

**Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin**  
**Volume 2, Nomor 8, Agustus 2024, Halaman 163-170**  
 Licenced by CC BY-SA 4.0  
 E-ISSN: 2986-6340  
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13231256>

## **Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir di Kampus Kota Bekasi**

**Muhammad Rafli Al Kariim<sup>1\*</sup>, Tugimin Supriyadi<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

\*Email: [raflialkarim11@gmail.com](mailto:raflialkarim11@gmail.com)

### **Abstrak**

Pada penelitian ini membahas mengenai kecemasan mahasiswa akhir dalam dunia kerja. Dalam menghadapi dunia kerja mahasiswa perlu banyak menyiapkan bekal untuk kesiapannya dalam menjalani kehidupan setelah lulus dari perguruan tinggi. Tantangan dunia kerja yang akan dihadapi mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi dapat memunculkan perasaan negatif, salah satunya yaitu kecemasan. Hasil pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 110 responden pada mahasiswa yang memiliki kriteria responden yaitu Laki Laki dan Perempuan, Mahasiswa Aktif Semester Akhir dan kuliah di Kota Bekasi. Hasil dari penelitian dari uji korelasi yang dilakukan menggunakan Spearman diatas menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0.534\*\* dengan taraf signifikansi sebesar 0.000 ( $\text{sig} < 0.05$ ). Dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan, dengan kekuatan korelasi -0.534\*\* yang berarti tingkat kekuatan hubungannya cukup. dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nihil ( $H_o$ ) ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa akhir aktif yang ada di Kota Bekasi. Adapun bentuk hubungannya adalah negatif yang menandakan semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan mahasiswa tersebut dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin tingginya kecemasan dari mahasiswa tersebut.

**Kata kunci:** Kecemasan, Kepercayaan diri, Dunia kerja, Mahasiswa

### **Abstract**

*This research discusses the anxiety of final year students in the world of work. In facing the world of work, students need to prepare a lot of provisions to be ready to live life after graduating from college. The challenges in the world of work that students will face after graduating from college can give rise to negative feelings, one of which is anxiety. The results of this research are that there is an influence of self-confidence on anxiety in facing the world of work in final semester students. This research aims to determine the effect of self-confidence on anxiety in facing the world of work in final semester students. The total sample for this research was 110 students whose respondent criteria were male and female, active final semester students and domiciled in Bekasi City. The results of the research from the correlation test carried out using Spearman above show a correlation coefficient value of -0.534\*\* with a significance level of 0.000 ( $\text{sig} < 0.05$ ). It can be interpreted that there is a negative relationship between self-confidence and anxiety, with a correlation strength of -0.534\*\* which means the strength of the relationship is sufficient. it can be concluded that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted and the null hypothesis ( $H_o$ ) is rejected. So it can be interpreted that there is a relationship between self-confidence and anxiety in active final students in Bekasi City. The form of the relationship is negative, which indicates that the higher the student's self-confidence, the lower the student's anxiety and conversely, the lower the student's self-confidence, the higher the student's anxiety.*

**Keywords:** Anxiety, Self-confidence, World of work, Students

---

### **Article Info**

Received date: 26 Juli 2024

Revised date: 30 Juli 2024

Accepted date: 5 Agustus 2024

## PENDAHULUAN

Di dalam dunia perkuliahan atau bisa disebut dengan perguruan tinggi, mahasiswa akan mempelajari teori-teori dan menempuh SKS semester terkait dengan jurusan yang dipilih. Setelah sampai pada tingkat akhir dan telah mencapai jumlah SKS yang dijadikan prasyarat untuk menempuh ketahap berikutnya, mahasiswa akan masuk pada tahap terakhir dalam dunia perkuliahan yaitu tugas akhir atau yang disebut juga dengan skripsi. Skripsi adalah syarat wajib untuk mahasiswa meraih gelar sarjana. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Darmono, A & Hasan, 2005). Seseorang yang telah melewati masa kuliah akan menghadapi tahap baru yaitu dunia kerja. Dunia kerja ini merupakan tahap yang akan dimasuki seseorang dalam melakukan kegiatan bekerja sesuai dengan minat maupun ketrampilannya.

Setelah seorang mahasiswa selesai mengerjakan tugas akhir perkuliahannya, mahasiswa harus bisa menghadapi dunia kerja. Dunia kerja merupakan lingkungan dimana individu melakukan kegiatan kerja dalam lembaga maupun organisasi. Memiliki kemampuan yang mumpuni adalah salah satu unsur penting dalam dunia kerja. Di Indonesia, khususnya dalam bidang lapangan kerja membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas agar perusahaan dapat bersaing dan berkembang pesat. Tuntutan kualitas tenaga kerja terus meningkat dari tahun ke tahun, sehingga persaingan untuk mendapatkan pekerjaan bagi para pencari kerja juga semakin berat. Dalam data Badan Pusat Statistik (2023) menjelaskan bahwa tingkat pengangguran di Kota Bekasi sejumlah 7,90% dari 2,530,436 jumlah penduduk di Kota Bekasi. Hal ini menandakan seberapa banyaknya tingkat pengangguran di Kota Bekasi, sehingga menimbulkan kecemasan terhadap mahasiswa tingkat akhir. Menurut Syaharani et al. (2022) individu di katakan siap dalam dunia kerja jika memiliki kemampuan dan keterampilan untuk siap dalam bekerja. Individu dapat memperoleh kemampuan dan keterampilan dimana saja, salah satunya dalam lembaga pendidikan.

Dalam menghadapi dunia kerja mahasiswa perlu banyak menyiapkan bekal untuk kesiapannya dalam menjalani kehidupan setelah lulus dari perguruan tinggi, seperti halnya yg dijelaskan oleh Susilarini (2022) tantangan dunia kerja yang akan dihadapi mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi dapat memunculkan perasaan negatif, salah satunya yaitu kecemasan. Sarason (2014) menambahkan bahwa kecemasan sebagai suatu pola atau sindrom reaksi yang meliputi aspek fisiologis, afektif, kognitif, dan perilaku dalam menanggapi ancaman yang dipersepsikan oleh individu. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman (Mora et al., 2021). Kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal normal yang terjadi yang disertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru, serta dalam menemukan identitas diri dan hidup. Dunia kerja dapat memicu kecemasan bagi siapa saja yang hendak memasukinya tak terkecuali pada mahasiswa semester akhir karena nantinya setelah lulus mereka dituntut untuk bekerja dan ketika mencari kerja mereka akan menghadapi banyak persaingan, dimana akan ada kemungkinan-kemungkinan seperti mendapat pekerjaan atau menjadi pengangguran.

Chaplin J.P. (2011) menyebutkan bahwa kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Greenberger & Padesky (2016) juga mendefinisikan kecemasan sebagai suatu kegugupan atau rasa takut sementara ketika dihadapkan pada pengalaman yang sulit dalam kehidupan. Kata kecemasan juga digunakan untuk menggambarkan kegugupan sementara atau ketakutan yang kita alami sebelum dan selama pengalaman hidup yang menantang, seperti wawancara kerja atau tes medis. Ketidakpastian tentang bagaimana kelak mereka setelah lulus dari perguruan tinggi memicu timbulnya rasa cemas pada mahasiswa tingkat akhir, hal ini memunculkan banyak ketakutan berlebih terhadap mahasiswa tingkat akhir, pentingnya kepercayaan diri yang baik dalam menghadapinya. Sejumlah tuntutan tersebut pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, kesulitan tidur, sering cemas, mudah marah, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda menyelesaikan tugas akhir (Hanim & Ahlas, 2020).

Adapun aspek-aspek kecemasan menurut Sarason (2014) yaitu Emosionalitas (*Emotionality*). Emosionalitas mengacu pada reaksi emosional dan fisiologis yang muncul ketika seseorang mengalami kecemasan. Emosionalitas meliputi tekanan perasaan (*frustasi*) dan pertentangan batin (*konflik*). Ketakutan (*Worry*) yaitu ketakutan yang mengacu pada pikiran-pikiran negatif dan kekhawatiran yang mengganggu. Ketakutan meliputi *Performance anxiety*, *Impostor syndrome*, dan *Generalized anxiety*. Mahasiswa yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya. Menurut Chaplin J.P. (2011) menggambarkan kecemasan masa depan sebagai emosi yang tidak menyenangkan terkait berbagai masalah yang harus dihadapi pada masa perkembangannya serta berpengaruh pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Pengertian pada pembahasan sebelumnya mendukung pendapat Sigmund Freud (dalam Feist et al., 2014) tentang kecemasan, Sigmund Freud berpendapat bahwa kecemasan adalah kondisi yang tidak menyenangkan, bersifat emosional dan sangat terasa kekuatannya, disertai sebuah sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang sedang mendekat. Kecemasan dan kepercayaan diri mempunyai pengaruh yang signifikan yaitu semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan (Kristanto et al., 2014).

Selain itu peneliti juga melakukan mini riset menggunakan *g-form* untuk memperkuat fenomena dan variabel yang ingin diteliti pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bekasi. Indikator mini riset ini berdasarkan dari Sarason (2021) dan Ghufiron, (2017). Berdasarkan hasil mini riset yang telah dilakukan pada 20 mahasiswa menunjukkan bahwa 19 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 95% mahasiswa akhir mulai merasa cemas saat memikirkan dunia kerja, 18 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 90% mahasiswa akhir merasa cemas ketika orang tua mereka menanyakan perihal pekerjaan setelah lulus kuliah, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa senang jika teman di sekelilingnya membahas tentang dunia kerja, 18 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 90% mahasiswa akhir merasa cemas ketika tau tingginya tingkat pengangguran di kota bekasi, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa khawatir jika orang di sekeliling mereka akan mendapatkan pekerjaan yang lebih baik di bandingkan dirinya, 17 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 85% mahasiswa akhir merasa cemas untuk melamar pekerjaan setelah lulus nanti karena persaingan yang cukup tinggi, 16 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 80% mahasiswa akhir merasa cemas dan tidak percaya diri ketika membayangkan prosedur seleksi penerimaan kerja, 17 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 85% mahasiswa akhir percaya dengan menanamkan rasa percaya diri dapat sedikit menghilangkan rasa kecemasan tentang dunia kerja, 15 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 75% mahasiswa akhir merasa percaya diri dengan kapasitas mereka dalam klasifikasi di dunia kerja nanti, 13 dari 20 mahasiswa atau sejumlah 65% mahasiswa akhir percaya diri bisa menerapkan hasil pembelajaran mereka selama berkuliah dalam lingkup kerja nanti.

Kepercayaan diri adalah sebagai suatu keyakinan diri sendiri terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu dan tidak merasa cemas untuk bisa mencapai berbagai tujuan. Menurut Ghufiron (2017) kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Taylor (2013) juga mendefinisikan bahwa rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari. Kepercayaan diri bukan merupakan bakat (*bawaan*), melainkan kualitas mental, artinya kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan, kepercayaan diri dapat dilatih atau dibiasakan. Dari Hasil Penelitian Saputro dan Suseno (2019) menyatakan bahwa adanya kepercayaan diri maka para mahasiswa yang nantinya akan memasuki dunia kerja semakin mampu untuk mengekspresikan dan mengimplementasikan kemampuan serta kompetensi yang dimilikinya setelah melalui jenjang pendidikan, sehingga apabila harus menghadapi sebuah kompetisi mahasiswa sebagai angkatan kerja yang produktif sudah siap tidak hanya secara praktek namun juga mental.

Berdasarkan data pengangguran yang ada di kota bekasi dalam data Badan Pusat Statistik (2023) menjelaskan bahwa tingkat pengangguran di Kota Bekasi sejumlah 7,90% dari 2,530,436 jumlah penduduk di Kota Bekasi. Hal itu menunjukkan tingginya pengangguran di kota bekasi serta sempitnya peluang untuk mendapatkan pekerjaan dikarenakan tingkat persaingan yang tinggi di dunia kerja. Perry (2005) mengungkapkan kepercayaan diri memungkinkan seseorang mengatasi tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah orang tersebut lakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya, kepercayaan diri memberi seseorang keberanian untuk tidak mengkhawatirkan akibat kegagalan. Menurut Ernia dan Amini (2014) cemas tidaknya seseorang menghadapi dunia kerja tidak berasal dari pengakuan umum, oleh karena itu diharapkan apabila seseorang merasa cemas terhadap sempitnya lapangan pekerjaan dan menyadari bahwa ia harus memecahkan masalah tersebut, maka akan timbul prakarsa, ide-ide yang cemerlang untuk mencari terobosan guna menanggulangi keterbatasan lapangan pekerjaan karena semakin tingginya tingkat persaingan kerja. Salah satu upaya individu untuk mengatasi timbulnya kecemasan menghadapi dunia kerja adalah dengan cara memiliki kepercayaan diri.

Seperti halnya dalam penelitian Ernia (2013) Kepercayaan adalah faktor penting dalam membangun sebuah kepercayaan diri. Semakin besar kepercayaan seseorang pada diri sendiri, semakin besar kemampuan ia untuk membuat keputusan sulit dan melakukan hal yang belum pernah ia coba sebelumnya. Hal ini sesuai dengan mahasiswa semester akhir yang akan menyelesaikan studinya dan beralih ke dunia kerja, di mana dunia kerja merupakan dunia baru terutama bagi mereka yang belum berpengalaman bekerja. Salah satu determinan yang diasumsikan berperan terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja adalah kepercayaan diri. Seperti yang dijelaskan oleh Wiramihardja (2017) bahwa salah satu hal yang berpengaruh di dalam kecemasan adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode regresi, yang bertujuan untuk melihat pengaruh antar variabel. Selain metode regresi juga digunakan untuk dapat mengetahui kuat atau tidaknya antara kedua variabel yang akan dilakukan penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa semester 7 keatas yang ada di kampus Kota Bekasi yaitu 37 rb mahasiswa di Kota Bekasi (Badan Pusat Statistik, 2023). Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan GPower. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel sebanyak 110 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2021) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pada hal ini pertimbangan peneliti memilih sampel adalah sebagaimana yang disebutkan pada kriteria responden yaitu Laki Laki dan Perempuan, Mahasiswa Aktif Semester 7 keatas dan Berkuliah di Kota Bekasi.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan skala psikologi. Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang paling banyak digunakan dalam penelitian sosial dan perilaku (Periantalo, 2016). Instrumen yang digunakan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional untuk melihat hubungan antar variabel. Adapun perhitungan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan software dari *IBM SPSS Statistic versi 25 for windows*

**HASIL DAN PEMBAHASAN****Hasil****Kategorisasi Kecemasan****Tabel 1. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel Kecemasan**

| Kategori | Skor       | N   | Persentase |
|----------|------------|-----|------------|
| Rendah   | $\leq 92$  | 52  | 47,3 %     |
| Sedang   | 93 – 99    | 49  | 44,5 %     |
| Tinggi   | $\geq 100$ | 9   | 8,2 %      |
| Total    |            | 110 | 100 %      |

Berdasarkan Pada tabel kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa mahasiswa memiliki kecemasan yang rendah sebanyak 52 mahasiswa atau sebesar 47,3%, sedangkan mahasiswa yang memiliki kecemasan, yang sedang sebanyak 49 mahasiswa atau sebesar 44,5% dan mahasiswa yang memiliki kecemasan yang tinggi sebanyak 9 mahasiswa atau sebesar 8,2%. Dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang berada di kecemasan yang rendah ke arah sedang.

**Kategorisasi Kepercayaan Diri****Tabel 2. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel Kepercayaan Diri**

| Kategori | Skor       | N   | Persentase |
|----------|------------|-----|------------|
| Rendah   | $\leq 103$ | 90  | 81,8 %     |
| Sedang   | 104 – 111  | 5   | 4,5 %      |
| Tinggi   | $\geq 112$ | 15  | 13,6 %     |
| Total    |            | 110 | 100 %      |

Berdasarkan Pada tabel kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang rendah sebanyak 90 mahasiswa atau sebesar 81,8 %, sedangkan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri, yang sedang sebanyak 5 mahasiswa atau sebesar 4,5 % dan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi sebanyak 15 mahasiswa atau sebesar 13,6%. Dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang berada di kepercayaan diri yang rendah.

**Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja****Tabel 3. Hasil Analisis Hipotesis Regresi**

| Model | F      | Sig.               | R                  | R Square |
|-------|--------|--------------------|--------------------|----------|
| 1     | 27.611 | 0,000 <sup>b</sup> | 0.451 <sup>a</sup> | 0.204    |

Dari tabel diatas, hasil analisis hipotesis regresi terlihat bahwa kepercayaan diri terhadap kecemasan kerja secara signifikan memiliki nilai  $F=27.611$  dan nilai signifikansi  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Artinya, model regresi pada penelitian ini layak digunakan serta hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, bahwa kepercayaan diri dapat dijadikan sebagai prediktor kecemasan kerja. Selanjutnya, hasil sumbangan efektif (model summary) dapat dilihat dari nilai R Square sebesar 0.204. Artinya, memberikan sumbangan efektif atau pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan kerja sebesar 20,4%. Sisanya, sebesar 79,6% berasal dari faktor lain yang tidak diteliti atau tidak diikutsertkan

pada penelitian ini. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan kerja selain kepercayaan diri, modeling dan dukungan sosial.

**Tabel 4. Hasil Persamaan Regresi (*Coefficients*)**

| Model            | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig. |
|------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
|                  | B                           | Std. Error | Beta                      |        |      |
| (Constant)       | 110.063                     | 3.827      |                           | 28.757 | .000 |
| Kepercayaan Diri | -0,225                      | 0.043      | -0,451                    | -5.255 | .000 |

Berdasarkan tabel di atas, koefisien regresi X sebesar -0,225 yang artinya bahwa koefisien regresi tersebut bernilai negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel kepercayaan diri terhadap kecemasan kerja adalah negatif. Berdasarkan nilai signifikansi diperoleh sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kepercayaan diri berpengaruh terhadap variabel kecemasan kerja. Berdasarkan nilai t, diketahui nilai t hitung sebesar  $-5.255 > t$  tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kepercayaan diri berpengaruh terhadap variabel kecemasan kerja.

### Pembahasan

Hasil pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari Silaban (2022) bahwa kepercayaan diri mahasiswa berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Hasil kekuatan korelasi antar variabel pada penelitian ini masuk dalam kategori sedang yang bermakna adanya pengaruh antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Hasil ini didukung pada penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) semakin negatif kepercayaan diri pada mahasiswa akhir maka semakin tinggi kecemasan, begitupun sebaliknya semakin positif kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Adapun Seperti yang dijelaskan oleh Wiramihardja (2017) bahwa salah satu hal yang berpengaruh di dalam kecemasan adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, kepercayaan diri dapat dijadikan variabel prediktor untuk memprediksi munculnya kecemasan pada mahasiswa akhir. Hal ini didukung oleh Kristanto et al. (2014) bahwa semakin positif kepercayaan diri maka akan semakin rendah kecemasan, demikian sebaliknya semakin negatif kepercayaan diri maka akan semakin tinggi kecemasan. Seperti halnya dalam penelitian Ernias (2013) Kepercayaan adalah faktor penting dalam membangun sebuah kepercayaan diri. Semakin besar kepercayaan seseorang pada diri sendiri, semakin besar kemampuan ia untuk membuat keputusan sulit dan melakukan hal yang belum pernah ia coba sebelumnya. Hal ini sesuai dengan mahasiswa semester akhir yang akan menyelesaikan studinya dan beralih ke dunia kerja, di mana dunia kerja merupakan dunia baru terutama bagi mereka yang belum berpengalaman bekerja. Salah satu determinan yang diasumsikan berperan terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja adalah kepercayaan diri.

Pada uji kategorisasi yang telah dilakukan, pada variabel kecemasan dapat dilihat bahwa mahasiswa memiliki kecemasan yang rendah sebanyak 52 mahasiswa atau sebesar 47,3%, sedangkan mahasiswa yang memiliki kecemasan yang sedang sebanyak 49 mahasiswa atau sebesar 44,5% dan mahasiswa yang memiliki kecemasan yang tinggi sebanyak 9 mahasiswa atau sebesar 8,2%. Dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang berada di kecemasan yang rendah ke arah sedang. Kemudian pada variabel kepercayaan diri dapat dilihat bahwa mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang rendah sebanyak 90 mahasiswa atau sebesar 81,8 %, sedangkan mahasiswa yang memiliki

kepercayaan diri, yang sedang sebanyak 5 mahasiswa atau sebesar 4,5 % dan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi sebanyak 15 mahasiswa atau sebesar 13,6%. Dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang berada di kepercayaan diri yang rendah.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa dari hasil uji korelasi yang di dapatkan, adanya pengaruh yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Pengaruh negatif yang dimaksud adalah, jika variabel x (kecemasan) menunjukkan nilai yang tinggi maka pada variabel Y (kepercayaan diri) menunjukkan nilai yang rendah, begitu juga sebaliknya apabila nilai kecemasan rendah maka kepercayaan dirinya pun tinggi. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa akhir aktif di Kota Bekasi mendapatkan kecemasan yang cukup tinggi dan kepercayaan diri yang rendah, begitupun sebaliknya. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sarason (2021) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah kepercayaan diri.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada penelitian ini karena berbagai keterbatasan sehingga diperlukan kritik dan masukan yang membangun. Beberapa keterbatasan penelitian ini diantaranya adalah distribusi data yang tidak normal karena keterbatasan peneliti dalam memberikan jawaban responden yang mungkin tidak bervariasi dan cenderung sama. Selain itu, peneliti juga menyebarkan Google Form secara *online* sehingga tidak dapat mengetahui apakah responden memahami pertanyaan dan mengisi dengan sungguh - sungguh atau tidak.

## KESIMPULAN

Adapun kesimpulan pada penelitian ini akan dijabarkan dalam poin-poin berikut ini:

- Hasil dari uji regresi menunjukkan adanya pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Kota Bekasi. Pengaruh kedua variabel berkorelasi negatif dengan kekuatan korelasi cukup kuat.
- Adapun nilai korelasinya adalah negatif, hal ini menandakan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan mahasiswa tersebut ataupun sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin meningkatnya kecemasan dari mahasiswa tersebut.
- Kekuatan korelasi yang didapat adalah cukup kuat, artinya kepercayaan diri menjadi salah satu faktor dalam kecemasan.
- Kategorisasi pada variabel kecemasan, mayoritas responden memiliki kecemasan yang sedang. Adapun kategorisasi pada variabel kepercayaan diri, mayoritas responden mendapatkan tingkat kepercayaan diri yang rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023a). *Badan Pusat Statistik*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. (2023b). *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat*.
- Chaplin J.P. (2011). *Kamus lengkap psikologi* (Kartini Kartono (ed.); 1st ed.). Rajawali Pers.
- Darmono, A & Hasan, A. (2005). *Menyelesaikan Skripsi dalam Satu Semester, Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta, Indonesia*.
- Ernia dan Amini. (2014). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 369(1).
- Ernia, Y. (2013). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Psikologi*, 2(1), 545–555.
- Feist, J., Handriatno, & Feist, G. J. (2014). *Teori kepribadian = Theories of personality*. Salemba Humanika.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologi.pdf* (R. Kusumaningratri (ed.); 1st ed.). AR-RUZZ MEDIA.
- Ghufron, M. N. dan R. R. S. (2017). *Teori Teori Psikologi* (Rose Kusumaningratri (ed.); Cetakan 1). AR-RUZZ MEDIA.
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (2016). *Change How You Feel by Changing the Way You Think. Mind*.
- Kristanto, P. H., Pm., S., & Setyorini, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan

- Kecemasan Dalam Menyusun Proposal Skripsi. *Satya Widya*, 30(1), 43. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2014.v30.i1.p43-48>
- Hanim, L.M & Ahlas, S. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 41–48. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Mora, I., Ningsih, S. D., Ramadhani, S., & Tafona, K. C. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Psychomutiara*, 4(2), 75–91. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3325>
- Periantalo, J. (2016). *PENELITIAN KUANTITATIF UNTUK PSIKOLOGI*. Pustaka Pelajar.
- Perry, M. (2005). *Confidence boosters: pendongkrak kepercayaan diri*. Erlangga.
- Putri, A. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Di Uin Ar-Raniry. 10(2), 111–112.
- Saputro dan Suseno. (2019). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Employability Pada Mahasiswa*.
- Sarason, I. G. (1977). *The Test Anxiety Scale: Concept and Research*.
- Sarason, I. G. (2014). Anxiety, self-preoccupation and attention. *Routledge Library Editions: Anxiety, November 2014*, 9–13. <https://doi.org/10.1080/10615808808248215>
- Silaban, D. B. L. (2022). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas HKBP Nommensen Di Masa Pandemi Covid-19. *Psikologi*.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. ALFABETA.
- 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.
- Syahrani, J., Nainggolan, E., & Muslikah, E. (2022). Perbedaan Kepercayaan Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja Antara Siswa SMA dan SMK Di Kabupaten Bojonegoro. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 20–28.
- Taylor, R. (2013). *Kiat-Kiat Pedes : Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Gramedia Pustaka Utama.
- Wiramihardja, S. (2017). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Refika Aditama.