atau ketidak pastian ini yang dapat memicu rasa cemas pada mahasiswa, dan hal tersebut juga disebabkan karena orientasi masa depan yang rendah. Greenberger dan Padesky mengatakan bahwa "Kecemasan merupakan suatu rasa gugup atau takut yang berlangsung sementara saat dihadapkan dengan pengalaman atau peristiwa yang sulit dalam kehidupan" (Greenberger, 2016: 242). Kecemasan biasanya muncul oleh suatu keadaan yang disebabkan jika individu tersebut dihadapkan dengan situasi yang sulit dan susah untuk dihadapi, sehingga beberapa orang dapat menunjukan beberapa gejala tersebut seperti berkeringat, sering kencing, pusing dan bahkan sesak nafas (Greenberger and Padesky 2016: 2).

Penyebab terjadinya kecemasan ialah karena kepercayaan atau keyakinan tentang suatu kejadian sehingga memberikan pemikiran yang berlebihan. Hal ini sesuai dengan pendapat Adler dan Rodman yang menyatakan bahwa ada dua faktor yang menyebabkan kecemasan, yakni pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional (Adler, 2006: 389). Selain itu juga menurut Az-Zahrani menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan sosial (Az-Zahrani, 2005: 511). Keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta

adanya ketidak pedulian orangtua terhadap anak-anaknya dapat mengakibatkan ketidaknyamanan serta kecemasan pada anak saat berada di rumah. Serta 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.

Aspek-aspek kecemasan menurut Greenberger dan Padesky meliputi empat aspek yaitu *Physical reactions*, *Thoughts*, *Behaviors* dan *Moods* (2016 :2). Hasil analisis pada setiap aspek dan pada aspek reaksi fisik menunjukan rata-rata 12.82 yang masuk dalam kategori sedang, yang artinya sebagian Mahasiswa yang merasa cemas menunjukan reaksi fisik seperti berkeringat, tegang, dan jantung berdebar. Kondisi ini biasanya terjadi saat Mahasiswa mendengar kabar mengenai problema di dunia kerja di era saat ini. Hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Suliswati bahwa reaksi tubuh atau reaksi fisik terhadap kecemasan disebut "*fight or flight"* (reaksi fisik tubuh terhadap ancaman dari luar), apabila korteks otak menerima sebuah rangsangan akan dikirimkan melalui saraf simpatis menuju kelenjar adrenal yang akan melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) yang nantinya jantung dan pembuluh akan mendapat rangsangan sehinga efek yang ditimbulkan nafas menjadi lebih dalam, nadi meningkta dan hipertensi (dalam Pramana et al., 2016: 117).

Pada aspek pemikiran menunjukan rata-rata 10.93 yang masuk dalam kategori sedang. Sehingga bisa jadi pada aspek tersebut Mahasiswa yang merasa cemas memikirkan hal-hal yang berhungan dengan kegagalan, sulitnya beradaptasi denga dunia serta mampu atau tidaknya mereka menghadapi dunia kerja saat ini. Kemungkinan pemikiran tersebut dapat berlangsung lama apabila tidak ada usaha atau niatan dari dalam diri individu untuk merubah pikiran tersebut menjadi hal yang positif. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fairuzzahra *et al* bahwa pemikiran memiliki hubungan yang negative dengan kecemasa,

dengan maksud jika pemikiran berupa kegagalan dan lain sebagai maka akan menyebabkan rasa cemas, sedangkan jika pemikiran berupa hal yang positif seperti melihat segala sesuat dalam sudut pandang yang lebih terbuka maka dapat terhindar dari rasa cemas (Fairuzzahra, 2018: 71).

Pada aspek perilaku menunjukan rata-rata 13.50 yang masuk dalam kategori sedang. Sehingga bisa jadi Mahasiswa cenderung menghindar ketika mereka ditanya tentang pekerjaan. Karena dengan saat merasa cemas biasanya cenderung menghindar jika ditanya tentang hal-hal yang membuatnya cemas. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Wahyuni dimana saat berada dalam keadaan cemas mahasiswa tidak bisa mengontrol perilaku motoriknya, sehingga muncul faktor perilaku menghindar yang maksdunya dengan perilaku menghindar dapat terlepas dari kondisi tersebut atau kondisi saat rasa cemas itu muncul (Wahyuni, 2013: 224, 225).

Selanjutnya aspek suasana hati yang menunjukan rata-rata 20.28 masuk dalam kategori sedang. Sehingga bisa jadi Mahasiswa merasa cemas disebabkan oleh suasana hati tidak nyaman dalam melihat situasi dan kondisi dunia kerja saat ini. Hal tersebu sesuai dengan pendapat yang di kemukakan oleh Blackburn & Kate M. Davidson yang mengatakan salah satu analisis fungsional gangguang kecemasan ialah suasana hati yang berupa perasaan tidak nyaman dan perasaan di saat tegang (Blackburn, 1994: 9).

Sehingga pada penilitian ini ditemukan bahwa persentase kecemasan paling banyak berada di aspek suasana hati, sehingga yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Maliki malang ialah karena Mahasiswa belum bisa mengatur suasana hati mereka yang disebabkan oleh situasi yang tidak menentu atau masih belum jelas hal tersebut sesuai dengan penilitian Agung Ayumas yang mengatakan bahwa individu yang tidak dapat mengatur suasana hatinya maka akan merasa cemas begitu juga sebaliknya (Agung, 2018: 223)

2. Tingkat *Future Orientation* Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Berdasarkan hasil analisis data pada skala *future orientation* dapat diketahui bahwa tingkat *future orientation* pada Mahasiswa 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang berada pada tingkat atau kategori sedang dengan prosentase 59,0 % yaitu sebanyak 124 Mahasiswa. Hal ini bisa jadi dikarenakan kesiapan Mahasiswa untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0. hal tersebut sesuai dengan pendapat c *et all* mengatakan bahwa orientasi masa depan adalah sejauh mana individu memikirkan atau mempertimbangkan tentang masa depan (Agung, 2009: 249). Memikirkan serta mempertimbangkan tentang apa yang akan terjadi di masa depan sangat diperlukan untuk Mahasiswa yang memiliki rencana dengan masa depannya seperti persiapan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 maka mahasiswa akan melakukan sejumlah rencana untuk mengurangi kecemasan (anxiety), kegelisahan, ketegangan dan ketidaknyamanan mengenai kemungkinan yang buruk (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020: 45).

Mempertimbangkan dan membuat sebuah rencana serta melakukanya memang sangat diperlukan untuk Mahasiswa saat ini, karena perkembangan era saat ini memiliki banyak perbedaan dengan era sebelumnya. Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Nurmi, Kerpelman dan Mosher mendefinisikan Orientasi masa depan sebagai sejauh mana orang dapat membayangkan masa depan mereka dalam hal tujuan, harapan, dan rencana (dalam Adamson et al., 2007: 96). Menurut Nurmi ada dua faktor yang mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan, yaitu faktor individu (*person related factor*) dan faktor konteks sosial (*social context-related factor*) (dalam Agusta 2014: 136). Faktor individu memiliki peranan penting dalam orientasi masa depan karena menurut Nurmi di dalam diri individu yang dapat mempengaruhi orientasi masa depan ialah konsep diri dan kemampuan kognitif, karena setiap orang pasti memiliki

konsep diri dan kognitif yang berbeda-beda Sedangkan faktor sosial menurut Nurmi meliputi usia, keluarga, jenis kelamin, hubungan teman sebaya. Hal-hal tersebutlah yang dapat mempengaruhi orientasi masa depan seseorang dalam faktor sosial.

Menurut Steinberg *et al.,* mengatakan bahwa terdapat tiga aspek orientasi masa depan, yaitu perspektif waktu, antisipasi konsekuensi masa depan dan perencanaan ke depan (Steinberg, 2009: 30). Hasil analisis pada aspek perspektif waktu menunjukan rata-rata 10.97 yang masuk dalam kategori sedang. Artinya Mahasiswa memiliki pandangan terkait dengan masa lalu, masa sekarang dan masa depan mereka. Sehingga bisa jadi Mahasiswa menganalisa orientasi masa depan mereka berdasarkan masa lalu, masa sekarang dan yang terjadi saat ini. Hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Keough *et al.,* bahwa perspektif wkatu merupakan konstruksi psikologis yang ada pada masa lalu serta antisipasi terhadap masa depan, yang secara empiris merupakan pusat representasi peristiwa saat ini (Keough, 1999: 161).

Untuk aspek perencanaan ke depan menunjukan rata-rata 14.00 dan masuk dalam kategori sedang. Sehingga bisa jadi Mahasiswa setelah melakukan Analisa terkait dengan situasi dan konndisi saat ini mereka membuat sebuah rencana apa yang harus dilakukan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tangkeallo *et al.,* yang mengatakan bahwa individu akan membuat suatu rencana yang memiliki arah untuk mencapai tujuan yang paling efisien untuk masa depan dan dapat dipengaruhi oleh tuntutan situasi dalam menentukan tujuan di masa depan tersebut (Tangkeallo, 2012: 31).

Sedangkan untuk aspek antisipasi konsekuensi masa depan menunjukan rata-rata 14.34 yang masuk dalam kategori sedang dan merupakan aspek yang memiliki nilai tertinggi diantara aspek yang artinya setelah Mahasiswa melakukan Analisa dan membuat rencana untuk

menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0, mereka juga memikirkan konsekuensi apa yang akan di dapat saat menjalankan rencana tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pernyatan menurut Nurmi dan Trommsdorff yang mengatakan bahwa Antisipasi dan melakukan evaluasi merupakan suatu proses kognitif yang digunakan individu untuk orietasi masa depan mereka dan cara mereka berinteraksi dengan lingkungan serta kondisi (1989: 178; 1983: 382).

3. Hubungan *Future Orientation* dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja di Era Revolusi Industri 4.0

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *future orientation* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil analisis *product moment* dengan nilai r_{xy} -0,240 dan p = 0,000 < 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara variabel *future orientation* dan kecemasan pada mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 fakultas psikologi UIN Maliki Malang. Semakin tinggi orientasi masa depan maka semakin rendah kecemasan Mahasiswa, begitu juga sebaliknya jika semakin tinggi kecemasan maka semakin rendah orientasi masa depan Mahasiswa.

Mahasiswa yang memiliki orientasi masa depan yang lebih baik atau memiliki rencana tentang apa yang akan dilakukan untuk mempersiapkan masa depannya, maka dapat mengurangi kecemasan. Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas bahwa Mahasiswa yang memiliki rencana dengan masa depannya seperti persiapan untuk menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0 maka mahasiswa akan melakukan sejumlah rencana yang bisa jadi dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan (anxiety), kegelisahan, ketegangan dan ketidaknyamanan mengenai kemungkinan yang buruk (Lailatul, 2020: 45).

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hanim & Ahlas (2020) dengan judul "Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa" ditemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura. Aspek dan teori yang digunakan berbeda dengan yang peneliti gunakan, pada temuan penelitian tersebut menunjukan bahwa kecemasan masih tergolong tinggi dan orientasi masa depan tergolong sedang. Sedangkan pada penelitian ini yang membedakan ialah menggunakan teori dari Steinberg untuk orientasi masa depan yang terdiri dari tiga aspek yaitu perspekti waktu, perencanaan ke depan, dan antisipasi konsekuesi, sedangkan untuk teori kecemasan yang digunakan menggunakan teori dari greenberge and padesky yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi fisik, perilaku, pemikiran dan suasana hati. Pada hasil analisis data dan temuan penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan, dan untuk kategori baik kecemasan dan orientasi masa depan tergolong sedang. Akan tetapi pada varibel kecemsan aspek suasana hati tergolong tinggi disbanding aspek yang lainnya dan pada orientasi masa depan aspek antisipasi konsekuensi tergolong tinggi dibanding dengan aspek yang lain.

BAB V

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah peneliti paparkan pada pembahasan bab sebelumnya, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Tingkat *future orientation* Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang termasuk dalam kategori sedang utuk merencanakan langkah selanjutnya dalam menghadapi dunia kerja di era revolusi industri 4.0. Karena pada temuan lapangan aspek antisipasi konsekuensi memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan aspek yang lain sehingga Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang memiliki keunggulan dalam aspek tersebut. Keunggulan pada aspek antisipasi konsekuensi membuat sebagian besar mahasiswa memiliki rencana setelah lulus dari bangku perkuliahan, karena dengan merencanakan atau mempersiapkan langkah kedepan serta dapat mengetahui konsekuensinya, Mahasiswa percaya akan ada keuntungan suatu saat nanti. Sehingga mahasiswa yang sudah memiliki tujuan apa yang akan dilakukan dan tidak perlu bingung saat nanti lulus kuliah apa yang harus dilakukan.

Tingkat kecemasan Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang termasuk dalam kategori sedang, yang artinya terkadang mahasiswa merasa cemas atau khawatir dengan dunia kerja di era revolusi industri 4.0 yang sebentar lagi akan Mahasiswa hadapi. Rasa cemas tersebut berasal dari pikiran yang tidak rasional, seperti memikirkan hal-hal buruk atau hal yang bahaya berlebihan misalnya saat akan melakukan tes memikirkan kegagalan, serta kurangnya dukungan dari lingkungan keluarga dan lingkungan sosial yang kurang mendukung. Beberapa hal tersebut juga yang menyebabkan aspek suasana hati pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang memiliki nilai tinggi dibandingkan aspek yang lain.

Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *future orientation* dengan kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2018 dan 2019 Fakultas Psikologi UIN

Maliki Malang, artinya apabila *future orientation* tinggi maka kecemasan mahasiswa rendah dan begitu juga sebaliknya apabila kecemasan tinggi maka *future orientation* mahasiswa rendah.

Saran

1. Bagi pihak Fakultas Psikololgi UIN Maliki Malang perlu adanya layanan Personal Development & Care atau layanan pusat karir yang nantinya akan menjadi wadah yang memiliki fungsi utama dalam melayani kebutuhan psikologis Mahasiswa. Dengan begitu tingkat mental dan kesejahteraan psikologi Mahasiswa dapat meningkat dalam upaya untuk mempersiapkan diri untuk masuk ke dunia kerja.
2. Bagi Mahasiswa terkhususnya Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang diharapkan mulai saat ini mempersiapkan apa saja yang akan dibutuhkan saat bekerja nanti, Jadi mulailah untuk merencanakan karir, apa yang dibutuhkan dan apa yang diperlukan untuk mencapai karir atau cita-cita. Mulailah memilih pekerjaan yang sekiranya di pekerjaan tersebut memiliki sesuai dengan kemampuan dan jika bukan di bidangnya maka carilah yang lebih mendekati kemampuan yang dimiliki.
3. Bagi penelitian selanjutnya jika ingin meneliti tentang *future orientation* dan kecemasan disarankan untuk membedakan antara laki-laki dan perempuan. Agar dapat mengetahui perbedaan orientasi masa depan dan kecemasan pada laki-laki serta orientasi masa depan dan kecemasan pada perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

Adamson, L., Ferrer-Wreder, L., & Kerpelman, J. (2007). Self-concept consistency and future orientation during the transition to adulthood. *Young*, *15*(1), 91–112. https://doi.org/10.1177/1103308807072692

Agustina, L. F. (2019). Urgensi pendidikan kesehatan mental pada era revolusi industri 4.0. *Liwa 'ul Dakwah*, *IX*(2), 115–130.

Atance, C. M., & O'Neill, D. K. (2005). The emergence of episodic future thinking in humans. *Learning and Motivation*, *36*(2 SPEC. ISS.), 126–144. https://doi.org/10.1016/j.lmot.2005.02.003

Ahlas, L. M. (2020). Orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Jurnal Penelitian Psikologi Vol 11 No 1.

Alwisol. (2011). Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press.

Andrew. (2021 diakses 10/03/22, Oktober 3). Pengertian revolusi industri 4.0: jenis, dampak dan contoh penerapannya. Diambil kembali dari gramedia Blog: https://www.gramedia.com/best-seller/revolusi-industri-4-0/

Andrew. (2021 diakses 10/03/22, Oktober 3). Perjalanan revolusi industri 1.0 hingga 5.0. Diambil kembali dari gramedia Blog: https://www.gramedia.com/best-seller/perjalanan-revolusi-industri-1-0-hingga-5-0/

Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik). Jakarta:

Rineka Cipta

Azwar, Saifuddin. 2010. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Azwar, Saifuddin. 2012. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Az-Zahrani, D. M. (2005). Konseling Terapi. Jakarta: Gema Insani.

Bungin, Burhan. 2005. Metodologi Penelitian Kuantitatif edisi pertama. Jakarta:

Kencana Prenada Media Group

Ceyhan, A. A. (2011). Investigation of university students' self-acceptance and learned resourcefulness: a longitudinal study. High Educ, 649-661.

Davidson, I. M. (1994). Terapi kognitif untuk depresi dan kecemasan suatu petunjuk bagi praktisi. Alih bahasa*:* Rusda Koto Sutadi. Semarang: IKIP Semarang Press.

Dennis Greenberger, P. C. (2016). *Mind Over Mood.* New York: The Guilford Press.

Dr. Evi Fatimatur Rusydiyah, M. A. (2019). Teknologi Pembelajaran. In *Gedung Percetakan UIN Sunan Ampel Surabaya Wisma Transit Dosen lt. 1*. UIN SUNAN AMPEL PRESS.

Fairuzzahra, D. A., Aryandari, D., & Purwadi, M. (2018). Hubungan antara husnudzon dan kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam*, *5*(2), 69–74.

Haryati, A. (2020). Online counseling sebagai alternatif strategi konselor dalam melaksanakan pelayanan e-counseling di era industri 4.0. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *2*(2), 27–38. https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.33

Jeffrey S. Nevid, S. A. (2005). Psikologi Abnormal. Jl. H. Baping Raya No. 100 Ciracas, Jakarta 13740: Penerbit Erlangga.

Johnson, S. R. L., Blum, R. W., & Cheng, T. L. (2014). Future orientation: A construct with implications for adolescent health and wellbeing. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, *26*(4), 459–468. https://doi.org/10.1515/ijamh-2013-0333

Keough, K. A., Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). *Who ' s smoking , drinking , and using drugs ? Time perspective as a predictor of substance use*. *21*(2).

Lailatul Muarofah Hanim, & Sa'adatul Ahlas. (2020). Orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *11*(1), 41–48. https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362

Liriwati Fahrina Yustiasari, Rulitawat, Z. (2018). Revolusi perguruan tinggi di era revolusi industri 4.0. *Prosiding Seminarnasional Pendidikan Programpascasarjanauniversitas Pgri Palembang*, 280–288.

Margianto, H. (2020 diakses 03/03/22, Septermber 16). Tuntutan industri 4.0 bagi pekerja milenial. Diambil kembali dari Kompas.com: https://www.kompas.com/tren/read/2020/09/16/101645065/tuntutan-industri-40-bagi-pekerja-milenial?page=all

M. Nur Ghufron & Rini Risnawati S. (2011). *Teori-Teori Psikologi* (Rose Kusumningratri (ed.)). Ar-Ruz Media.

Nasution, M. T. (2008). Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Jurnal Psikologi Indonesia vol 5 no 2.

Nurmi, J. -E. (1989). Development of orientation to the future during early adolescence: a four-year longitudinal study and two cross-sectional comparisons. *International Journal of Psychology*, *24*(1–5), 195–214. https://doi.org/10.1080/00207594.1989.10600042

Pool, L. D., & Sewell, P. (2007). The key to employability: Developing a practical model of graduate employability. *Education and Training*, *49*(4), 277–289. https://doi.org/10.1108/00400910710754435

Prof. Dr. H. M. Burhan Bungin, S.Sos., M. S. (2005). Metode Penelitian Kuantitatif (Agus Supriyatna (ed.); Edisi Kedu).

Pedak, M. (2009). Metode Supernol Menaklukan Stres. Jakarta: Hikmah Publishing House.

Purba, E. N. (2011: 196). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Humanitas, Vol. VIII No.2.

Putri, A. F. (2019: 36). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling, 35-40.

Pramana, K. D., Okatiranti, & Ningrum, T. puspita. (2016). Hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Senjaeawi Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, *IV*(5), 1174–1181. http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/193229681000400516

Prof. Dr. Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Cetakan Ke). Alfabeta.

Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Udayana, U. (2018). *Pada atlet softball remaja putri di bali Anak Agung Ayumas Pradnyaswari dan I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani*. *5*(1), 218–225.

Risnawati, M. N. (2011: 32). Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.

Riza, W. L., Psikologi, F., Buana, U., & Karawang, P. (n.d.). *Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*. *1*(1).

Ronald B. Adler and George Rodman. (2006). Understanding Human Communication (Carol Wada (ed.); Ninth Edit). Oxford University Press.

Saifudin Azwar, M. (2007). Metode Penelitian (Udin (ed.); Edisi 1 ce). Pustaka Belajar. Adamson, L., Ferrer-Wreder, L., & Kerpelman, J. (2007). Self-concept consistency and future orientation during the transition to adulthood. *Young*, *15*(1), 91–112. https://doi.org/10.1177/1103308807072692

Seginer, R. (2003). Adolescent future orientation: an integrated cultural and ecological perspective. *Online Readings in Psychology and Culture. International Association for Cross-Cultural Psychology*, *6*(1), 1–13. http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol6/iss1/5/

Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E., & Banich, M. (2009). Age differences in future orientation and delay discounting. *Child Development*, *80*(1), 28–44. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x

Stoddard, S. A., Zimmerman, M. A., & Bauermeister, J. A. (2011). Thinking about the future as a way to succeed in the present: a longitudinal study of future orientation and violent behaviors among african american youth. *American*

Journal of Community Psychology, *48*(3–4), 238–246. https://doi.org/10.1007/s10464-010-9383-0

Sulistiyaningsih, R., Rasyid, A. S., Amalia, D. N., Harna, F. F., & Mubarok, A. S. (2021). The anxiety dynamics amongst the elderly during the covid-19 pandemic. *KnE Social Sciences*, *2020*, 326–335. https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8221

Syahrina, I. A., & Sari, W. M. (2015). Orientasi masa depan bidang pekerjaan dengan motivasi berprestasi remaja atlet sepakbola. *Jurnal RAP: Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang*, *6*, 157–168. http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/6619

Schwartz, S. (2000). Abnormal a Discovery Approach Psychology. Mountain View, California : Mayfield Publishing Company.

Sewell, L. D. (2007). The Key to Employability: Developing a practical model of graduate employability. Central Lancashire online Knowledge.

Sri Adi Widodo, L. R. (2017). Analisis Faktor Tingkat Kecemasan, Motivasi Dan Prestasi Belajar Mahasiswa. JURNAL TAMAN CENDEKIA VOL. 01 NO. 01.

Suwardana, H. (2018: 115). Revolusi Industri 4.0 Berbasis Revolusi Mental. JATI UNIK Vol.1, No.2, 109-118.

Tangkeallo, G. A., Purbojo, R., & Sitorus, K. S. (2012). *Hubungan antara self-efficacy dengan orientasi masa depan mahasiswa tingkat akhir*. 25–32.

Trommsdorff, G. (1983). *Future orientation and socialization*. *International Journal of Psychology*, *18*(1–4), 381–406. https://doi.org/10.1080/00207598308247489

Wahyuni, S. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Psikoborneo Universitas Mulawarman Samarinda*, *1*(4), 220–227.

Welianto, A. (2019 diakses 20/01/22, Desember 16). kompas.com/Pengertian Industri 4.0 dan Penerapannya di Indonesia. Diambil kembali dari Pengertian Industri 4.0 dan Penerapannya di Indonesia: https://www.kompas.com/

Yusuf, M. (2019). Strategi manajemen perubahan pola pikir sdm guna menghadapi persaingan era industri 4 . 0 pada industri manufaktur. *Seminar Nasional Dan The 6th Call for Syariah Paper Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 648–664.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat izin penelitian

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1514 /FPsi.1/PP.009/9/2022 06 September 2022
Perihal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM	: DWI RIDLO GUSTI AL - FIRDAUS PUTRA WINTHOKO / 18410235
Tempat Penelitian	: Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi	: Hubungan Antara Future Orientation Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Di Era Revolusi Industri 4.0 Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dan 2019 Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Dosen Pembimbing	: 1. Drs. H. Yahya, MA. 2. Yusuf Ratu Agung, MA.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ali Ridho

Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

Lampiran 2

Form bimbingan

BUKTI KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dwi Ridlo Gusti A.P.W

NIM : 18410235

Dosen Pembimbing : Drs. H. Yahya, MA

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Future Orientation* Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Di Era Revolusi Industri 4.0 Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dan 2019 Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

No	Hari/Tanggal	Revisi	Paraf
1.	Rabu, 2 Maret 2022	Konsultasi judul proposal skripsi dan BAB1	
2.	Rabu, 16 Maret 2022	Konsultasi proposal skripsi BAB I, II, III	
3.	Rabu, 30 Maret 2022	Revisi BAB I dan II	
4.	Rabu, 13 April 2022	Revisi BAB III	
5.	Rabu, 20 April 2022	ACC BAB I, II, III	
6.	Selasa, 17 Juni 2022	Seminar proposal	
7.	Rabu 29 Juni 2022	Konsultasi dan revisi hasil seminar proposal	
8.	Rabu 6 Juli 2022	Konsultasi skala penelitian	

CS Dipindai dengan CamScanner

9.	Rabu 27 Juli 2022	Revisi skala penelitian	
10.	Rabu 10 Agustus 2022	Konsultasi BAB IV	

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 3

Tabel Signifikansi

N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.316	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.308	0.398
7	0.754	0.874	42	0.304	0.393
8	0.707	0.834	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.606	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296
21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.526	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.195	0.256
26	0.388	0.496	125	0.176	0.230
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081

Lampiran 4

Skala *future orientation*

Nama :

Angkatan :

Jurusan :

Petunjuk pengisian

1. Pada kuesioner ini anda akan diberikan 2 (dua) pernyataan, tugas anda ialah memilih salah satu dari dua pernyataan tersebut dan berilah tanda centang (√) pada kolom yang menurut anda sesuai dengan diri anda saat ini.
2. Jawablah setiap pernyataan dan jangan sampai ada yang tidak terisi, jika menurut anda ada 2 jawaban yang sesuai dengan anda maka pilihlah yang sangat sesuai dengan keadaan anda.

	Sangat benar bagi saya	Kurang benar bagi saya				Kurang benar bagi saya	Sangat benar bagi saya
1			Saya suka membuat suatu rencana secara bertahap	Akan Tetapi	Saya suka spontan melakukan sesuatu tanpa membuat rencana atau memikirkannya terlebih dahulu		
2			Saya tidak suka menghabiskan waktu untuk berpikir tentang bagaimana sesuatu akan terjadi di masa depan	Akan Tetapi	Saya suka menghabiskan waktu untuk berfikir tentang bagaimana sesuatu akan terjadi di masa depan		
3			Saya suka berpikir tentang kemungkinan baik dan buruk yang dapat terjadi sebelum membuat suatu keputusan	Akan Tetapi	Saya tidak berpikir tentang kemungkinan baik atau buruk sebelum membuat suatu keputusan		

4			Saya biasanya berpikir tentang konsekuensi yang akan terjadi sebelum mereka melakukan sesuatu	Akan Tetapi	Saya lebih suka langsung bertindak tanpa membuang waktu untuk berpikir tentang konsekuensinya		
5			Saya lebih suka merasa bahagia saat ini dari pada mengharapkan kesempatan yang belum pasti terjadi di masa depan	Akan Tetapi	Saya akan mengorbankan kebahagian saat ini agar bisa mendapatkan apa yang saya inginkan di masa depan		
6			Saya selalu membuat daftar hal yang akan dilakukan	Akan Tetapi	Saya beranggapan bahwa membuat daftar hal yang akan dilakukan adalah membuang-buang waktu saja		
7			Saya membuat keputusan dan melakukannya tanpa sebuah rencana	Akan Tetapi	Saya biasanya membuat rencana sebelum membuat keputusan		
8			Saya lebih suka menyimpan uangnya untuk masa sulit dibandingkan menghabiskannya saat itu juga hanya untuk sesuatu yang menyenangkan	Akan Tetapi	Saya lebih suka menghabiskan uangnya saat itu juga pada sesuatu yang menyenangkan.		
9			Saya memiliki masalah tentang membayangkan bagaimana sesuatu dapat terjadi dari waktu ke waktu	Akan Tetapi	Saya biasanya mencari nasihat pada orang yang lebih berpengalaman		
10			Saya tidak mencemaskan tentang bagaimana keputusan saya akan mempengaruhi banyak orang	Akan Tetapi	Saya berpikir Panjang (tidak mencemaskan) bagaimana keputusan saya akan mempengaruhi orang lain		

11			Saya lebih sering berpikir seperti bagaimana kehidupan saya pada 10 tahun kedepan	Akan Tetapi	Saya bahkan tidak mencoba untuk membayangkan seperti apa kehidupan saya pada 10 tahun kedepan		
12			Saya berpikir bahwa membuat sebuah perencanaan terhadap suatu hal merupakan hal yang membuang-buang waktu	Akan Tetapi	Saya berpikir bahwa sesuatu akan berjalan lebih baik jika mereka membuat sebuah perencanaan sebelumnya		
13			Saya suka mengambil proyek besar dan membaginya menjadi beberapa bagian sebelum memulai mengerjakannya	Akan Tetapi	Saya berpikir bahwa membagi projek besar menjadi beberapa bagian bukanlah merupakan hal yang menguntungkan		
14			Saya beranggapan bahwa lebih baik memikirkan segala jalan keluar dari suatu keputusan sebelum memutuskan apa yang harus dilakukan	Akan Tetapi	Saya berpikir bahwa lebih baik menentukan pilihan tanpa mengkhawatirkan tentang sesuatu yang tidak bisa kamu prediksi		

Lampiran 5

Skala kecemasan

Nama :

Angkatan :

Jurusan :

Petunjuk pengisian

4. Berilah tanda centang (√) pada salah satu pernyataan seperti di bawah ini:

   SL : Bila pernyataan Selalu anda rasakan atau lakukan.

   S : Bila pernyataan Sering anda rasakan atau lakukan

   KK : Bila pernyataan Kadang-Kadang anda rasakan atau lakukan

   TP : Bila pernyataan Tidak Pernah anda rasakan atau lakukan

5. Jawablah setiap pernyataan dan jangan sampai ada yang tidak terisi, jika menurut anda ada 2 jawaban yang sesuai dengan anda maka pilihlah yang sangat sesuai dengan keadaan anda.

	AITEM	TP	KK	S	SL
1.	Jantung saya berdebar saat mengetahui pekerjaan sekarang menggunakan teknologi canggih				
2.	Saya pusing saat orang tua menanyakan rencana setelah lulus kuliah nanti				
3.	Tangan saya basah ketika mengetahui tentang sempitnya lapangan pekerjaan di era revolusi inDustri 4.0				
4.	Saya tidak bisa memutuskan harus kerja apa di era revolusi 4.0 saat ini				
5.	Saya yakin bisa mendapat pekerjaan di era revolusi industri 4.0				
6.	Saya menghindar dari pembicaraan yang membahas tentang pekerjaan				
7.	Saya panik Ketika mendengar berita mengenai berbagai permasalahan di dunia kerja saat ini				
8.	Saya mencari solusi ketika berada di suatu permasalahan				

9.	Saya tenang untuk bisa mendapat pekerjaan di era revolusi industri 4.0				
10.	Ketika mendengar kabar tentang dunia kerja saat ini saya tegang sehingga tidak yakin untuk bekerja				
11.	Saya banyak berpikir sebelum mencoba suatu hal				
12.	Ketika dihadapkan dengan situasi sulit saya tidak menghiraukan keadaan di sekitar				
13.	Dalam melakukan suatu hal, saya lebih banyak dipengaruhi oleh perasaan takut gagal daripada pengharapan untuk sukses				
14.	Jika dihadapkan dengan situasi yang sulit saya bingung tanpa arah				
15.	Saya mengerjakan banyak tugas dalam satu waktu sekaligus				
16.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.				
17.	Saya takut tidak lulus tes saat melamar pekerjaan				
18.	Setelah lulus kuliah, saya khawatir sulit mendapat pekerjaan				
19.	Saya tidak merasa khawatir walaupun belum memiliki banyak pengalaman di dunia kerja				
20.	Saya jengkel ketika berkumpul dengan teman dan membahas tentang pekerjaan				
21.	Saya tegang jika ditanya tentang pekerjaan setelah lulus kuliah nanti				

Lampiran

Uji validitas dan reliabilitas *future orientation*

Correlations

		Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Total
Item01	Pearson Correlation	1	.457*	.524**	.591**	.613**	.713**	.690**	.527**	0.303	.736**	.492**	.471**	0.049	0.037	.764**
	Sig. (2-tailed)		0.011	0.003	0.001	0.000	0.000	0.000	0.003	0.103	0.000	0.006	0.009	0.795	0.845	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item02	Pearson Correlation	.457*	1	.455*	.519**	.496**	.609**	.692**	0.348	-0.011	0.332	.616**	0.258	0.054	0.118	.644**
	Sig. (2-tailed)	0.011		0.011	0.003	0.005	0.000	0.000	0.059	0.955	0.073	0.000	0.169	0.776	0.536	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item03	Pearson Correlation	.524**	.455*	1	.805**	0.289	.515**	.658**	0.107	-0.038	.483**	.496**	.424*	-0.011	-0.223	.508**
	Sig. (2-tailed)	0.003	0.011		0.000	0.122	0.004	0.000	0.574	0.843	0.010	0.005	0.019	0.952	0.237	0.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item04	Pearson Correlation	.591**	.519**	.805**	1	0.321	.518**	.701**	0.139	-0.048	.399*	.493**	.423*	-0.157	-0.316	.493**
	Sig. (2-tailed)	0.001	0.003	0.000		0.083	0.003	0.000	0.462	0.802	0.029	0.005	0.020	0.408	0.089	0.006
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item05	Pearson Correlation	.613**	.496**	0.289	0.321	1	.678**	.577**	.717**	.520**	.550**	.642**	0.340	.454*	0.302	.678**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.005	0.122	0.083		0.000	0.001	0.000	0.003	0.002	0.000	0.068	0.012	0.105	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item06	Pearson Correlation	.713**	.609**	.515**	.518**	.678**	1	.526**	0.277	0.234	.584**	.484**	.455*	0.093	0.043	.717**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.004	0.003	0.000		0.003	0.138	0.213	0.001	0.007	0.012	0.624	0.820	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item07	Pearson Correlation	.690**	.692**	.658**	.701**	.577**	.526**	1	.570**	0.016	.499**	.702**	.437*	0.057	-0.063	.737**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.001	0.003		0.001	0.935	0.005	0.000	0.016	0.765	0.741	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item08	Pearson Correlation	.527**	0.348	0.107	0.139	.717**	0.277	.570**	1	.430*	0.361	.451*	0.091	.458*	.383*	.706**
	Sig. (2-tailed)	0.003	0.059	0.574	0.462	0.000	0.138	0.001		0.018	0.050	0.012	0.632	0.011	0.049	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item09	Pearson Correlation	0.303	-0.011	-0.038	-0.048	.520**	0.234	0.016	.430*	1	0.318	0.130	0.241	.401*	0.280	.485**
	Sig. (2-tailed)	0.103	0.955	0.843	0.802	0.003	0.213	0.935	0.018		0.086	0.492	0.199	0.028	0.134	0.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item10	Pearson Correlation	.736**	0.332	.483**	.399*	.550**	.584**	.499**	0.361	0.318	1	.627**	0.320	0.241	0.204	.726**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.073	0.010	0.029	0.002	0.001	0.005	0.050	0.086		0.000	0.085	0.200	0.280	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item11	Pearson Correlation	.492**	.616**	.496**	.493**	.642**	.484**	.702**	.451*	0.130	.627**	1	0.235	0.220	0.148	.744**
	Sig. (2-tailed)	0.006	0.000	0.005	0.006	0.000	0.007	0.000	0.012	0.492	0.000		0.210	0.242	0.435	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item12	Pearson Correlation	.471**	0.258	.424*	.423*	0.340	.455*	.437*	0.091	0.241	0.320	0.235	1	0.108	-0.153	.481**
	Sig. (2-tailed)	0.009	0.169	0.019	0.020	0.066	0.012	0.016	0.632	0.199	0.085	0.210		0.569	0.420	0.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item13	Pearson Correlation	0.049	0.054	-0.011	-0.157	.454*	0.093	0.057	.458*	.401*	0.241	0.220	0.108	1	.683**	.507**
	Sig. (2-tailed)	0.795	0.776	0.952	0.408	0.012	0.624	0.765	0.011	0.028	0.200	0.242	0.569		0.000	0.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item14	Pearson Correlation	0.037	0.118	-0.223	-0.316	0.302	0.043	-0.063	.383*	0.280	0.204	0.148	-0.153	.683**	1	.389*
	Sig. (2-tailed)	0.845	0.536	0.237	0.089	0.105	0.820	0.741	0.049	0.134	0.280	0.435	0.420	0.000		0.034
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	.764**	.644**	.508**	.493**	.678**	.717**	.737**	.706**	.485**	.726**	.744**	.481**	.507**	.389*	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.004	0.006	0.000	0.000	0.000	0.000	0.007	0.000	0.000	0.007	0.004	0.034	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability
Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.869	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	42.5667	64.530	.716	.852
Item02	42.8000	64.303	.558	.859
Item03	42.2000	71.614	.465	.866
Item04	42.1667	71.385	.445	.866
Item05	43.2333	56.461	.832	.840
Item06	42.5667	66.599	.670	.856
Item07	42.5000	64.121	.679	.853
Item08	42.6000	65.076	.646	.855
Item09	42.7667	67.357	.376	.869
Item10	42.6667	64.851	.670	.854
Item11	42.6333	63.344	.684	.852
Item12	42.5333	68.464	.388	.867
Item13	43.2000	66.234	.389	.870
Item14	43.5667	68.116	.240	.883

Validitas dan reliabilitas kecemasan

Correlations

		Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18	Item19	Item20	Item21	Total
Item01	Pearson Correlation	1	.797**	.806**	.901**	.402*	.819**	.538**	.402*	.753**	.859**	0.315	.624**	.572**	.595**	.831**	.753**	.722**	.543**	.402*	.921**	.899**	.927**
	Sig. (2-tailed)		0.000	0.000	0.000	0.028	0.000	0.002	0.028	0.000	0.000	0.090	0.000	0.001	0.001	0.000	0.000	0.000	0.002	0.028	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item02	Pearson Correlation	.797**	1	.821**	.820**	.382*	.766**	.668**	.382*	.678**	.851**	0.229	.530**	0.357	.783**	.678**	.678**	.834**	.499**	.382*	.802**	.875**	.885**
	Sig. (2-tailed)	0.000		0.000	0.000	0.037	0.000	0.000	0.037	0.000	0.000	0.223	0.003	0.053	0.000	0.000	0.000	0.000	0.005	0.037	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item03	Pearson Correlation	.806**	.821**	1	.785**	.414*	.676**	.464**	.414*	.525**	.861**	0.189	.587**	.394*	.664**	.623**	.525**	.733**	.395*	.414*	.815**	.828**	.829**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000		0.000	0.023	0.000	0.010	0.023	0.003	0.000	0.318	0.001	0.031	0.000	0.000	0.003	0.000	0.031	0.023	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item04	Pearson Correlation	.901**	.820**	.785**	1	.391*	.805**	.398*	.391*	.776**	.827**	0.257	.496**	.446*	.723**	.804**	.776**	.723**	.542**	.391*	.926**	.847**	.903**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000		0.033	0.000	0.029	0.033	0.000	0.000	0.171	0.005	0.014	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002	0.033	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item05	Pearson Correlation	.402*	.382*	.414*	.391*	1	0.286	0.287	1.000**	0.318	0.326	0.132	.415*	0.097	.472**	.459*	0.318	0.315	0.354	1.000**	.367*	0.280	.550**
	Sig. (2-tailed)	0.028	0.037	0.023	0.033		0.125	0.125	0.000	0.087	0.079	0.486	0.023	0.609	0.008	0.011	0.087	0.090	0.055	0.000	0.046	0.134	0.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item06	Pearson Correlation	.819**	.766**	.676**	.805**	0.286	1	.649**	0.286	.857**	.782**	0.325	.508**	.594**	.562**	.779**	.857**	.714**	0.313	0.286	.883**	.838**	.875**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.125		0.000	0.125	0.000	0.000	0.080	0.004	0.001	0.001	0.000	0.000	0.000	0.092	0.125	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item07	Pearson Correlation	.538**	.668**	.464**	.398*	0.287	.649**	1	0.287	.571**	.488**	0.256	.490**	0.315	.485**	.419*	.571**	.585**	0.321	0.287	.527**	.559**	.639**
	Sig. (2-tailed)	0.002	0.000	0.010	0.029	0.125	0.000		0.125	0.001	0.006	0.173	0.006	0.090	0.007	0.021	0.001	0.001	0.084	0.125	0.003	0.001	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item08	Pearson Correlation	.402*	.382*	.414*	.391*	1.000**	0.286	0.287	1	0.318	0.326	0.132	.415*	0.097	.472**	.459*	0.318	0.315	0.354	1.000**	.367*	0.280	.550**
	Sig. (2-tailed)	0.028	0.037	0.023	0.033	0.000	0.125	0.125		0.087	0.079	0.486	0.023	0.609	0.008	0.011	0.087	0.090	0.055	0.000	0.046	0.134	0.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item09	Pearson Correlation	.753**	.678**	.525**	.776**	0.318	.857**	.571**	0.318	1	.703**	0.345	.391*	.531**	.511**	.867**	1.000**	.593**	.417*	0.318	.840**	.793**	.843**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.003	0.000	0.087	0.000	0.001	0.087		0.000	0.062	0.032	0.003	0.004	0.000	0.000	0.001	0.022	0.087	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item10	Pearson Correlation	.859**	.851**	.861**	.827**	0.326	.782**	.488**	0.326	.703**	1	0.265	.611**	.475**	.631**	.755**	.703**	.854**	.539**	0.326	.862**	.917**	.898**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.079	0.000	0.006	0.079	0.000		0.157	0.000	0.008	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002	0.079	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item11	Pearson Correlation	0.315	0.229	0.189	0.257	0.132	0.325	0.256	0.132	0.345	0.265	1	-0.119	-0.004	-0.101	0.212	0.345	0.302	0.175	0.132	0.309	0.335	0.352
	Sig. (2-tailed)	0.090	0.223	0.318	0.171	0.486	0.080	0.173	0.486	0.062	0.157		0.532	0.984	0.595	0.260	0.062	0.104	0.355	0.486	0.096	0.070	0.057
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item12	Pearson Correlation	.624**	.530**	.587**	.496**	.415*	.508**	.490**	.415*	.391*	.611**	-0.119	1	.567**	.415*	.503**	.391*	.437*	.381*	.415*	.612**	.574**	.627**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.003	0.001	0.005	0.023	0.004	0.006	0.023	0.032	0.000	0.532		0.001	0.023	0.005	0.032	0.016	0.038	0.023	0.000	0.001	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item13	Pearson Correlation	.572**	0.357	.394*	.446*	0.097	.594**	0.315	0.097	.531**	.475**	-0.004	.567**	1	0.148	.628**	.531**	0.339	0.198	0.097	.634**	.595**	.538**
	Sig. (2-tailed)	0.001	0.053	0.031	0.014	0.609	0.001	0.090	0.609	0.003	0.008	0.984	0.001		0.435	0.000	0.003	0.067	0.295	0.609	0.000	0.001	0.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item14	Pearson Correlation	.595**	.783**	.664**	.723**	.472**	.562**	.485**	.472**	.511**	.631**	-0.101	.415*	0.148	1	.511**	.511**	.638**	.496**	.472**	.655**	.586**	.706**
	Sig. (2-tailed)	0.001	0.000	0.000	0.000	0.008	0.001	0.007	0.008	0.004	0.000	0.595	0.023	0.435		0.004	0.004	0.000	0.005	0.008	0.000	0.001	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item15	Pearson Correlation	.831**	.678**	.623**	.804**	.459*	.779**	.419*	.459*	.867**	.755**	0.212	.503**	.628**	.511**	1	.867**	.625**	.531**	.459*	.840**	.822**	.871**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.011	0.000	0.021	0.011	0.000	0.000	0.260	0.005	0.000	0.004		0.000	0.000	0.003	0.011	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item16	Pearson Correlation	.753**	.678**	.525**	.776**	0.318	.857**	.571**	0.318	1.000**	.703**	0.345	.391*	.531**	.511**	.867**	1	.593**	.417*	0.318	.840**	.793**	.843**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.003	0.000	0.087	0.000	0.001	0.087	0.000	0.000	0.062	0.032	0.003	0.004	0.000		0.001	0.022	0.087	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item17	Pearson Correlation	.722**	.834**	.733**	.723**	0.315	.714**	.585**	0.315	.593**	.854**	0.302	.437*	0.339	.638**	.625**	.593**	1	.710**	0.315	.707**	.807**	.825**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.090	0.000	0.001	0.090	0.001	0.000	0.104	0.016	0.067	0.000	0.000	0.001		0.000	0.090	0.000	0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item18	Pearson Correlation	.543**	.499**	.395*	.542**	0.354	0.313	0.321	0.354	.417*	.539**	0.175	.381*	0.198	.496**	.531**	.417*	.710**	1	0.354	.475**	.501**	.597**
	Sig. (2-tailed)	0.002	0.005	0.031	0.002	0.055	0.092	0.084	0.055	0.022	0.002	0.355	0.038	0.295	0.005	0.003	0.022	0.000		0.055	0.008	0.005	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item19	Pearson Correlation	.402*	.382*	.414*	.391*	1.000**	0.286	0.287	1.000**	0.318	0.326	0.132	.415*	0.097	.472**	.459*	0.318	0.315	0.354	1	.367*	0.280	.550**
	Sig. (2-tailed)	0.028	0.037	0.023	0.033	0.000	0.125	0.125	0.000	0.087	0.079	0.486	0.023	0.609	0.008	0.011	0.087	0.090	0.055		0.046	0.134	0.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item20	Pearson Correlation	.921**	.802**	.815**	.926**	.367*	.883**	.527**	.367*	.840**	.862**	0.309	.612**	.634**	.655**	.840**	.840**	.707**	.475**	.367*	1	.927**	.941**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.046	0.000	0.003	0.046	0.000	0.000	0.096	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.008	0.046		0.000	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item21	Pearson Correlation	.899**	.875**	.828**	.847**	0.280	.838**	.559**	0.280	.793**	.917**	0.335	.574**	.595**	.586**	.822**	.793**	.807**	.501**	0.280	.927**	1	.924**
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.134	0.000	0.001	0.134	0.000	0.000	0.070	0.001	0.001	0.001	0.000	0.000	0.000	0.005	0.134	0.000		0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	.927**	.885**	.829**	.903**	.550**	.875**	.639**	.550**	.843**	.898**	0.352	.627**	.538**	.706**	.871**	.843**	.825**	.597**	.550**	.941**	.924**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002	0.000	0.000	0.002	0.000	0.000	0.057	0.000	0.002	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002	0.000	0.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	54.0000	243.793	.915	.956
Item02	53.7667	247.151	.867	.957
Item03	54.5667	255.082	.808	.958
Item04	53.7667	247.151	.889	.957
Item05	53.6333	265.964	.509	.961
Item06	54.0667	246.064	.855	.957
Item07	54.1667	264.489	.606	.960
Item08	53.6333	265.964	.509	.961
Item09	53.5333	255.016	.824	.958
Item10	53.9333	245.168	.881	.957
Item11	54.3000	269.321	.283	.965
Item12	53.8667	270.395	.604	.961
Item13	53.2333	270.599	.507	.961
Item14	54.0000	266.000	.683	.960
Item15	53.5333	254.051	.855	.957
Item16	53.5333	255.016	.824	.958
Item17	53.7000	253.872	.803	.958
Item18	53.9333	265.651	.561	.961
Item19	53.6333	265.964	.509	.961
Item20	54.0000	242.414	.931	.956
Item21	53.8667	248.257	.913	.956