

Hubungan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja di Masa Pandemi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar

Sri Rizka Wahyuni^{1*}, Harlina Hamid², Faradillah Firdaus³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*Email: sririzkaw@gmail.com

Abstract

Every situation threatens the existence of individuals who can cause anxiety when facing a challenge such as in the world of work that will be faced by students when they graduate from college due to low self-efficacy. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in facing the world of work in final year students. This study uses quantitative methods. The subjects in this study were 427 final year students in Makassar City. The results of the research on the first hypothesis test showed that the significant value was $p = 0.000$ ($p < 0.05$), and the correlation coefficient was $= -0.350$. Thus, there is a significant relationship between self-efficacy and anxiety facing the world of work in final year students. The correlation value shows a negative value, which means that self-efficacy and anxiety in facing the world of work are negatively correlated and fall into the weak category. The negative correlation value indicates that the higher the student's self-efficacy, the lower his anxiety in dealing with the world of work. Meanwhile, the lower the self-efficacy of students, the higher the anxiety facing the world of work.

Keyword: Anxiety Facing the World of Work, Self Efficacy, Students.

Abstrak

Setiap situasi mengancam akan keberadaan individu yang dapat menimbulkan kecemasan bila menghadapi suatu tantangan seperti dalam dunia kerja yang akan dihadapi oleh mahasiswa ketika lulus dari perguruan tinggi disebabkan karena self efficacy yang rendah. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 427 mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar. Hasil penelitian pada uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa besarnya nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), dan besar nilai koefisien korelasi sebesar $= -0,350$. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Nilai korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja berkorelasi negatif dan masuk pada kategori lemah. Nilai korelasi negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi self efficacy yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecemasannya dalam menghadapi dunia

kerja. Sedangkan, semakin rendah self efficacy yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja.

Kata kunci: *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja, Mahasiswa, Self Efficacy.*

PENDAHULUAN

Corona virus 19 adalah wabah penyakit menular yang baru beberapa tahun lalu ditemukan. Awal mula masuknya virus ini yaitu di wilayah Wuhan, Tiongkok, pada bulan Desember tahun 2019. Secara resmi masuk di Indonesia untuk pertama kalinya pada 2 Maret 2020. Sehingga di masa pandemi seperti ini banyak sekali dampak yang dapat ditimbulkan contoh kecilnya mengenai laju perekonomian pada masyarakat. Salah satu dampaknya juga karena banyaknya perusahaan yang tutup sehingga pekerja dapat di PHK (pemutusan hubungan kerja) dan dirumahkan atau dihimbau untuk bekerja dari rumah saja, sehingga dapat membatasi masyarakat untuk bekerja di kantor (*work from office*) (Fahri & Kasnelly, 2019).

Fahri dan Kasnelly (2019) mengemukakan bahwa penambahan jumlah pengangguran disebabkan karena terjadinya perlambatan laju pertumbuhan ekonomi masyarakat, tetapi pada perubahan perilaku masyarakat terkait pandemi dan kebijakan sosial. Peningkatan angka kemiskinan dan pengangguran bukan hanya dialami Indonesia, melainkan di seluruh dunia. Sehingga kegiatan yang membatasi masyarakat untuk bekerja dapat membuat individu merasa takut dan khawatir akan dunia kerja di masa pandemi ini.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kementerian Bappenas (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional) yang menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia pada September 2020 telah mencapai 270,20 juta jiwa. Penduduk berjenis kelamin perempuan sebanyak 134,12 juta jiwa dan 136,14 juta jiwa penduduk laki-laki. Berdasarkan komposisi tahun 2021, sebesar 26,3% penduduk Indonesia berusia 0-14 tahun, sebesar 67,7% berusia 15-64 tahun, dan sebesar 6,2% berusia di atas 65 tahun (Badan Pusat Statistik, 2021).

Dalam lima tahun terakhir, tingkat pengangguran di Indonesia mengalami penurunan sebesar 4,9%. Namun dengan masuknya pandemi Covid-19, usaha pemerintah menjadi berantakan dan sia-sia dalam menurunkan angka pengangguran. Angka pengangguran di Indonesia kemudian meningkat dari 4,9% menjadi 7% atau sebanyak 9,7 juta orang (Kompas.com). Adapun tingkat pengangguran terbuka di Sulawesi Selatan pada Agustus 2020 sebesar 6,31%. Tingkat pengangguran terbuka tertinggi yaitu di Kota Makassar sebesar 15,92%. Namun laju pertumbuhan ekonomi yang baik dengan cara pendekatan teknologi informasi, maka tingkat pengangguran menurun 0,52% atau menjadi sebesar 5,79% pada

Februari 2021 (Sulselprov.go.id).

Dari data awal yang didapatkan, responden juga memberikan tanggapan bahwa kenyataannya yang terjadi di lapangan saat ini yaitu kecilnya peluang mahasiswa tingkat akhir untuk mendapatkan kerja terkhusus karena adanya pandemi ini juga. Di masa pandemi ini, semakin banyak mahasiswa tingkat akhir namun semakin sempit pula lapangan pekerjaan sehingga dapat menambah tingkat pengangguran. Rianda (2020) mengemukakan bahwa dampak pengangguran dapat berpengaruh pada perekonomian dan individual. Dampak terhadap perekonomian menyebabkan masyarakat tidak dapat meminimalkan tingkat kesejahteraan yang ingin dicapainya. Sedangkan dampak terhadap individual dapat menyebabkan kehilangan mata pencaharian dan pendapatan serta hilangnya keterampilan dalam mengerjakan suatu pekerjaan karena kurang diasah.

Dampak menganggur bagi fisik individu dapat memunculkan berbagai keluhan antara lain seperti gangguan pencernaan, gangguan tidur, bimbang, merasa cemas, pusing, dan sebagainya (Gunarsa, 2006). Dampak menganggur dari segi psikis yang dirasakan individu seperti hilangnya minat aktivitas, mudah tersinggung dan marah, merasa kebingungan, dan merasa cemas. Ikawati (2019) mengemukakan bahwa dampak psikis dari pengangguran yang dialami individu dapat mengakibatkan depresi dengan gejala psikologis seperti mudah merasa sedih, apatis terhadap lingkungan sekitarnya, memandang diri dengan konsep negatif, sulit bersosialisasi, berkurangnya nafsu makan dan lebih banyak tidur.

Nurjanah (2018) mengemukakan bahwa individu yang masuk pada usia 15-64 tahun merupakan penduduk dengan usia tergolong produktif dan mahasiswa tingkat akhir masuk dalam golongan tersebut. Kirsh, Duffy dan Atwater (2014) mengemukakan bahwa rentang usia pada dewasa awal yaitu 20-30 tahun. Mahasiswa tingkat akhir tergolong ke dalam usia tersebut dan memiliki tugas perkembangan yang harus dijalani. Hurlock (1980) mengemukakan bahwa bekerja merupakan salah satu bentuk tugas perkembangan pada masa dewasa awal.

Shobah dan Laily (2012) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang dialami individu saat merasa khawatir dan mengeluhkan kejadian yang sedang dan akan dialami. Hurlock (1980) mengemukakan bahwa mahasiswa *fresh graduate* akan menemukan situasi yang mengancam dan dapat menimbulkan kecemasan khususnya dalam dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja dapat disebabkan karena faktor internal maupun internal. Kontribusi biologis, psikologis, dan sosial merupakan faktor yang mendasari munculnya kecemasan pada individu (Durand & Barlow, 2006).

Data awal yang diperoleh peneliti dalam penyebaran kuesioner, yaitu sebanyak 83

mahasiswa tingkat akhir turut serta mengisi kuesioner tersebut. Sebanyak 67 orang berjenis kelamin perempuan dan 16 orang laki-laki. Sebanyak 70 orang merupakan mahasiswa tingkat akhir semester VIII, 5 orang semester VII, 4 orang semester XII, 3 orang semester VI, dan 1 orang semester IX. Dari 83 mahasiswa tingkat akhir dengan rata-rata sebesar 51% dengan kecemasan yang tinggi, 37% dengan kecemasan sedang, dan 12% dengan kecemasan yang rendah dalam menghadapi dunia kerja. Beberapa uraian alasan responden merasa cemas yaitu karena di masa pandemi ini peluang kerja semakin dipersempit sementara semakin banyak calon pelamar kerja. Dengan demikian, maka banyak terjadi persaingan yang mengakibatkan calon pelamar kerja merasa kurang yakin dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga kecil kemungkinan untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan.

Utami dan Hudaniah (2013) mengemukakan bahwa banyak individu yang menilai bahwa dunia kerja selalu berkaitan dengan lingkungan, pergaulan, tugas dari pekerjaan, dan kemampuan untuk komunikasi serta segala bentuk perilaku yang membutuhkan tingkat fokus yang tinggi dan kemampuan spesifik. Kesiapan mental merupakan salah satu bentuk kemampuan spesifik yang harus dimiliki oleh calon pelamar kerja untuk menghadapi segala bentuk situasi dalam lingkup pekerjaan. Individu dengan kesiapan mental yang baik dapat membangun *self efficacy* dalam menghadapi lingkungan baru atau kondisi tertentu yang akan dihadapi mahasiswa tingkat akhir saat bekerja.

Salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi calon pelamar kerja yaitu *self efficacy*. Bandura (1997) mengemukakan bahwa *self efficacy* merupakan suatu bentuk keyakinan yang dimiliki individu terkait pandangan akan kemampuan dalam mengatur dan menjalankan sebuah kegiatan untuk mencapai hasil yang ingin dicapai. *Self efficacy* yang dimaksud yaitu menitikberatkan pada keyakinan individu dalam menghadapi kondisi dan situasi yang tidak dapat diprediksi sebelumnya.

Utami dan Hudaniah (2013) mengemukakan bahwa individu mampu mengenali diri, dan mampu mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Hal tersebut tergantung pada kesan positif individu terhadap dirinya sendiri. Semakin besar kemampuan individu dalam memberikan kesan positif pada diri sendiri, semakin besar peluang yang akan didapatkan individu untuk memperoleh pekerjaan yang diinginkan. Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi, dapat mengetahui bagaimana kemampuan individu dalam menghadapi dunia kerja di masa yang akan datang. Sebaliknya, jika memiliki tingkat *self efficacy* yang rendah, mahasiswa akan kurang mengetahui bagaimana kemampuan yang dimiliki.

Hasil penelitian Shobah dan laily (2012) yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah

Gresik pada mahasiswa semester akhir sebanyak 50 orang dengan nilai koefisien korelasi antara tingkat *self efficacy* (X) dengan tingkat kecemasan (Y) dan menghasilkan nilai $r = -0,287$, $p = 0,004$; $p < 0,05$, karena nilai signifikansi $p < 0,05$, maka hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Gresik. Hasil negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self efficacy* maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa.

Hasil penelitian Fadlilah (2010) di IAIN Sunan Ampel Surabaya pada mahasiswa semester VII sebanyak 65 orang didapatkan hasil sebesar $-0,809$, artinya berkorelasi negatif. Disimpulkan bahwa antara *self efficacy* dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester VII Prodi Psikologi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya memiliki hubungan negatif. Sehingga semakin tinggi tingkat *self efficacy* yang dimiliki individu, maka semakin rendah kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja, begitupun juga sebaliknya.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal diperoleh bahwa sebanyak 84,76% responden merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya atau dalam istilah psikologi disebut *self efficacy*. *Self efficacy* dapat memengaruhi tingkat kecemasan individu dalam menghadapi dunia kerja ke depan, khususnya bagi mahasiswa yang berada pada tingkat akhir di Kota Makassar. Begitupun sebaliknya, kecemasan juga dapat mempengaruhi *self efficacy* individu.

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar. Semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy*, maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar.

METODE

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja dalam penelitian ini merupakan kondisi emosional individu yang menimbulkan kekhawatiran dan ketakutan berlebihan yang dapat mempengaruhi tingkah laku atau perilaku dalam menghadapi dunia kerja di masa yang akan datang. Penelitian ini memiliki variabel bebas yaitu *self efficacy*. *Self efficacy* merupakan keyakinan diri pada individu

mengenai kemampuan yang dimiliki dan bertingkah laku sesuai dengan situasi tertentu untuk mencapai hasil dan tujuan yang diinginkan. Semakin tinggi tingkat *self efficacy* maka semakin rendah kecemasannya, begitupun sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja.

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel, yaitu *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* merupakan pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara mengundi kelompok dalam populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel ini digunakan dengan melalui dua tahapan, yaitu menentukan sampel daerah dan menentukan orang yang ada pada daerah tersebut. Teknik pengumpulan data yang digunakan, yaitu skala kecemasan menghadapi dunia kerja dan *self efficacy* yang diadaptasi dari penelitian Cahya Aulia Adjarwati. Sebelum diuji coba, kedua skala penelitian harus melalui proses validasi dengan menggunakan analisis rasional oleh ahli yang sering disebut dengan *Expert judgment*. Pengujian isi alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan formula *Aiken's V* dengan tujuan untuk mengetahui nilai *content-validity coefficient*. Hasil pengujian dengan *Aiken's V* menunjukkan bahwa tidak terdapat aitem yang dinyatakan gugur.

Penelitian kemudian melakukan proses uji coba skala dengan jumlah responden sebanyak 203 orang. Setelah itu, peneliti melakukan uji diskriminasi aitem, validasi konstruk menggunakan teknik CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) dan uji reliabilitas. Aitem yang tidak gugur pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja terdiri atas 14 aitem dengan nilai *alpha* sebesar 0,905, skala *self efficacy* terdiri atas 13 aitem dengan nilai *alpha* sebesar 0,867.

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis. Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment*. *Pearson product moment* digunakan apabila datanya berbentuk interval atau rasio untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel dan korelasi yang dapat menghasilkan angka positif atau negatif dengan bantuan program *SPSS 26 for Windows*.

HASIL

Responden penelitian ini terdiri atas 427 responden dengan rentang usia 19-27 tahun yang berstatus sebagai mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar.

Tabel 1. Deskripsi data penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Maks	Mean	SD
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	14	70	42	9,33
<i>Self Efficacy</i>	13	65	39	8,67

Tabel di atas menunjukkan bahwa skala kecemasan menghadapi dunia kerja memperoleh skor terendah yaitu 14 dan skor tertinggi yaitu 70, serta nilai rerata sebesar 42 dan standar deviasi sebesar 9,333. Skala *self efficacy* memperoleh skor terendah yaitu 13 dan skor tertinggi yaitu 65, serta nilai rerata sebesar 39 dan standar deviasi sebesar 8,67.

Tabel 2. Kategorisasi dan Interpretasi Skor Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
52 >	Tinggi	19	4
33 – 51	Sedang	190	44
0 - 32	Rendah	218	51
Jumlah		427	100%

Tabel di atas menunjukkan terdapat 19 responden dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori tinggi (4%), 190 responden dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori sedang (44%), dan 218 responden dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori rendah (51%).

Tabel 3. Kategorisasi dan Interpretasi Skor Self Efficacy

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
49 >	Tinggi	293	69
30 – 48	Sedang	134	31
0 - 29	Rendah	0	0
Jumlah		427	100%

Tabel di atas menunjukkan terdapat 293 responden dengan *self efficacy* pada kategori tinggi (69%), 134 responden dengan *self efficacy* pada kategori sedang (31%), dan tidak terdapat responden dengan *self efficacy* pada kategori rendah.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	p	Keterangan
<i>Self efficacy</i> dan kecemasan menghadapi dunia kerja	-0,350	0,000	Sangat Signifikan

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) maka hipotesis diterima, yang berarti sangat signifikansi terdapat hubungan *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar. Skor *r-square* (r) yang diperoleh sebesar -0,350 yang berarti *self efficacy* memberikan kontribusi sebesar 35% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Hasil data juga menunjukkan nilai negatif yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja.

DISKUSI

Berdasarkan data pada tabel 2 dalam penelitian ini menunjukkan skala kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh nilai *mean* sebesar 42 dengan SD sebesar 9,33. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 427 mahasiswa dengan nilai minimum 14 dan nilai maksimum 70. Dari 427 responden, terdapat 19 responden (4%) tergolong pada kategori tinggi, sebanyak 190 responden (44%) tergolong pada kategori sedang, dan sebanyak 218 responden (51%) tergolong pada kategori rendah. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar individu yang menjadi subjek penelitian ini memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang rendah. Shobah dan layli (2012) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan salah satu emosi individu yang terjadi dalam berbagai situasi dan kondisi atau tidak menentu terhadap suatu objek yang tidak jelas.

Fadlilah (2010) mengemukakan bahwa salah satu tanda terjadinya kecemasan yaitu munculnya kekhawatiran, perasaan yang tidak menyenangkan karena adanya rasa ketidakpercayaan diri individu. Individu tidak mampu untuk menghadapi masalah sehingga *self efficacy* dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu. Ketika individu yang mengalami kecemasan karena faktor kognitif, maka proses persepsi atau tingkah laku dapat mengalami sebuah perubahan. Individu yang kehilangan rasa kepercayaan diri akan mengalami kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja karena dianggap sebagai bahaya atau ancaman yang akan dihadapi. Sehingga dengan *self efficacy* yang tinggi, kecemasan menjadi berkurang.

Berdasarkan data pada tabel 3 menunjukkan skala *self efficacy* dalam penelitian ini diperoleh *mean* sebesar 39 dengan SD sebesar 8,67. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 427 mahasiswa dengan nilai minimum 13 dan nilai maksimum 65. Dari 427 responden, terdapat 293 responden (69%) tergolong pada kategori tinggi, sebanyak 134 responden (31%) tergolong pada kategori sedang, dan tidak terdapat responden yang memiliki *self efficacy* yang rendah. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar individu yang menjadi subjek penelitian ini memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi. Bandura (1997) mengemukakan bahwa *self efficacy* merupakan suatu keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki dalam mengatur dan menjalankan kegiatan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Fadlilah (2010) mengemukakan bahwa *self efficacy* dapat memastikan individu dalam menghadapi situasi, berpikir, memotivasi diri dan bertindak laku. Individu yang mengalami kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pembentukan *self efficacy*. Artinya, individu yang mengalami kecemasan

terhadap dunia kerja, maka *self efficacy* yang kurang dapat menambah tingkat kecemasan yang dirasakan. Sebaliknya, individu yang mengalami *self efficacy* yang tinggi, maka kecemasaannya semakin berkurang.

Berdasarkan data pada tabel 4 menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,350 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan menggunakan uji korelasi *product moment*. Koefisien korelasi tersebut menunjukkan tingkat korelasi yang berada pada kategori lemah. Nilai koefisien korelasi dan signifikansi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar.

Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa *self efficacy* mempunyai hubungan negatif dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa di Kota Makassar. Sehingga hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar diterima. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self efficacy* pada mahasiswa, maka semakin rendah atau berkorelasi negatif dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Shobah dan laily (2012) pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Gresik sebanyak 50 orang. Penelitian ini menemukan bahwa *self efficacy* ini berkorelasi negatif dengan kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan, yaitu sebesar $r = -0,287$. Hasil penelitian Fadlilah (2010) juga sejalan dengan penelitian ini. Penelitian dari 65 orang, hasilnya berkorelasi negatif yaitu sebesar $r = -0,809$. Penelitian tersebut menguji hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester VII di IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Beberapa uraian alasan mengapa individu yang memiliki skor *self efficacy* yang tinggi akan kecil kemungkinannya untuk mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja yaitu adanya perasaan optimis dan ingin berusaha, serta tidak takut mengalami kegagalan karena sudah dibekali dengan ilmu pengetahuan dan keterampilan. Sehingga, jika kecemasan dapat dikontrol dengan baik, maka *self efficacy* dalam diri individu mampu diaktualisasikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja di masa pandemi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Makassar, sehingga hipotesis diterima. *Self efficacy* berhubungan negatif dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Sehingga semakin tinggi

tingkat *self efficacy*, maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Adapun saran berdasarkan hasil penelitian yang telah ditemukan adalah sebagai berikut: bagi mahasiswa agar lebih banyak mengikuti kegiatan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dari segi pengetahuan dan keterampilan yang telah dimiliki agar lebih merasa yakin dan tidak mengalami kecemasan dengan kemampuan yang dimiliki untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan lebih spesifik dalam menentukan kriteria subjek yaitu berdasarkan jenis kelamin sehingga dapat dibedakan tingkat *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja antara perempuan dan laki-laki. Selain itu, disarankan agar dapat lebih spesifik dalam menentukan jumlah sampel penelitian yaitu berdasarkan pada metode pembagian proporsional sampel.

REFERENSI

- Aprian, D. (2021). *Pandemi covid-19, jumlah pengangguran di Indonesia naik 9,7 juta orang*. (kompas.com diakses pada Rabu, 10 Maret 2021 Pukul 16.06 WIB).
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Durand, V. M. & Barlow, D. H. (2006). *Intisari psikologi abnormal (alih bahasa)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Fadlilah, N. (2010). Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester VII prodi psikologi fakultas dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. Surabaya: Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel: *Skripsi*.
- Fahri, J. A., & Kasnelly, S. (2019). Meningkatnya angka pengangguran di tengah pandemi (covid-19). *Jurnal Ekonomi Syariah*, 2(2), 45-60. ISSN: 2656-968X.
- Gunarsa, S. D. (2006). *Psikologi Praktis: Anak Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Ikawati. (2019). Dampak pengangguran terdidik ditinjau dari segi fisik, psikis, sosial dan solusinya. *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 43(1), 1-10.
- Kirsh, S. J., Duffy, K.G. & Atwater, E. (2014). *Psychology for living: adjustment, growth, and behavior today*. New Jersey: Pearson Education.
- Nurjanah, A. S. (2018). Kecemasan mahasiswa fresh graduate dalam melamar pekerjaan. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 35-38. ISSN: 2723-021X.
- Rianda, C. N. (2020). Analisis dampak pengangguran berpengaruh terhadap individual. *At-tasyri'*, 12(1), 17-26. ISSN: 2715-7865.
- Shobah, W. & Laily, N. (2012). Hubungan antara tingkat self efficacy dengan tingkat kecemasan menghadapi dunia persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir universitas muhammadiyah gresik. *Jurnal Psikososial*, 4(2), 1-10.
- Sulseprov. (2021). *PLT Gubernur, BPS Paparkan Angka Kemiskinan dan Pengangguran di Sulsel*. (sulseprov.go.id diakses pada Senin, 19 Juli 2021).

Utami, Y. G. D., & Hudaniah. (2013). Self efficacy dengan kesiapan kerja siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), 40-52. ISSN: 2301-8267. www.bps.go.id. Februari (2021). (<https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/05/05/1815/februari-2021--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-6-26-persen.html>)

www.bps.go.id. Januari (2021). (<https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/01/21/1854/hasil-sensus-penduduk-2020.html>)