

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KARIR MAHASISWA
ANGKATAN 2019 FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI



Oleh:

Maghfira Aulia Rahman

NIM. 19410112

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2023**

HALAMAN JUDUL
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KARIR MAHASISWA
ANGKATAN 2019 FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

Oleh
Maghfira Aulia Rahman
NIM. 19410112

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2023

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KARIR MAHASISWA
ANGKATAN 2019 FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

Oleh
Maghfira Aulia Rahman
NIM. 19410112

Telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Skripsi

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.
NIP. 195507171982031005

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. R. Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

■

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KARIR MAHASISWA
ANGKATAN 2019 FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

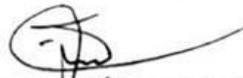
SKRIPSI

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal, 10 Mei 2023

Susunan Dewan Penguji

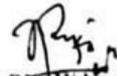
Sekretaris Penguji



Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I.

NIP. 19550717 198203 1 005

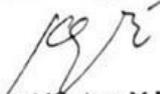
Penguji Utama



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 19761128 200212 2 001

Ketua Penguji



Umdatul Khoiroh, M.Psi

NIP. 199005012019032017

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi tanggal 10 Mei 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 19761128 200212 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maghfira Aulia Rahman
NIM : 19410112
Fakultas : Psikologi
Jurusan : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta**" adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada pengakuan dari pihak lain, hal tersebut bukan menjadi tanggung jawab Dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 2023
Peneliti



Maghfira Aulia Rahman
NIM. 19410112

MOTTO

Kepercayaan akan diri sendiri adalah rahasia utama untuk sukses – Carl Rogers

Bersatu dengan orang lain adalah kebutuhan terdalam dari setiap manusia – Erich
Fromm

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim. Segala puji bagi Allah SWT atas kehadiran dalam memberikan rahmat dan karunia-Mu yang telah engkau berikan kemudahan dalam mengerjakan skripsi ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang sederhana ini. Maka dengan skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kepada kedua orang tua tersayang yaitu Bapak Abdul Rahman dan Nining Purnaningsih yang selalu memberikan dukungan, motivasi, nasihat, doa, kasih sayang tiada henti serta meyisihkan finansialnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan perkuliahan S1 dengan baik. Semoga bapak dan ibu selalu diberikan kesehatan dan diberikan umur yang panjang serta dalam lindungan Allah SWT.
2. Kepada kaka kandung, kakak ipar dan keponakan, terima kasih sudah memberikan kehangatan di dalam ruang lingkup keluarga. Semoga kita selalu harmonis dan saling membantu satu sama lain.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'aalaamiin, segala puji dan syukur Peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmat-Nya, sehingga Peneliti mampu menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta." sebagai salah satu syarat memperoleh gelar pada Program Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Selama penyusunan tugas akhir ini tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. DR H. M. Zainuddin, MA selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Rifa Hidayah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, MA selaku ketua program studi Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I selaku dosen pembimbing I (satu) yang telah senantiasa dengan sabar memberikan arahan, meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat selama proses menyelesaikan skripsi ini.
5. Umdatul Khoirot, M. Psi selaku dosen pembimbing II (dua) yang telah senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, memberikan saran, dan kritik dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak Dr. Mohammad Mahpur, M.Si selaku dosen wali yang memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada orang tua yang sangat peneliti sayangi yaitu Bapak Abdul Rahman dan Nining Purnaningsih yang selalu senantiasa mendengarkan keluh kesah, memberikan kasih sayang, selalu memberikan dukungan, nasihat, saran,

motivasi selama proses penyusunan skripsi ini dan memberikan doa supaya putrinya dapat mencapai kesuksesan yang ingin dicapainya.

8. Kepada aa Ari, ka Zulfa dan Naira, terima kasih sudah mengisi hari-hari, memberikan nasihat dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
9. Kepada Mevianti Putri Atinna terima kasih sudah mau direpotkan dan memberikan bantuan untuk mengumpulkan data responden.
10. Kepada teman peneliti sejak semester I (satu) yaitu Bia Alvasa. Terima kasih sudah mau menjadi pelengkap dalam mengisi keseharian dengan penuh ceria dan semangat serta membantu memberikan saran, kritik, mendengarkan keluh kesah dan membantu membimbing dalam proses menyelesaikan skripsi ini. Semoga pertemanan kita tidak selasai sampai berakhirnya perguruan tinggi ini.
11. Kepada sahabat-sahabat peneliti yaitu Friska, Intan dan Sadya terima kasih sudah memberikan bantuan ketika kesulitan dan memberikan penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Serta seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi, peneliti ucapkan terima kasih banyak.

Semoga Allah SWT memberikan pahala yang sepadan atas kebaikan seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi.

Malang, 22 Maret 2023

Peneliti,

Maghfira Aulia Rahman

NIM. 19410112

ABSTRAK

Rahman, Maghfira. Aulia. 2023. Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dosen Pembimbing : Prof.Dr.H.Mulyadi, M.Pd.I

Umdatul Khoirot, M. Psi

Menghadapi dunia karir di masa depan dapat terjadinya kecemasan karena individu merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan, merasa memiliki kemampuan yang terbatas, tidak sesuainya lowongan pekerjaan dengan jurusan atau harapan, tidak memiliki pengalaman, banyaknya persaingan. Sehingga setiap manusia membutuhkan kondisi yang mendukung untuk berkembang. Salah satunya melalui dukungan orang tua.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana tingkat dukungan sosial orang tua, kecemasan menghadapi dunia karir, dan pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Populasi yang diambil dalam penelitian ini mahasiswa angkatan 2019 yang berjumlah 574. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 143 responden. Metode penelitian menggunakan teknik uji refresi linear sederhana yang bertujuan untuk menguji pengaruh antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa tingkat dukungan sosial orang tua mahasiswa angkatan 2019 berada pada katagori sedang sebanyak 80 mahasiswa atau sebesar 55,9%. Sedangkan pada tingkat kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 berada pada katagori sedang sebanyak 83 mahasiswa atau sebesar 58,0%. Berdasarkan nilai Signifikansi didapatkan hasil sebesar 0,000 < 0,05 yang memiliki makna adanya pengaruh bahwa dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir dengan persentase sebesar 12,7%.

Kata Kunci : Dukungan Sosial Orang Tua, Kecemaasan Menghadapi Dunia Karir

ABSTRACT

Rahman, Maghfira. Aulia. 2023. The Effect of Parental Social Support on Anxiety Facing the Career World of Students in the 2019 Faculty of Economics and Business, National Development University Veteran Jakarta. Thesis. Department of Psychology. Faculty of Psychology. State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing : Prof.Dr.H.Mulyadi, M.Pd.I

Umdatul Khoirot, M. Psi

Facing the world of careers in the future can cause anxiety because individuals feel less confident in their abilities, feel they have limited abilities, do not match job vacancies with majors or expectations, have no experience, a lot of competition. So that every human being needs supportive conditions to develop. One of them is through parental support.

The purpose of this study was to determine how the level of parental social support, anxiety in facing the career world, and the effect of parental social support on anxiety in facing the career world of 2019 batch students of the Faculty of Economics and Business, Veteran National Development University Jakarta.

The population taken in this study was 574 class of 2019 students. The sample in this study was 143 respondents. The research method uses a simple linear regression linear test technique which aims to examine the effect of parental social support on anxiety.

Based on the results of the research, it was found that the level of social support from parents of class 2019 students was in the moderate category of 80 students or 55.9%. Whereas at the level of anxiety facing the career world of 2019 class students is in the moderate category as many as 83 students or 58.0%. Based on the Significance value, the result is $0.000 < 0.05$ which means that there is an influence that parental social support can affect anxiety in facing the career world with a percentage of 12.7%.

Keywords: Parents Social Support, Anxiety Facing the Career World

ABSTRAK

رحمن مغفرة. اوليا. 2023. تأثير الدعم الاجتماعي للوالدين على القلق الذي يواجهه العالم المهني من فئة 2019 طلاب ، كلية الاقتصاد والأعمال ، جامعة بيمبانجونان ناسيونال قدامى المحاربين جاكرتا. أطروحة. قسم علم النفس. كلية علم النفس. الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج

المشرف: أ.د / مولادي

عمدة خويزوت

في بداية مرحلة البلوغ ، تتمثل إحدى مهام التطوير التالية في مواجهة عالم الوظائف. في اختيار مهنة ، يكون الأمر أكثر واقعية. مواجهة العالم الوظيفي في المستقبل يمكن أن تسبب القلق لأن الأفراد يشعرون بقدر أقل من الثقة بشأن قدراتهم ، ويشعرون أن لديهم قدرات محدودة ، والوظائف الشاغرة لا تتناسب مع التخصصات أو التوقعات ، ونقص الخبرة ، والكثير من المنافسة. بحيث يحتاج كل إنسان إلى الظروف التي تدعم التطور. طريقة واحدة من خلال دعم الوالدين

كان الغرض من هذه الدراسة هو معرفة كيفية مستوى الدعم الاجتماعي للوالدين ، والقلق في مواجهة عالم المهنة ، وتأثير الدعم الاجتماعي للوالدين على القلق في مواجهة العالم الوظيفي لطلاب فصل 2019 في كلية الاقتصاد والأعمال ، جامعة بيمبانجونان الوطنية للمحاربين القدامى ، جاكرتا

كان مجتمع الدراسة 574 طالباً وطالبة من طلاب دفعة 2019 ، وبلغت العينة في هذه الدراسة 143 مستجيباً. يستخدم أسلوب البحث أسلوب اختبار انحدار خطي بسيط يهدف إلى دراسة تأثير الدعم الاجتماعي الأبوي على القلق.

وبناءً على نتائج البحث تبين أن مستوى الدعم الاجتماعي من أولياء أمور طلاب فصل 2019 كان في فئة متوسطة 80 طالباً بنسبة 55.9%. بينما على مستوى القلق الذي يواجهه العالم الوظيفي لعام 2019 ، فإن طلاب الصف في الفئة المتوسطة يصل إلى 83 طالباً أو 58.0%. بناءً على قيمة الدلالة ، تكون النتيجة 0.000 >0.05 مما يعني أن هناك تأثيراً لأن الدعم الاجتماعي للوالدين يمكن أن يؤثر على القلق في مواجهة عالم المهنة بنسبة 12.7%.

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي للوالدين ، القلق في عالم المهنة

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan	9
D. Manfaat	9
BAB II KAJIAN TEORI	11
A. Kecemasan	11
1. Defisini Kecemasan	11
2. Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	13
3. Ciri-Ciri Kecemasan	14
4. Jenis-Jenis Kecemasan	15
5. Aspek-Aspek Kecemasan	16
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	19
7. Kecemasan Menghadapi Dunia Karir dalam Perspektif Islam	20
B. Dukungan Sosial Keluarga	22
1. Definisi Dukungan Sosial Keluarga	22
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Keluarga	24
3. Sumber-Sumber Dukungan Sosial	25
4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam	26
C. Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	27
D. Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE	32
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	32

B. Identifikasi Variable Penelitian	32
C. Definisi Operasional	32
D. Populasi dan Sampel.....	33
1. Populasi.....	33
2. Sampel.....	33
E. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Observasi	34
2. Angket	34
3. Dokumentasi.....	35
F. Instrumen Penelitian	35
1. Skala Kecemasan menghadapi dunia karir.....	35
2. Skala Dukungan sosial keluarga.....	38
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	40
1. Uji Validitas.....	40
2. Uji Reliabilitas	40
H. Teknik Analisis Data	41
1. Analisis Deskriptif.....	41
2. Uji Asumsi	43
3. Uji Hipotesis	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
1. Sejarah Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPNV Jakarta.....	45
2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	46
B. Hasil Penelitian	46
1. Uji Validitas dan Reliabilitas	46
2. Uji Deskriptif.....	48
3. Uji Normalitas	52
4. Uji Linearitas.....	53
5. Uji Hipotesis	53
C. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran	70

DAFTAR PUSTAKA.....	72
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	366
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Orang Tua	38
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	47
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Orang Tua.....	48
Tabel 3.5 Hasil Uji Data Statistik Deskriptif.....	48
Tabel 3.6 Hasil Katagorisasi Data Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	49
Tabel 3.7 Hasil Katagorisasi Data Dukungan Sosial Orang Tua	50
Tabel 3.8 Hasil Normalitas	52
Tabel 3.9 Hasil Linear	53
Tabel 4.1 Hasil Uji Hipotesis (Coefficients)	53
Tabel 4.2 Hasil Uji Hipotesis (Model Summary)	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir.....	78
Lampiran 2 Skala Dukungan Sosial Orang Tua	81
Lampiran 3 Blue Print Kecemasan Menghadapi Dunia Karir.....	83
Lampiran 4 Blue Print Dukungan Sosial Orang Tua	90
Lampiran 5 Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	95
Lampiran 6 Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial Orang Tua.....	11807
Lampiran 7 Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir.....	12016
Lampiran 8 Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Orang Tua	15318
Lampiran 9 Uji Deskriptif	17020
Lampiran 10 Uji Linear.....	17153
Lampiran 11 Katagorisasi.....	1720
Lampiran 12 Uji Normalitas	1731
Lampiran 13 Hipotesis.....	1742

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu pada setiap fase memiliki tugas perkembangan yang harus tercapai. Tercapainya tugas perkembangan akan berdampak positif terhadap fisik yaitu akan memudahkan individu dalam menguasai tugas perkembangan berikutnya dan akan berdampak juga terhadap psikis yaitu individu akan merasa bahagia dan akan mengarah keberhasilan dalam melanjutkan tahap perkembangan berikutnya sebaliknya jika adanya kegagalan dalam mencapai proses penguasaan tugas perkembangan akan menimbulkan rasa tidak percaya diri, kekhawatiran dan mengalami kesulitan dalam melanjutkan tugas perkembangan berikutnya. Pada masa dewasa awal usia 18-25 ini salah satu tugas perkembangan yang harus terpenuhi supaya dapat melanjutkan ke tahap perkembangan berikutnya yaitu menghadapi dunia karir (IPPI, 2022). Karir memiliki arti sebagai pilihan pekerjaan yang sesuai dengan minat bakat, kemampuan, kepribadian, keterampilan ataupun kecerdasan (Dariyo, 2003). Individu yang sedang menghadapi fase dewasa awal akan memasuki fase yaitu menghadapi dunia kerja (Hurlock, 1996). Pada masa ini pemilihan pekerjaan sudah berubah menjadi tahap yang lebih serius. Individu lebih realistis yang sesuai dengan kemampuan diri, kapasitas, dan nilai individu. Semakin dewasa seseorang memilih pekerjaan sesuai realistik atau sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang miliknya. Ketika individu memilih sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki maka akan menimbulkan rasa percaya diri sebaliknya ketika individu merasa tidak memiliki keterampilan dan kemampuan untuk dapat bersaing dengan individu lainnya dapat menyebabkan kecemasan.

Kecemasan dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu adanya pengalaman yang buruk di masa lalu dan adanya kepercayaan atau keyakinan yang tidak masuk akal. Menurut Ziglar (dalam Mariatun, Munir, Metia 2020) menjelaskan terdapat 40% individu cenderung merasa cemas

terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi selanjutnya terdapat 30% individu merasa cemas terhadap sesuatu yang telah terjadi dan terdapat 30% individu merasa cemas terhadap hal-hal yang tidak mendasar seperti masa depan. Menentukan karir di masa depan dapat terjadinya kecemasan karena individu merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan, merasa memiliki kemampuan yang terbatas, tidak sesuai dengan lowongan pekerjaan dengan jurusan atau harapan, tidak memiliki pengalaman, banyaknya persaingan (IPPI, 2022). Pada masa ini umumnya akan mengalami kekhawatiran, kebingungan dan keraguan mengenai arah hidupnya sehingga akan berdampak pada tugas perkembangannya dalam menyikapi dan menghadapi berbagai tuntutan dalam diri maupun luar diri (Wijaya dan Muslim, 2021). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Amrina dan Pertiwi (2022) yang menjelaskan mahasiswa tingkat akhir jurusan Akuntansi Syariah di IAIN Surakarta mengalami kecemasan dan khawatir mengenai tidak dapat mencapai karir atau pekerjaan yang sesuai dengan harapan setiap individu dikarenakan pandemi Covid-19.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Susilarini (2022) menjelaskan bahwa mahasiswa semester akhir angkatan 2017 fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia (YAI) mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang diperoleh 87,5% berjenis kelamin laki-laki dan 66,7% berjenis kelamin perempuan. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Cahyanai dan Putrianti (2022) kecemasan yang dialami mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih tinggi yang memiliki nilai 78,90 dari pada laki-laki dengan nilai 71,76. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sari, Suhaimi dan Salawati (2018) terdapat 61,2% mahasiswa tingkat akhir fakultas dakwah dan komunikasi UIN Suska Riau mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sehingga akan berpengaruh ketika mahasiswa mulai memasuki dunia kerja.

Rizki dan Pasaribu (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa semester akhir merasakan cemas dan gelisah di masa sekarang karena banyaknya

jumlah lulusan sarjana dari pada dengan jumlah lapangan pekerjaan, akibat dari masa pandemic Covid-19 berdampak pada berkurangnya lapangan pekerjaan sehingga membuat mahasiswa merasa semakin khawatir dan jurusan bukanlah sebagai pegangan dalam dunia kerja tetapi kemampuan yang kita punya. Tantangan mahasiswa tingkat akhir akan semakin besar setelah lulus dari perguruan tinggi. Gelar pendidikan tinggi yang sudah tidak menjadi jaminan kemudahan dalam mencari kerja. Kenyataan sulitnya mencari pekerjaan karena jumlah lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja. Pada tahun 2020 dunia mengalami resesi ekonomi akibat pandemi Covid 19 menyebabkan berkurangnya lapangan kerja, banyak pekerja yang dirumahkan serta ada yang mengalami PHK karena perusahaan mengalami penurunan dalam pendapatan sehingga pengangguran semakin meningkat (dilansir dari media [cnbcindonesia.com](https://www.cnbcindonesia.com), 17 Oktober 2022).

Hal ini sejalan dengan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) saat ini Indonesia termasuk dalam katagori sebagai negara dengan pengangguran anak muda tertinggi kedua di Asia tenggara. Banyaknya jumlah pengangguran yang tercatat, di awal pandemi 2020 jumlah sarjana yang menganggur meningkat karena banyak perusahaan yang mengurangi penerimaan karyawan baru dan mengurangi kegiatan produksi efek dari pandemic Covid-19. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada tahun 2020 angka pengangguran bertambah yang awalnya 4,99 persen atau bertambah menjadi 6,88 juta orang. Selanjutnya pada bulan Agustus 2022 jumlah pengangguran mengalami peningkatan sebesar 7,07 persen atau bertambah 2,89 juta orang. Selanjutnya pada tahun 2021 jumlah pengangguran meningkat sebesar 26,3 persen dibandingkan jumlah pengangguran pada tahun 2020 berasal dari lulusan perguruan tinggi baik diploma maupun sarjana (dilansir dari laman databooks.katadata.co.id, 27 Oktober 2022).

Terjadinya kesenjangan antara jumlah lulusan sarjana dengan jumlah lapangan pekerjaan dapat menyebabkan kecemasan. Berdasarkan

data statistik pendidikan perguruan tinggi di Indonesia setiap tahunnya menghasilkan 1,5 juta lulusan sarjana sementara jumlah lapangan kerja yang tersedia berkisar 300 ribu setiap tahunnya (dilansir dari laman databooks.katadata.co.id, 27 Oktober 2022). Sebagai Ibu kota, DKI Jakarta adalah pusat pemerintahan dan perekonomian yang menjadi perkumpulan para penjurur negeri untuk mencari nafkah (dilansir dari kompas.id, Kamis, 28 Oktober 2022). Hal ini di dukung dari Badan Pusat Statistik (BPS) Jakarta memiliki tingkat pengangguran tertinggi ke tiga setelah Kepulauan Riau. Masyarakat yang berkerja di DKI Jakarta kebanyakan orang luar provinsi dari segala daerah Indonesia. Jumlah pengangguran di DKI Jakarta pada tahun 2022 berjumlah 410.59 juta orang. Dari jumlah yang telah terpaparkan 6,17% merupakan pengangguran yang setidaknya memiliki gelar sarjana strata 1 (S1) (dilansir dari laman databooks.katadata.co.id, 27 Oktober 2022).

Menggambarkan kondisi apa yang akan dirasakan oleh mahasiswa dalam menghadapi dunia karir dihat dari teori kognitif, kecemasan terjadi karena adanya perasaan negatif terhadap dirinya mengenai kemampuan yang dimilikinya dan orientasi diri. Kondisi tersebut dapat menimbulkan efek negatif sehingga menimbulkan kekhawatiran akan kegagalan sehingga dapat membuat kurangnya mengoptimisasi potensi yang dimilikinya. Hal ini menyebabkan mahasiswa semester akhir di tuntutan untuk memiliki kesiapan mental dan fisik, dituntut untuk masuk ke dunia yang lebih serius dibandingkan fase anak-anak dan remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti (2021) kecemasan yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir bisa disebabkan oleh beberapa hal yaitu lowongan kerja yang semakin sempit, jumlah pengangguran yang tinggi, persaingan yang semakin ketat, minimnya pengalaman dan tingginya syarat kemampuan dalam penerimaan kerja akan tetapi kecemasan karir akan berkurang jika individu memahami kemampuan yang dimilikinya. Kecemasan merupakan sikap individu yang didasarkan pada pandangan atau perasaan pribadi yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa

perasaan cemas, tegang dan emosi seseorang dalam menghadapi kondisi yang belum pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut (Ghufron dan Rini Risnawati, 2010).

Setiap individu membutuhkan kondisi yang mendukung untuk berkembang. Kondisi tersebut dapat melalui lingkungan yang saling menyanyangi dan mendukung sehingga kondisi tersebut akan membuat rasa aman dan terpenuhi dengan terciptanya kondisi rasa aman akan membuat anak terbuka mengenai masalah yang sedang dihadapinya karena terbentuknya komunikasi dua arah. Keterbukaan diri adalah membagi perasaan dan informasi yang lebih dekat dengan orang lain. Keluarga memiliki pengaruh yang besar karena individu memulai hidup melalui keluarga dengan adanya peran awal orang tua akan memberikan pengaruh untuk mengembangkan diri, belajar untuk menunjukkan perilaku, menyatakan pikiran dan mengekspresikan keinginan. Kecemasan menghadapi dunia karir pada mahasiswa dapat diatasi dengan adanya dukungan sosial dari orang terdekat yaitu dukungan sosial orang tua. Adanya dukungan dapat mencegah timbulnya kecemasan pada Individu. Pentingnya dukungan sosial dari orang tua bagi setiap individu dikarenakan antaranggota keluarga memiliki hubungan interpersonal yang sudah lama dibangun. Orang tua dapat memberikan pengalaman sosial kepada anak seperti saran, arahan, pemberian informasi dan dapat saling bertukar pendapat mengenai masalah yang sedang dialaminya (dalam Rahma dan Rahayu, 2018).

Menurut Apollo dan Andi (2012) manfaat dari adanya dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan, depresi dan simtom gangguan tubuh bagi individu. Cara untuk mengurangi stres adanya dukungan sosial yang melibatkan orang lain untuk menaruh perhatian. Orang yang mendapat dukungan sosial yang tinggi dalam hidupnya akan mengalami hal-hal yang positif, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, konsep diri yang lebih baik dan kecemasan yang lebih rendah sehingga individu akan memiliki pandangan yang optimis terhadap kehidupan dan pekerjaanya karena

merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya individu yang memiliki dukungan sosial rendah cenderung merasa tidak puas dengan kehidupan dan pekerjaanya.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sekarina dan Indriana (2018) menjelaskan bahwa adanya hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Yudya Karya Magelang. Hasilnya kecemasan menghadapi dunia kerja tergolong rendah sebesar 76,7% dengan jumlah 79 dari 103 siswa. Disisi lain dukungan sosial orang tua tergolong tinggi sebesar 57,3% dengan jumlah 59 dari 103 siswa yang artinya adanya kedekatan emosional dengan orang tua, merasakan pengakuan dari orang tua, merasakan menjadi bagian dari keluarga, merasakan orang tua dapat andalkan, mendapatkan bimbingan dari orang tua dan merasa dibutuhkan oleh orang tua. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua dapat menurunkan tingkat kecemasan individu dalam menghadapi dunia karir.

Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Widayatusti (2021) menjelaskan bahwa adanya hubungan yang negatif antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan terhadap karir masa depan mahasiswa semester akhir di Universitas di Yogyakarta yang artinya tingginya dukungan sosial keluarga dapat mengurangi rasa cemas pada mahasiswa terhadap karir masa depan. Dilihat dari sudut pandang dukungan sosial orang tua yaitu ibu memiliki pengaruh yang lebih tinggi dari pada ayah. Ibu dianggap memiliki peran yang lengkap dari pada ayah yang dianggap sebagai mencari nafkah. Hasil penelitian tersebut memiliki kesamaan secara garis besar yang akan dilakukan peneliti namun perbedaannya adalah subjek yang akan diambil, tempat, skala kecemasan menghadapi dunia karir dan skala dukungan sosial orang tua yang akan digunakan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sylvania (2021) yang menjelaskan adanya lingkungan yang mendukung berupa adanya dukungan keluarga yang baik dapat mempengaruhi kemampuan perkembangan karir mahasiswa tingkat akhir berusia 20-25 yang sedang memasuki tahap

eksplorasi karir atau tahap mencari informasi mengenai diri dan pekerjaan supaya dapat memilih karir yang cocok dengan kemampuan dirinya. Adanya dukungan keluarga akan lebih percaya diri. Dukungan yang di dapat berupa bantuan dari keluarga seperti rasa kasih sayang, kepedulian, empati, materi fisik, nasihat, saran dan informasi. Orang tua tidak hanya sebatas dalam membantu memberikan fasilitas melainkan dapat menjadi sahabat. Adanya dukungan dari orang tua akan mempermudah individu dalam menyelesaikan masalah. Dukungan sosial orang tua merupakan bantuan yang diberikan agar individu tersebut mampu mencapai apa yang diinginkan (dalam Ulifa dan Esti, 2018). Individu yang memiliki dukungan sosial yang baik percaya bahwa dirinya dicintai, dihargai, dan dapat membantu saat dibutuhkan. Dukungan sosial dapat mencegah kecemasan yang ada pada diri individu dan dapat menurunkan kecenderungan yang dapat memicu munculnya kecemasan contohnya seperti tekanan terhadap masa depan yang berkaitan dengan karir.

Penelitian ini menggunakan ibu kota Jakarta menjadi fenomena terjadinya angka pengangguran tertinggi. Mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta dipilih sebagai objek penelitian ini dikarenakan menurut hasil survei terdapat 81% yang mengalami kecemasan menghadapi dunia karir. Sedangkan fakultas hukum terdapat 30%, fakultas teknik mesin terdapat 27%, fakultas ilmu komputer terdapat 32%, fakultas kedokteran terdapat 43%, fakultas ilmu sosial dan politik terdapat 30%, fakultas ilmu kesehatan terdapat 23% dan fakultas akuntansi terdapat 25% yang mengalami kecemasan menghadapi dunia karir. Hasil survei menjelaskan mahasiswa tingkat angkatan 2019 merasakan cemas terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya seperti merasa kurangnya kemampuan dalam berbahasa asing, kurangnya pengalaman organisasi, cemas adanya resesi ekonomi, dan persaingan yang ketat, meningkatnya jumlah pengangguran. Mahasiswa tingkat angkatan 2019 memiliki harapan untuk dapat langsung terjun ke dalam dunia pekerjaan. Selain itu peneliti

mengambil jurusan ekonomi dan bisnis dikarenakan terdapat alumni Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang sudah berkarir sesuai dengan jurusan. Namun, peneliti menemukan sejumlah alumni mahasiswa ekonomi dan bisnis yang sudah lulus dari perguruan tinggi belum mendapatkan pekerjaan dan juga dua bulan menjadi pengangguran. Ketika mengetahui alumni sulit mendapatkan pekerjaan dapat menyebabkan rasa khawatir.

Selain itu juga jurusan ekonomi menjadi jurusan yang paling diminati dikarenakan individu menganggap bahwa karir lulusan ekonomi sangat beragam di dalam bidang industri apapun. Prospek perkerjaan yang populer diantaranya analisis data, perencanaan keuangan, konsultasi keuangan, akuntan, analisis investasi, analisis data (dilansir dari media detik.com pada tanggal 15 April 2023). Pekerjaan bidang tersebut dapat dilakukan oleh selain lulusan ekonomi. Jurusan tidak memberikan pengaruh dalam kemudahan mencari pekerjaan. Hal ini sejalan dengan penjelasan Nadiem Makarim sebagai Menteri Pendidikan Kebudayaan, Riset dan Teknologi bahwa terdapat 80 persen mahasiswa bekerja tidak sesuai dengan jurusan pada saat kuliah (dilansir dari media kompas.com pada tanggal 24 April 2023) sehingga dapat menyebabkan ketatnya persaingan memasuki dunia kerja. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja karena merasa khawatir terhadap kejadian di masa depan dan mengingat semakin ketatnya, sulitnya dalam mencari pekerjaan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sujipto bahwa mahasiswa tingkat akhir fakultas ekonomi jurusan manajemen mengalami kecemasan dalam menghadapi masa depan karena menganggap terjadinya krisis ekonomi menyebabkan turunnya jumlah lapangan pekerjaan. Mahasiswa jurusan manajemen untuk mengatasi kecemasan masa depan dengan cara memotivasi diri seperti segera menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan fenomena yang terjadi diatas dan hasil penelitian sebelumnya pada penelitian ini peneliti berfokus pada mahasiswa angkatan tahun 2019 yang sedang melaksanakan skripsi akhir fakultas ekonomi dan

bisnis yang berkuliah di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta untuk mengetahui apakah adanya kecemasan yang dimiliki serta pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial orang tua pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
2. Bagaimana tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
3. Adakah pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

C. Tujuan

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial orang tua pada mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
2. Mengetahui tingkat kecemasan menghadapi dunia karir pada mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
3. Mengetahui pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Pada hasil penelitian ini peneliti diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dan wawasan mengenai kajian ilmu pengetahuan di bidang psikologi sosial yang berkaitan dengan kecemasan diri, dan dukungan sosial orang tua.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi dosen

Pada hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang kondisi mahasiswa semester akhir dalam menghadapi dunia karir sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kondisi yang sedang dijalankan dan dapat mengetahui adanya dukungan orang tua dapat membantu dalam mengatasi kecemasan

b. Bagi mahasiswa

Pada hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam memberikan informasi mengenai seberapa tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia karir sehingga dapat meminimalisir kecemasan

c. Bagi orang tua

Pada hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua dalam memberikan informasi mengenai dengan adanya pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir sehingga dapat meminimalisir kecemasan

d. Bagi peneliti lain

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat dimanfaatkan menjadi referensi atau bahan acuan mengenai pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 yang sedang melaksanakan skripsi.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecemasan

1. Defisini Kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman berdasarkan pandangan atau perasaan pribadi yang kurang menyenangkan mengenai ketakutan atau kekhawatiran yang dirasakan oleh individu berupa perasaan cemas, tegang dan emosi. Menurut Muchlas menjelaskan bahwa kecemasan sebagai peristiwa berdasarkan perasaan menduga-duga mengenai kesulitan, ketegangan mental, dan tekanan terhadap ancaman atau konflik (Ghufron dan Risnawati, 2010). Hal ini sejalan dengan Freud (2007) bahwa kecemasan merupakan perasaan ancaman atau tertekan sehingga terjadinya konflik adanya perasaan ketakutan untuk menguasai ego sehingga dapat merasa tertekan, terancam dan seolah-olah akan dihabisi oleh ketakutan-ketakutan tersebut. Selain itu kecemasan biasa dipahami sebagai keadaan ketakutan, ketidakpastian, dan kekhawatiran akan perubahan yang negatif di masa depan hal ini memunculkan rasa panik atau acaman sesuatu yang ditakutkan akan benar-benar terjadi (Zaleski, 1966). Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Greenberg dan Padesky (2004) bahwa kecemasan sebagai keadaan gugup, khawatir, takut terhadap keadaan yang sulit di dalam kehidupan individu dan menganggap keadaan tersebut sebagai sesuatu yang buruk akan terjadi.

Syamsu Yusuf (dalam Dona Fitri Annisa dan Ifdil, 2016) menjelaskan kecemasan merupakan perasaan tidak aman, perasaan tidak matang, ketidakmampuan neritik ketidakmampuan dalam menghadapi kenyataan, dan kesulitan dalam menghadapi konflik. kecemasan merupakan tanggapan terhadap bahaya sesungguhnya yang memungkinkan menimbulkan konflik (Ramaiah, 2003). Kecemasan tidak sama dengan rasa takut, karena rasa takut biasanya hanya dirasakan hanya sebentar sedangkan kecemasan dapat berlangsung

lama. Kecemasan sama dengan rasa takut tetapi kurang spesifik dan ditandai dengan kekhawatiran tentang perasaan menduga-duga terhadap masa depan sedangkan ketakutan respon terhadap ancaman langsung (Annisa dan Ifdil, 2016).

Kecemasan sebagai kesadaran bahwa kejadian yang dihadapkan pada seseorang berada pada luar jangkauan dari sistem konstruk orang tersebut yang artinya seseorang tersebut merasa cemas ketika mengalami suatu kejadian yang baru yang berada di luar kemampuannya. Merasa cemas karena merasa tidak yakin, merasa tidak dapat menguasai suatu kejadian yang baru (Kelly, 1995). Manusia mengalami kecemasan ketika merasa bahwa keadaannya sedang terancam karena individu tidak mengetahui peran apa yang harus diperbuat, merasa bingung harus kemana melangkah sehingga kecemasan itu menyakitkan individu karena menyerang, mengancam, menghancurkan kesadaran diri (May, 1967). Perasaan terisolasi, tidak berarti, terancam bahaya dan tidak berdaya yang dianggap tidak ramah untuk meyaksa, menipu, menyerang, mempermalukan, menghinati (Horney, 1937).

Kecemasan menurut pandangan teori psikoanalisis yaitu adanya tekanan yang buruk terhadap perilaku masa lalu dan adanya gangguan mental. Kecemasan menurut pandangan teori kognitif yaitu adanya penilaian diri yang negatif mengenai orientasi diri dan kemampuan yang dimilikinya. Selanjutnya kecemasan menurut pandangan teori humanistik yaitu adanya rasa kekhawatiran terhadap masa depan, merasa khawatir tentang apa yang akan dilakukannya.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan peristiwa berdasarkan perasaan yang menduga-duga yang disertai dengan perasaan kekhawatiran, ketakutan, perasaan tidak menentu, perasaan tidak jelas mengenai kesulitan, ketegangan mental, dan tekanan terhadap ancaman atau konflik. Kecemasan dapat dipengaruhi oleh rasa kekhawatiran terhadap kegagalan, kegagalan pada

perbuatan masa lalu, orientasi diri yang buruk, penilaian diri yang negatif terhadap kemampuan yang dimilikinya.

2. Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Kecemasan terhadap masa depan yang tidak menentu biasa dirasakan oleh mahasiswa saat di masa perkuliahan. Taylor (1953) menjelaskan kecemasan diartikan sebagai ketegangan mental yang dianggap kegelisahan oleh individu sebagai bentuk respon dari ketidakbedayaan dalam menghadapi suatu masalah selain itu kecemasan muncul ketika merasa sesuatu yang buruk akan menyimpannya di masa depan sehingga dapat menimbulkan efek psikologis seperti rasa ketakutan, kekhawatiran, ketidakberdayaan dan dapat menimbulkan efek fisiologis seperti berkeringan, jantung berdebar dan gemetar (dalam Hilmi, 2017). Individu akan mengalami cemas saat tidak mampu mengatasi stressor tetapi pada individu tertentu meskipun tidak adanya stressor psikososial tetap menunjukkan kecemasan yang ditandai dengan kepribadian pencemas seperti merasa cemas, khawatir, tidak tenang, mudah tersinggung, suka membersarkan suatu masalah kecil, sering serba salah, menyalahkan orang lain. Kurang percaya diri, khawatir yang berlebihan, memandang masa depan dengan khawatir. Mahasiswa semester akhir setelah selesai mengerjakan tugas akhir dan lulus dari perguruan tinggi akan menghadapi pilihan karir. Pilihan yang berkaitan dengan karir yaitu pilihan untuk mendapatkan pekerjaan. Mahasiswa harus mempunyai kesiapan dalam menentukan pilihan karir dan mempunyai pandangan ingin bekerja dimana. Demikian dapat menimbulkan kecemasan karena adanya perasaan khawatir terkait kemampuan yang dimilikinya dan adanya keinginan untuk mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan bidang yang dimilikinya.

Menurut Super 1980 (Tsai, 2017) membagi perkembangan pemilihan karir individu menjadi dua tahap. Tahap pertama ketika berusia dibawah 14 tahun, individu pada tahap ini masih membentuk

pemikiran tentang karirnya melalui imajinasi. Tahap kedua berusia 15-24 tahun yang dimana perkembangan karir pada masa dewasa awal berada pada tahap eksplorasi tersebut sudah memikirkan pencarian tentang karir yang sesuai dengan dirinya, mengenali diri melalui minat dan kemampuannya, mengumpulkan informasi dan mengembangkan keterampilan. Masalah yang muncul pada mahasiswa tingkat akhir berkaitan tentang pekerjaan. Tanpa adanya eksplorasi karir dan pemahaman yang jelas tentang tempat kerja di masa depan, individu akan merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya akan merasa cemas dalam menghadapi di masa depan. Kecemasan muncul dari kesadaran seseorang terhadap ancaman suatu kejadian yang dianggap penting untuk keadaanya dalam menghadapi masalah pemenuhan potensinya. Tidak semua individu mengalami stressor psikososial akan menderita gangguan cemas, hal ini tergantung pada tipe kepribadian individu tersebut. Individu yang memiliki tipe kepribadian pencemas lebih rentan atau lebih beresiko lebih besar untuk mengalami gangguan cemas dari pada individu yang tidak berkepribadian pencemas. Perkembangan kepribadian sudah berkembang sejak usia bayi hingga usia 18 tahun dan tergantung dari pendidikan orang tua di rumah, pendidikan di sekolah, pengaruh lingkungan pergaulan sosialnya dan pengalaman-pengalaman di dalam kehidupan sosialnya. Individu menjadi pencemas adanya akibat dari proses sosial atau tindakan untuk meniru dan identifikasi dirinya terhadap kedua orang tuanya dari pada pengaruh gen orang tua (Hawari, 2001).

3. Ciri-Ciri Kecemasan

Nevid, Rathus dan Greene (2014) menjelaskan kecemasan ditandai berbagai simtom-simtom sebagai berikut:

a. Ciri fisik

Seperti merasa gelisah, gemetar, sulit bernapas, telapak tangan berkeringat, berkeringat hebat, kepala pening, pita suara terasa kering, napas ngos-ngosan, jantung berdebar kencang, jari tangan berkeringat dingin, perut terasa mual.

b. Ciri perilaku

Adanya perilaku menghindar, perilaku dependen, dan perasaan khawatir.

c. Ciri kognitif

Adanya rasa khawatir, merasa was-was, merasa cemas terhadap peristiwa di masa depan, terlalu memikirkan dengan sensasi yang muncul di tubuh, takut kehilangan kendali, memikirkan pikiran yang mengganggu secara terus menerus, sulit berkonsentrasi, sulit memfokuskan pikiran, berfikir bahwa suatu peristiwa menjadi tidak terkendali, pikiran yang membingungkan.

4. Jenis-Jenis Kecemasan

Menurut Rollo May (1967) kecemasan dibagi menjadi dua sebagai berikut:

a. Kecemasan normal

Dampak dari rasa cemas tidak dapat dihindari. Kecemasan normal dialami ketika seseorang melepaskan nilai-nilai lama untuk dapat tumbuh dan berubah.

b. Kecemasan neuritik

Kecemasan neuritik dialami ketika individu merasa hal yang di khawatirkan menjadi suatu keyakinan. Adanya reaksi yang tidak proposional atas suatu ancaman yang melibatkan tekanan dan adanya konflik intrapsikis yaitu gambaran diri yang ideal dan kebencian diri.

Menurut Lazarus (1976) perasaan cemas dibedakan menjadi dua yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety* (Ghufron dan Rini, 2010). *State anxiety*

merupakan reaksi emosi sementara yang muncul pada keadaan tertentu yang dianggap sebagai ancaman. Selanjutnya *Trait anxiety* merupakan keadaan untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam keadaan yang tidak menentu dan pasti Freud (2007) membagi tiga jenis kecemasan sebagai berikut:

a. Kecemasan realistik

Munculnya ketakutan terhadap bahaya yang tampak dan yang ada di dalam dunia nyata. Kecemasan realistik dapat berdampak positif karena akan menuntun perilaku individu untuk melindungi dan menghindari dari bahaya yang ada.

b. Kecemasan moral

Kecemasan moral yaitu ketakutan individu terhadap kata hati atau conscience. Kecemasan moral kata lain dari rasa bersalah, rasa malu atau rasa takut. Kecemasan yang datang dari dunia fisik atau superego yang telah diinternalisasikan ke dalam diri kita.

c. Kecemasan neurotic

Kecemasan neurotik yaitu kecemasan yang tidak di sadari. Munculnya perasaan takut karena adanya rangsangan rangsangan id seperti gugup, tidak mampu mengendalikan diri, akal, perilaku dan pikiran

5. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Greenberg dan Padesky (2004) menjelaskan terdapat empat aspek kecemasan sebagai berikut:

a. Reaksi fisik

Reaksi fisik pada individu yang sedang mengalami kecemasan menghadapi dunia karir seperti tangan berkeringan, otot tegang, jantung berdegup kencang, kepala pusing ketika dihadapi dengan situasi yang membuat cemas dan pipi memerah ketika dihadapi situasi yang membuat cemas

b. Reaksi perilaku

Individu yang sedang merasa cemas akan berperilaku menghindari suatu hal yang dapat memunculkan cemas, meninggalkan suatu hal yang dapat memunculkan cemas, dan menjauhi suatu hal yang dapat memunculkan cemas.

c. Reaksi pemikiran

Individu yang sedang cemas akan berfikir yang berlebihan, merasa kurang mampu dalam menghadapi masalah, khawatir terhadap keburukan yang akan terjadi di masa depan.

d. Suasana hati

Suasana hati individu yang sedang merasa cemas meliputi perasaan jengkel, panik, gugup, suasana hati yang berubah-ubah secara tiba-tiba ketika dihadapkan terhadap kondisi yang memunculkan perasaan cemas

Tsai (2017) menjelaskan terdapat empat dimensi dalam kecemasan karir masa depan sebagai berikut:

a. Kemampuan pribadi

Kemampuan ialah kapasitas individu untuk mendapatkan keterampilan tertentu dalam melakukan suatu kegiatan khusus. Kemampuan pribadi harus dimiliki setiap individu seperti keterampilan berbahasa asing, keterampilan operasional komputer, keterampilan kepemimpinan, dan kemampuan bekerja dengan orang lain.

b. Keyakinan irasional tentang pekerjaan

Adanya pikiran tidak logis yang diyakini seseorang secara terus menerus mengenai suatu pekerjaan yang akan dihadapinya seperti meyakini akan kesulitan yang mungkin akan dihadapinya setelah lulus dari perguruan tinggi.

c. Lingkungan kerja

Adanya informasi tentang pekerjaan yang dapat berpengaruh besar terhadap keyakinan individu tersebut seperti adanya rasa kekhawatiran terhadap pekerjaannya dimasa depan, rasa kekhawatiran tentang lingkungan kerja yang tidak sesuai dengan ekspektasi, gaji yang tidak sesuai dengan keinginan, rasa khawatir tentang meningkatnya jumlah pengangguran dan ketatnya persaingan dalam mendapatkan suatu pekerjaan.

d. Pelatihan pendidikan professional

Berisikan keterampilan professional dan memilih karir secara realistis. Aspek ini meliputi adanya rasa khawatir mengenai kemampuan yang dimiliki, keinginan pekerjaan sesuai minat dan bakat, praktik dari yang pernah diajari dan memiliki keterampilan professional.

Menurut Deffenbacher dan Hazaleus dalam register (1991) menjelaskan terdapat tiga penyebab kecemasan sebagai berikut:

a. Kekhawatiran

Adanya pikiran negatif dan perasaan negatif mengenai dirinya sendiri sebagai contoh perasaan negatif mengenai dirinya bahwa ia lebih kurang dibanding dengan teman-temannya, perasaan negatif terhadap probabilitas kegagalan merasa tidak adanya harapan untuk mendapatkan sesuatu yang sesuai harapan dirinya, adanya rasa khawatir yang berlebihan terhadap sesuatu hal yang akan dilakukan, peka terhadap diri sendiri, dan putus asa terhadap keadaan yang ada.

b. Emosionalitas

Adanya reaksi emosi terhadap hal negatif dan keadaan yang kurang menyenangkan. Akibatnya individu merasa keringat dingin, jantung berdebar, badan gemetar dan tegang

c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas

Adanya kecenderungan individu merasa selalu tertekan terhadap pemikiran yang masuk akal terhadap tugas

Menurut Shah (2000) membagi tiga komponen kecemasan sebagai berikut

a. Komponen fisik

Seperti munculnya rasa pusing, tangan berkeringat, pusing, mual, grogi dan mulut kering

b. Emosional

Seperti munculnya takut dan panik

c. Kognitif atau mental

Seperti munculnya gangguan memori dan perhatian, perasaan bingung kekhawatiran dan ketidakteraturan dalam berpikir

Berdasarkan tokoh-tokoh diatas dapat ditarik disimpulkan bahwa aspek kecemasan terdiri dari reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, kognitif dan suasana hati.

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Browman (dalam Yunita, 2013) menjelaskan terdapat faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan terhadap dunia kerja sebagai berikut :

a. Kepercayaan diri

Adanya rasa kepercayaan diri ketika adanya keberhasilan individu di masa lalunya dalam bidang pekerjaan sehingga dapat mengurangi rasa cemas atau takut. Adanya kegagalan di masa lalu tidak membuat individu merasa pesimis, tidak percaya diri dan dapat meningkatkan rasa cemas dalam menghadapi dunia kerja.

b. Kurangnya pengalaman dan keahlian dalam bidang pekerjaan.

Apabila individu merasa kurang memiliki pengalaman atau keahlian dalam bidang pekerjaan maka individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam menghadapi pesaing dunia kerja sehingga dapat menimbulkan keemasan.

Menurut Adler dan Rodman (1991) menjelaskan terdapat dua faktor yang menyebabkan kecemasan. sebagai berikut :

a. Pengalaman negatif yang terjadi pada masa lalu

Adanya pengalaman yang buruk di masa lalu tentang pengalaman yang akan terulang lagi di masa yang akan datang.

b. Pikiran yang tidak masuk akal

Kecemasan terjadi karena adanya kepercayaan atau keyakinan yang akan menjadi penyebab kecemasan bukan karena suatu kejadian. Kepercayaan atau keyakinan merupakan pikiran yang tidak masuk akal atau disebut juga sebagai pikiran yang keliru sebagai berikut:

1) Kegagalan katastrofik

Adanya dugaan dari individu merasa akan terjadi peristiwa yang buruk dan merasa ketidakmampuan dan tidak sanggup dalam menghadapi masalah

2) Kesempurnaan

Adanya harapan terhadap dirinya berperilaku sempurna dan tidak cacat. Adanya target ukuran kesempurnaan apabila target tersebut tidak tercapai maka akan mengalami kecemasan.

3) Persetujuan

Adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan melainkan untuk mencapai persetujuan dari orang lain.

4) Generalisasi yang kurang tepat

Adanya pemahaman yang berlebihan, hal ini terjadi kepada individu yang memiliki sedikit pengalaman.

7. Kecemasan Menghadapi Dunia Karir dalam Perspektif Islam

Setiap manusia pasti pernah mengalami kecemasan. Individu merasakan kekhawatiran terhadap masa depan seperti takut tidak bisa

mendapatkan pekerjaan, dan takut menjadi penangguran setelah lulus dari perguruan tinggi. Menurut kajian islam yang merujuk pada Al-Quran menjelaskan kecemasan sebagai emosi takut. Dalam hadis riwayat Bukhari no 5642 dan Muslim no 2573 sebagai berikut :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ:

مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَذًى وَلَا غَمٍّ حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ

Abu Hurairah radhiyallahu'anhuma dari Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda:

“Tidaklah seorang muslim itu ditimpa musibah baik berupa rasa lelah, rasa sakit, rasa khawatir, rasa sedih, gangguan atau rasa gelisah sampai pun duri yang melukainya melainkan dengannya Allah akan mengampuni dosa-dosanya.”

Hadis tersebut menjelaskan bahwa rasa cemas dan rasa sedih itu saling berkaitan karena keduanya merupakan kepedihan dan dan siksa yang menutupi jiwa. Perbedaannya bahwa rasa cemas disebabkan oleh ketakutan terhadap suatu peristiwa di masa depan sedangkan rasa sedih adanya perasaan tertekan terhadap peristiwa yang tidak disukainya. Masalah yang menimpa setiap manusia beraneka ragam, ada yang berkaitan dengan fisik, psikis dan hati, ada yang ringan dan berat, ada yang berasal dari dalam diri dan dari luar. Sebagai manusia yang beriman ketika tertimpa masalah harus yakin bahwa setiap cobaan yang melanda di hidup kita itu merupakan bagian takdir Alla SWT yang harus diterima dengan sabar dan syukur.

Menginjak usia dewasa semakin banyak tuntutan dan tekanan sosial yang diberikan bisa berasal dari keluarga maupun lingkungan menjadikan individu merasa cemas terhadap masa depan. Banyaknya tekanan di dalam kehidupan seperti adanya ekspektasi dari saudara

maupun keluarga, adanya rasa iri kepada orang lain, melihat orang lain menjadi tolak ukur dari pencapaian orang lain. Tanpa disadari hal ini dapat menyebabkan kecemasan. Setiap manusia memiliki rencana untuk masa depannya dan adanya rasa tidak ingin ada masalah yang menghambat perjalanan hidupnya. Adanya rasa ketidakinginan dapat membuat bayangan ketakutan dan kecemasan berlebihan terhadap masa depannya yang belum tentu terjadi banyangan-banyangan tersebut. Maka dari itu al-Quran dapat menjadi terapi bagi jiwa yang sedang merasa cemas. Ayat yang menjelaskan Al Ahqaf 13

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya “*Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah,” kemudian mereka tetap istiqamah tidak ada rasa khawatir pada mereka, dan mereka tidak (pula) bersedih hati”*

Tafsir kementerian agama RI menjelaskan *adanya kabar gembira untuk orang-orang yang berbuat baik seperti melaksanakan tuntutan Allah, tidak merasa khawatir, tidak takut terhadap sesuatu hal yang belum atau akan terjadi dan tidak berkecil hati terhadap keadaan yang sedang dialaminya. Sebab di akhirat, orang-orang tersebut akan menjadi para penghuni surga karena sebagai balasan apa yang telah dikerjakannya.* Maksud dari ayat tersebut pengakuan dan keyakinan hanya Allah SWT yang menjaga kita, memberikan kita ketenangan dalam kehidupan, tidak merasa takut dengan peristiwa yang akan terjadi di masa depan dan tidak merasa khawatir atas apa yang akan terjadi di dalam kehidupannya karena Allah SWT akan tetap menjaga kita.

B. Dukungan Sosial Keluarga

1. Definisi Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial merupakan pola interaksi dengan dengan orang lain dan adanya hubungan yang intens dengan orang yang berada dalam lingkup terdekat (Weiss dalam Cutrona, 1984). Manusia merupakan

mahluk sosial yang saling membutuhkan dan saling memberikan dukungan sosial satu sama lain. Menurut Ganster, Fusilier dan Mayes (Apollo dan Andi,2012) menjelaskan dukungan sosial keluarga merupakan adanya hubungan yang bersifat menolong dan memiliki nilai khusus bagi individu yang menerimanya. Manusia sebagai mahluk sosial dan individual selalu membutuhkan interaksi dengan manusia lainnya. Strauss dan Shyless (Apollo, 2007) menjelaskan bahwa kebutuhan dasar manusia yaitu melakukan interaksi dengan manusia lainnya di lingkungannya untuk mendapatkan dukungan dalam menghadapi suatu masalah. Selanjutnya Cohen dan Syme (Apollo dan Andi,2012) menjelaskan dukungan sosial merupakan sumber yang diberikan kepada individu oleh orang lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu.

Menurut Caplan (Apollo, 2007) adanya sumber-sumber dukungan sosial merupakan faktor utama dalam penyesuaian diri terhadap peristiwa yang menekan. Sementara itu tidak adanya dukungan sosial dapat menyebabkan munculnya perasaan kesepian, kehilangan dan dapat mengganggu proses penyesuaian diri. Sumber-sumber dukungan sosial bisa datang dari banyak sumber seperti orang tua, saudara kandung, anak-anak, teman kerja, saudara, sahabat, pasangan hidup, masyarakat, organisasi atau tetangga. Dukungan sosial keluarga menjadi peranan penting bagi setiap individu. Menurut Sarafino dan Smith (2011) dengan adanya dukungan sosial individu akan mendapatkan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, dan bantuan yang diterima oleh individu.

Pentingnya adanya dukungan sosial keluarga, dengan adanya dukungan dari orang tua individu akan merasa memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Dukungan sosial keluarga yang baik dapat berpengaruh positif hal ini dapat membuat individu dapat melewati kecemasan sehingga dapat bersaing dengan baik individu lainnya.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Keluarga

Weiss (Cutrona, 1984) terdapat enam aspek dukungan sosial sebagai berikut :

a. Bimbingan (*Guidance*)

Adanya hubungan sosial dengan memberikan informasi, nasihat dan saran dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah yang sedang dialami individu tersebut. Sumber dari bimbingan berasal dari orang tua atau figur yang dituakan.

b. Pengakuan positif (*Reassurance of Worth*)

Individu akan mendapatkan apresiasi dan penghargaan ketika memiliki prestasi dan berhasil dalam suatu hal. Sumber dari pengakuan positif berasal dari lingkungan keluarga.

c. Integrasi sosial (*social integration*)

Adanya dukungan sehingga individu merasakan bagian dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan dalam hal minat, kepedulian, dan perhatian sehingga individu akan mendapatkan rasa aman, rasa dimiliki.

d. Kelekatan (*attachment*)

Adanya kedekatan emosional sehingga akan menimbulkan rasa aman, kepercayaan, dan kenyamanan. Sumber dari kelekatan biasanya berasal dari teman dekat atau hubungan dengan keluarga.

e. Kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity Nurturance*)

Aspek terpenting dalam hubungan intrapersonal akan perasaan dibutuhkan oleh individu lainnya sehingga dapat menimbulkan rasa tanggung jawab terhadap kesejahteraan orang lain.

f. Ketergantungan yang dapat diandalkan (*Reliable Alliance*)

Adanya keyakinan diri bahwa dapat mengandalkan orang lain untuk membantunya dalam mengatasi suatu masalah yang sedang dihadapi

Sarafino dan Smith (2011) terdapat lima aspek dukungan sosial sebagai berikut :

a. Dukungan emosional

Dukungan yang diberikan oleh keluarga yang melibatkan perhatian, empati, ungkapan kepedulian, simpati dari keluarga sehingga individu merasa nyaman, tentram, merasa ada yang membantunya, perasaan dicintai, menumbuhkan semangat dan cinta kasih individu kepada keluarga.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan yang diberikan oleh keluarga berupa mendukung ide-ide, memberikan dukungan yang positif. Adanya penerimaan dukungan tersebut individu akan merasa diterima di lingkungan keluarga, dapat membangun perasaan menghargai diri sendiri, merasa berharga dan lebih percaya diri. Hal ini dikarenakan individu merasa sedang dalam keadaan tertekan dan menerima banyak beban tugas diluar dari kemampuan dirinya.

c. Dukungan instrumental

Dukungan yang melibatkan peran orang tuang secara fisik dan material seperti masalah keungan dan keterbatasan fisik, disaat ini keluarga menjadi tempat jalan keluar ketika sedang menghadapi masalah yang rumit di dalam kehidupannya.

d. Dukungan Informasi

Dukungan ini orang tua memberikan arahan, nasihat, dan saran kepada individu untuk melakukan atau menilai sesuatu yang terkait dengan pengambilan keputusan

e. Dukungan Kelompok

Adanya dukungan dari anggota dalam kelompok atau komunitas yang berasal dari keikutsertaan individu dalam organisasi dan perkumpulan sehingga dapat saling memberikan dukungan satu dengan yang lain.

3. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa sumber-sumber dukungan sosial bisa datang dari banyak sumber seperti orang

tua, saudara kandung, anak-anak, teman kerja, saudara, sahabat, pasangan hidup, masyarakat, organisasi atau tetangga. Hal yang sama di jelaskan oleh Goldberger dan Breznit (Apollo dan Andi,2012) dukungan sosial bisa berasal dari orang tua, anak-anak, saudara kandung, pasangan, teman, rekan kerja dan tetangga.

4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial merupakan bentuk yang diberikan oleh individu untuk individu lainnya seperti pemberian rasa kasih sayang, cinta dan rasa nyaman. Islam menjelaskan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai tolong menolong (*Ta'awun*). Manusia tidak bisa hidup sendiri-sendiri pasti membutuhkan bantuan dari manusia lainnya yang terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-Maidah ayat 80 :

تَرَى كَثِيرًا مِّنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِيُنْسَ مَا قَدَّمَتْ لَهُمْ أَنفُسُهُمْ أَن سَخِطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَفِي الْعَذَابِ هُمْ خَالِدُونَ

Artinya: “Kamu melihat kebanyakan dari mereka tolong-menolong dengan orang-orang yang kafir (musyrik). Sesungguhnya amat buruklah apa yang mereka sediakan untuk diri mereka, yaitu kemurkaan Allah kepada mereka; dan mereka akan kekal dalam siksaan.”

Tafsir kementerian agama RI menjelaskan *tolong menolong dengan kafir atau musyrik sesungguhnya perilaku yang buruk hal ini menyebabkan kemurkaan Allah dan akan mendapatkan siksaan api neraka.*

Ayat diatas menjelaskan bahwa manusia dianjurkan untuk saling tolong menolong dengan manusia lainnya dalam hal kebaikan yang memiliki manfaat dan tidak diperbolehkan untuk tolong menolong dalam hal keburukan yang tidak ada manfaatnya.

C. Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Kecemasan tidak hanya disebabkan oleh faktor luar individu seperti lingkungannya tetapi faktor dari dalam diri seperti kepercayaan keyakinan diri juga termasuk. Kecemasan merupakan sikap individu yang didasarkan pada pandangan atau perasaan pribadi yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi seseorang dalam menghadapi kondisi yang belum pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut (Ghufro dan Rini Risnawati, 2010). Timbulnya rasa cemas karena merasa akan ada peristiwa yang mengancam dirinya di masa depan. Hal ini sejalan dengan penjelasan bahwa individu yang tidak dapat menentukan pilihan karir di masa depan akan cenderung merasa cemas sehingga akan mempengaruhi perasaan seperti keraguan, kebingungan dan tidak mampu menentukan pilihan karirnya (Tsai, 2017). Adanya tuntutan untuk memiliki kompetensi diri, keahlian, keterampilan dan mampu mengikuti perkembangan teknologi supaya dapat menghadapi persaingan lainnya. Ketidakseimbangan antara jumlah angkatan kerja dengan lowongan kerja dapat menyebabkan kecemasan bagi mahasiswa tingkat akhir karena dengan adanya kondisi tersebut membuat jumlah lapangan kerja semakin sempit (Noviyanti, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki dan Pasaribu (2021) yang berjudul **“Meninjau Kegelisahan Mahasiswa Dengan Kondisi Lapangan Pekerjaan”** menjelaskan bahwa mahasiswa semester akhir merasakan cemas dan gelisah di masa sekarang karena banyaknya jumlah lulusan sarjana dari pada dengan jumlah lapangan pekerjaan, akibat dari masa pandemic Covid-19 berdampak pada berkurangnya lapangan pekerjaan sehingga membuat mahasiswa merasa semakin khawatir dan jurusan bukanlah sebagai pegangan dalam dunia kerja tetapi kemampuan yang kita punya. Penelitian yang serupa dilakukan oleh Argasiam (2022) yang berjudul **“Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja**

Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Unika Soegijapranata Ditinjau Dari Hubungan Keaktifan Mengikuti Organisasi” menjelaskan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami tingkat kecemasan sedang. Mahasiswa merasa cemas disebabkan karena merasa keaktifan di dalam organisasi menjadi tumbuh dan berkembang mahasiswa. Seiring berjalannya waktu dengan aktif di dalam organisasi dalam membentuk kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan antar pribadi dan kemampuan dalam menyesuaikan diri. Keadaan ini akan mempengaruhi kecemasan.

Nugroho dan Karyono (2014) menjelaskan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan yang tinggi. Mereka merasa cemas disebabkan adanya kurangnya keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi seleksi masuk kerja, tidak merasa yakin karena kurangnya pengalaman yang dimilikinya, dan menganggap teori yang di dapatkan di perguruan tinggi tidak selamanya dapat diterapkan di lingkungan kerja. Sehingga individu .merasa cemas karena merasa tidak yakin, merasa tidak dapat menguasai suatu kejadian yang baru (Kelly, 1995). Sedangkan penelitian dilakukan oleh Susilarini (2022) yang berjudul **“Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self Efficacy dan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI”** menjelaskan bahwa mahasiswa semester akhir fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI angkatan 2017 mengalami tingkat kecemasan rendah dalam menghadapi dunia kerja dikarenakan mahasiswa mempunyai keyakinan diri yang tinggi.

Dukungan sosial orang tua juga menjadi peranan penting bagi setiap individu. Selama rentang perkembangan anak akan mengalami rintangan-rintangan di setiap tahapan perkembangan yang harus di capai sehingga kehadiran orang tua memiliki peranan penting dalam melewati masa-masa sulit dan keberlangsungan kehidupan anak di masyarakat luas. Adanya dukungan sosial dari orang tua akan memberikan dampaknya tersendiri bagi anak (Kustiyah, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Lestari (2020) yang berjudul **“Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi Pada Usia Prasekolah Di RSUD Advent Medan Tahun 2019”** menghasilkan bahwa adanya dukungan sosial orang tua dapat menyebabkan ketenangan dan rasa aman pada anak.

Adanya dukungan sosial orang tua yang positif dapat menurunkan tingkat kecemasan individu dalam menghadapi dunia karir (Sekarina dan Indriana, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri an Febriyanti (2020) dengan judul **“Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro”** menjelaskan bahwa dukungan sosial orang tua dapat menjadi faktor dalam mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja. Hal ini dikarenakan dengan adanya dukungan dapat membantu dalam membuat keputusan karir di masa depan. Orang tua memiliki pengaruh yang besar karena individu memulai hidup melalui keluarga. Penelitian lain menjelaskan bahwa dukungan yang paling besar di dalam lingkungan rumah yaitu adanya dukungan dari orang tua karena terbentuknya pertama kali dalam kehidupan manusia melalui orang tua (Azizah, 2011). Dengan adanya dukungan orang tua dapat memberikan keyakinan untuk individu supaya tetap yakin dengan dirinya supaya dapat mampu mengatasi masalah yang akan dihadapinya guna untuk melanjutkan tahap perkembangan individu.

Adanya pola interaksi dan hubungan erat dengan orang terdekat akan menimbulkan rasa diperhatikan, rasa aman, rasa nyaman, rasa dimiliki, adanya yang membimbing dan sebagainya (Cutrona, 1984). Mahasiswa dengan dukungan orang tua yang tinggi akan dapat mengontrol kecemasan dalam menghadapi dunia karir sebaliknya ketika mahasiswa yang memiliki rendahnya dukungan orang tua akan tidak mampu dalam mengontrol kecemasan. Hal ini sejalan dengan penjelasan Horney (1937) apabila orang tua tidak dapat memenuhi kebutuhan anak akan kepuasan dan keamanan akan memunculkan permusuhan dasar atau kecemasan dasar (basic

anxiety) karena adanya perasaan terisolasi, tidak berarti, terancam bahaya dan tidak berdaya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati (2016) yang berjudul “**Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Karir Siswa Kelas XI Akutansi Di SMK Negeri 1 Bantul**” menjelaskan bahwa adanya dukungan sosial yang didapatkan siswa kelas XI akutansi dapat mempengaruhi kecemasan karir. Tingkat dukungan sosial siswa kelas XI Akutansi DI SMK Negeri 1 Bantul di katagorikan rendah, sedang dan tinggi. Dukungan sosial katagori sedang sebanyak 62 siswa dari 95 siswa, katagori rendah sebanyak 15 siswa dan katagori tinggi sebanyak 18 siswa. Hal ini menunjukkan dukungan sosial yang dilihat dari empat aspek yaitu emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif menjelaskan bahwa siswa memiliki tingkat dukungan sosial yang cukup baik. Siswa yang termasuk dalam katagori rendah dalam dukungan sosial memiliki kecemasan karir masa depan karena dipengaruhi oleh kurangnya dukungan sosial dari orang terdekat yaitu keluarga.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizqi dan Ediati (2020) yang berjudul “**Dukungan Sosial Keluarga dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir**” menjelaskan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir fakultas hukum Universitas Pancasakti Tegal tergolong rendah yang artinya mahasiswa semester akhir mendapatkan dukungan sosial keluarga yang tinggi. Mahasiswa semester akhir tersebut mendapatkan bantuan, adanya kedekatan emosional, merasa dianggap dalam keluarga, dan adanya bimbingan dari anggota keluarga.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis sementara yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Hipotesis Nol

H_0 : Tidak ada pengaruh negatif antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan

2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Hal ini diasumsikan rendahnya kecemasan menghadapi dunia karir bukan dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga

2. Hipotesis Alternatif

H_a : Ada pengaruh negatif antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Hal ini diasumsikan dukungan sosial keluarga dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir.

BAB III

METODE

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan jenis metode korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang dilakukan untuk menjawab pertanyaan dengan menggunakan rancangan yang terstruktur yang sesuai dengan sistematika ilmiah (Paramita, Rizal dan Sulistyan, 2021). Data kuantitatif berupa angka atau kualitatif yang diangkakan (Sugiyono, 2019). Jenis penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang mengukur pengaruh antara dua variable atau lebih (Cresswell, 2014).

B. Identifikasi Variable Penelitian

Variable bebas adalah variable yang mempengaruhi atau yang menjadi penyebab atau pengaruh perubahan. Variable terikat adalah variable yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variable bebas (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini menggunakan dua variable sebagai berikut:

1. Variable terikat : kecemasan menghadapi dunia kerja
2. Variable bebas : dukungan sosial keluarga.

C. Definisi Operasional

1. Kecemasan menghadapi dunia karir

Kecemasan menghadapi dunia karir diartikan memandang masa depan dengan rasa khawatir, ketidakberdayaan dalam menghadapi suatu masalah sehingga dapat menimbulkan efek psikologis maupun fisik. Adapun aspek yang diukur kecemasan menghadapi dunia karir yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran dan suasana hati.

2. Dukungan Sosial Orang Tua

Dukungan sosial orang tua yaitu adanya hubungan yang erat atau dekat dengan orang tua yang bersifat tolong menolong sehingga akan membantu dalam memenuhi kebutuhan dalam mengatasi masalah yang sedang dialami. Adapun aspek yang diukur dukungan sosial yaitu kelekatan emosional (*attachment*), bimbingan (*guidance*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), kesempatan untuk mengasuh (*opportunity nurturance*), ketergantungan yang dapat diandalkan (*reliable alliance*), integrasi sosial (*sosial integration*).

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian atau sumber data yang berupa wilayah ataupun orang (Abubakar, 2021). Populasi dari penelitian ini dilakukan di Fakultas Ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta mahasiswa angkatan tahun 2019 yang sedang melaksanakan skripsi. Adapun populasi keseluruhan berjumlah 574 orang mahasiswa.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau keseluruhan dari populasi penelitian (Abubakar, 2021). Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Pengambilan teknik ini dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata sehingga setiap anggota populasi dapat memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel. Pengambilan jumlah subjek pada populasi kurang dari 100 maka seluruh populasi akan menjadi sampel penelitian sebaliknya apabila jumlah subjek pada populasi lebih dari 100, maka dapat diambil sebesar 10-15% atau 15-25% dari jumlah populasi (Arikunto, 2017). Berdasarkan penjelasan tersebut maka peneliti mengambil 25% dari 574 populasi mahasiswa.

Hasil dari perhitungan diatas menghasilkan jumlah sampel sebesar 143 orang.

E. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara pengambilan data. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik sebagai berikut:

1. Observasi

Metode observasi dilakukan dengan cara pengamatan dan pencatatan dengan sistematis terhadap fenomena yang sedang diamati dengan tujuan agar mendapatkan data mengenai suatu masalah sehingga diperoleh pembuktian atau pemahaman terhadap informasi yang sudah diperoleh sebelumnya.

Observasi meliputi peneliti melakukan kegiatan pengamatan untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi dunia karir dengan dukungan sosial orang tua pada mahasiswa semester akhir fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

2. Angket

Metode angket berisikan pertanyaan atau pernyataan secara tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu secara pasti variable yang diukur dan tahu apa yang harus diharapkan dari responden (Sugiyono, 2019). Angket tentang dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia karir menggunakan jawaban dengan bentuk skala likert. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok individu mengenai fenomena sosial.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan mencari data mengenai hal-hal yang berupa buku, catatan, majalah, surat kabar, transkrip dan sebagainya. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data yang akan diteliti dan diperulakan untuk mengutip arsip dan catatan yang ada pada objek yang sedang diteliti.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat untuk melakukan pengukuran terhadap fenomena-fenomena disekitar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia karir. Pada penelitian ini instrumen penelitian berupa skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok individu mengenai fenomena sosial. Dengan skala likert maka variable yang diukur akan dijabarkan menjadi indikator variable kemudian akan dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item instrument yang berupa pertanyaan ataupun pernyataan.

Nilai Skala Likert

Katagori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

1. Skala Kecemasan menghadapi dunia karir

Kecemasan menghadapi dunia karir dalam penelitian ini di ukur menggunakan skala yang diadaptasi dari teori Greenberger & Padesky (2004) yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, dan suasana hati yang diterjemahkan dari bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia.

Tabel 3.1

Blueprint Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Total
1	Reaksi fisik	Telapak tangan berkeringat ketika mencemaskan peristiwa di masa depan	1	2	10
		Jantung berdegup kencang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	3	4	
		pusing ketika dihadapi dengan situasi yang membuat cemas	5	6	
		Otot tegang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	7	8	

		Pipi memerah ketika membayangkan dunia karir di masa depan	9	10	
2	Reaksi perilaku	Menghindari suatu hal yang dapat memunculkan cemas	11	12	6
		meninggalkan suatu hal yang dapat memunculkan cemas	13	14	
		Menjauhi suatu hal yang dapat memunculkan cemas	15	16	
3	Reaksi pemikiran	Berfikir yang berlebihan terkait karir di masa depan	17,18	19	12
		kurang mampu dalam menghadapi masalah	20,21,	22,23,24	

		khawatir terhadap keburukan yang akan terjadi di masa depan	25,26	27,28	
4	Suasana hati	Perasaan Jengkel	29	30	10
		Perasaan Gugup	31,32	33	
		Perasaan Panik	34, 35	36	
		Perasaan cemas	37	38	
Total					

2. Skala Dukungan sosial orang tua

Dukungan sosial orang tua dalam penelitian ini diukur menggunakan metode kuesioner yang diadaptasi dari skala SPS (Social Provisions Scale) yang dibuat oleh Weiss (Cutrona, 1984) yang terdiri dari enam aspek yaitu ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan (*Guidance*), pengakuan yang positif (*Reassurance of Worth*), kelekatan emosional (*attachment*), integrasi sosial (*social integration*), kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity Nurturance*).

Tabel 3.2

Blue Print Skala Dukungan Sosial Orang Tua

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Total
1		Menimbulkan rasa aman	1	2	6

	Kelekatan emosional (<i>attachment</i>)	Menimbulkan kepercayaan	3	4	
		Menimbulkan kenyamanan	5	6	
2	Bimbingan (<i>Guidance</i>)	Memberikan informasi, nasihat, dan saran	7,8, 9,10	11,12	6
3	Pengakuan positif (<i>Reassurance of Worth</i>)	Memberikan apresiasi terhadap kemampuan	13	14	4
		Memberikan penghargaan terhadap kualitas diri	15	16	
4	Kesempatan untuk mengasuh (<i>Opportunity Nurturance</i>)	Adanya perasaan saling membutuhkan dengan orang tua	17,18	19,20	4
5	Ketergantungan yang dapat diandalkan (<i>Reliable Alliance</i>)	Menganggap orang tua dapat diandalkan untuk membantunya dalam	21	22	2

		menyelesaikan masalah yang dihadapi			
6	Integrasi sosial (<i>sosial integration</i>)	Adanya dukungan dari orang tua	23	24	2
Total					24

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kebenaran dalam suatu instrument penelitian. Instrumen yang valid memiliki validitas yang tinggi sebaliknya instrumen yang kurang valid memiliki validitas yang rendah sehingga tinggi rendahnya suatu validitas instrumen menunjukkan bahwa sejauhmana data yang didapat tidak menyimpang dari gambaran tentang variable yang dimaksud (Abubakar, 2021). Pada penelitian ini yaitu pengujian validitas alat ukur dilakukan dengan pengujian validitas isi (*content validity*). Pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan penyusunan kisi-kisi instrument dari indikator dari aspek-aspek kecemasan karir dan dukungan sosial orang tua. Untuk menguji validitas butir-butir instrument lebih lanjut maka setelah dilakukannya melalui pendapat profesional (*professional judgment*)

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu instrumen yang digunakan sebagai alat pengumpulan data. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya yang artinya data sesuai dengan kenyataan (Abubakar, 2021). Reliabilitas skala dalam penelitian ini disebut sebagai koefisien reliabilitas. Koefisien reliabilitas muncul pada rentang angka

0 sampai dengan 1 sehingga semakin mendekati angka 1 akan menunjukkan alat ukur tersebut memiliki reliabilitas tinggi. Kriteria pemilihan aitem didasarkan pada nilai korelasi aitem total dengan batasan nilai $\geq 0,30$ yang artinya memiliki daya deskriminasi yang memuaskan sebaliknya jika aitem $\leq 0,30$ hasil tersebut dianggap gugur (Azwar, 2017). Perhitungan reliabilitas dibantu dengan menggunakan komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

H. Teknik Analisis Data

Analisa data merupakan suatu metode yang digunakan untuk menganalisis dan mengelola hasil penelitian yang dijadikan sebagai dasar penarikan kesimpulan (Azwar, 2012). Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi linear sederhana karena variable yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah dua yaitu dukunga sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia karir. Perhitungan penelitian ini dibantu dengan menggunakan komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

1. Analisis Deskriptif

Pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yaitu digunakan untuk menganalisa data atau menggambarkan data yang sudah terkumpul dengan penyajian data berupa diagram, tabel, grafik, persentasi, frekuensi, perhitungan mean, modus dan median. Penelitian ini peneliti menggunakan bantuan program komputer Microsoft Excel dan Statistical Product and Service Solution (SPSS). Data yang sudah diperoleh kemudia dianalisis melalui beberapa tahap sebagai berikut:

a. Mencari Mean

Mencari mean dapat dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$M = \sum X/N$$

Keterangan :

- M : Mean
 X : Banyaknya nomor pada variable X
 N : Jumlah total

b. Mencari Standar deviasi

Mencari standar deviasi dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{6} (I \text{ Max} + I \text{ Min})$$

Keterangan :

- SD : Standar deviasi
 I Max : Skor tertinggi
 I Min : Skor terendah

c. Mencari katagorisasi

Katagorisasi digunakan untuk menempatkan individu kedalam kelompok secara terpisah dimulai dari katagorisasi tinggi, sedang dan rendah. Berikut rumus katagorisasi:

Pengelompokan Katagori

Kriteria Jenjang	Katagorisasi
$X > \text{Mean} + SD$	Tinggi
$\text{Mean} - SD \leq X \leq \text{Mean} + SD$	Sedang
$X < \text{Mean} - SD$	Rendah

d. Analisis Persentasi

Setelah diketahui Mean dan Standar Deviasi maka selanjutnya melakukan analisis persentasi dengan menggunakan rumus sebagai berikut

$$P = \frac{F}{N} 100\%$$

Keterangan

- P : Persentase
F : Frekuensi
N : Jumlah Subjek

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data yang diambil dari populasi akan terdistribusi normal atau berada dalam sebaran dan untuk mengukur data yang berskala ordinal, interval, rasio. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *Komplgorov Smirnov* yang dibantu melalui program komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*). Kriteria dalam pengujian normalitas yaitu *Asymp. Sig (2 tailed)* yang menunjukkan nilai $(sig) > 0,05$ menjelaskan data tersebut terdistribusi normal sebaliknya jika nilai $(sig) < 0,05$ menjelaskan data tersebut tidak terdistribusi normal.

b. Uji Linear

Uji linear digunakan untuk menguji apakah ada pengaruh antara variable bebas dan variable terikat menghasilkan ada atau tidaknya hubungan variable yang signifikan secara linear. Uji linear dalam penelitian ini menggunakan teknik *Anova* yang dibantu melalui komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*). Kriteria dalam pengujian linear yaitu ketika nilai probabilitas $> 0,05$ menjelaskan data tersebut memiliki linear sebaliknya apabila nilai probabilitas $< 0,05$ maka hubungan antar kedua variable tidak linear.

3. Uji Hipotesis

a. Persamaan regresi linear sederhana

Persamaan regresi linear sederhana yaitu suatu model persamaan yang menjelaskan hubungan satu variable bebas (X) dengan variable terikat (Y). Persamaan regresi linear sederhana dapat diekspresikan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan

Y : Garis regresi/variable respons

a : Konstanta (intersep), perpotongan dengan sumbu vertical

b : Konstanta regresi

X : Variable bebas

b. Uji F (Stimulan)

Uji F digunakan untuk mengetahui variable independen apakah berpengaruh atau tidak terhadap variable dependen. Untuk menguji kedua hipotesis digunakan uji F dengan nilai signifikansi (α) 0,05. Kriteria dalam uji F jika nilai signifikansi $F < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya variable bebas memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variable terikat sebaliknya jika nilai signifikansi $F > 0,05$ H_0 diterima dan H_1 ditolak yang artinya variable bebas tidak memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variable terikat.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPNV Jakarta

Fakultas ekonomi dan bisnis merupakan salah satu fakultas perintis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta pada tahun 2010. Pada tahun 2017 fakultas ekonomi dan bisnis terus melakukan pengembangan terdapat dua prodi yang baru dibuka yaitu prodi ilmu ekonomi pembangunan dan prodi ekonomi syariah. Saat ini Fakultas ekonomi dan bisnis Terdapat empat program studi yaitu manajemen, akuntansi, ekonomi syariah dan ekonomi pembangunan.

Visi dan Misi

Visi Fakultas :

Menjadi fakultas ekonomi dan bisnis yang unggul, berkualitas internasional, inovatif, berdaya saing dan berindentitas bela negara untuk pembangunan masyarakat Indonesia.

Misi Fakultas :

- a. Menyelenggarakan pendidikan ekonomi dan bisnis yang bermutu untuk menghasilkan lulusan berdaya saing nasional yang berindentitas bela negara.
- b. Mengembangkan budaya penelitian dibidang ekonomi dan bisnis untuk menghasilkan penelitian yang inovatif dan bermandaat bagi masyarakat.
- c. Melaksanakan pengabdian masyarakat yang berjiwa bela negara untuk pembangunan masyarakat Indonesia
- d. Melaksanakan *good faculty governance* berbasis manajemen resiko.
- e. Mengembangkan kolaborasi dan kerjasama di tingkat Nasional dan Internasional dalam rangka menghadapi perubahan global.

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari kamis hingga kamis pada tanggal 9 Februari 2023 hingga 16 Februari 2023. Responden pada penelitian ini berjumlah 143 mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta melalui *google form*.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Pada penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas isi yang telah di telaah dan di revisi butir pernyataan berdasarkan pendapat profesional (*professional judgment*) yang dilakukan oleh dosen Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog. Selanjutnya dilakukan uji coba dan dianalisis dengan menggunakan teknik uji korelasi product moment dengan cara mengkorelasikan pada setiap skor item dengan skor total lalu mengecek kelebihan bobot dilakukan dengan *corrected item total correlation*. Tujuan melakukan uji validitas untuk mencari korelasi antara skor item dengan skor total sehingga dapat mengetahui validates pada setiap itemnya.

Berdasarkan hasil uji validitas skala kecemasan menghadapi dunia karir tidak terdapat aitem yang gugur. Terdapat 38 aitem yang valid telah di uji cobakan. Aitem yang valid adalah aitem dengan nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38. Aitem yang valid memiliki nilai signifikansi $> 0,163$. Keterangan lebih jelas dapat dilihat pada lampiran 8.

Selanjutnya berdasarkan hasil uji validitas skala dukungan sosial orang tua tidak terdapat aitem yang gugur. Aitem yang valid adalah aitem dengan nomor 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,

18,19,20,21,22,23,24. Aitem yang valid memiliki nilai signifikansi $> 0,163$. Keterangan lebih jelas dapat dilihat pada lampiran 8.

b. Uji Reliabilitas

Berdasarkan perhitungan koefisien alpha skala kecemasan menghadapi dunia akhir telah memenuhi persyaratan uji reliabilitas yaitu memperoleh nilai sebesar 0,916 yang artinya nilai koefisien $> 0,700$ sehingga skala kecemasan menghadapi dunia karir dapat dikatakan reliabel. Hasil reliabilitas dapat dilihat dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 3.3

Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Case Processing Summary				Reliability Statistics	
		N	%	Cronbach's Alpha	N of Items
Cases	Valid	143	100.0	.918	37
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	143	100.0		

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa skala kecemasan menghadapi dunia karir dapat dianggap sebagai alat ukur yang terpercaya.

Selanjutnya berdasarkan perhitungan koefisien alpha skala dukungan sosial orang tua dikatakan reliabel dikarenakan memperoleh nilai sebesar 0,918 yang artinya nilai koefisien $> 0,700$ sehingga skala dukungan sosial orang tua dapat dikatakan reliabel. Hasil reliabilitas dapat dilihat dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 3.4**Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial Orang Tua**

Case Processing Summary				Reliability Statistics	
		N	%	Cronbach's Alpha	N of Items
Cases	Valid	143	100.0	.940	24
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	143	100.0		

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa skala dukungan sosial orang tua dapat dianggap sebagai alat ukur yang terpercaya.

2. Uji Deskriptif

Pada penelitian ini melakukan uji deskriptif bertujuan untuk menganalisa data atau mengkatagorikan dua variable yaitu kecemasan menghadapi dunia karir dan dukungan sosial orang tua pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Terdapat tiga tingkatan katagori dalam uji deskriptif yaitu rendah, sedang dan tinggi. Berikut hasil uji deskriptif melalui SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

Tabel 3.5**Hasil Uji Data Statistik Deskriptif**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	143	49	130	96.01	13.205
Dukungan Sosial Orang Tua	143	39	96	69.64	11.812
Valid N (listwise)	143				

Berdasarkan tabel deskriptif, diketahui bahwa mean dari variable kecemasan menghadapi dunia karir menunjukkan hasil yaitu 96.01 dan standart devisasi (SD) yaitu 13.205. Selanjutnya mean dari variable dukungan sosial orang tua menunjukkan hasil yaitu 69.64 dengan standart

deviasi (SD) yaitu 11.812. Setelah mengetahui hasil kedua variable mean dan standart deviasi (SD) selanjutnya akan dilakukan katagorisasi berdasarkan tingkat rendah, sedang dan tinggi.

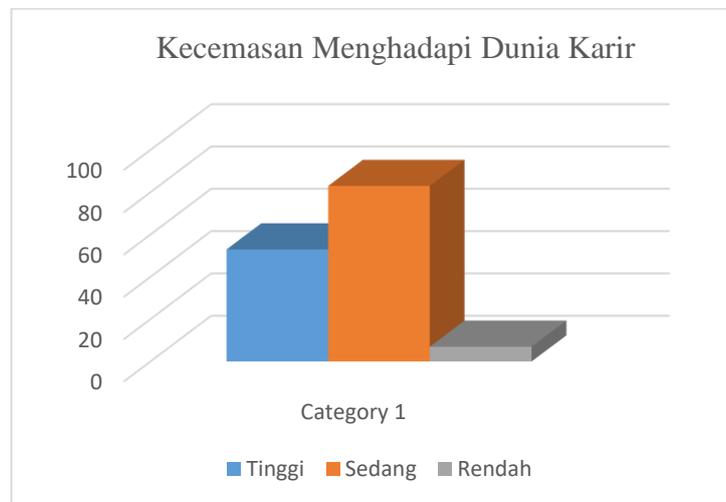
Tabel 3.6

Hasil Katagorisasi Data Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

		Katagori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	4.9	4.9	4.9
	Sedang	84	58.7	58.7	63.6
	Tinggi	52	36.4	36.4	100.0
	Total	143	100.0	100.0	

Katagori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 76$	7	4.9%
Sedang	$76 \leq X < 103$	84	58.7%
Tinggi	$103 \leq X$	52	36.4%

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan bawah terdapat 143 responden mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta memiliki nilai tingkatan kecemasan yang berbeda-beda. Terdapat 7 responden atau sebesar (49%) yang memiliki tingkat rendah terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Terdapat 84 responden atau sebesar (58.7 %) yang memiliki tingkat sedang terhadap kecemasan menghadapi dunia karir dan erdapat 52 responden atau sebesar (36.4%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Untuk lebih jelasnya hasil katagorisasi kecemasan menghadapi dunia karir dapat dilihat dalam gambar diagram sebagai berikut :



Dapat disimpulkan berdasarkan katagorisasi tersebut mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta cenderung memiliki katagori sedang terhadap kecemasan dunia karir. Aitem yang dikatagorikan sedang pada indikator berfikir yang berlebihan terkait karir di masa depan perasaan gugup. Aitem berfikir berlebihan terkait karir di masa depan pada nomor 17 dengan nilai mean 3.25 dan nomor 18 dengan nilai mean 3.10. Aitem perasaan gugup pada nomor 31 dengan nilai mean 3.28.

Tabel 3.7

Hasil Katagorisasi Data Dukungan Sosial Orang Tua

Katagori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	25	17.5	17.5	17.5
Sedang	80	55.9	55.9	73.4
Tinggi	38	26.6	26.6	100.0
Total	143	100.0	100.0	

Katagori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 58$	25	17.5%
Sedang	$58 \leq X < 77$	80	55.9%

Tinggi	$77 \leq X$	38	26.6%
--------	-------------	----	-------

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan bahwa terdapat 143 responden mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang memiliki nilai tingkat dukungan sosial orang tua yang berbeda-beda. Terdapat 25 responden atau sebesar (17,5%) yang memiliki tingkat rendah terhadap dukungan sosial orang tua. Terdapat 80 responden atau sebesar (55.9%) yang memiliki tingkat sedang terhadap dukungan sosial orang tua. Terdapat 38 responden atau sebesar (26.6%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap dukungan sosial orang tua. Untuk lebih jelasnya hasil kategorisasi dukungan sosial orang tua dapat dilihat dalam gambar diagram sebagai berikut:



Dapat disimpulkan berdasarkan kategorisasi tersebut bahwa mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta cenderung memiliki kategori sedang terhadap dukungan sosial orang tua. Aitem yang dikategorikan sedang pada indikator menimbulkan kepercayaan, memberikan apresiasi terhadap kemampuan dan memberikan penghargaan terhadap kualitas diri. Aitem menimbulkan kepercayaan pada nomor 3 dengan nilai mean 3.12. Aitem memberikan apresiasi terhadap kemampuan pada nomor 13 dengan nilai

mean 3.1. Aitem adanya dukungan dari orang tua pada nomor 23 dengan nilai 3.07.

3. Uji Normalitas

Penelitian ini melakukan uji normalitas yang bertujuan untuk apakah data yang diambil berdistribusi normal. Peneliti menggunakan teknik analisis *Komplgorov Smirnov* yang dibantu melalui komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) dengan kriteria nilai signifikansi (sig) > 0.05 . Berikut hasil normalitas dapat dilihat dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 3.8

Hasil Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		143
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.36492840
Most Extreme Differences	Absolute	.070
	Positive	.060
	Negative	-.070
Test Statistic		.070
Asymp. Sig. (2-tailed)		.082 ^c

Berdasarkan hasil tabel uji normalitas dengan rumus kolmogrov smirnov menghasilkan nilai sebesar 0.082 sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal karena nilai signifikansi (sig) > 0.05 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut dapat mewakili keseluruhan populasi.

4. Uji Linearitas

Penelitian ini melakukan uji linear bertujuan untuk mengetahui apakah adanya pengaruh antara variable bebas dengan variable terikat. Peneliti menggunakan teknik *Anova* yang dibantu melalui komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) dengan kriteria nilai probabilitas > 0.05 . Berikut hasil linear dapat dilihat dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 3.9

Hasil Linear

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Menghadapi Dunia Karir * Dukungan Sosial Orang Tua	Between Groups	(Combined)	12153.039	45	270.068	2.060	.002
		Linearity	3161.386	1	3161.386	24.110	.000
		Deviation from Linearity	8991.653	44	204.356	1.559	.036
	Within Groups		12718.933	97	131.123		
Total			24871.972	142			

Berdasarkan hasil tabel linear diatas menghasilkan nilai probabilitas 0.036 yang berarti data tersebut tidak linear. Hal ini dikarenakan nilai 0.036 tidak memenuhi kriteria nilai probabilitas yaitu > 0.05 .

5. Uji Hipotesis

a. Regresi Linear Sederhana

Peneliti menggunakan regresi linear sederhana yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019. Peneliti menggunakan teknik *Anova* yang dibantu melalui komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) dengan kriteria nilai signifikan (sig) > 0.05 . Berikut hasil regresi linear sederhana dapat dilihat dibawah ini sebagai berikut :

Tabel 4.1

Uji Hipotesis

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	125.833	6.227		20.209	.000
	Dukungan Sosial Orang Tua	-.399	.088	-.357	-4.531	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Berdasarkan hasil tabel diatas bahwa variable dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi variable kecemasan menghadapi dunia karir. Hal ini dikarenakan hasil variable dukungan sosial orang tua memperoleh nilai sebesar 0.000 yang artinya data tersebut < 0.05 . Maka dapat disimpulkan H_a dapat diterima yang artinya ada pengaruh negatif antara dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Pada hasil nilai pada kolom konstanta memperoleh nilai sebesar 125.833 yang artinya nilai konstanta kecemasan menghadapi dunia karir sebesar 125.833.

Tabel 4.2

Uji Hoptesis

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.357 ^a	.127	.121	12.409

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Orang Tua

Berdasarkan hasil tabel diatas memperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0.127 yang artinya 12,7% kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang dipengaruhi oleh dukungan sosial orang tua sedangkan sisanya 87,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

C. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Sosial Orang Tua Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 143 responden mahasiswa angkatan 2019 di dapatkan hasil 25 responden atau sebesar (17,5%) yang memiliki tingkat rendah terhadap dukungan sosial orang tua. Terdapat 80 responden atau sebesar (58.7%) yang memiliki tingkat sedang terhadap dukungan sosial orang tua dan 38 responden atau sebesar (36.4%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap dukungan sosial orang tua. Sehingga dapat disimpulkan mahasiswa angkatan 2019 fakultas ekonomi dan bisnis memiliki tingkat sedang terhadap dukungan sosial orang tua.

Dalam penelitian ini indikator yang memiliki katagorisasi sedang adalah indikator menimbulkan kepercayaan. Hal ini dikarenakan mahasiswa menunjukkan realitisan kenyataan terhadap kehidupan. Mahasiswa mendapatkan dukungan dari orang tua seperti selalu mendukung keputusan sehingga dapat menimbulkan rasa percaya diri. Orang tua yang memberikan rasa perhatian, kasih sayang yang tulus kepada anak akan menimbulkan rasa dihargai dan dikasihi di mata anak. Semakin besarnya dukungan sosial orang tua akan menimbulkan percaya diri yang semakin kuat namun sebaliknya jika rasa percaya diri anak rendah akan menimbulkan rasa rendah diri. Hal ini sejalan dengan penjelasan Mulyani, dkk (2021) bahwa adanya peranan orang tua dalam mendukung anaknya dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada anak. Peran orang tua tidak hanya sekedar memberikan materi tetapi dapat dijadikan dirinya sebagai orang tua, teman maupun sahabat bagi anak. Maka akhirnya pada aitem ini mereka setuju atau dikatakan sedang.

Selanjutnya indikator yang memiliki katagorisasi sedang adalah indikator memberikan apresiasi terhadap kemampuan. Hal ini

dikarenakan mahasiswa menunjukkan realistik kenyataan terhadap kehidupan. Orang tua memberikan apresiasi berupa mengucapkan selamat ketika anak berhasil terhadap pencapaian. Ketika anak mendapatkan banyak penghargaan dari orang tuanya maka akan dikelilingi energi positif. Selaras dengan pernyataan Mulyani, dkk (2021) ketika orang tua memberikan apresiasi, anak akan merasakan dihargai. Maka akhirnya pada aitem ini mereka setuju atau dikatakan sedang.

Pada indikator adanya dukungan dari orang tua memiliki katagorisasi sedang hal ini dikarenakan mahasiswa menunjukan realistik kenyataan terhadap kehidupan. Orang tua selalu mendukung pilihan karir yang dibuat oleh anak sesuai dengan minatnya. Adanya dukungan sosial orang merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pilihan karir. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan (2021) bahwa keberhasilan anak juga tidak terlepas dari dukungan orang tua yang beragam sehingga dengan adanya dukungan orang tua dapat mempengaruhi anak dalam membuat perencanaan karir.

Hal ini menunjukan bahwa mahasiswa angkatan 2019 mendapatkan dukungan sosial dari orang tua. Pada penelitian ini subjek berusia 20-24 tahun yang artinya subjek termasuk dalam katagori dewasa awal. Pengertian dewasa awal itu sendiri merupakan masa penyesuaian diri terhadap pola kehidupan dan harapan sosial yang baru (Hurlock, 2009). Salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi yaitu menghadapi dunia karir (Hurlock, 2009) sehingga dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang baru membutuhkan dukungan sosial salah satunya dukungan dari orang tua.

Dukungan sosial orang tua yaitu adanya hubungan yang dekat memiliki sifat tolong menolong dan memiliki nilai yang berarti bagi individu yang menerimanya. Orang tua memiliki pengaruh yang besar karena individu memulai hidupnya melalui peran orang tua. Orang tua

diharapkan bisa dapat memberikan saran, arahan maupun nasihat untuk membimbing anak menjadi pribadi yang positif, mandiri, percaya diri, motivasi dan berani membuat keputusan. Dukungan yang dapat diberikan berupa memberikan rasa aman, memberikan rasa kepercayaan dan kenyamanan, memberikan bimbingan, apresiasi, penghargaan, adanya perasaan saling membutuhkan, dapat diandalkan, dan adanya dukungan yang baik dapat berpengaruh positif bagi individu dalam melewati kecemasan (Weiss dalam Cutrona, 1984). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saragi dan Indrawati (2019) menjelaskan bahwa adanya pengaruh dukungan sosial orang tua dapat mengurangi kecemasan terhadap masa depan.

Pada penelitian ini mahasiswa memiliki hasil dukungan yang berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh berbedanya cara mahasiswa bersikap terhadap orang tuanya, hubungan timbal balik mahasiswa dengan orang tua dan cara orang tua bersikap kepada anaknya karena dukungan tidak hanya sekedar memberikan kontribusi dalam menurunkan kecemasan tetapi dapat menjadikan individu sebagai pribadi yang positif, mandiri, berani membuat keputusan dan berani menerima tantangan atau masalah contohnya seperti setelah lulus dari perkuliahan akan menghadapi dunia karir. Hal ini sejalan dengan penjelasan Turino (2018) bahwa mahasiswa sangat memerlukan dukungan sosial keluarga karena mereka harus memfokuskan diri untuk masa depannya dalam menghadapi dunia kerja.

Terdapat enam aspek dukungan sosial menurut Weiss (Cutrona, 1984) yaitu kelekatan emosional, bimbingan, pengakuan positif, kesempatan mengasuh dan ketergantungan yang dapat diandalkan, dan integrasi sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada aspek kelekatan emosional, mahasiswa mendapatkan rasa aman ketika berada di dekat orang tua, mendapatkan kepercayaan dan mendapatkan kenyamanan ketika berbagi pendapat kepada orang tua. Pada aspek bimbingan mahasiswa mendapatkan bantuan berupa informasi, nasihat

maupun saran mengenai karir di masa depan. Aspek pengakuan positif, orang tua memberikan apresiasi terhadap kemampuan anak seperti memberikan ucapan selamat ketika berhasil terhadap suatu hal. Kedua, orang tua memberikan penghargaan kepada anak seperti memberikan fasilitas terkait kemampuan yang dimilikinya.

Aspek kesempatan untuk mengasuh menimbulkan perasaan saling membutuhkan satu sama lain. Aspek ketergantungan yang dapat diandalkan mahasiswa mendapatkan bantuan dalam menyelesaikan masalahnya. Aspek integrasi sosial, mahasiswa merasakan adanya pertolongan dari orang tua seperti selalu mendukung pilihan karir. Pada penelitian ini adanya dukungan sosial orang tua yang positif dapat menyebabkan kebahagiaan, rasa aman, nyaman maupun tentram bagi kehidupan anak maupun orang tua.

Manfaat adanya dukungan sosial orang tua akan mengurangi depresi, kecemasan dan sintom gangguan tubuh (Apollo dan Andi, 2012). Cara individu untuk mengurangi kecemasan dengan adanya dukungan sosial orang tua untuk menaruh perhatian. Hal ini sejalan dengan pendapat Sekarina dan Indriana (2018) dukungan sosial orang tua dapat mencegah munculnya kecemasan pada individu. Dukungan sosial orang tua dapat diberikan dengan cara mendengarkan keluh kesah individu sehingga akan memberikan efek yang positif bagi pelepasan emosi, meningkatkan percaya diri dan mengurangi kecemasan karena manusia merupakan makhluk sosial pasti membutuhkan orang lain untuk membantunya dalam menyelesaikan masalah yang sedang dialaminya sehingga dapat membuat individu merasa lebih mudah dalam menyelesaikan masalahnya.

Dalam ayat al-quran surat juga menjelaskan untuk saling tolong menolong dalam hal kebaikan. Adanya hubungan manusia dengan Allah SWT adalah perwujudan manusia untuk beribadah dalam menjalankan perintah Allah SWT. Selanjutnya hubungan manusia dengan diri sendiri adalah perwujudan manusia bagaimana cara memperlakukan dirinya

dengan baik. Sedangkan hubungan manusia dengan lainnya adalah perwujudan manusia untuk saling menolong satu sama lain. Saling tolong menolong antar individu lainnya merupakan kesediaan seseorang dalam memberikan kebaikan karena di dalam diri manusia terdapat rasa empati serta peduli terhadap orang lain. Hal ini di singgung dalam al-qur'an dalam surat Al-Maidah ayat 2 :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا لَا تُجْلُوْا سَعَيْتِرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدٰى وَلَا الْقَلٰىدَ وَلَا ءَامِيْنَ الْبَيْتِ
الْحَرَامِ يَبْتَغُوْنَ فَضْلًا مِّنْ رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا ۗ وَاِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوْا ۗ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ اَنْ
صَدَدُوْكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعْتَدُوْا ۗ وَتَعَاوَنُوْا عَلٰى الْبِرِّ وَالتَّقْوٰى ۗ وَلَا تَعَاوَنُوْا عَلٰى الْاِثْمِ
وَالْعُدُوْنِ ۗ وَاتَّقُوا اللّٰهَ ۗ اِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعِقَابِ

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. Dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya”*

Pada ayat tersebut menjelaskan adanya saling tolong menolong. dapat menjadikan pondansi untuk membangun kerukunan hubungan antar individu. Saling membantu individu dalam menghadapi kesusahan dapat memberikan manfaat kepada orang lain.

2. Tingkat Kecemasan Menghadapi Dunia Karir Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 143 responden mahasiswa angkatan 2019 di dapatkan hasil 7 responden atau sebesar (49%) yang memiliki tingkat rendah terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Terdapat 83 responden atau sebesar (58.0 %) yang memiliki tingkat sedang terhadap kecemasan menghadapi dunia karir dan 53 responden atau sebesar (37.1%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Dapat disimpulkan mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta cenderung memiliki katagori sedang terhadap kecemasan menghadapi dunia karir.

Dalam penelitian ini indikator yang memiliki katagorisasi sedang adalah indikator berfikir berlebihan terkait karir di masa depan. Hal ini dikarenakan mahasiswa menunjukkan realitisan kenyataan terhadap kehidupan. Adanya perasaan takut menjadi pengangguran setelah lulus dari perguruan tinggi karena persaingan yang cukup ketat dan perasaan takut tidak dapat pekerjaan sesuai dengan keinginan. Persaingan yang cukup ketat akan menjadi tantangan bagi setiap fresh graduate yang akan berlomba-lomba dalam mencari pekerjaan karena persaingan dunia kerja meningkat setiap tahunnya. Hal ini didukung berdasarkan data databoks.katadata.co.id menjelaskan bahwa pada bulan angustus 2022 ada 673 ribu pengangguran lulusan perguruan tinggi (dilansir dari media <https://databoks.katadata.co.id> ,17 Maret 2023). Data yang mendukung selanjutnya menurut menteri tenaga kerja Ida Fauziyah pada bulan Febuari 2023 menjelaskan bahwa terdapat 12 persen atau 1,8 juta pengangguran Indonesia berasal dari lulusan sarjana dan diploma (dilansir dari media tempo.co, 17 Maret 2023). Hal-hal inilah yang dapat diduga mengapa mahasiswa mengalami kecemasan dalam menghadapi

dunia kerja yang tergolong sedang. Maka akhirnya pada aitem ini mereka setuju atau dikatakan sedang.

Selanjutnya indikator yang memiliki katagorisasi sedang adalah indikator perasaan gugup. Hal ini dikarenakan mahasiswa menunjukkan realitisan kenyataan terhadap kehidupan. Mahasiswa merasa gugup ketika ingin melakukan interview. Merasa gugup saat interview merupakan hal yang biasa dirasakan setiap individu. Hal ini bisa disebabkan karena kurangnya persiapan atau memiliki sedikitnya pengalaman dengan wawancara sehingga dapat mengurangi rasa percaya diri. Hal ini sejalan dengan penjelasan Diana (dalam Hastuti, 2017) bahwa cemas dalam wawancara disebabkan karena adanya rasa gugup menganggap sesuatu buruk akan terjadi ketika berhadapan dengan pengalaman yang baru seperti wawancara kerja. Peneliti melakukan wawancara yang dilaksanakan pada tanggal 19 Maret 2023 terhadap subjek MA yang menjelaskan bahwa subjek selalu merasa gugup sehingga merasa hilang fokus ketika ingin melakukan wawancara organisasi ataupun magang. Sehingga subjek merasa kurang memberikan hasil yang maksimal. Hal itu sebagaimana kutipan wawancara berikut:

“Iya, beberapa jam sebelum wawancara selalu mules, deg-deg kan, gugup. Aku selalu mikir takut gabisa jawab sama terbata-bata. Kadang selesai wawancara tuh suka ga merasa puas sama hasilnya gitu. Takut gagal aja.”

Kecemasan yang dialami mahasiswa dalam menghadapi dunia karir merupakan hal yang dapat dialami setiap individu karena sudah mulai memasuki tahap transisi menuju dewasa awal yang dimana tugas perkembangan yang harus dipenuhi yaitu menghadapi dunia karir (Hurlock, 2009). Karir memiliki arti sebagai pilihan pekerjaan yang sesuai dengan minat bakat, kemampuan, kepribadian, keterampilan ataupun kecerdasan (Dariyo, 2003). Hal ini bisa menjadi penyebab mahasiswa merasakan kecemasan karena sudah mulai memikirkan karir

di masa depan untuk keberlangsungannya hidupnya. Menurut pandangan humanistik kecemasan sebagai rasa kekhawatiran tentang masa depan terhadap apa yang akan dilakukan. Kecemasan menghadapi dunia karir digambarkan sebagai kondisi yang dimana individu merasakan kekhawatiran, kebingungan, gelisah, jengkel dalam menentukan karir dimasa depan. Hal ini sejalan dengan Kelly (1995) merasa cemas karena merasa tidak yakin, merasa tidak dapat menguasai suatu kejadian yang baru.

Menurut hasil penelitian mahasiswa angkatan 2019 merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan diri, merasa memiliki kemampuan diri yang terbatas, kurangnya pengalaman, merasa tidak dapat mencapai karir sesuai dengan keinginan dan banyaknya persaingan. Melihat informasi mengenai meningkatnya jumlah pengangguran, membayangkan prosedur kerja dapat menimbulkan kecemasan pada mahasiswa. Masalah pengangguran menjadi membuat mahasiswa berfikir dan ketidakpastian dalam merancang masa depan akan selalu berkaitan dengan kekhawatiran, kegelisahan, ketidakberdayaan, ekspektasi yang tidak sesuai harapan dapat menimbulkan rasa cemas. Bandura menyatakan apabila individu tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya akan cenderung merasakan cemas dalam menghadapi tantangan (Nevid, Rathus, & Greene, 2014).

Ghufron dan Risnawati (2010) memaparkan kecemasan sebagai pengalaman yang kurang menyenangkan sehingga menyebabkan perasaan kekhawatiran atau merasa tegang yang dialami. Dilihat dari teori kognitif kecemasan yang dirasakan mahasiswa terjadi karena adanya perasaan negatif terhadap dirinya dapat menyebabkan efek negatif sehingga dapat menimbulkan kekhawatiran akan kegagalan membuat kurangnya mengoptimalkan potensi dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki dan Pasaribu (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa semester akhir merasa cemas dan khawatir terhadap dunia kerja yang dimana jaman sekarang banyaknya

jumlah lulusan sarjana yang masih belum mendapatkan pekerjaan ditambah akibat pandemic covid-19 berkurangnya jumlah lowongan pekerjaan.

Mahasiswa merasakan kecemasan dengan tingkat yang berbeda-beda. Menurut Stuart (2007) menjelaskan adanya tiga tingkatan kecemasan yaitu kecemasan dengan tingkat ringan, sedang dan tinggi. Pada tingkat ringan, cemas yang dirasakan masih batas seperti cemas di dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat meningkatkan kewaspadaan, meningkatnya motivasi belajar dan kreativitas, dan dapat menyelesaikan masalah. Pada tingkat sedang, rasa cemas yang diikuti dengan mengutamakan sesuatu hal yang dianggap penting. Gejala yang dialami yaitu tidak sabar, otot tegang, merasa pusing, mudah tersinggung dan sulit dalam menyelesaikan masalah. Pada tingkat tinggi yaitu individu memikirkan hal lainnya yang diikuti dengan rasa cemas terhadap suatu hal yang detail. Ditandai dengan gejala seperti cara bicara yang terlalu cepat, badan gemetar, sulit untuk berfikir, merasa ketakutan, merasa bingung, menegangnya rahang dan sulitnya kontak mata dengan individu lainnya.

Kecemasan menghadapi dunia karir termasuk jenis kecemasan realistik. Arti dari kecemasan realistik adanya ketakutan terhadap bahaya yang tampak dan yang ada di dalam dunia nyata (Freud, 2007). Kecemasan yang dirasakan mahasiswa dapat dipicu dari faktor pikiran yang tidak rasional yang belum tentu terjadi. Hal ini sejalan dengan pendapat Adler dan Rodman (Ghufron dan Risnawati, 2010) terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan yaitu pikiran yang tidak rasional dan adanya pengalaman yang negatif di masa lalu. Pendapat lain menurut Browman (dalam Yunita, 2013) faktor munculnya kecemasan yaitu kurangnya percaya diri dan kurangnya pengalaman dan keahlian dalam bidang pekerjaan.

Sedangkan menurut Zahrani (dalam Sukmasari, 2017) menjelaskan terdapat dua faktor kecemasan yaitu faktor lingkungan keluarga dan

sosial. Terciptanya keluarga yang harmonis dan peduli sesama anggota keluarga akan menciptakan rasa nyaman dan akan mempengaruhi kecemasan saat di rumah karena kecemasan tidak akan muncul jika keluarga tersebut harmonis. Kedua, lingkungan sosial juga dapat mempengaruhi kecemasan karena saat individu berada pada lingkungan sosial yang kurang baik akan cenderung menimbulkan perilaku yang buruk maka akan menimbulkan penilaian buruk di mata masyarakat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor munculnya kecemasan melalui internal yaitu pikiran mahasiswa yang tidak rasional. Kedua faktor eksternal yaitu kurangnya dukungan dari orang tua.

Terdapat empat aspek kecemasan menurut Greenberg dan Padesky (2004) yaitu reaksi fisik, perilaku, pemikiran dan suasana hati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada reaksi fisik yang dialami mahasiswa berupa jantung berdebut kencang, kepala pusing dan otot tegang. Kondisi ini dikarenakan ketika berhadapan pada situasi yang dapat membuat cemas. Sebagian mahasiswa. Pada aspek perilaku ditandai dengan usaha untuk menghindari, meninggalkan dan menjauhi hal yang menyangkut percakapan mengenai karir di masa depan.

Pada aspek pemikiran ditandai dengan cara berfikir yang tidak rasional seperti persaingan kerja yang ketat mengakibatkan munculnya perasaan takut menjadi pengangguran atau tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan ekspektasi setelah lulus kuliah. Kedua, merasa kurang mampu dalam menghadapi masalah ditandai dengan cara berfikir yang pesimis seperti merasa kurang memiliki kemampuan dalam menghadapi pesaing lainnya. Ketiga, kekhawatiran terhadap keburukan di masa depan ditandai dengan cara berfikir yang berlebihan seperti khawatir sulit mendapat pekerjaan dan orang lain akan menghambatnya. Pada aspek suasana hati, ditandai dengan rasa jengkel seperti mahasiswa merasa jengkel ketika mengingat setelah lulus dari perguruan tinggi harus mencari pekerjaan, merasa gugup seperti mahasiswa merasa gugup ketika ingin melakukan wawancara, merasa

panic ketika melihat berita mengenai pengangguran dan cemas membayangkan proses wawancara. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan yang dialami mahasiswa terjadi karena merasa adanya bahaya yang menimbulkan respon cemas.

Individu akan merasa khawatir jika masa depannya tidak sesuai dengan ekspektasi contohnya tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, adanya ketakutan terhadap diri sendiri seperti takut tidak mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah. Sehingga individu dapat mengalami perasaan ketidakpuasan atau ketidaknyaman. Dalam al qur'an terdapat ayat yang berhubungan dengan kecemasan. Salah satunya dalam surat Al-Ma'arij ayat 19-21. Pada ayat tersebut menjelaskan sifat buruk yang dimiliki manusia seperti sifat keluh kesah ketika tertimpa kesusahan dan tidak bersyukur ketika mendapatkan kebaikan. Berikut Al-qur'an surat Al-Ma'arij ayat 19-21:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا^(١٩)

إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا^(٢٠)

وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا^(٢١)

Artinya :

- 19) Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh.
- 20) Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah
- 21) dan apabila mendapat kebaikan (harta) dia jadi kikir

Pada setiap ayat tersebut menjelaskan bahwa setiap manusia memiliki sifat buruk seperti ketika tertimpa keburukan akan muncul perilaku banyak mengeluh, memiliki keinginan yang berlebihan, sedih yang berkepanjangan dan sedikit kesabaran . Pada umumnya ketika kesulitan datang dalam hidupnya merasa dunia akan runtuh namun sebaliknya ketika mendapatkan kebaikan akan cenderung muncul perilaku sombong, maupun kikir.

3. Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Karir Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, diketahui bahwa adanya pengaruh negatif antara dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir yang dimana variable dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai variable memperoleh nilai sebesar 0.000 yang artinya data tersebut memenuhi kriteria < 0.05 . Dilihat angka koefisien korelasi bernilai negatif sebesar -337 yang artinya terdapat arah pengaruh variable yaitu negatif. Selanjutnya dilihat nilai koefisien determinasi sebesar 0.127 yang artinya 12,7% kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 dipengaruhi oleh dukungan sosial orang tua sedangkan sisanya 87,3% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah disampaikan oleh Sekarina (2018) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial orang tua memiliki pengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 26,9%.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Fatmawati (2016) bahwa adanya dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan karir pada siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Saragi dan Indrawati (2019) bahwa cemas dalam menghadapi masa depan dapat dibantu dengan adanya dukungan sosial dari orang tua. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketika mahasiswa mendapatkan dukungan sosial orang tua yang tinggi maka akan semakin rendah

tingkat kecemasan menghadapi dunia karir, namun sebaliknya jika mahasiswa mendapatkan dukungan sosial orang tua rendah maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia karir.

Kecemasan itu sendiri ialah sikap individu yang didasarkan pada pandangan atau perasaan pribadi yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketenggangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi seseorang dalam menghadapi kondisi yang belum pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut (Ghufron dan Risnawati, 2010). Menurut Muchlas (1976) menjelaskan kecemasan sebagai perasaan yang menduga-duga mengenai ketegangan mental (Ghufron dan Risnawati). Berdasarkan yang telah dipaparkan pada bab selanjutnya dalam kajian teori dijelaskan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan yaitu kepercayaan diri, kurangnya pengalaman atau keahlian dalam bidang tertentu, pengalaman negatif yang terjadi pada masa lalu dan pikiran yang tidak masuk akal.

Mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi, akan memasuki dunia karir apabila individu merasa kurangnya memiliki kemampuan yang dapat menghadapi pesaing lain akan cenderung menimbulkan cemas, namun sebaliknya jika individu percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki akan merasakan dapat menghadapi tantangan di dalam hidupnya. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizqi dan Ediati (2020) menjelaskan bahwa ketika seorang mahasiswa merasa memiliki kualitas diri yang baik dapat membuat individu percaya diri dalam menghadapi dunia karir, namun sebaliknya jika mahasiswa merasa kurang terhadap kualitas diri akan cenderung mudah merasakan cemas sehingga mahasiswa dituntut untuk memiliki kesiapan mental untuk memasuki dunia karir.

Perasaan gugup, khawatir, gelisah, takut, panik dapat dirasakan setiap manusia seperti khawatir setelah lulus dari perguruan tinggi sulit mendapatkan pekerjaan, merasa resah ketika melihat berita jumlah pengangguran yang semakin banyak, takut menjadi pengangguran.

Dengan demikian rasa cemas sebenarnya merupakan ketakutan yang belum tentu terjadi di masa depan yang dibuat oleh diri sendiri. Di dalam al-qur'an menawarkan solusi untuk jiwa yang sedang cemas yang dijelaskan di dalam ayat-ayat yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia sehingga mendapatkan ketenangan hati. yang diambil dari surat Al-Baqarah ayat 48 :

قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: *Kami berfirman: "Turunlah kamu semuanya dari surga itu! Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati".*

Pada ayat tersebut menjelaskan kondisi hati yang tidak tenang terkait suatu yang buruk akan terjadi di masa depan yang muncul dari asumsi individu. Dan juga dijelaskan bagi yang mengikuti petunjuk yang disampaikan oleh Allah SWT maka akan mendapatkan kebahagiaan, ketentraman, tidak akan cemas, tidak akan merasa sedih ataupun menyesal terhadap kejadian-kejadian di masa lalu maupun di masa depan karena ketaatan dan iman yang selalu berpegang teguh kepada petunjuk Allah.

Ketika seseorang sedang mengalami masalah, akan cenderung mencari solusi dari masalah tersebut. Jika tidak dapat menyelesaikan atau mencari solusi dalam menghadapi masalah sendiri, maka dapat meminta bantuan dari individu lainnya untuk membantunya dalam menghadapi suatu masalah yang sedang dihadapi contohnya meminta bantuan kepada orang tua. Ketika anak memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan orang tua akan berdampak pada timbulnya kecemasan pada mahasiswa. Adanya dukungan sosial yang tinggi maka dapat membantu individu dalam menghadapi kecemasan (Sarafino, 2011). Melalui dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi

dunia karir dapat mengurangi. Orang tua memiliki pengaruh yang besar karena individu memulai hidupnya melalui keluarga. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sitompul, Farradina dan Fadhli (2020) bahwa dalam mengatasi kecemasan perlu membangun dukungan individu yang paling dekat yaitu orang tua.

Hal-hal yang dapat terjadi setelah lulus dari perguruan tinggi seperti kegagalan mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah nantinya. Sehingga dibutuhkannya kondisi yang mendukung dari orang tua. Dukungan sosial orang tua bisa dalam bentuk kepedulian, bantuan, kenyamanan, penghargaan, dan kasih sayang. Di dalam al-qur'an membahas saling tolong menolong sesama manusia yang diambil dari surat Al-Balad ayat 17 :

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Artinya: *“Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang.”*

Pada ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah memerintahkan kepada manusia untuk saling mengasihi, menolong, menyayangi dengan keluarga sendiri maupun diri sendiri dan tidak saling bermusuhan. Ketika seseorang menciptakan suasana yang saling menyayangi, memberikan pengertian akan menciptakan suasana yang nyaman dan aman. Hubungan harmonis dapat dibentuk dengan berkomunikasi dengan baik tanpa menyinggung perasaan. Kedua, membantu seseorang ketika sedang mengalami kesulitan seperti memberikan dukungan supaya seseorang tersebut merasa dirinya tidak sendirian maupun tidak berarti.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Tingkat dukungan sosial orang tua mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berada pada katagori sedang sebanyak 80 mahasiswa atau sebesar 55,9%. Hal ini menunjukkan realistischen kenyataan bahwa orang tua selalu mendukung dan memberikan sebuah apresiasi serta penghargaan terhadap kualitas diri.
2. Tingkat kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berada pada katagori sedang sebanyak 83 mahasiswa atau sebesar 58,0%. Hal ini menunjuka realistischen kenyataan bahwa mahasiswa berfikir berlebihan terkait karir di masa depan dan adanya perasaan gugup ketika ingin melakukan wawancara dalam kehidupan.
3. Terdapat pengaruh negatif dalam dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang artinya dukungan sosial orang tua mempengaruhi kecemasan mahasiswa angkatan 2019. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 adalah dukungan sosial orang tua yaitu dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0.127 yang artinya 12,7% kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 dipengaruhi oleh dukungan sosial orang tua.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Pada hasil penelitian ini, peneliti menyarankan mahasiswa diharapkan dapat lebih dekat dengan orang tua dengan cara berdiskusi

mengenai dunia karir karena mampu meningkatkan rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya, mahasiswa dapat mencari informasi seputar dunia kerja serta meningkatkan diri dengan cara berfikir yang positif mengenai kualitas diri.

2. Bagi Orang tua

Pada hasil penelitian ini, peneliti menyarankan orang tua diharapkan selalu memberikan motivasi atau dukungan sosial kepada anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada hasil penelitian ini, peneliti menyarankan untuk dikaitkan dengan variable lainnya seperti melihat dari sisi kepercayaan diri, pola pikir dan religiusitas . Hal ini dikarenakan untuk melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir.

DAFTAR PUSTAKA

- Amylia, Y., & Surjaningrum, E. (2014). *Hubungan Antara Persepsi Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Leukimia*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3(2), 79-84.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). *Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri*. *Widya Warta, Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, No 2 Tahun XXXV I/ Juli , 224-271.
- Caesaria, S. D. (2022). 80 Persen Mahasiswa Bekerja Tidak Sesuai Dengan Jurusan. <https://www.kompas.com/edu/read/2022/11/07/090548371/80-persen-mahasiswa-bekerja-tidak-sesuai-jurusan-ini-4-alasannya?page=all>. diakses 24 April 2023
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G., (2022). *Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Tahun Akhir dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Masa Pandemi Berdasarkan Jenis Kelamin*. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 01-08
- CNBC, T. R. (2022). Membuka Skenario Terburuk Resesi 2023, RI Bisa Selamat Asal. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20221018072506-4-380452/membuka-skenario-terburuk-resesi-2023-ri-bisa-selamat-asal>. diakses pada 17 Oktober 2022.
- Cutrona, C., & Russell, D. (1987). *The Provisions Of Social Relationships And Adaptions To Stress*. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ernis, D. (2023). 12 Persen Pengangguran Didominasi Lulusan Sarjana dan Diploma. <https://www.kompas.id/baca/polhuk/2023/03/15/pengangguran-masih-didominasi-lulusan-pendidikan-tinggi> diakses 17 Maret 2023.

- Feist, J., Feist, G., & Roberts, T. A. (2017). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Greenberger, D & Padessky, C. A. (2004). *Manajemen Pikiran*. Bandung: Kaifa
- Hastuti. & Dwi. (2017). *Kesiapan Kerja dan Konsep Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Wawancara Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Usia*. Skripsi. Tidak Diketahui. Fakultas Psikologi. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia .
- Hilmi, M. D. (2017). *Dukungan Sosial Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Mahasiswa Disabilitas (Tuna Netra) di Kota Malang*. Skripsi. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia (IPPI). (2021). *Dinamika Karier dan Pernikahan Pada Perkembangan Dewasa Awal*. Yogyakarta: Bintang Semesta Media.
- Kasyfillah, A. M., & Susilarini, T. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI*. Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI, 5(3), 69-75.
- Kusnandar, V. B. (2022). Era Gubernur Anies Baswedan, Pengangguran Jakarta Bertambah 63 Ribu Jiwa. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/16/era-gubernur-anies-baswedan-pengangguran-jakarta-bertambah-63-ribu-jiwa>. diakses pada tanggal 27 Oktober 2022.

- Lestari, Yani. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi Pada Usia Prasekolah Di RSUD Advent Medan Tahun 2019*. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11 (1) ,372-386.
- Mariatun. Munir, A. & Metia, C. (2020). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1).1-7
- Mulyani, L. Fadhlani, N. Nuryana, R. Gustiyansyah, W. Paramitha, S.D. (2021). *Peran Orang Tua dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini*. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8 (1), 47-54.
- Mustika , S. W. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kestabilan Emosi Pada Pasien Pasca Stroke*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Nugroho, Thomas, Fajar. Adi. (2010). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Noviyanti, A. (2021). *Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. *Bimbingan dan Konseling*, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 3(2), 46-59.
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantra, M. (2017). *Dasar- Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: Sibuku Media.
- Purwanto, A. (2021). Provinsi DKI Jakarta: Ibu Kota Negara Dan Pusat Perekonomian Nasional. <https://kompaspedia.kompas.id/baca/profil/daerah/provinsi-dki-jakarta-ibu-kota-negara-dan-pusat-perekonomian-nasional>. diakses 28 Oktober 2022

- Pusparisa, Y. (2021). BPS: Sarjana yang Menganggur Hampir 1 Juta Orang pada Februari 2021. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/05/31/bps-sarjana-yang-menganggur-hampir-1-juta-orang-pada-februari-2021>. diakses pada tanggal 27 Oktober 2022.
- Putra, I. P. (2022). 1,5 Juta Mahasiswa Lulus Tiap Tahun, Pertumbuhan Lapangan Pekerjaan Hanya 300 Ribu. <https://www.medcom.id/pendidikan/news-pendidikan/PNg7np4N-1-5-juta-mahasiswa-lulus-tiap-tahun-pertumbuhan-lapangan-pekerjaan-hanya-300-ribu>. diakses pada tanggal 27 Oktober 2022.
- Putri, Anggia. (2020). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi. UIN Ar-Ranir.
- Putri, H. M. & Febriyanti, D. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. *Jurnal Empati*, 9 (5), 375- 383.
- Rahma U., & Rahayu E. W. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga dalam Membentuk Kematangan Karier Siswa SMP. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen* , 11 (3), 194-205
- Rahman, D. F. (2022). Ini Provinsi dengan Tingkat Pengangguran Tertinggi per Februari 2022. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/10/ini-provinsi-dengan-tingkat-pengangguran-tertinggi-per-februari-2022>. diakses pada tanggal 27 Oktober 2022.
- Ramadhan, N. A. (2021). *Dukungan Orang Tua Dalam Perencanaan Karir Remaja Di Desa Ganting Kenyamatan Salo Kabupaten Kampar*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Dakwah Dan Komunikasi. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan : Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.

- Risnawari, R., & Ghufron, M. N. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz .
- Rizki, A., & Pasaribu, M. H. (2021). *Meninjau Kegelisahan Mahasiswa Dengan Kondisi Lapangan Pekerjaan*. *Journal Pusdikra*, 1(1), 14-22.
- Rizqi, F. D. N. & Ediati, A. (2020). *Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiwa Semester Akhir*. *Jurnal Empati*, 8(4), 725-730
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir*. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 370-378.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketiga Belas Jilid 1&2*. tidak diketahui: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*.
- Saragi, C. V. & Indrawati, E. S. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Komunitas Pemusik Regular Remaja Di Kota Semarang*. *Jurnal Empati*, 8(1), 130-135.
- Sari, R., Suhami, & Silawati. (2018). *Analisis Pengaruh Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menghadapi Dunia Kerja (Studi Di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Suska Riau*. *Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 31-41.
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII SMK Yudya Karta Magerlang*. *Jurnal Empati*, 7(1), 381-386.
- Sitompul, E., Farradinna, S., & Fadhilia, T. N. (2020). *Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Universitas*. *Biopsikososial*, 4(2), 365-368.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmasari, Direra. (2017). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Angkatan 2013*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Susilarini, T. (2022). *Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self Efficacy dan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI*. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 6(1), 88-93
- Turino, Tommy Setiawan (2018) *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dosen Pembimbingan Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula Semarang*. Undergraduate thesis, Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula.
- Wijaya, R. B. A. & Muslim, A. (2021). Konsep Diri Pada Masa Dewasa Awal Yang Mengalami *Maladaptive Daydreaming*. *Jurnal Psikologi Islam*, 12(2), 179-193
- Wulan, M. K. & Astuti, R. S. (2023). Pengangguran Masih Didominasi Lulusan Pendidikan Tinggi. <https://www.kompas.id/baca/polhuk/2023/03/15/pengangguran-masih-didominasi-lulusan-pendidikan-tinggi>. diakses pada tanggal 17 Maret 2023
- Wulandari, Trisna. (2021). Jurusan Ekonomi Paling Diminati, Ini Lho Prospek Kerjanya. <https://www.detik.com/edu/ Perguruan-tinggi/d-5642053/jurusan-ekonomi-paling-diminati-ini-lho-prospek-kerjanya>. diakses pada tanggal 15 April 2023
- Zaviera, F. (2007). *Teori Kepribadian Sigmund Freud*. Yogyakarta : Prismsophie.

Lampiran 1
Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Telapak tangan berkeringat ketika memikirkan karir di masa depan	1	2	3	4
2	Saya merasa santai ketika memikirkan karir di masa depan	1	2	3	4
3	Jantung berdegup kencang ketika mengetahui ketatnya persaingan memasuki pekerjaan	1	2	3	4
4	Napas saya tidak sesak ketika membayangkan persaingan kerja yang ketat	1	2	3	4
5	Saya merasa pusing ketika orang tua selalu menanyakan rencana karir setelah lulus kuliah nanti	1	2	3	4
6	Saya tidak pusing ketika orang tua saya menanyakan rencana karir setelah lulus kuliah nantinya.	1	2	3	4
7	Saya merasa tegang ketika melihat berita semakin banyaknya jumlah pengangguran	1	2	3	4
8	Saya merasa santai ketika ditanyai kelanjutan karir setelah lulus kuliah nantinya.	1	2	3	4
9	Pipi saya memerah ketika membayangkan prosedur penerimaan kerja	1	2	3	4
10	Melihat banyaknya prosedur penerimaan kerja bukan masalah bagi saya	1	2	3	4
11	Saya menghindari percakapan-percakapan seputar karir	1	2	3	4
12	Saya merasa setelah lulus nanti dapat menjalankan rencana karir yang sudah dibuat	1	2	3	4
13	Saya meninggalkan teman-teman ketika sedang membicarakan perencanaan karir di masa depan	1	2	3	4

14	Saya senang mengikuti seminar mengenai karir di masa depan untuk mempersiapkan diri	1	2	3	4
15	Saya menjauhi teman-teman yang selalu bertanya tentang karir di masa depan	1	2	3	4
16	Saya senang berkumpul dengan teman-teman ketika membahas karir setelah lulus kuliah nantinya.	1	2	3	4
17	Saya takut menjadi pengangguran setelah lulus kuliah karena persaingan sangat ketat	1	2	3	4
18	Saya takut ketika lulus kuliah tidak dapat mendapatkan pekerjaan sesuai dengan keinginan saya	1	2	3	4
19	Saya merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki meskipun pada saat ini persaingan pekerjaan sangat ketat	1	2	3	4
20	Saya merasa kemampuan yang saya miliki kurang dalam menghadapi pesaing lainnya	1	2	3	4
21	Saya merasa kurang mampu dalam menghadapi persaingan kerja	1	2	3	4
22	Saya percaya diri karena memiliki banyak pengalaman organisasi	1	2	3	4
23	Saya merasa mampu mengatasi masalah sendiri yang sedang dihadapi	1	2	3	4
24	Saya meminta bantuan atau saran kepada teman atau orang tua saya mengenai permasalahan yang sedang dihadapi	1	2	3	4
25	Saya khawatir terhadap sulitnya mendapatkan pekerjaan setelah lulus nanti	1	2	3	4
26	Saya khawatir orang disekitar menghalangi kesuksesan karir	1	2	3	4

27	Saya yakin di masa depan akan sukses dalam karir saya	1	2	3	4
28	Saya yakin dapat menghadapi persaingan yang ketat dengan kemampuan yang saya miliki	1	2	3	4
29	Saya merasa jengkel ketika mengingat setelah lulus kuliah harus mencari pekerjaan	1	2	3	4
30	Saya merasa yakin setelah lulus kuliah mendapatkan pekerjaan sesuai keinginan	1	2	3	4
31	Saya merasa gugup ketika ingin melakukan interview	1	2	3	4
32	Saya resah melihat informasi terkait banyaknya jumlah pengangguran membuat resah	1	2	3	4
33	Saya merasa optimis setelah lulus kuliah nanti dapat melanjutkan kerja sesuai dengan kemampuan	1	2	3	4
34	Saya panik ketika melihat berita mengenai resesi ekonomi Indonesia	1	2	3	4
35	Saya merasa bingung ketika melihat ketatnya persyaratan dalam mencari pekerjaan	1	2	3	4
36	Saya mencari informasi mengenai karir supaya setelah lulus kuliah tidak kebingungan	1	2	3	4
37	Saya merasa gelisah ketika membayangkan proses proses wawancara	1	2	3	4
38	Saya tidak khawatir ketika akan menghadapi seleksi penerimaan	1	2	3	4

Lampiran 2
Skala Dukungan Sosial Orang Tua

No	Pernyataan	SS	S	ST	TS
1	Saya merasa aman dari segala ancaman saat berada di samping orang tua	1	2	3	4
2	Orang tua acuh ketika saya berada di keadaan yang sulit	1	2	3	4
3	Orang tua selalu mendukung keputusan sehingga saya merasa percaya diri	1	2	3	4
4	Orang tua tidak membimbing terkait masa depan saya	1	2	3	4
5	Saya merasa nyaman ketika berbagi pendapat mengenai karir yang akan diambil	1	2	3	4
6	Saya kurang nyaman ketika orang tua menanyakan karir setelah lulus kuliah nantinya	1	2	3	4
7	Orang tua dapat membantu dalam membuat keputusan karir di dalam hidup saya	1	2	3	4
8	Orang tua dapat memberikan solusi atau arahan dalam menentukan karir di masa depan	1	2	3	4
9	Orang tua dapat membantu memberikan informasi mengenai pekerjaan di masa depan	1	2	3	4
10	Orang tua dapat membantu memberikan saran terkait pekerjaan yang akan saya ambil	1	2	3	4
11	Saya pusing ketika mendengar nasihat dari orang tua saya	1	2	3	4
12	Orang tua tidak pernah memberikan saran untuk saya	1	2	3	4
13	Orang tua memberikan ucapan selamat saat saya berhasil	1	2	3	4
14	Orang tua pesimis dengan kemampuan dalam menghadapi karir di masa depan	1	2	3	4
15	Orang tua memberikan fasilitas terkait kemampuan yang saya miliki	1	2	3	4
16	Orang tua acuh saat saya sedang menghadapi masalah besar	1	2	3	4
17	Orang tua saya membutuhkan bantuan dari saya	1	2	3	4
18	Saya meminta pendapat orang tua saat membuat keputusan	1	2	3	4

19	Orang tua tidak membutuhkan bantuan dari saya	1	2	3	4
20	Orang tua tidak membantu ketika saya membutuhkan bantuan	1	2	3	4
21	Orang tua dapat diandalkan untuk memberikan bantuan jika saya benar-benar membutuhkannya	1	2	3	4
22	Orang tua tidak peduli dengan keluhan dan permasalahan yang sedang saya hadapi	1	2	3	4
23	Orang tua selalu mendukung pilihan karir yang sesuai dengan minat saya	1	2	3	4
24	Saya merasa sendiri ketika sedang dihadapi masalah	1	2	3	4

Lampiran 3

Blue Print Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

No	Aspek	Indikator	Deskriptor	Aitem		Jumlah
				Favorable	Unfavorable	
1	Reaksi Fisik	Telapak tangan berkeringat ketika mencemaskan peristiwa masa depan	Telapak tangan yang berkeringat secara berlebih	1. Telapak tangan berkeringat ketika memikirkan karir di masa depan	2. Saya merasa santai ketika memikirkan karir di masa depan	2
		Jantung berdegup kencang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	Jantung berdegup tidak seperti biasanya	3. Jantung berdegup kencang ketika mengetahui ketatnya persaingan memasuki pekerjaan	4. Napas saya tidak sesak ketika membayangkan persaingan kerja yang ketat	2

		Pusing ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	Pusing kepala secara mendadak	5. Saya merasa pusing ketika orang tua selalu menanyakan rencana karir setelah lulus kuliah nanti	6. Saya tidak pusing ketika orang tua saya menanyakan rencana karir setelah lulus kuliah nantinya.	2
		Otot tegang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	Otot tegang secara tiba-tiba	7. Saya merasa tegang ketika melihat berita semakin banyaknya jumlah pengangguran	8. Saya merasa santai ketika ditanyai kelanjutan karir setelah lulus kuliah nantinya.	2
		Pipi memerah ketika membayangkan dunia karir di masa depan	Pipi memerah secara tiba-tiba	9. Pipi saya memerah ketika membayangkan prosedur penerimaan kerja	10. Melihat banyaknya prosedur penerimaan kerja bukan masalah bagi saya	2

2	Reaksi Perilaku	Menghindari suatu hal yang dapat memunculkan cemas	Mengindari permasalahan	11. Saya menghindari percakapan- percakapan seputar karir	12. Saya merasa setelah lulus nanti dapat menjalankan rencana karir yang sudah dibuat	2
		Meninggalkan suatu hal yang dapat memunculkan cemas	Meninggalkan permasalahan	13. Saya meninggalkan teman-teman ketika sedang membicarakan perencanaan karir di masa depan	14. Saya senang mengikuti seminar mengenai karir di masa depan untuk mempersiapkan diri	2
		Menjauhi suatu hal yang dapat memunculkan cemas	Menjauhi permasalahan	15. Saya menjauhi teman-teman yang selalu bertanya tentang karir di masa depan	16. Saya senang berkumpul dengan teman-teman ketika membahas karir	2

					setelah lulus kuliah nantinya.	
3	Reaksi Pemikiran	Berfikir yang berlebihan terkait karir di masa depan	Cara berfikir yang tidak rasional	17. Saya takut menjadi pengangguran setelah lulus kuliah karena persaingan sangat ketat 18. Saya takut ketika lulus kuliah tidak dapat mendapatkan pekerjaan sesuai dengan keinginan saya	19. Saya merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki meskipun pada saat ini persaingan pekerjaan sangat ketat	3
		Kurang mampu dalam menghadapi masalah	Cara berfikir yang pesimis	20. Saya merasa kemampuan yang saya miliki kurang dalam menghadapi pesaing lainnya	22. Saya percaya diri karena memiliki banyak pengalaman organisasi	5

				21. Saya merasa kurang mampu dalam menghadapi persaingan kerja	23. Saya merasa mampu mengatasi masalah sendiri yang sedang dihadapi 24. Saya meminta bantuan atau saran kepada teman atau orang tua saya mengenai permasalahan yang sedang dihadapi	
		Khawatir terhadap keburukan yang akan terjadi di masa depan	Cara berfikir yang berlebihan	25. Saya khawatir terhadap sulitnya mendapatkan pekerjaan setelah lulus nanti	27. Saya yakin di masa depan akan sukses dalam karir saya	4

				26. Saya khawatir orang disekitar menghalangi kesuksesan karir	28. Saya yakin dapat menghadapi persaingan yang ketat dengan kemampuan yang saya miliki	
4	Suasana hati	Perasaan Jengkel	Rasa kesal	29. Saya merasa jengkel ketika mengingat setelah lulus kuliah harus mencari pekerjaan	30. Saya merasa yakin setelah lulus kuliah mendapatkan pekerjaan sesuai keinginan	2
		Perasaan Gugup	Rasa was-was	31. Saya merasa gugup ketika ingin melakukan interview 32. Saya resah melihat informasi terkait banyaknya jumlah	33. Saya merasa optimis setelah lulus kuliah nanti dapat melanjutkan kerja sesuai dengan kemampuan	3

				pengangguran membuat resah		
		Perasaan Panik	Sikap tidak tenang	34. Saya panik ketika melihat berita mengenai resesi ekonomi Indonesia 35. Saya merasa bingung ketika melihat ketatnya persyaratan dalam mencari pekerjaan	36. Saya mencari informasi mengenai karir supaya setelah lulus kuliah tidak kebingungan	3
		Perasaan Cemas	Kekhawatiran	37. Saya merasa gelisah ketika membayangkan proses proses wawancara	38. Saya tidak khawatir ketika akan menghadapi seleksi penerimaan	2
		Total				38

Lampiran 4
Blue Print Dukungan Sosial Orang Tua

No	Aspek	Indikator	Deskriptor	Aitem		Jumlah
				Favorable	Unfavorable	
1	Kelekatan Emosional	Menimbulkan rasa aman	Kedekatan	1. Saya merasa aman dari segala ancaman saat berada di samping orang tua	2. Orang tua acuh ketika saya berada di keadaan yang sulit	2
		Menimbulkan kepercayaan	keterbukaan	3. Orang tua selalu mendukung keputusan sehingga saya merasa percaya diri	4. Orang tua tidak membantu dalam membimbing terkait masa depan saya	2
		Menimbulkan kenyamanan	Sejahtera dalam suatu situasi	5. Saya merasa nyaman ketika	6. Saya kurang nyaman ketika	2

				berbagi pendapat mengenai karir yang akan diambil	orang tua menanyakan karir setelah lulus kuliah nantinya	
2	Bimbingan	Memberikan informasi, nasihat dan saran	Bantuan dalam memberikan informasi	<p>7. Orang tua dapat membantu dalam membuat keputusan karir di dalam hidup saya</p> <p>8. Orang tua dapat memberikan solusi atau arahan dalam menentukan karir di masa depan</p> <p>9. Orang tua dapat membantu memberikan informasi mengenai</p>	<p>11. Saya pusing ketika mendengar nasihat dari orang tua saya</p> <p>12. Orang tua tidak pernah memberikan saran untuk saya</p>	6

				pekerjaan di masa depan 10. Orang tua dapat membantu memberikan saran terkait pekerjaan yang akan saya ambil		
3	Pengakuan Positif	Memberikan apresiasi terhadap kemampuan	Adanya ungkapan apresiasi	13. Orang tua memberikan ucapan selamat saat saya berhasil	14. Orang tua pesimis dengan kemampuan dalam menghadapi karir di masa depan	2
		Memberikan penghargaan terhadap kualitas diri	Adanya penghargaan	15. Orang tua memberikan fasilitas terkait	16. Orang tua acuh saat saya sedang menghadapi masalah besar	2

				kemampuan yang saya miliki		
4	Kesempatan untuk mengasuh	Adanya perasaan saling membutuhkan dengan orang tua	Timbal balik dalam memberikan bantuan	17. Orang tua saya membutuhkan bantuan dari saya 18. Saya meminta pendapat orang tua saat membuat keputusan	19. Orang tua tidak membutuhkan bantuan dari saya 20. Orang tua tidak membantu ketika saya membutuhkan bantuan	4
5	Ketergantungan yang dapat diandalkan	Menganggap orang tua dapat diandalkan untuk membantunya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi	Yakin akan adanya bantuan	21. Saya yakin orang tua dapat diandalkan untuk memberikan bantuan saat saya benar-benar membutuhkannya	22. Orang tua tidak peduli dengan keluhan dan permasalahan yang sedang saya hadapi	2

6	Integrasi sosial	Adanya dukungan dari orang tua	Adanya pertolongan	23. Orang tua selalu mendukung pilihan karir yang sesuai dengan minat saya	24. Saya merasa sendiri ketika sedang dihadapi masalah	2
	Total					24

LAMPIRAN 5

Hasil Keseluruhan Aitem Variable Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

N o	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	T ot al	
1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	84
2	1	4	3	1	4	3	3	2	3	1	1	1	1	3	2	2	4	4	1	3	2	1	1	2	3	1	1	1	3	2	3	2	1	1	3	1	2	2	79	
3	2	4	4	1	4	4	4	4	2	4	3	3	2	2	2	1	4	1	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	106	
4	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	86
5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	3	3	1	2	2	2	3	3	89	
6	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	93	
7	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	1	1	3	2	4	3	2	2	3	2	4	3	90	
8	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	4	3	99
9	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2	102	
10	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	99	
11	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	91	
12	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	1	4	2	109	
13	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	1	2	3	3	1	2	2	1	1	4	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	78	

1 4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	3	2	3	3	82	
1 5	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	98	
1 6	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 5	
1 7	2	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	1	2	2	4	4	2	3	2	3	2	1	4	2	1	2	1	2	4	3	2	2	3	2	3	3	98	
1 8	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	97	
1 9	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	12 5
2 0	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	2	2	2	1	4	4	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	4	3	2	3	3	2	4	3	10 4	
2 1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	1	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	1	3	3	94
2 2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2	3	2	3	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	4	1	86	
2 3	2	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	2	2	1	2	4	4	2	3	2	1	2	1	4	4	2	2	3	2	4	4	1	4	3	1	4	3	10 7	
2 4	1	3	3	2	1	4	3	3	2	2	1	2	1	2	1	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	84	
2 5	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	4	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	1	2	1	1	1	3	2	61	
2 6	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	93
2 7	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	10 5	

28	1	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	1	4	4	1	1	2	3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	4	3	1	4	4	1	4	1	85			
29	2	3	2	2	4	3	4	3	4	3	2	3	2	2	2	1	4	4	2	3	2	3	2	1	4	2	2	2	2	3	4	4	2	3	3	1	4	3	102				
30	3	3	4	4	1	4	3	4	3	4	1	2	1	1	1	1	1	4	4	1	1	2	1	1	3	4	4	1	1	1	1	1	4	1	4	3	1	2	2	85			
31	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	3	2	1	2	2	2	3	2	87			
32	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	96			
33	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	2	94	
34	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	90		
35	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	90		
36	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	4	2	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	96		
37	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	80
38	3	1	2	3	2	1	2	3	4	3	2	1	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	1	1	3	1	1	2	1	1	4	3	1	3	2	1	4	3	86			
39	3	2	3	4	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	3	1	58			
40	4	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	1	3	57	
41	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	94	

4 2	1	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	88	
4 3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	11 0		
4 4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	4	3	1	2	2	2	4	3	2	3	3	2	4	3	99	
4 5	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	92	
4 6	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	1	1	1	4	3	2	3	3	1	1	2	4	1	1	2	2	2	4	4	1	2	3	1	3	2	92	
4 7	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	83	
4 8	2	4	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	1	4	3	10 2
4 9	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	3	10 7	
5 0	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	2	2	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	3	11 3	
5 1	2	2	3	2	4	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	10 6
5 2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	89
5 3	3	4	3	3	2	2	3	1	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	1	2	2	1	4	3	1	2	2	3	4	3	94	
5 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	50	
5 5	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	87	

7 0	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 7	
7 1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 4	
7 2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	11 4		
7 3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 1		
7 4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 2		
7 5	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 7		
7 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	11 0		
7 7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	11 0	
7 8	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	1	4	4	11 5	
7 9	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	11 7
8 0	4	3	4	1	4	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	4	1	4	4	4	2	2	4	4	1	1	4	2	4	4	1	4	4	1	4	3	11 0
8 1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	11 7
8 2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	3	2	2	2	2	4	4	3	4	4	4	3	1	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	11 7
8 3	2	4	4	3	4	4	3	4	2	4	1	4	1	1	2	2	4	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	11 7

84	1	4	3	3	3	4	4	3	2	4	2	2	1	2	2	1	4	3	3	4	4	3	3	1	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	1	4	4	111
85	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	1	2	1	2	2	2	4	4	3	3	4	3	3	2	4	4	2	3	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	116
86	1	4	2	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	109
87	2	4	2	2	4	4	3	4	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	105
88	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2	2	2	2	2	1	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	107
89	1	4	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	4	4	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	73
90	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	112
91	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	4	4	2	3	3	3	2	3	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	105
92	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	99
93	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	4	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	4	3	97
94	1	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	1	1	2	4	4	3	3	3	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	111
95	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	98
96	2	3	3	2	4	4	3	3	2	2	1	2	1	1	1	1	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	100
97	2	4	2	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	4	4	1	2	4	2	4	4	85

9 8	2	4	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	4	4	2	2	2	2	1	3	4	1	2	2	4	2	4	4	2	4	4	1	4	4	94	
9 9	2	4	4	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	10 1		
1 0 0	2	4	4	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	4	4	3	3	3	1	3	3	97		
1 0 1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	3	3	1	3	3	1	1	2	71	
1 0 2	2	4	3	2	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	4	4	98	
1 0 3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	1	2	3	4	2	4	4	2	3	3	2	4	3	10 3	
1 0 4	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	10 5
1 0 5	2	4	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	10 1	
1 0 6	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	10 3	
1 0 7	1	4	3	2	2	2	3	2	2	4	2	1	1	1	1	1	4	4	3	4	4	3	1	4	3	1	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	99	

1 0 8	3	3	3	2	4	4	4	4	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 9		
1 0 9	2	4	4	3	4	3	4	3	1	4	2	2	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	11 7		
1 1 0	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	3	3	1	2	2	2	3	3	90	
1 1 1	3	4	4	3	4	4	4	3	1	1	2	3	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	11 4	
1 1 2	2	4	4	2	2	2	3	3	1	3	2	2	1	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	4	3	94	
1 1 3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	1	4	4	3	3	4	3	3	1	4	3	10 0	
1 1 4	1	4	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	10 6
1 1 5	1	4	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	11 2
1 1 6	1	4	3	2	3	4	3	3	4	4	1	4	1	2	3	2	3	3	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	11 4	

1 1 7	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	4	3	2	4	4	2	4	4	10 3		
1 1 8	1	4	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	10 8		
1 1 9	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	10 8	
1 2 0	1	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	2	2	2	1	1	4	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	11 0		
1 2 1	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	1	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	12 0	
1 2 2	3	4	3	2	2	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 5	
1 2 3	2	4	2	2	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	84	
1 2 4	1	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 0
1 2 5	2	3	3	2	3	3	4	4	1	1	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	3	4	10 5	

1 2 6	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	10 3			
1 2 7	1	4	3	2	4	4	4	4	1	4	1	2	1	1	1	1	4	4	3	4	4	3	1	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	4	10 9
1 2 8	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	10 9
1 2 9	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	87
1 3 0	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	4	4	1	3	4	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	11 0
1 3 1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	89
1 3 2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	10 8
1 3 3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	1	4	4	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	3	2	4	4	2	2	3	2	3	4	92
1 3 4	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	1	1	1	2	4	4	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	87

1 3 5	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	1	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	10 6				
1 3 6	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	1	2	1	2	1	2	3	3	3	4	4	3	2	4	3	1	2	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	11 1				
1 3 7	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	3	1	2	2	1	1	4	3	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	76			
1 3 8	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	10 7				
1 3 9	1	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	4	4	90			
1 4 0	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	10 4				
1 4 1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	1	2	3	2	3	3	86
1 4 2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1	2	1	3	2	3	3	83			
1 4 3	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	4	89

19	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	63
20	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	69
21	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	61
22	4	1	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	83
23	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
24	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	88
25	3	1	3	4	3	1	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	76
26	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	63
27	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	63
28	3	1	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
29	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	91
30	1	1	2	1	2	1	3	3	3	3	2	3	1	4	1	4	3	1	3	3	1	1	2	1	50
31	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	72
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
33	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	70
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
35	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	76
36	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	65
37	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	88
38	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	87
39	4	1	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
40	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	78
41	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	76
42	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	77
43	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
44	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	75
45	4	1	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	79

73	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	53
74	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	65
75	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	57
76	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
77	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
78	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	77
80	2	1	2	2	4	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	4	3	2	2	2	1	50	
81	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	85
82	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	87
83	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	86
84	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	90
85	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	81
86	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	81
87	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
88	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	86
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	94
90	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	52
91	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	82
92	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	89
93	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	71
94	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	81
95	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	91
96	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	85
97	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	83
98	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	79
99	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	78

10 0	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74	
10 1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	4	89	
10 2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73	
10 3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	72
10 4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
10 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	77
10 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	73
10 7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	71
10 8	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	53
10 9	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	3	3	1	63
11 0	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	70
11 1	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	57
11 2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	70
11 3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	62

11 4	1	4	4	1	4	1	2	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	3	3	2	62
11 5	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	2	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	57
11 6	2	3	4	1	4	1	1	1	1	3	2	4	3	1	4	4	1	1	1	4	3	3	3	2	57
11 7	2	4	4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	65
11 8	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	59
11 9	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	4	1	55
12 0	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	3	1	39
12 1	1	3	3	1	1	1	2	2	2	2	1	2	3	4	3	2	1	1	1	1	1	1	3	1	43
12 2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	65
12 3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	81
12 4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	60
12 5	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	58
12 6	1	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	1	2	3	3	3	4	1	59
12 7	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	1	2	3	3	3	3	1	53

12 8	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	1	56
12 9	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	73
13 0	2	3	4	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	3	2	61
13 1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	67
13 2	1	4	3	3	2	2	1	1	1	1	1	3	4	4	4	3	2	1	2	2	3	3	3	2	56
13 3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	2	74
13 4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	4	4	74
13 5	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	4	75
13 6	2	4	4	1	2	2	2	2	3	3	1	4	4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	64
13 7	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	4	4	4	79
13 8	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	1	58
13 9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	71
14 0	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	60
14 1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	70

14 2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	69
14 3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	72

Lampiran 7

Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

No	Aspek	Indikator	Aitem Awal		Aitem Valid		Aitem Gugur		Jml
			F	UF	F	UF	F	UF	
1	Reaksi fisik	Telapak tangan berkeringat ketika mencemaskan peristiwa di masa depan	1	2	1	2	-	-	2
		Jantung berdegup kencang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	3	4	3	4	-	-	2
		pusing ketika dihadapi dengan situasi yang membuat cemas	5	6	5	6	-	-	2
		Otot tegang ketika dihadapi situasi yang membuat cemas	7	8	7	8	-	-	2

		Pipi memerah ketika membayangkan dunia karir di masa depan	9	10	9	10	-	-	2
2	Reaksi perilaku	Menghindari suatu hal yang dapat memunculkan cemas	11	12	11	12	-	-	2
		meninggalkan suatu hal yang dapat memunculkan cemas	13	14	13	14	-	-	2
		Menjauhi suatu hal yang dapat memunculkan cemas	15	16	15	16	-	-	2
3	Reaksi pemikiran	Berfikir yang berlebihan terkait karir di masa depan	17,18	19	17,18	19	-	-	3
		kurang mampu dalam menghadapi masalah	20,21	22,23,24	20,21	22,23,24	-	-	5

		khawatir terhadap keburukan yang akan terjadi di masa depan	25,26	27,28	25,26	27,28	-	-	4
4	Suasana hati	Jengkel	29	30	29	30	-	-	2
		Gugup	31,32	33	31,32	33	-	-	3
		Panik	34,35	36	34,35	36	-	-	3
		cemas	37	38	37	38	-	-	2

Lampiran 8
Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial Orang Tua

No	Aspek	Indikator	Aitem Awal		Aitem Valid		Aitem Gugur		Jml
			F	UF	F	UF	F	UF	
1	Kelekatan emosional	Menimbulkan rasa aman	1	2	1	2	-	-	2
		Menimbulkan kepercayaan	3	4	3	4	-	-	2
		Menimbulkan kenyamanan	5	6	5	6	-	-	2
2	Bimbingan	Memberikan informasi, nasihat dan saran	7,8,9,10	11,12	7,8,9,10	11,12	-	-	6
3	Pengakuan Positif	Memberikan apresiasi terhadap kemampuan	13	14	13	14	-	-	2
		Memberikan penghargaan terhadap kualitas diri	15	16	15	16	-	-	2
4	Kesempatan untuk mengasuh	Adanya perasaan saling membutuhkan dengan orang tua	17,18	19,20	17,18	19,20	-	-	3

5	Ketergantungan yang dapat diandalkan	Menganggap orang tua dapat diandalkan untuk membantunya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi	21	22	21	22	-	-	2
6	Integrasi sosial	Adanya dukungan dari orang tua	23	24	23	24	-	-	2

Lampiran 9

Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Validitas

		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10
X01	Pearson Correlation	1	.019	.364**	.119	.288**	.104	.182*	.150	.290**	-.006
	Sig. (2-tailed)		.826	.000	.157	.000	.216	.029	.074	.000	.943
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X02	Pearson Correlation	.019	1	.409**	.036	.272**	.220**	.410**	.277**	-.031	.229**
	Sig. (2-tailed)	.826		.000	.668	.001	.008	.000	.001	.717	.006
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X03	Pearson Correlation	.364**	.409**	1	.091	.417**	.257**	.516**	.259**	.289**	.159
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.281	.000	.002	.000	.002	.000	.057
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X04	Pearson Correlation	.119	.036	.091	1	.102	.136	.162	.162	.128	.347**
	Sig. (2-tailed)										
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143

	Sig. (2-tailed)	.157	.668	.281		.225	.106	.053	.053	.129	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X05	Pearson Correlation	.288**	.272**	.417**	.102	1	.754**	.503**	.562**	.218**	.344**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.225		.000	.000	.000	.009	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.104	.220**	.257**	.136	.754**	1	.426**	.653**	.176*	.430**
	Sig. (2-tailed)	.216	.008	.002	.106	.000		.000	.000	.035	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.182*	.410**	.516**	.162	.503**	.426**	1	.425**	.261**	.311**
	Sig. (2-tailed)	.029	.000	.000	.053	.000	.000		.000	.002	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X08	Pearson Correlation	.150	.277**	.259**	.162	.562**	.653**	.425**	1	.040	.502**
	Sig. (2-tailed)	.074	.001	.002	.053	.000	.000	.000		.634	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.290**	-.031	.289**	.128	.218**	.176*	.261**	.040	1	.171*

	Sig. (2-tailed)	.000	.717	.000	.129	.009	.035	.002	.634		.041
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	-.006	.229**	.159	.347**	.344**	.430**	.311**	.502**	.171*	1
	Sig. (2-tailed)	.943	.006	.057	.000	.000	.000	.000	.000	.041	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	.292**	-.043	.073	.156	.242**	.101	.127	.210*	.234**	.212*
	Sig. (2-tailed)	.000	.611	.389	.063	.004	.231	.131	.012	.005	.011
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	-.016	.179*	.137	.141	.335**	.421**	.153	.433**	.112	.290**
	Sig. (2-tailed)	.850	.032	.104	.093	.000	.000	.067	.000	.184	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X13	Pearson Correlation	.266**	-.044	.079	.228**	.161	.074	.085	.122	.278**	.219**
	Sig. (2-tailed)	.001	.600	.349	.006	.055	.380	.313	.148	.001	.009
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	.170*	-.170*	-.112	-.046	-.012	.102	-.104	.112	.092	.021

	Sig. (2-tailed)	.042	.042	.181	.585	.890	.225	.217	.184	.276	.799
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X15	Pearson Correlation	.254**	.025	.081	.165*	.266**	.257**	.082	.284**	.237**	.196*
	Sig. (2-tailed)	.002	.771	.338	.049	.001	.002	.329	.001	.004	.019
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X16	Pearson Correlation	.255**	.052	-.055	.144	.142	.120	-.013	.247**	.049	.144
	Sig. (2-tailed)	.002	.536	.512	.087	.091	.152	.880	.003	.564	.087
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X17	Pearson Correlation	.079	.422**	.292**	.076	.429**	.356**	.425**	.374**	.105	.248**
	Sig. (2-tailed)	.350	.000	.000	.365	.000	.000	.000	.000	.211	.003
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X18	Pearson Correlation	.018	.304**	.259**	.126	.301**	.238**	.434**	.280**	.133	.170*
	Sig. (2-tailed)	.834	.000	.002	.134	.000	.004	.000	.001	.114	.042
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	-.119	.304**	.140	.099	.265**	.416**	.149	.416**	-.087	.407**

	Sig. (2-tailed)	.157	.000	.095	.240	.001	.000	.076	.000	.301	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	-.006	.264**	.250**	.129	.320**	.386**	.292**	.343**	.038	.447**
	Sig. (2-tailed)	.944	.001	.003	.125	.000	.000	.000	.000	.650	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	.032	.265**	.253**	.063	.350**	.401**	.355**	.358**	.016	.426**
	Sig. (2-tailed)	.703	.001	.002	.457	.000	.000	.000	.000	.848	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.121	.255**	.219**	.057	.293**	.385**	.268**	.352**	.081	.410**
	Sig. (2-tailed)	.149	.002	.009	.499	.000	.000	.001	.000	.338	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X23	Pearson Correlation	.072	.141	.038	.274**	.105	.258**	.079	.265**	-.077	.330**
	Sig. (2-tailed)	.393	.092	.649	.001	.211	.002	.346	.001	.363	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	-.028	.293**	.113	-.191*	.120	.095	.156	-.016	.039	.001

	Sig. (2-tailed)	.743	.000	.180	.022	.153	.257	.063	.854	.642	.991
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X25	Pearson Correlation	.020	.337**	.301**	-.001	.318**	.199*	.436**	.290**	.181*	.270**
	Sig. (2-tailed)	.813	.000	.000	.995	.000	.017	.000	.000	.030	.001
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X26	Pearson Correlation	.159	.015	.106	.099	.320**	.259**	.079	.219**	-.098	.070
	Sig. (2-tailed)	.057	.862	.207	.239	.000	.002	.347	.009	.246	.406
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X27	Pearson Correlation	-.100	.192*	.013	.059	.184*	.249**	.094	.157	-.141	.193*
	Sig. (2-tailed)	.235	.022	.874	.484	.028	.003	.263	.061	.093	.021
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X28	Pearson Correlation	-.104	.337**	.095	.075	.293**	.366**	.194*	.350**	-.101	.368**
	Sig. (2-tailed)	.218	.000	.260	.374	.000	.000	.020	.000	.228	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X29	Pearson Correlation	.096	.247**	.197*	-.008	.376**	.294**	.235**	.223**	.031	.385**

	Sig. (2-tailed)	.256	.003	.018	.923	.000	.000	.005	.007	.714	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X30	Pearson Correlation	.011	.248**	.129	-.019	.382**	.420**	.150	.388**	.080	.437**
	Sig. (2-tailed)	.896	.003	.124	.822	.000	.000	.074	.000	.341	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X31	Pearson Correlation	.103	.292**	.289**	.142	.133	.035	.291**	.173*	.036	.284**
	Sig. (2-tailed)	.220	.000	.000	.092	.113	.680	.000	.039	.666	.001
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X32	Pearson Correlation	.173*	.374**	.343**	.080	.318**	.263**	.551**	.354**	.153	.304**
	Sig. (2-tailed)	.039	.000	.000	.342	.000	.001	.000	.000	.068	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X33	Pearson Correlation	-.081	.267**	.078	.031	.251**	.345**	.089	.347**	-.020	.346**
	Sig. (2-tailed)	.334	.001	.354	.711	.003	.000	.292	.000	.813	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X34	Pearson Correlation	.076	.202*	.262**	.094	.318**	.290**	.300**	.277**	.005	.307**

	Sig. (2-tailed)	.365	.016	.002	.262	.000	.000	.000	.001	.950	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X35	Pearson Correlation	.048	.408**	.343**	.134	.371**	.269**	.433**	.286**	-.012	.341**
	Sig. (2-tailed)	.571	.000	.000	.110	.000	.001	.000	.001	.883	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X36	Pearson Correlation	.122	-.034	-.055	.081	-.023	.049	.051	-.010	-.002	.119
	Sig. (2-tailed)	.147	.684	.515	.335	.782	.557	.549	.904	.981	.157
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X37	Pearson Correlation	.078	.303**	.317**	.199 [*]	.202 [*]	.071	.269**	.173 [*]	.065	.288**
	Sig. (2-tailed)	.354	.000	.000	.017	.016	.399	.001	.039	.444	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X38	Pearson Correlation	-.118	.333**	.130	-.004	.224**	.296**	.333**	.257**	-.010	.349**
	Sig. (2-tailed)	.159	.000	.120	.963	.007	.000	.000	.002	.903	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
Total	Pearson Correlation	.232**	.464**	.438**	.238**	.629**	.611**	.547**	.607**	.214 [*]	.594**

Sig. (2-tailed)	.005	.000	.000	.004	.000	.000	.000	.000	.000	.010	.000
N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143

		X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20
X01	Pearson Correlation	.292**	-.016	.266**	.170*	.254**	.255**	.079	.018	-.119	-.006
	Sig. (2-tailed)	.000	.850	.001	.042	.002	.002	.350	.834	.157	.944
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X02	Pearson Correlation	-.043	.179*	-.044	-.170*	.025	.052	.422**	.304**	.304**	.264**
	Sig. (2-tailed)	.611	.032	.600	.042	.771	.536	.000	.000	.000	.001
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X03	Pearson Correlation	.073	.137	.079	-.112	.081	-.055	.292**	.259**	.140	.250**
	Sig. (2-tailed)	.389	.104	.349	.181	.338	.512	.000	.002	.095	.003
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X04	Pearson Correlation	.156	.141	.228**	-.046	.165*	.144	.076	.126	.099	.129
	Sig. (2-tailed)	.063	.093	.006	.585	.049	.087	.365	.134	.240	.125

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X05	Pearson Correlation	.242**	.335**	.161	-.012	.266**	.142	.429**	.301**	.265**	.320**	
	Sig. (2-tailed)	.004	.000	.055	.890	.001	.091	.000	.000	.001	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.101	.421**	.074	.102	.257**	.120	.356**	.238**	.416**	.386**	
	Sig. (2-tailed)	.231	.000	.380	.225	.002	.152	.000	.004	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.127	.153	.085	-.104	.082	-.013	.425**	.434**	.149	.292**	
	Sig. (2-tailed)	.131	.067	.313	.217	.329	.880	.000	.000	.076	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X08	Pearson Correlation	.210*	.433**	.122	.112	.284**	.247**	.374**	.280**	.416**	.343**	
	Sig. (2-tailed)	.012	.000	.148	.184	.001	.003	.000	.001	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.234**	.112	.278**	.092	.237**	.049	.105	.133	-.087	.038	
	Sig. (2-tailed)	.005	.184	.001	.276	.004	.564	.211	.114	.301	.650	

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	.212*	.290**	.219**	.021	.196*	.144	.248**	.170*	.407**	.447**
	Sig. (2-tailed)	.011	.000	.009	.799	.019	.087	.003	.042	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	1	.173*	.613**	.198*	.411**	.396**	.113	-.027	-.028	.054
	Sig. (2-tailed)		.038	.000	.018	.000	.000	.178	.751	.743	.519
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	.173*	1	.208*	.140	.308**	.171*	.244**	.191*	.510**	.259**
	Sig. (2-tailed)	.038		.012	.096	.000	.042	.003	.022	.000	.002
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X13	Pearson Correlation	.613**	.208*	1	.358**	.546**	.464**	.025	.015	.051	.171*
	Sig. (2-tailed)	.000	.012		.000	.000	.000	.766	.861	.542	.041
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	.198*	.140	.358**	1	.431**	.424**	-.208*	-.264**	-.006	.038
	Sig. (2-tailed)	.018	.096	.000		.000	.000	.013	.001	.940	.649

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X15	Pearson Correlation	.411**	.308**	.546**	.431**	1	.504**	.064	.032	.202*	.240**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.448	.708	.015	.004
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X16	Pearson Correlation	.396**	.171*	.464**	.424**	.504**	1	.068	.138	.202*	.170*
	Sig. (2-tailed)	.000	.042	.000	.000	.000		.422	.101	.016	.042
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X17	Pearson Correlation	.113	.244**	.025	-.208*	.064	.068	1	.782**	.227**	.258**
	Sig. (2-tailed)	.178	.003	.766	.013	.448	.422		.000	.007	.002
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X18	Pearson Correlation	-.027	.191*	.015	-.264**	.032	.138	.782**	1	.197*	.245**
	Sig. (2-tailed)	.751	.022	.861	.001	.708	.101	.000		.018	.003
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	-.028	.510**	.051	-.006	.202*	.202*	.227**	.197*	1	.585**
	Sig. (2-tailed)	.743	.000	.542	.940	.015	.016	.007	.018		.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	.054	.259**	.171*	.038	.240**	.170*	.258**	.245**	.585**	1	
	Sig. (2-tailed)	.519	.002	.041	.649	.004	.042	.002	.003	.000		
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	.028	.301**	.151	.076	.253**	.168*	.310**	.295**	.626**	.821**	
	Sig. (2-tailed)	.743	.000	.072	.367	.002	.045	.000	.000	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.181*	.378**	.188*	.124	.364**	.320**	.236**	.191*	.606**	.574**	
	Sig. (2-tailed)	.030	.000	.024	.139	.000	.000	.005	.022	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X23	Pearson Correlation	.190*	.407**	.197*	.140	.402**	.350**	.137	.092	.422**	.297**	
	Sig. (2-tailed)	.023	.000	.018	.095	.000	.000	.103	.272	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	-.163	-.120	-.174*	-.216**	-.193*	.024	.098	.116	.128	.012	
	Sig. (2-tailed)	.052	.152	.038	.010	.021	.777	.243	.167	.126	.885	

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X25	Pearson Correlation	.099	.224**	.029	-.111	.086	.061	.568**	.492**	.264**	.293**
	Sig. (2-tailed)	.237	.007	.731	.185	.306	.467	.000	.000	.001	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X26	Pearson Correlation	.242**	.218**	.163	.054	.186*	.143	.187*	.125	.157	.128
	Sig. (2-tailed)	.004	.009	.051	.523	.026	.088	.026	.136	.061	.127
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X27	Pearson Correlation	.015	.538**	.146	-.037	.226**	.213*	.259**	.302**	.572**	.364**
	Sig. (2-tailed)	.862	.000	.082	.663	.007	.011	.002	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X28	Pearson Correlation	-.014	.444**	.085	-.112	.161	.264**	.219**	.253**	.731**	.516**
	Sig. (2-tailed)	.870	.000	.313	.181	.055	.001	.008	.002	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X29	Pearson Correlation	.119	.262**	.215**	.102	.254**	.222**	.320**	.231**	.403**	.479**
	Sig. (2-tailed)	.156	.002	.010	.223	.002	.008	.000	.005	.000	.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X30	Pearson Correlation	.085	.469**	.107	-.043	.257**	.190*	.250**	.181*	.621**	.493**	
	Sig. (2-tailed)	.313	.000	.202	.607	.002	.023	.003	.030	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X31	Pearson Correlation	.078	.130	.061	-.088	.034	.055	.393**	.354**	.286**	.327**	
	Sig. (2-tailed)	.355	.121	.469	.296	.688	.518	.000	.000	.001	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X32	Pearson Correlation	.118	.090	-.002	-.136	.101	.085	.471**	.460**	.302**	.322**	
	Sig. (2-tailed)	.160	.287	.983	.105	.230	.314	.000	.000	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X33	Pearson Correlation	.040	.428**	.065	.012	.340**	.256**	.180*	.184*	.659**	.522**	
	Sig. (2-tailed)	.637	.000	.438	.889	.000	.002	.031	.028	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X34	Pearson Correlation	.102	.194*	.019	-.080	.112	.114	.358**	.442**	.332**	.335**	
	Sig. (2-tailed)	.225	.020	.819	.343	.183	.176	.000	.000	.000	.000	

	Sig. (2-tailed)	.113	.000	.003	.000	.000	.782	.016	.007	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.035	.263**	.345**	.290**	.269**	.049	.071	.296**	.611**
	Sig. (2-tailed)	.680	.001	.000	.000	.001	.557	.399	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.291**	.551**	.089	.300**	.433**	.051	.269**	.333**	.547**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.292	.000	.000	.549	.001	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X08	Pearson Correlation	.173 [*]	.354**	.347**	.277**	.286**	-.010	.173 [*]	.257**	.607**
	Sig. (2-tailed)	.039	.000	.000	.001	.001	.904	.039	.002	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.036	.153	-.020	.005	-.012	-.002	.065	-.010	.214 [*]
	Sig. (2-tailed)	.666	.068	.813	.950	.883	.981	.444	.903	.010
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	.284**	.304**	.346**	.307**	.341**	.119	.288**	.349**	.594**

	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.000	.157	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	.078	.118	.040	.102	.078	.153	.141	-.025	.309**
	Sig. (2-tailed)	.355	.160	.637	.225	.356	.068	.092	.763	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	.130	.090	.428**	.194*	.226**	.056	.243**	.302**	.540**
	Sig. (2-tailed)	.121	.287	.000	.020	.007	.507	.003	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X13	Pearson Correlation	.061	-.002	.065	.019	.114	.186*	.153	-.060	.333**
	Sig. (2-tailed)	.469	.983	.438	.819	.177	.026	.068	.473	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	-.088	-.136	.012	-.080	-.082	.034	.069	-.114	.175
	Sig. (2-tailed)	.296	.105	.889	.343	.333	.687	.413	.176	.371
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X15	Pearson Correlation	.034	.101	.340**	.112	.061	.159	.110	.076	.443**

	Sig. (2-tailed)	.688	.230	.000	.183	.469	.059	.190	.365	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X16	Pearson Correlation	.055	.085	.256**	.114	.140	.270**	.090	.135	.393**
	Sig. (2-tailed)	.518	.314	.002	.176	.095	.001	.283	.108	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X17	Pearson Correlation	.393**	.471**	.180*	.358**	.428**	-.117	.371**	.244**	.558**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.031	.000	.000	.165	.000	.003	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X18	Pearson Correlation	.354**	.460**	.184*	.442**	.403**	-.074	.293**	.262**	.496**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.028	.000	.000	.382	.000	.002	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	.286**	.302**	.659**	.332**	.358**	.225**	.271**	.388**	.657**
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.000	.007	.001	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	.327**	.322**	.522**	.335**	.372**	.144	.346**	.307**	.652**

	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.087	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	.353**	.418**	.582**	.488**	.433**	.150	.368**	.327**	.730**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.073	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.341**	.364**	.589**	.435**	.381**	.245**	.378**	.399**	.718**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.003	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X23	Pearson Correlation	.100	.086	.330**	.214*	.208*	.191*	.205*	.248**	.454**
	Sig. (2-tailed)	.233	.307	.000	.010	.013	.022	.014	.003	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	.070	.179*	.241**	.116	.148	.274**	.049	.298**	.178*
	Sig. (2-tailed)	.404	.032	.004	.168	.078	.001	.560	.000	.033
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X25	Pearson Correlation	.369**	.555**	.241**	.312**	.416**	-.034	.364**	.206*	.532**

	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.004	.000	.000	.683	.000	.014	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X26	Pearson Correlation	-.009	.157	.089	.267**	.217**	.028	.045	-.104	.318**
	Sig. (2-tailed)	.911	.061	.291	.001	.009	.737	.592	.217	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X27	Pearson Correlation	.103	.221**	.629**	.318**	.287**	.143	.166*	.271**	.542**
	Sig. (2-tailed)	.219	.008	.000	.000	.000	.089	.048	.001	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X28	Pearson Correlation	.199*	.296**	.725**	.347**	.431**	.238**	.226**	.451**	.661**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.000	.000	.000	.004	.007	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X29	Pearson Correlation	.361**	.408**	.472**	.469**	.527**	.209*	.408**	.309**	.658**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.012	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X30	Pearson Correlation	.170*	.185*	.802**	.319**	.380**	.083	.227**	.386**	.644**

	Sig. (2-tailed)	.042	.027	.000	.000	.000	.322	.006	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X31	Pearson Correlation	1	.505**	.114	.306**	.455**	.062	.699**	.310**	.473**
	Sig. (2-tailed)		.000	.176	.000	.000	.459	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X32	Pearson Correlation	.505**	1	.230**	.487**	.512**	.038	.434**	.320**	.599**
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.000	.000	.650	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X33	Pearson Correlation	.114	.230**	1	.357**	.349**	.170*	.238**	.402**	.641**
	Sig. (2-tailed)	.176	.006		.000	.000	.043	.004	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X34	Pearson Correlation	.306**	.487**	.357**	1	.518**	-.013	.381**	.350**	.587**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.874	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X35	Pearson Correlation	.455**	.512**	.349**	.518**	1	.040	.525**	.338**	.638**

Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	143	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	143	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	38

	Sig. (2-tailed)	.000	.232	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X05	Pearson Correlation	.466**	.111	.467**	.418**	1	.449**	.475**	.516**	.505**	.556**
	Sig. (2-tailed)	.000	.186	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.529**	.271**	.241**	.528**	.449**	1	.491**	.541**	.498**	.438**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.004	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.680**	.042	.324**	.646**	.475**	.491**	1	.854**	.828**	.699**
	Sig. (2-tailed)	.000	.616	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X08	Pearson Correlation	.691**	.167*	.317**	.632**	.516**	.541**	.854**	1	.887**	.738**
	Sig. (2-tailed)	.000	.047	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.663**	.086	.351**	.600**	.505**	.498**	.828**	.887**	1	.741**

	Sig. (2-tailed)	.000	.308	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	.598**	.148	.423**	.556**	.556**	.438**	.699**	.738**	.741**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.079	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	.619**	.196*	.299**	.542**	.470**	.492**	.494**	.660**	.561**	.567**
	Sig. (2-tailed)	.000	.019	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	.460**	.180*	.313**	.419**	.462**	.347**	.362**	.486**	.438**	.571**
	Sig. (2-tailed)	.000	.032	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X13	Pearson Correlation	.305**	.226**	.417**	.355**	.271**	.225**	.201*	.254**	.250**	.253**
	Sig. (2-tailed)	.000	.007	.000	.000	.001	.007	.016	.002	.003	.002
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	.371**	.215**	.273**	.275**	.138	.255**	.338**	.358**	.378**	.178*

	Sig. (2-tailed)	.000	.010	.001	.001	.101	.002	.000	.000	.000	.034
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X15	Pearson Correlation	.296**	.329**	.394**	.375**	.350**	.335**	.156	.209*	.222**	.330**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.063	.012	.008	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X16	Pearson Correlation	.379**	.272**	.493**	.380**	.404**	.276**	.315**	.414**	.330**	.456**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X17	Pearson Correlation	.334**	-.164	-.015	.262**	.309**	.210*	.441**	.399**	.384**	.261**
	Sig. (2-tailed)	.000	.051	.861	.002	.000	.012	.000	.000	.000	.002
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X18	Pearson Correlation	.736**	.133	.360**	.681**	.523**	.554**	.714**	.764**	.721**	.714**
	Sig. (2-tailed)	.000	.114	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	.383**	-.118	.023	.363**	.316**	.250**	.497**	.474**	.457**	.357**

	Sig. (2-tailed)	.000	.160	.789	.000	.000	.003	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	.501**	.156	.457**	.499**	.390**	.352**	.451**	.462**	.433**	.562**
	Sig. (2-tailed)	.000	.063	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	.578**	.209*	.524**	.539**	.437**	.412**	.470**	.473**	.431**	.458**
	Sig. (2-tailed)	.000	.012	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.484**	.272**	.430**	.560**	.390**	.387**	.393**	.435**	.371**	.523**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X23	Pearson Correlation	.387**	.199*	.597**	.422**	.443**	.357**	.414**	.410**	.388**	.347**
	Sig. (2-tailed)	.000	.017	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	.582**	.261**	.366**	.570**	.493**	.519**	.569**	.609**	.603**	.598**

	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
Total	Pearson Correlation	.788**	.302**	.561**	.760**	.659**	.648**	.770**	.828**	.787**	.774**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143

		X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20
X01	Pearson Correlation	.619**	.460**	.305**	.371**	.296**	.379**	.334**	.736**	.383**	.501**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X02	Pearson Correlation	.196*	.180*	.226**	.215**	.329**	.272**	-.164	.133	-.118	.156
	Sig. (2-tailed)	.019	.032	.007	.010	.000	.001	.051	.114	.160	.063
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X03	Pearson Correlation	.299**	.313**	.417**	.273**	.394**	.493**	-.015	.360**	.023	.457**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.861	.000	.789	.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X04	Pearson Correlation	.542**	.419**	.355**	.275**	.375**	.380**	.262**	.681**	.363**	.499**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.002	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X05	Pearson Correlation	.470**	.462**	.271**	.138	.350**	.404**	.309**	.523**	.316**	.390**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.101	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.492**	.347**	.225**	.255**	.335**	.276**	.210*	.554**	.250**	.352**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.007	.002	.000	.001	.012	.000	.003	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.494**	.362**	.201*	.338**	.156	.315**	.441**	.714**	.497**	.451**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.016	.000	.063	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X08	Pearson Correlation	.660**	.486**	.254**	.358**	.209*	.414**	.399**	.764**	.474**	.462**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002	.000	.012	.000	.000	.000	.000	.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.561**	.438**	.250**	.378**	.222**	.330**	.384**	.721**	.457**	.433**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.003	.000	.008	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	.567**	.571**	.253**	.178*	.330**	.456**	.261**	.714**	.357**	.562**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002	.034	.000	.000	.002	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	1	.609**	.244**	.326**	.202*	.467**	.367**	.638**	.446**	.397**
	Sig. (2-tailed)		.000	.003	.000	.016	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	.609**	1	.381**	.270**	.336**	.577**	.203*	.553**	.321**	.484**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.001	.000	.000	.015	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X13	Pearson Correlation	.244**	.381**	1	.337**	.628**	.376**	-.027	.339**	.087	.337**
	Sig. (2-tailed)	.003	.000		.000	.000	.000	.751	.000	.304	.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	.326**	.270**	.337**	1	.064	.321**	.172*	.239**	.206*	.248**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000		.447	.000	.040	.004	.014	.003	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	
X15	Pearson Correlation	.202*	.336**	.628**	.064	1	.387**	-.205*	.317**	-.129	.258**	
	Sig. (2-tailed)	.016	.000	.000	.447		.000	.014	.000	.125	.002	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	
X16	Pearson Correlation	.467**	.577**	.376**	.321**	.387**	1	.086	.489**	.209*	.633**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.308	.000	.012	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	
X17	Pearson Correlation	.367**	.203*	-.027	.172*	-.205*	.086	1	.405**	.709**	.118	
	Sig. (2-tailed)	.000	.015	.751	.040	.014	.308		.000	.000	.162	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	
X18	Pearson Correlation	.638**	.553**	.339**	.239**	.317**	.489**	.405**	1	.481**	.607**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.004	.000	.000	.000		.000	.000	

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	.446**	.321**	.087	.206*	-.129	.209*	.709**	.481**	1	.338**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.304	.014	.125	.012	.000	.000		.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	.397**	.484**	.337**	.248**	.258**	.633**	.118	.607**	.338**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.003	.002	.000	.162	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	.399**	.450**	.430**	.322**	.369**	.499**	.116	.629**	.206*	.733**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.169	.000	.014	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.468**	.588**	.413**	.250**	.388**	.589**	.130	.578**	.251**	.649**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.003	.000	.000	.122	.000	.002	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X23	Pearson Correlation	.395**	.310**	.471**	.363**	.402**	.454**	.137	.387**	.130	.429**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.102	.000	.122	.000

	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	.622**	.429**	.246**	.310**	.278**	.462**	.253**	.652**	.334**	.471**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.003	.000	.001	.000	.002	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
Total	Pearson Correlation	.745**	.667**	.496**	.465**	.450**	.646**	.388**	.855**	.496**	.694**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143

		X21	X22	X23	X24	Total
X01	Pearson Correlation	.578**	.484**	.387**	.582**	.788**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X02	Pearson Correlation	.209*	.272**	.199*	.261**	.302**
	Sig. (2-tailed)	.012	.001	.017	.002	.000
	N	143	143	143	143	143

X03	Pearson Correlation	.524**	.430**	.597**	.366**	.561**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X04	Pearson Correlation	.539**	.560**	.422**	.570**	.760**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X05	Pearson Correlation	.437**	.390**	.443**	.493**	.659**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X06	Pearson Correlation	.412**	.387**	.357**	.519**	.648**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X07	Pearson Correlation	.470**	.393**	.414**	.569**	.770**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143

X08	Pearson Correlation	.473**	.435**	.410**	.609**	.828**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X09	Pearson Correlation	.431**	.371**	.388**	.603**	.787**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X10	Pearson Correlation	.458**	.523**	.347**	.598**	.774**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X11	Pearson Correlation	.399**	.468**	.395**	.622**	.745**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X12	Pearson Correlation	.450**	.588**	.310**	.429**	.667**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143

X13	Pearson Correlation	.430**	.413**	.471**	.246**	.496**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.003	.000
	N	143	143	143	143	143
X14	Pearson Correlation	.322**	.250**	.363**	.310**	.465**
	Sig. (2-tailed)	.000	.003	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X15	Pearson Correlation	.369**	.388**	.402**	.278**	.450**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.001	.000
	N	143	143	143	143	143
X16	Pearson Correlation	.499**	.589**	.454**	.462**	.646**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X17	Pearson Correlation	.116	.130	.137	.253**	.388**
	Sig. (2-tailed)	.169	.122	.102	.002	.000
	N	143	143	143	143	143

X18	Pearson Correlation	.629**	.578**	.387**	.652**	.855**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X19	Pearson Correlation	.206*	.251**	.130	.334**	.496**
	Sig. (2-tailed)	.014	.002	.122	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X20	Pearson Correlation	.733**	.649**	.429**	.471**	.694**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X21	Pearson Correlation	1	.606**	.592**	.478**	.719**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X22	Pearson Correlation	.606**	1	.500**	.526**	.709**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	143	143	143	143	143

X23	Pearson Correlation	.592**	.500**	1	.341**	.616**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	143	143	143	143	143
X24	Pearson Correlation	.478**	.526**	.341**	1	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000
	N	143	143	143	143	143
Total	Pearson Correlation	.719**	.709**	.616**	.757**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	143	143	143	143	143

Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	143	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	143	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.940	24

Lampiran 11
Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan Menghadapi Dunia Karir	143	83	50	133	98.01	13.235
Dukungan Sosial Orang Tua	143	83	50	133	98.01	13.235
Valid N (listwise)	143					

Lampiran 12
Uji Linear

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Menghadapi Dunia Karir * Dukungan Sosial Orang Tua	Between Groups	(Combined)	12153.039	45	270.068	2.060	.002
		Linearity	3161.386	1	3161.386	24.110	.000
		Deviation from Linearity	8991.653	44	204.356	1.559	.036
		Within Groups	12718.933	97	131.123		
Total			24871.972	142			

Lampiran 13

Katagorisasi

Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Katagori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	7	4.9	4.9	4.9
Sedang	84	58.7	58.7	63.6
Tinggi	52	36.4	36.4	100.0
Total	143	100.0	100.0	

Dukungan Sosial Orang Tua

Katagori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	25	17.5	17.5	17.5
Sedang	80	55.9	55.9	73.4
Tinggi	38	26.6	26.6	100.0
Total	143	100.0	100.0	

Lampiran 14
Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		143
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	#####
Most Extreme Differences	Absolute	.070
	Positive	.060
	Negative	-.070
Test Statistic		.070
Asymp. Sig. (2-tailed)		.082 ^c

Lampiran 15

Hipotesis

Regresi Linear Sederhana

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	125.833	6.227		20.209	.000
	Dukungan Sosial Orang Tua	-.399	.088	-.357	-4.531	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.357 ^a	.127	.121	12.409

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Orang Tua

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KARIR MAHASISWA ANGKATAN 2019 FAKULTAS
EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
VETERAN JAKARTA**

Maghfira Aulia Rahman

Fakultas Psikoogi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,

Jalan Gajayana No. 50, Malang, Indonesia

Maghfiraulia9@gmail.com

Abstrak

Menghadapi dunia karir di masa depan dapat menimbulkan kecemasan karena individu merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan, merasa memiliki kemampuan yang terbatas, tidak sesuai dengan lowongan pekerjaan dengan jurusan atau harapan, tidak memiliki pengalaman, banyaknya persaingan. Sehingga setiap manusia membutuhkan kondisi yang mendukung untuk berkembang. Salah satunya melalui dukungan orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat dukungan sosial orang tua, kecemasan menghadapi dunia karir, dan pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Jumlah populasi mahasiswa angkatan 2019 yang berjumlah 574 sedangkan sampel yang diambil berjumlah 143 mahasiswa. Metode yang digunakan adalah teknik uji regresi linear yang bertujuan untuk menguji pengaruh antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa tingkat dukungan sosial orang tua mahasiswa angkatan 2019 berada pada kategori sedang sebanyak 80 mahasiswa atau sebesar 55,9%. Sedangkan pada tingkat kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 berada pada kategori sedang sebanyak 83 mahasiswa atau sebesar 58,0%. Berdasarkan nilai Signifikansi didapatkan hasil sebesar $0,000 < 0,05$ yang memiliki makna adanya pengaruh bahwa dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia karir dengan persentase sebesar 12,7%.

Kata Kunci: Dukungan Sosial Orang Tua, Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Abstract

Facing the world of careers in the future can cause anxiety because individuals feel less confident in their abilities, feel they have limited abilities, do not match job vacancies with majors or expectations, have no experience, a lot of competition. So that every human being needs supportive conditions to develop. One of them is through parental support. The purpose of this study was to determine how the level of parental social support, anxiety in facing the career world, and the effect of parental social support on anxiety in facing the career world of 2019 batch students of the Faculty

of Economics and Business, Veteran National Development University Jakarta. The population was 574 class of 2019 students and then sample in this study was 143 respondents. The research method uses a simple linear regression linear test technique which aims to examine the effect of parental social support on anxiety. Based on the results of the research, it was found that the level of social support from parents of class 2019 students was in the moderate category of 80 students or 55.9%. Whereas at the level of anxiety facing the career world of 2019 class students is in the moderate category as many as 83 students or 58.0%. Based on the Significance value, the result is $0.000 < 0.05$ which means that there is an influence that parental social support can affect anxiety in facing the career world with a percentage of 12.7%.

Keywords: Parents Social Support, Anxiety Facing the Career World

PENDAHULUAN

Pada masa dewasa awal usia 18-25 ini salah satu tugas perkembangan yang harus terpenuhi supaya dapat melanjutkan ke tahap perkembangan berikutnya yaitu menghadapi dunia karir (IPPI, 2022). Karir memiliki arti sebagai pilihan pekerjaan yang sesuai dengan minat bakat, kemampuan, kepribadian, keterampilan ataupun kecerdasan (Dariyo, 2003). Individu yang sedang menghadapi fase dewasa awal akan memasuki fase yaitu menghadapi dunia kerja (Hurlock, 1996). Pada masa ini umumnya akan mengalami kekhawatiran, kebingungan dan keraguan mengenai arah hidupnya sehingga akan berdampak pada tugas perkembangannya dalam menyikapi dan menghadapi berbagai tuntutan dalam diri maupun luar diri (Wijaya dan Muslim, 2021).

Menentukan karir di masa depan dapat terjadinya kecemasan karena individu merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan, merasa memiliki kemampuan yang terbatas, tidak sesuainya lowongan pekerjaan dengan jurusan atau harapan, tidak memiliki pengalaman, banyaknya persaingan (IPPI, 2022). Individu dalam pemilihan karir sudah lebih realistis yang sesuai dengan kemampuan diri, kapasitas dan nilai individu, Ketika individu memilih sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki maka akan menimbulkan rasa percaya diri sebaliknya ketika individu merasa tidak memiliki keterampilan dan kemampuan untuk dapat bersaing dengan individu lainnya dapat menyebabkan kecemasan. Menurut Ziglar (dalam Mariatun, Munir, Metia 2020) menjelaskan terdapat 40% individu cenderung merasa cemas terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi selanjutnya terdapat 30% individu merasa cemas terhadap sesuatu yang telah terjadi dan terdapat 30% individu merasa cemas terhadap hal-hal yang tidak mendasar seperti masa depan.

Tantangan mahasiswa tingkat akhir akan semakin besar setelah lulus dari perguruan tinggi. Gelar pendidikan tinggi yang sudah tidak menjadi jaminan kemudahan dalam mencari kerja. Kenyataan sulitnya mencari pekerjaan karena jumlah lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja. Banyaknya jumlah pengangguran

yang berisikan lulusan diploma maupun sarjana (dilansir dari laman databooks.katadata.co.id, 27 Oktober 2022). Sebagai ibu kota, DKI Jakarta adalah pusat pemerintahan dan perekonomian yang menjadi perkumpulan para penjurur negeri untuk mencari nafkah (dilansir dari kompas.id, Kamis, 28 Oktober 2022). Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), pengangguran di wilayah Jakarta termasuk katagori tingkat ketiga tertinggi. Menggambarkan kandisus yang ada terjadinya kesenjangan antara jumlah lulusan sarjana dengan jumlah lapangan pekerjaan dapat menyebabkan kecemasan. Kecemasan merupakan sikap individu yang didasarkan pada pandangan atau perasaan pribadi yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi seseorang dalam menghadapi kondisi yang belum pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut (Ghufron dan Rini Risnawati, 2010).

Setiap individu membutuhkan kondisi yang mendukung untuk berkembang dalam menghadapi fase persiapan dunia karir. Salah satu faktor yang mendukung yaitu Orang tua. Orang tua memiliki pengaruh yang besar karena individu memulai hidup melalui keluarga dengan adanya peran awal orang tua akan memberikan pengaruh untuk mengembangkan diri, belajar untuk menunjukkan perilaku, menyatakan pikiran dan mengekspresikan keinginan. Dukungan orang tua tidak hanya menemani proses perkembangan tetapi memiliki manfaat. Menurut Apollo dan Cahyadi (2021) manfaat adanya dukungan dari keluarga dapat mengurangi kecemasan, depresi, dan simtom gangguan tubuh bagi individu. Dengan adanya dukungan sosial orang tua merupakan bantuan yang diberikan agar individu tersebut mampu mencapai apa yang diinginkan (dalam Rahma dan Rahayu, 2018).

Kecemasan Menghadapi Dunia Karir

Menurut Greenberg dan Padesky (2004) bahwa kecemasan sebagai keadaan gugup, khawatir, takut terhadap keadaan yang sulit di dalam kehidupan individu dan mengganggu keadaan tersebut sebagai sesuatu yang buruk akan terjadi. Mahasiswa harus mempunyai kesiapan dalam menentukan pilihan karir dan mempunyai pandangan ingin bekerja dimana. Demikian dapat menimbulkan kecemasan karena adanya perasaan khawatir terkait kemampuan yang dimilikinya dan adanya keinginan untuk mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan bidang yang dimilikinya. Menurut Adler dan Rodman (1991) faktor- faktor yang dapat menyebabkan kecemasan yaitu adanya pengalaman negatif yang terjadi di masa lalu dan adanya pikan yang tidak masuk akal.

Menurut Greenberg dan Padesky (2004) menjelaskan terdapat empat aspek kecemasan sebagai berikut:

1. Reaksi fisik
Reaksi fisik pada individu yang sedang mengalami kecemasan menghadapi dunia karir seperti tangan berkeringan, otot tegang, jantung berdegup kencang, kepala

pusing ketika dihadapi dengan situasi yang membuat cemas dan pipi memerah ketika dihadapi situasi yang membuat cemas

2. Reaksi perilaku
Individu yang sedang merasa cemas akan berperilaku menghindari suatu hal yang dapat memunculkan cemas, meninggalkan suatu hal yang dapat memunculkan cemas, dan menjauhi suatu hal yang dapat memunculkan cemas.
3. Reaksi pemikiran
Individu yang sedang cemas akan berfikir yang berlebihan, merasa kurang mampu dalam menghadapi masalah, khawatir terhadap keburukan yang akan terjadi di masa depan.
4. Suasana hati
Suasana hati individu yang sedang merasa cemas meliputi perasaan jengkel, panik, gugup, suasana hati yang berubah-ubah secara tiba-tiba ketika dihadapkan terhadap kondisi yang memunculkan perasaan cemas

Dukungan Sosial Orang Tua

Menurut Weiss (Cutrona, 1984) dukungan sosial merupakan pola interaksi dengan orang lain dan adanya hubungan yang intens dengan orang yang berada dalam lingkup terdekat. Manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan dan saling memberikan dukungan sosial satu sama lain. Menurut Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa sumber-sumber dukungan sosial bisa datang dari banyak sumber seperti orang tua, saudara kandung, anak-anak, teman kerja, saudara, sahabat, pasangan hidup, masyarakat, organisasi atau tetangga.

Weiss (Cutrona, 1984) terdapat enam aspek dukungan sosial sebagai berikut:

1. Bimbingan (*Guidance*)
Adanya hubungan sosial dengan memberikan informasi, nasihat dan saran dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah yang sedang dialami individu tersebut. Sumber dari bimbingan berasal dari orang tua atau figur yang dituakan.
2. Pengakuan positif (*Reassurance of Worth*)
Individu akan mendapatkan apresiasi dan penghargaan ketika memiliki prestasi dan berhasil dalam suatu hal. Sumber dari pengakuan positif berasal dari lingkungan keluarga.
3. Integrasi sosial (*social integration*)
Adanya dukungan sehingga individu merasakan bagian dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan dalam hal minat, kepedulian, dan perhatian sehingga individu akan mendapatkan rasa aman, rasa dimiliki.
4. Kelekatan (*attachment*)
Adanya kedekatan emosional sehingga akan menimbulkan rasa aman, kepercayaan, dan kenyamanan. Sumber dari kelekatan biasanya berasal dari teman dekat atau hubungan dengan keluarga.

5. Kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity Nurturance*)
Aspek terpenting dalam hubungan intrapersonal akan perasaan dibutuhkan oleh individu lainnya sehingga dapat menimbulkan rasa tanggung jawab terhadap kesejahteraan orang lain.
6. Ketergantungan yang dapat diandalkan (*Reliable Alliance*)
Adanya keyaninan diri bahwa dapat mengandalkan orang lain untuk membantunya dalam mengatasi suatu masalah yang sedang dihadapi

METODE

Partisipan

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional. Jenis penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang mengukur pengaruh antara dua variable atau lebih (Cresswell, 2014). Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Populasi pada penelitian ini berjumlah 574 mahasiswa sedangkan sampel yang diambil berjumlah 143 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan jumlah sampel diputuskan berdasarkan penjelasan Arikunto (2017) bahwa subjek pada populasi kurang dari 100 maka seluruh populasi akan menjadi sampel penelitian sebaliknya apabila jumlah subjek pada populasi lebih dari 100, maka dapat diambil sebesar 10-15% atau 15-25% dari jumlah populasi.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia karir. Pada penelitian ini instrumen penelitian berupa skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok individu mengenai fenomena sosial. Dengan skala likert maka variable yang diukur akan dijabarkan menjadi indikator variable kemudian akan dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item instrument yang berupa pertanyaan ataupun pernyataan.

Penelitian ini menggunakan kuesioner *online* yaitu *google form* dengan menggunakan skala kecemasan menghadapi dunia karir yang diadaptasi dari teori Greenberger & Padesky (2004) yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, dan suasana hati. Skala dukungan sosial orang tua yang diadaptasi dari skala SPS (Social Provisions Scale) yang dibuat oleh Weiss (Cutrona, 1984) yang terdiri dari enam aspek yaitu ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan (Guidance), pengakuan yang positif (Reassurance of Worth), kelekatan emosional (attachment), integrasi sosial (social integration), kesempatan untuk mengasuh (Opportunity Nurturance).

Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan teknik analisis regresi linear sederhana karena variable yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah dua yaitu dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi dunia karir. Uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas menggunakan teknik analisis *Komplgorov Smirnov* dan uji linieritas menggunakan teknik *Anova* yang dibantu melalui komputer program SPSS (Statistical Product and Service Solution). Uji hipotesis yang terdiri dari persamaan regresi linear sederhana yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan satu variable bebas (X) dengan variable terikat (Y) dan uji F yang bertujuan untuk mengetahui variable independen apakah berpengaruh atau tidak terhadap variable dependen.

HASIL

Berdasarkan hasil uji deskriptif didapatkan hasil terdapat 143 mahasiswa memiliki nilai tingkatan kecemasan yang berbeda-beda. Terdapat 7 responden atau sebesar (49%) yang memiliki tingkat rendah terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Terdapat 84 responden atau sebesar (58.7 %) yang memiliki tingkat sedang terhadap kecemasan menghadapi dunia karir dan erdapat 52 responden atau sebesar (36.4%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap kecemasan menghadapi dunia karir. Pada variable dukungan sosial orang tua terdapat 143 mahasiswa yang memiliki nilai tingkatan dukungan sosial orang tua yang berbeda-beda Terdapat 25 responden atau sebesar (17,5%) yang memiliki tingkat rendah terhadap dukungan sosisal orang tua. Terdapat 80 responden atau sebesar (55.9%) yang memiliki tingkat sedang terhadap dukungan sosisal orang tua. Terdapat 38 responden atau sebesar (26.6%) yang memiliki tingkat tinggi terhadap dukungan sosisal orang tua.

Hasil uji normalitas pada penelitian ini menghasilkan nilai sebesar 0.082 sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal karena nilai signifikansi (sig) > 0.05 .Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut dapat mewakili keseluruhan populasi. Selanjutnya hasil uji linearitas didapatkan nilai probailitas sebesar 0.036 yang berarti data tersebut tidak linear. Hal ini dikarenakan nilai probabilitas yaitu > 0.05. Dilihat dari hasil uji hipotesis bahwa variable dukungan sosial orang tua dapat mempengaruhi variable kecemasan menghadapi dunia karir. Pada variable dukungan sosial orang tua memperoleh nilai sebesar 0.000 yang artinya data tersebut < 0.05. Maka dapat disimpulkan H_a dapat diterima yang artinya ada pengaruh negatif antara dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019.

PEMBAHASAN

Mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta pada tingkat dukungan sosial orang tua dikatagorikan sedang yang artinya mahasiswa mendapatkan dukungan dari orang tua sehingga dapat menimbulkan kepercayaan. Mahasiswa mendapatkan dukungan seperti selalu mendukung keputusan sehingga dapat menimbulkan rasa percaya diri. Semakin besarnya dukungan

sosial orang tua akan menimbulkan percaya diri yang semakin kuat namun sebaliknya jika rasa percaya diri anak rendah akan menimbulkan rasa rendah diri. Hal ini sejalan dengan penjelasan Mulyani, dkk (2021) bahwa adanya peranan orang tua dalam mendukung anaknya dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada anak. Selanjutnya orang tua memberikan apresiasi terhadap kemampuan anak. Orang tua memberikan apresiasi berupa mengucapkan selamat ketika anak berhasil terhadap pencapaian. Ketika anak mendapatkan banyak penghargaan dari orang tuanya maka akan dikelilingi energi positif. Selaras dengan pernyataan Mulyani, dkk (2021) ketika orang tua memberikan apresiasi, anak akan merasakan dihargai. Selanjutnya mahasiswa mendapatkan dukungan dari orang tua. Adanya dukungan sosial orang merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pilihan karir. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan (2021) bahwa keberhasilan anak juga tidak terlepas dari dukungan orang tua yang beragam sehingga dengan adanya dukungan orang tua dapat mempengaruhi anak dalam membuat perencanaan karir.

Pada hasil tingkat kecemasan menghadapi dunia karir dikategorikan sedang yang artinya mahasiswa merasa cemas terkait dunia karir. Mahasiswa berfikir berlebihan terkait karir di masa depan. Adanya perasaan takut menjadi pengangguran setelah lulus dari perguruan tinggi karena persaingan yang cukup ketat dan perasaan takut tidak dapat pekerjaan sesuai dengan keinginan. Persaingan yang cukup ketat akan menjadi tantangan bagi setiap fresh graduate yang akan berlomba-lomba dalam mencari pekerjaan karena persaingan dunia kerja meningkat setiap tahunnya. Hal ini didukung berdasarkan data menurut menteri tenaga kerja Ida Fauziyah pada bulan Februari 2023 menjelaskan bahwa terdapat 12 persen atau 1,8 juta pengangguran Indonesia berasal dari lulusan sarjana dan diploma (dilansir dari media tempo.co, 17 Maret 2023). Selanjutnya mahasiswa merasakan gugup, ketika ingin melakukan interview. Merasa gugup saat interview merupakan hal yang biasa dirasakan setiap individu. Hal ini bisa disebabkan karena kurangnya persiapan atau memiliki sedikitnya pengalaman dengan wawancara sehingga dapat mengurangi rasa percaya diri. Hal ini sejalan dengan penjelasan Diana (dalam Hastuti, 2017) bahwa cemas dalam wawancara disebabkan karena adanya rasa gugup menganggap sesuatu buruk akan terjadi ketika berhadapan dengan pengalaman yang baru seperti wawancara kerja

KESIMPULAN

1. Tingkat dukungan sosial orang tua mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan realistik kenyataan bahwa orang tua selalu mendukung dan memberikan sebuah apresiasi serta penghargaan terhadap kualitas diri.
2. Tingkat kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan realistik kenyataan bahwa

- mahasiswa berfikir berlebihan terkait karir di masa depan dan adanya perasaan gugup ketika ingin melakukan wawancara dalam kehidupan
3. Terdapat pengaruh negatif dalam dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi dunia karir mahasiswa angkatan 2019 yang artinya dukungan sosial orang tua mempengaruhi kecemasan mahasiswa angkatan 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). *Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri*. Widya Warta, Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun, No 2 Tahun XXXV I/ Juli , 224-271.
- Cutrona, C., & Russell, D. (1987). *The Provisions Of Social Relationships And Adaptions To Stress*. Advances in Personal Relationships, 1, 37-67.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hastuti. & Dwi. (2017). Kesiapan Kerja dan Konsep Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Wawancara Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Usia. Skripsi. Tidak Diketahui. Fakultas Psikologi. Universitas Kristen Satya Wacana
- Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia (IPPI). (2021). *Dinamika Karier dan Pernikahan Pada Perkembangan Dewasa Awal*. Yogyakarta: Bintang Semesta Media.
- Kusnandar, V. B. (2022). Era Gubernur Anies Baswedan, Pengangguran Jakarta Bertambah 63 Ribu Jiwa. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/16/era-gubernur-anies-baswedan-pengangguran-jakarta-bertambah-63-ribu-jiwa>. diakses pada tanggal 27 Oktober 2022.
- Mariatun. Munir, A. & Metia, C. (2020). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang. Jurnal Ilmiah Magister Psikologi, 2(1).1-7
- Purwanto, A. (2021). Provinsi DKI Jakarta: Ibu Kota Negara Dan Pusat Perekonomian Nasional. <https://kompaspedia.kompas.id/baca/profil/daerah/provinsi-dki-jakarta-ibu-kota-negara-dan-pusat-perekonomian-nasional>. diakses 28 Oktober 2022
- Rahma U., & Rahayu E. W. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga dalam Membentuk Kematangan Karier Siswa SMP. Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen , 11 (3), 194-205
- Risnawari, R., & Ghufon, M. N. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*

Wijaya, R. B. A. & Muslim, A. (2021). Konsep Diri Pada Masa Dewasa Awal Yang Mengalami *Maladaptive Daydreaming*. *Jurnal Psikologi Islam*, 12(2), 179-193

Wulan, M. K. & Astuti, R. S. (2023). Pengangguran Masih Didominasi Lulusan Pendidikan Tinggi. <https://www.kompas.id/baca/polhuk/2023/03/15/pengangguran-masih-didominasi-lulusan-pendidikan-tinggi>. diakses pada tanggal 17 Maret 2023