

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa *fresh graduate*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa *fresh graduate* maka kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa *fresh graduate* semakin rendah, begitu pula sebaliknya. Sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa *fresh graduate* sebesar 38,19%.

6.2. Saran

1. Bagi Mahasiswa *Fresh Graduate*

Ada baiknya bagi mahasiswa *fresh graduate* dapat mengurangi kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja dengan cara menghubungi orang terdekat yang sebagai tempat berbagi perasaan, meminta biaya dan dukungan finansial dari orang tua untuk keperluan melamar kerja, dan mencari informasi dengan aktif menanyakan lowongan kerja pada orang terdekat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan memfokuskan sumber dukungan sosial yang diterima oleh individu entah dari keluarga/pasangan/teman, atau yang lainnya. Selain itu, peneliti melihat adanya konsistensi hasil penelitian kaitannya dengan dukungan sosial dan kecemasan menghadapi dunia kerja sehingga peneliti selanjutnya dapat meninjau variabel tergantung yang serupa namun dengan variabel bebas yang berbeda seperti pikiran irasional, pengalaman negatif di masa lalu, gender, budaya, genetik, neurofisik, kepribadian, keyakinan negatif

yang berkelanjutan di masa depan, *perceived control*, perhatian terhadap ancaman, rendahnya kepercayaan diri, kurangnya kompetensi, dan kecerdasan adversitas. Sebagai tambahan, ada baiknya peneliti memberikan keterangan lengkap setiap pilihan pada item sehingga menghindari kesalahan perspektif pengisian jawaban pada subjek.

