

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DAN ADVERSITY QUOTIENT DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Alya Putri Pamiastiwibowo; Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Persaingan yang semakin kompetitif dalam mencari pekerjaan dan banyaknya permasalahan terkait dunia kerja seperti pengangguran dapat memunculkan kecemasan seputar dunia kerja di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Ketentuan subjek yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2019-2020 yang sedang berada di tingkat akhir sebanyak 100 orang dengan teknik sampling menggunakan *purposive sample*. Instrumen pengumpulan data menggunakan tiga skala, yaitu skala kepercayaan diri, skala *adversity quotient*, dan skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Metode analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi berganda dengan bantuan *software* SPSS 25. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir yang dibuktikan dengan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai $F = 188,570$. Penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan nilai signifikansi = 0,00 ($< 0,05$) dan $r = -0,813$, serta terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan nilai signifikansi = 0,00 ($< 0,05$) dan $r = -0,825$. Penelitian ini memiliki kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

Kata Kunci: *adversity quotient*, kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, kepercayaan diri.

Abstract

Increasing competition in finding a job and the many problems related to the world of work such as unemployment can lead to anxiety about the world of work among final year students. This study aims to determine the relationship between self-confidence and adversity quotient with anxiety in facing the world of work in final year students. The subject provisions are students of the Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Surakarta, class of 2019-2020 who are in their final year, as many as 100 people with a sampling technique using purposive sample. The data collection instrument used three scales, namely the self-confidence scale, the adversity quotient scale, and the anxiety scale in facing the world of work. The data analysis method used is multiple regression analysis with the help of SPSS 25 software. This study shows the results that there is a relationship between self-confidence and adversity quotient with anxiety in facing the world of work in final year students as evidenced by the significance value = 0.000 ($p < 0.05$) and the value of $F = 188.570$. This study also shows the results that there is a very significant negative relationship between self-confidence and anxiety in facing the world of work with a significance value = 0.00 (< 0.05) and $r = -0.813$, and there is a very significant negative relationship between adversity quotient and anxiety in facing the world of work with a significance value = 0.00 (< 0.05) and $r = -0.825$. This study has concluded that there is a relationship between the independent variable and the dependent variable.

Keywords: adversity quotient, anxiety in facing the world of work, self-confidence

1. PENDAHULUAN

Setelah bertahun-tahun belajar di bidang tertentu, mahasiswa tingkat akhir tentunya mendapatkan tuntutan dan tekanan yang jauh lebih besar dibandingkan saat berada di tingkat awal perkuliahan. Mahasiswa tingkat akhir memiliki tugas-tugas baru untuk mempersiapkan langkah selanjutnya dalam kehidupan mereka setelah merampungkan perkuliahan. Salah satu dari tugas-tugas tersebut adalah menemukan pekerjaan yang sesuai dengan minat, talenta, dan pengetahuan yang dipelajari selama berkuliah (Mutiarachmah & Maryatmi, 2019). Dewasa ini persaingan dalam dunia kerja semakin lama semakin ketat dan kompetitif. Pengangguran adalah salah satu dari banyaknya masalah yang dihadapi Indonesia karena ketidakseimbangan antara jumlah orang yang mencari pekerjaan dan jumlah pekerjaan yang tersedia. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), di Indonesia tengah terdapat 7,99 juta (5,45%) orang yang menganggur per Februari 2023, dari total angkatan kerja tahunan sebesar 146,62 juta. Dilansir dari laman kompas.com (2023), menurut Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia, Ida Fauziyah, lulusan perguruan tinggi menyumbang 12% dari total pengangguran di Indonesia. Banyaknya jumlah pengangguran dari lulusan perguruan tinggi disebabkan karena ketidaksesuaian antara kualifikasi perguruan tinggi dan pasar tenaga kerja. Menurut Noviyanti (2021), penyebab lulusan sarjana banyak yang menganggur karena kurangnya keterampilan yang dimiliki sehingga belum memenuhi kriteria dan standar kelayakan yang ditentukan oleh penyedia lapangan pekerjaan. Kecemasan terkait dunia kerja dapat timbul di kalangan mahasiswa tahun terakhir karena ketidakseimbangan antara jumlah individu yang mencari pekerjaan dengan kesempatan kerja yang tersedia. Penelitian dari Hanim dan Ahlas (2020) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir menunjukkan bahwa terdapat 182 orang mahasiswa mengalami rasa cemas yang tergolong tinggi dalam menghadapi dunia kerja (55%), 136 orang mahasiswa mengalami rasa cemas yang tergolong sedang dalam menghadapi dunia kerja (41%), dan 14 orang mahasiswa mengalami rasa cemas yang tergolong rendah dalam menghadapi dunia kerja (4%). Rasa cemas yang tergolong tinggi dapat disebabkan karena adanya aspek-aspek fisik, perilaku, dan kognitif yang muncul secara berlebihan dan di saat yang tidak tepat. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan dari Nevid Rathus, dan Greene (2005) bahwa rasa cemas merupakan suatu hal yang wajar terjadi sebagai sebuah reaksi saat menjumpai sesuatu yang dianggap mengancam, tetapi dapat berubah menjadi tidak wajar jika reaksi dan ciri-cirinya tersebut timbul di saat yang tidak tepat (Nevid dkk, 2005).

Mahasiswa akan dihadapkan pada dunia kerja dan tuntutan tugas baru untuk mencari pekerjaan setelah menyelesaikan semester akhir perkuliahannya (Wilfrida & Rahayu, 2023). Dalam memenuhi tuntutan tugas barunya, bukan tidak mungkin mahasiswa akan menemukan rintangan

seperti persaingan yang ketat dalam mencari pekerjaan. Kurangnya kesiapan mahasiswa untuk mengoptimalkan daya saing di dunia kerja dapat menjadi penyebab mahasiswa rentan mengalami kecemasan saat memasuki dunia kerja (Wijayanti dkk., 2022). Survei awal yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa penyebab mahasiswa tahun akhir di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta merasa cemas dalam menghadapi dunia kerja yaitu karena adanya ketakutan dan kekhawatiran yang berkaitan dengan dunia kerja, seperti takut tidak mendapat pekerjaan di masa depan, takut tidak dapat beradaptasi di lingkungan kerja, takut gagal dalam mencari pekerjaan, dan khawatir tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai harapan. Selain itu, rasa cemas juga disebabkan karena kurangnya keyakinan terhadap kemampuan atau *skill* yang dimiliki, persaingan kerja yang semakin ketat, dan semakin minimnya lowongan pekerjaan yang tersedia.

Hal tersebut sesuai dengan definisi kecemasan menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2005) bahwa kecemasan ialah kondisi emosional pada diri seseorang yang bercirikan rasa tegang yang kurang menyenangkan, keterangsangan fisiologis, dan adanya perasaan bahwa hal-hal yang negatif akan terjadi menimpanya. Menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2005), kecemasan terkait menghadapi dunia kerja melibatkan tiga aspek kecemasan yakni: a) aspek fisik, seperti suara bergetar saat berbicara, tangan bergetar, mudah berkeringat banyak, jantung berdebar-debar dengan keras, dan sulit bernafas; b) perilaku, seperti merasa terguncang dan berperilaku menghindar; dan c) kognitif (pikiran), seperti munculnya perasaan-perasaan takut dan tidak mampu sehingga menyebabkan hilangnya rasa percaya diri. Nevid, Rathus, dan Greene (2005) juga menyebutkan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dapat disebabkan oleh tiga faktor kecemasan, yaitu: a) sosial lingkungan, seperti pemaparan peristiwa yang menyakitkan atau mengintimidasi dan tidak adanya dukungan sosial; b) biologis, seperti faktor genetik, dan c) kognitif dan emosional, seperti konflik psikologis yang belum selesai, keyakinan yang keliru, dan kekhawatiran bahwa tidak dapat mengatasi kesulitan dan hambatan. Tallis (1992) menambahkan dua faktor yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan terkait menghadapi dunia kerja, yaitu: a) individu, yang meliputi perasaan yang kurang percaya diri, tidak mampu melakukan pekerjaan, dan perasaan tidak memiliki tujuan untuk masa mendatang; dan b) lingkungan, yang meliputi rendahnya dukungan sosial dari orang lain sehingga memunculkan perasaan tidak disayangi, tidak dicintai, tidak didukung dan diberi motivasi oleh orang lain.

Kepercayaan diri dapat membantu mahasiswa tahun terakhir dalam mengatasi rasa cemas terkait dunia kerja. Temuan penelitian dari Hanifah dan Hakim (2023) menunjukkan bahwa kepercayaan diri memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat kecemasan terhadap dunia kerja. Kepercayaan diri adalah rasa yakin yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya, tidak takut bertindak, leluasa

melakukan sesuatu sesuai keinginan, bertanggung jawab pada setiap perbuatan yang dilakukan, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri, mempunyai kemauan untuk berhasil, dan mampu berinteraksi secara sopan dengan orang lain (Lauster, 1992). Lauster (1992) menyebutkan lima aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu: keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis. Lebih lanjut, lauster (2003) juga menyatakan tiga faktor yang berpengaruh pada tingkat kepercayaan diri seseorang, yaitu: kemampuan pribadi, interaksi sosial, dan konsep diri.

Di sisi lain, mahasiswa di tahun akhir juga harus memiliki keyakinan untuk bertahan di dunia kerja agar mampu mengatasi semua tantangan atau hambatan. Di dalam psikologi, hal tersebut dapat disebut *adversity quotient*. Temuan penelitian dari Dewantari dan Soetjningsih (2022) menunjukkan bahwa *adversity quotient* turut memainkan peran yang penting dalam mengurangi tingkat kecemasan terhadap dunia kerja. *Adversity quotient* adalah kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi kesukaran dan mengubah setiap rintangan menjadi suatu tantangan yang perlu diatasi (Stoltz, 2000). Stoltz (2000) mengidentifikasi empat aspek dalam *adversity quotient* (AQ) yang dapat disingkat sebagai "CO2RE", yaitu: *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance*. Selain itu, Stoltz (2000) juga menyebutkan faktor-faktor yang menjadi penyebab tinggi rendahnya *adversity quotient* seseorang. Faktor-faktor tersebut yaitu: a) faktor internal, seperti hasrat, genetika, kemampuan, karakter, kemauan, keyakinan, kapasitas, kesehatan, dan intelektual atau kecerdasan; dan b) faktor eksternal, seperti lingkungan dan pendidikan. *Adversity quotient* melibatkan tingkat kesulitan (Stoltz, 2000), yaitu kesulitan di masyarakat, tempat kerja, dan individu.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, peneliti merumuskan masalah yaitu: "Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dan *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir?". Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk: 1) mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir, 2) mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir, dan 3) mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis mayor pada penelitian ini yaitu "Terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir". Sedangkan, hipotesis minor pertama dalam penelitian ini yaitu "Terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir", dan hipotesis minor kedua yaitu "Terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir".

2. METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini melibatkan seluruh mahasiswa tingkat akhir angkatan 2019-2020 di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai populasi dengan jumlah 469 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yang termasuk teknik sampling non random. Pemilihan tersebut karena peneliti menetapkan kriteria-kriteria tertentu pada sampel secara sengaja yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria sampelnya mencakup mahasiswa/i aktif S1 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2019-2020 yang sedang berada di tingkat akhir. Berdasarkan hasil penghitungan menurut rumus Slovin, didapatkan jumlah sampel minimal sebesar 83 mahasiswa. Dalam penelitian ini, 100 mahasiswa dipilih sebagai sampel.

Instrumen pengumpulan data menggunakan skala. Terdapat tiga skala yang diperlukan sebagai instrumen pengumpulan data. Skala pertama yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang telah disusun oleh Dewanda (2020) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir. Skala ini didasarkan pada teori Nevid, Rathus, dan Greene (2005) yang mencakup tiga aspek, yaitu reaksi fisik, perilaku, dan aspek kognitif (pikiran). Uji validitas yang digunakan yaitu validitas isi (*content validity*) yang dalam prosesnya menggunakan bantuan dari para penilai yang kompeten atau ahli di bidang psikologi (*expert judgement*). Kemudian dilakukan uji coba yang disebarkan kepada 49 orang mahasiswa tingkat akhir dan terdapat 17 aitem yang gugur karena koefisien *correlated item-totalnya* kurang dari 0,3. Jadi, keseluruhan aitem dalam skala ini berjumlah 31 butir, yang mencakup 17 aitem *favorable* dan 14 aitem *unfavorable*. Penelitian ini memiliki koefisien *corrected item-total correlation* yaitu berkisar antara 0.342 hingga 0.894 dan reliabilitasnya berdasarkan *Cronbach's Alpha* adalah sebesar 0.958.

Skala kedua yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala kepercayaan diri yang telah disusun oleh Haq (2019) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir. Skala ini didasarkan pada teori Lauster (1992) yang mencakup lima aspek, yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis. Uji validitas skala menggunakan *content validity* yang dalam prosesnya menggunakan bantuan dari para penilai yang kompeten atau ahli di bidang psikologi (*expert judgement*). Kemudian dilakukan uji coba yang disebarkan kepada 178 orang mahasiswa tingkat akhir dan terdapat 9 aitem yang gugur pada skala ini karena koefisien *correlated item-totalnya* kurang dari 0,3. Jadi, keseluruhan aitem dalam skala ini berjumlah 19 butir, yang mencakup 7 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Penelitian ini memiliki koefisien *corrected item-total correlation* yaitu berkisar antara 0.350 hingga 0.605 dan reliabilitasnya berdasarkan *Cronbach's Alpha* adalah sebesar 0.869.

Skala ketiga yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala *adversity quotient* yang telah disusun oleh Dewanda (2020) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir. Skala ini didasarkan pada teori dari Stoltz (2000) yang mencakup empat aspek, yakni kontrol (*control*), asal-usul dan kepemilikan (*origin-ownership*), jangkauan (*reach*), dan ketahanan (*endurance*). Uji validitas skala menggunakan *content validity* yang dalam prosesnya menggunakan bantuan dari para penilai yang kompeten atau ahli di bidang psikologi (*expert judgement*). Keseluruhan aitem dalam skala ini pada awalnya berjumlah 34 butir, yang mencakup 18 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*. Kemudian dilakukan uji coba yang disebarakan kepada 49 orang mahasiswa tingkat akhir dan terdapat 3 aitem yang gugur pada skala ini karena koefisien *correlated item-totalnya* kurang dari 0,3. Jadi, keseluruhan aitem dalam skala ini berjumlah 31 butir, yang mencakup 17 aitem *favorable* dan 14 aitem *unfavorable*. Penelitian ini memiliki koefisien *corrected item-total correlation* yaitu berkisar antara 0.324 hingga 0.738 dan reliabilitasnya berdasarkan *Cronbach's Alpha*, mencapai nilai 0.923. Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dikaji dengan menggunakan analisis regresi linier berganda sebagai teknik analisis data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Sampel Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Jumlah Presentase
Perempuan	92 Orang	92%
Laki-laki	8 Orang	8%
Angkatan	Jumlah Responden	Jumlah Presentase
2019	6 Orang	6%
2020	94 Orang	94%
Usia	Jumlah Responden	Jumlah Presentase
20 Tahun	1 Orang	1%
21 Tahun	44 Orang	44%
22 Tahun	47 Orang	47%
23 Tahun	6 Orang	6%
24 Tahun	2 Orang	2%
Total	100 Orang	100%

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa responden pada penelitian ini lebih didominasi oleh perempuan yang berjumlah 92 orang dengan presentase sebesar 92%. Penelitian ini juga didominasi oleh responden angkatan 2020 dengan presentase 94%. Selain itu penelitian ini didominasi pula oleh responden yang berada pada usia 22 tahun yang berjumlah 47 orang dengan presentase sebesar 47%.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Uji	Variabel	Hasil	Keterangan
Normalitas	Kepercayaan Diri (X1), Adversity Quotient (X2), Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja (Y)	Nilai <i>Asymp. Sig (2-Tailed)</i> 0.089 ($p > 0,05$)	Normal

Tabel 2 memperlihatkan hasil uji normalitas menggunakan rumus *One Sample Kolmogorov-*

Smirnov Test dengan taraf signifikansi 0.05 yaitu $p = 0,089$ ($p > 0,05$). Data dinyatakan mempunyai distribusi normal apabila nilai *Asymp. Signya (2-Tailed)* $> 0,05$ (Prayitno, 2018). Maka dapat diartikan ketiga variabel tersebut mempunyai distribusi yang normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Uji	Variabel	Hasil		Keterangan
		<i>Sig. Linearity</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	
Linearitas	Kepercayaan Diri (X1)*Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja (Y)	0,000	0,128	Linear
	Adversity Quotient (X2)*Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja (Y)	0,000	0,120	Linear

Tabel 3 memperlihatkan hasil uji linearitas pada *Anova Table* yang menandakan nilai *sig. linearity* = 0,000 ($< 0,05$) dan nilai *deviation from linearitynya* = 0,128 dan 0,120 ($> 0,05$). Variabel dikatakan linear apabila mempunyai *sig. linearitynya* $< 0,05$ atau *deviation from linearitynya* $> 0,05$ (Prayitno, 2018). Maka dapat diartikan terdapat hubungan yang linear pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) dengan kepercayaan diri (X1) dan terdapat hubungan yang linear pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) dengan *adversity quotient* (X2).

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinearitas

Uji	Variabel	Hasil		Keterangan
		<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>	
Multikolinearitas	Kepercayaan Diri	0,530	1,886	Bebas Multikolinearitas
	Adversity Quotient	0,530	1,886	Bebas Multikolinearitas

Tabel 4 memperlihatkan hasil uji multikolinearitas yang menandakan nilai *tolerancenya* = 0,530 ($> 0,10$) dan nilai *Varian Inflation Factornya* = 1,886 (< 10). Syarat agar suatu data dikatakan bebas multikolinearitas yaitu apabila nilai *tolerancenya* $> 0,1$ dan nilai *VIFnya* < 10 (Hantono, 2020). Maka dapat diartikan variabel kepercayaan diri (X1) dan variabel *adversity quotient* (X2) tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 5. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Uji	Variabel	Hasil	Keterangan
Heteroskedastisitas	Kepercayaan Diri	0,736	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Heteroskedastisitas	Adversity Quotient	0,958	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Tabel 5 memperlihatkan hasil uji heteroskedastisitas menggunakan metode Glesjer. Data dinyatakan bebas atau tidak terjadi heteroskedastisitas apabila nilai signifikansinya $> 0,05$ (Hantono, 2020). Data memperlihatkan nilai signifikan pada variabel kepercayaan diri (X1) = 0,736 ($> 0,05$) dan nilai signifikan pada variabel *adversity quotient* (X2) = 0,958 ($> 0,05$). Maka dapat diartikan variabel kepercayaan diri (X1) dan *adversity quotient* (X2) tidak terjadi heteroskedastisitas.

Table 6. Hasil Uji Hipotesis Mayor

Model	R	R Square	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Keterangan
Regression	0,892	0,795	10113.631	2	5056.816	188.570	.000	Hipotesis mayor diterima

Tabel 6 memperlihatkan hasil uji hipotesis mayor. Penelitian ini memiliki nilai $F = 188,570$, dan nilai $\text{sig} = 0,000$ ($p < 0,05$). Maka dapat diartikan variabel kepercayaan diri (X1) dan variabel *adversity quotient* (X2) memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) sehingga hipotesis mayor diterima. Untuk mengetahui koefisien determinasi, maka dapat melihat R Square (R^2). Dalam penelitian ini, hasil R Square (R^2) yang diperoleh yaitu 0,795. Dengan kata lain, variabel kepercayaan diri (X1) dan *adversity quotient* (X2) memiliki korelasi R Square (R^2) 79,5% dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) dan selebihnya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Rasa cemas yang terkait menghadapi dunia kerja melibatkan faktor-faktor kecemasan yaitu sosial lingkungan, biologis, kognitif dan emosional, perilaku, individu, dan lingkungan. Kepercayaan diri termasuk ke dalam faktor individu. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan teori dari Tallis (1992) yang menyebutkan bahwa kecemasan yang terkait menghadapi dunia kerja dapat disebabkan oleh faktor individu yang meliputi perasaan kurangnya percaya diri. Sedangkan, *adversity quotient* termasuk ke dalam faktor kognitif jika dilihat berdasarkan teori dari Nevid, Rathus, dan Greene (2005) dimana kekhawatiran tidak dapat mengatasi kesulitan atau hambatan termasuk ke dalam gejala kognitif dari kecemasan. *Adversity quotient* merupakan salah satu jenis kecerdasan yang menunjukkan kepabilitas seseorang untuk bertahan dalam menghadapi kesukaran dan mengubah setiap rintangan menjadi suatu tantangan yang perlu diatasi (Stoltz, 2000).

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Minor

Variabel	Sig	r	Keterangan
Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	0,000	-0,813	Sangat signifikan Hipotesis minor pertama diterima
Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	0,000	-0,825	Sangat signifikan Hipotesis minor kedua diterima

Tabel 7 memperlihatkan hasil uji hipotesis minor. Variabel kepercayaan diri (X1) dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) memiliki nilai korelasi = -0,813 dan nilai $\text{sig} = 0,00$ ($p < 0,05$). Maka dapat diartikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri (X1) dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) sehingga hipotesis minor pertama telah diterima. Kepercayaan diri dapat mempengaruhi kecemasan yang terkait menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tahun akhir. Hal tersebut dibuktikan dengan temuan penelitian oleh Dimenggo dan Yendi (2021) yang memperlihatkan hasil kepercayaan diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan

dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan penelitian dari Wilfrida dan Rahayu (2023) juga memperlihatkan hasil serupa, kepercayaan diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja begitu juga sebaliknya.

Tallis (1992) menyatakan faktor individu merupakan penyebab timbulnya kecemasan saat menghadapi dunia kerja, yang meliputi perasaan yang kurang percaya diri, tidak mampu melakukan pekerjaan, dan perasaan tidak memiliki tujuan untuk masa mendatang. Kecemasan pada individu dapat diketahui berdasarkan ciri-ciri yang muncul pada aspek kognitifnya, seperti munculnya perasaan takut yang menyebabkan hilangnya kepercayaan diri seseorang (Nevid dkk, 2005). Kepercayaan diri adalah rasa yakin yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya, tidak takut bertindak, leluasa melakukan sesuatu sesuai keinginan, bertanggung jawab pada setiap perbuatan yang dilakukan, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri, mempunyai kemauan untuk berhasil, dan mampu berinteraksi secara sopan dengan orang lain (Lauster, 1992). Kemampuan pribadi merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri seseorang. Hal tersebut disebabkan kemampuan pribadi dapat membantu seseorang untuk mengetahui kapabilitas yang dimilikinya, tidak merasa cemas dalam berbuat, tidak ketergantungan pada orang lain, sehingga dapat membantu seseorang untuk semakin mengembangkan dirinya dengan baik (Lauster, 2003). Maka daripada itu, penting bagi mahasiswa di tingkat akhir yang mempunyai kepercayaan diri rendah untuk meningkatkan kemampuan pribadinya sehingga rasa cemas saat menghadapi dunia kerja yang dialami dapat berkurang.

Selanjutnya, variabel *adversity quotient* (X2) dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) memiliki nilai korelasi = -0,825 dan nilai sig = 0,00 ($p < 0,05$). Maka dapat diartikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* (X2) dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Y) sehingga hipotesis minor kedua telah diterima. *Adversity quotient* dapat mempengaruhi kecemasan yang terkait menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tahun akhir. Hal tersebut diperlihatkan oleh temuan penelitian dari Dewantari dan Soetjningsih (2022) bahwa *adversity quotient* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan penelitian oleh Sofyanty, Yanti, Ong, dan Kusumandari (2024) juga memperlihatkan hasil *adversity quotient* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja begitu juga sebaliknya.

Kecemasan yang terkait menghadapi dunia kerja disebabkan dari faktor kognitif, yang dapat

dilihat dari ciri-cirinya seperti munculnya perasaan khawatir (Nevid dkk, 2005). Kekhawatiran bahwa tidak dapat mengatasi kesulitan dan hambatan dapat diatasi dengan meningkatkan kecerdasan daya juang atau *adversity quotient*. Hal tersebut didukung oleh temuan penelitian dari Hardianto dan Sucihayati (2019) yang memperlihatkan mahasiswa tahun akhir membutuhkan *adversity quotient* untuk mengatasi segala tantangan, hambatan, atau kesulitan dalam dunia kerja. *Adversity quotient* ialah kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi kesukaran dan mengubah setiap rintangan menjadi suatu tantangan yang perlu diatasi Stoltz (2000). Munculnya kecemasan terkait dunia kerja dapat disebabkan karena adanya rasa cemas memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan pendidikan, Stoltz (2000) mengkategorikan hal tersebut ke dalam tingkat kesulitan yang berada di masyarakat. Rasa cemas terkait dunia kerja juga dapat disebabkan oleh situasi-situasi yang terjadi di tempat kerja, seperti tidak mampu beradaptasi di lingkungan kerja dimana Stoltz (2000) mengkategorikan hal tersebut ke dalam tingkat kesulitan yang berada di tempat kerja. Lebih lanjut, Stoltz (2000) menyebutkan bahwa tinggi rendahnya tingkat *adversity quotient* seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal, seperti hasrat, genetika, kemampuan, karakter, kemauan, keyakinan, kapasitas, kesehatan, dan intelektual atau kecerdasan. Selain itu, tinggi rendahnya *adversity quotient* seseorang juga disebabkan oleh faktor eksternalnya, seperti lingkungan dan pendidikan. Maka daripada itu, penting bagi mahasiswa tahun akhir dengan *adversity quotient* rendah untuk lebih memperhatikan faktor internal dan eksternalnya sehingga dapat membantu mengatasi rasa cemas dalam menghadapi dunia kerja.

Tabel 8. Sumbangan Efektif

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien Korelasi	R Square
Kepercayaan Diri	-0,467	-0,813	$0,795 \times 100 = 79,5$
Adversity Quotient	-0,505	-0,825	

Tabel 8 menunjukkan besarnya sumbangan efektif dari variabel X1 yaitu $-0,467 \times -0,813 \times 100\% = 37,9\%$. Selanjutnya, sumbangan efektif dari variabel X2 dengan variabel Y yaitu $-0,505 \times -0,825 \times 100\% = 41,6\%$, untuk selebihnya dapat dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dipaparkan pada penelitian ini. Maka dapat diartikan *adversity quotient* mempunyai sumbangan yang paling dominan terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Tabel 9. Kategorisasi Kepercayaan Diri

Skor Interval	Kategori	RH	RE	Frekuensi	Presentase (%)
$X \leq 33,25$	Sangat Rendah			0	0%
$33,25 < X \leq 42,75$	Rendah			5	5%
$42,75 < X \leq 52,25$	Sedang	47,5	51,96	55	55%
$52,25 \leq X < 61,75$	Tinggi			30	30%
$X > 61,75$	Sangat Tinggi			10	10%

Tabel 9 memperlihatkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki Rerata Empirik (RE) sebesar 51,96. Nilai tersebut lebih tinggi dari Rerata Hipotetik (RH) yaitu 47,5. Sebanyak 0 mahasiswa (0%)

terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sangat rendah, 5 mahasiswa (5%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang rendah, 55 mahasiswa (55%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sedang, 30 mahasiswa (30%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang tinggi, dan 10 mahasiswa (10%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sangat tinggi. Berdasarkan pemaparan tersebut, diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mempunyai kategorisasi kepercayaan diri yang tergolong sedang. Dengan kata lain, mahasiswa tahun akhir sudah mempunyai kepercayaan diri yang cukup baik.

Tabel 10. Kategorisasi Adversity Quotient (AQ)

Skor Interval	Kategori	RH	RE	Frekuensi	Presentase (%)
$X \leq 54,25$	Sangat Rendah			0	0%
$54,25 < X \leq 69,75$	Rendah			0	0%
$69,75 < X \leq 85,25$	Sedang	77,5		17	17%
$85,25 \leq X < 100,75$	Tinggi		95,06	59	59%
$X > 100,75$	Sangat Tinggi			24	24%

Tabel 10 memperlihatkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki Rerata Empirik (RE) sejumlah 95,06. Nilai tersebut lebih tinggi dari Rerata Hipotetik (RH) yaitu 77,5. Sebanyak 0 mahasiswa (0%) terhitung mempunyai *adversity quotient* yang sangat rendah, 0 mahasiswa (0%) terhitung mempunyai *adversity quotient* yang rendah, 17 mahasiswa (17%) terhitung mempunyai *adversity quotient* yang sedang, 59 mahasiswa (59%) terhitung mempunyai *adversity quotient* yang tinggi, dan 24 mahasiswa (24%) terhitung mempunyai *adversity quotient* yang sangat tinggi. Berdasarkan pemaparan tersebut, diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mempunyai kategorisasi *adversity quotient* yang tinggi. Dengan kata lain, mahasiswa tahun akhir sudah memiliki *adversity quotient* yang sangat baik.

Tabel 11. Kategorisasi Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja

Skor Interval	Kategori	RH	RE	Frekuensi	Presentase (%)
$X \leq 54,25$	Sangat Rendah			20	20%
$54,25 < X \leq 69,75$	Rendah		61,54	55	55%
$69,75 < X \leq 85,25$	Sedang	77,5		24	24%
$85,25 \leq X < 100,75$	Tinggi			1	1%
$X > 100,75$	Sangat Tinggi			0	0%

Tabel 11 memperlihatkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki Rerata Empirik (RE) sebesar 51,96. Nilai tersebut lebih tinggi dari Rerata Hipotetik (RH) yaitu 47,5. Sebanyak 0 mahasiswa (0%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sangat rendah, 5 mahasiswa (5%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang rendah, 55 mahasiswa (55%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sedang, 30 mahasiswa (30%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang tinggi, dan 10 mahasiswa (10%) terhitung mempunyai kepercayaan diri yang sangat tinggi. Berdasarkan pemaparan tersebut, diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mempunyai kategorisasi kecemasan dalam menghadapi

dunia kerja yang rendah. Dengan kata lain, mahasiswa tahun akhir telah mampu mengontrol atau mengurangi kecemasan yang dirasakannya terkait menghadapi dunia kerja.

4. PENUTUP

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, dapat diketahui kesimpulannya bahwa variabel kepercayaan diri dan variabel *adversity quotient* mempunyai hubungan yang signifikan dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sumbangan efektifnya menunjukkan angka 79,5%. Sedangkan, variabel kepercayaan diri memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan sumbangan efektifnya sebesar 37,9%. Variabel *adversity quotient* memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan dengan variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan sumbangan efektifnya sebesar 41,6%. Lalu, kategorisasi pada variabel kepercayaan diri berada di kategori sedang (55%), kategorisasi pada variabel *adversity quotient* berada di kategori tinggi (59%), dan kategorisasi pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berada di kategori rendah (55%).

Diperlukan upaya untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu dengan meningkatkan kepercayaan diri. Bagi mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta disarankan untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dengan cara meningkatkan kemampuan yang dimilikinya melalui kegiatan-kegiatan positif yang dapat menunjang kemampuannya dan berguna di dunia kerja, seperti mengikuti pelatihan kompetensi atau *skill training*. diperlukan upaya untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu dengan meningkatkan *adversity quotient*. Bagi mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta disarankan untuk meningkatkan *adversity quotient*nya dengan cara melakukan pelatihan *problem solving* dan *decision making* sehingga terbiasa memecahkan masalah dan bertahan untuk tidak menyerah jika dihadapkan pada kesulitan di dunia kerja. Bagi pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dapat membuat kebijakan-kebijakan yang dapat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam meningkatkan kepercayaan diri dan *adversity quotient*nya sehingga mahasiswa dapat mengurangi kecemasan terhadap dunia kerja, seperti bekerja sama dengan lembaga-lembaga pelatihan yang bersertifikat untuk mengadakan pelatihan secara rutin sehingga dapat meningkatkan kemampuan/*skill* mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adwas, A. A., Jbireal, J. M., & Azab, A. E. (2019). Anxiety: Insights Into Signs, Symptoms, Etiology, Pathophysiology, and Treatment. *East African Scholars Journal of Medical Sciences*, 2(10), 580-591.
- Agusta, Y. N. (2014). Hubungan antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang Terhadap Kesiapan Kerja

- Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(3), 133-140. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i3.3653>
- Auliya, N. N. (2020). Pengaruh Persepsi Kesempatan Kerja dan Kepercayaan Diri Terhadap Kesiapan Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 283-288. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4912>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia Februari 2023 (No. 35/05/Th. XXVI, 5 Mei 2023). Diunduh dari <https://www.bps.go.id/pressrelease/2023/05/05/2001/februari-2023--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-5-45-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-2-94-juta-rupiah-per-bulan.html>
- Bayat, B., Akbarisomar, N., Tori, N. A., & Salehiniya, H. (2019). The Relation Between Self-Confidence and Risk-Taking Among The Students. *Journal of Education and Health Promotion*, 8, 1-27.
- Chadha, N. (2021). Adversity Quotient: Surviving Rather Than Giving Up. *Psychology and Education Journal*, 58(2), 5942-5947.
- Dewanda, F. A. (2020). Hubungan antara Adversity Quotient dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Walisongo Semarang. (Skripsi Program Sarjana). Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.
- Dewantari, A. G., & Soetjningsih, C. H. (2022). Adversity Quotient dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 629-636. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8631>
- Dimenggo, D., & Yendi, F. M. (2021). The Correlation between Self-Confidence and Anxiety in Encounter the Work Environment of Final Semester Students. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 55-60. doi: <http://dx.doi.org/10.24036/00357kons2021>
- Hanifah, R. S., & Hakim, Z. A. (2023). Self Confidence dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(1), 30-38. doi: <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i1.8070>
- Hanim, L. M., & Ahlas, S. A. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 41-48. doi: <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Hantono, (2020). Metode Penelitian Skripsi dengan Aplikasi SPSS. Sleman: DeePublish.
- Hardianto, Y., & Sucihayati, R. B. (2019). Hubungan Adversity Quotient dengan Career Adaptability Pada Koas Angkatan 2015 Fkg "X" di Rsgm. *Psibernetika*, 11(2), 79-90. doi: <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v11i2.1433>
- Haq, A. (2019). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. (Skripsi Program Sarjana). Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(03), 1-11.
- Higgins, E. (1996). The Self-Digest': Self- Knowledge Serving Self Regularity Functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 1-46.
- Kompas.com (2023, Februari 23). Menaker: 12 Persen Pengangguran RI Didominasi Lulusan S1 dan Diploma. Kompas. Diunduh dari <https://www.kompas.com>

- Lauster, P. (1992). Tes Kepribadian. Jakarta: ANS Sungguh Bersaudara.
- _____. (2003). Tes Kepribadian. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mutiarachmah, D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Psychological Well-Being dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Kesejahteraan Sosial Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 163-177.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). Psikologi Abnormal Jilid 1 (Ed. 5). Jakarta: Erlangga.
- Nugroho, C. A., Saniatuzzulfa, R., & Scarvanovi, B. W. (2022). Hubungan Regulasi Diri dan Grit dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Psikologi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 7(1), 32-46. doi: <https://doi.org/10.20961/jip.v7i1.57730>
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 3(2), 46-59.
- Perrotta G (2019) Anxiety Disorders: Definitions, Contexts, Neural Correlates, and Strategic Therapy. *Jacobs Journal of Neurology and Neuroscience*, 1-15.
- Phoolka, S., & Kaur, N. (2012). Adversity Quotient: A New Paradigm to Explore. *The International Journal's: Research Journal of Social Science & Management*, 2(7), 109–117.
- Prayitno, D. (2018). SPSS Panduan Mudal Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Saviola, F., Pappaianni, E., Monti, A., Grecucci, A., Jovicich, J., & De Pisapia, N. (2020). Trait and State Anxiety Are Mapped Differently In The Human Brain. *Scientific Reports*, 10(1), 11112. doi: <https://doi.org/10.1038/s41598-020-68008-z>
- Simarmata, N. I. P., Aritonang, N. N. G., & Uyun, M. (2023). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau dari Self-Efficacy dan Jenis Kelamin. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 195-203. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i2>
- Sofyanty, D., Yanti, V.A., Ong, D., & Kusumandari, S. (2024). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Kecerdasan Adversitas Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Akselerasi: Jurnal Ilmiah Nasional*, 6(1), 19-28.
- Stoltz, P.G (2000). Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang (Ed. 7). Jakarta: Grasindo.
- Stuart, G. W. (2006). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.
- Tallis, F. (1992). Mengatasi Rasa Cemas. Jakarta: Arcan.
- Wahyuni, A., & Masykur, A. M. (2013). The Relationship Between Adversity Intelligence and Sensation Seeking Among Nature Lovers College Students in Semarang. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah*, 2(4), 63–73. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7392/7152>
- Wijayanti, N. L. G. I., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2022). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peran Orientasi Masa Depan? *SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 132–142. doi: <https://doi.org/10.14710/empati.2013.7392>
- Wilfrida, H. Y., & Rahayu, M. N. M. (2023). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 4303-4307.