

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Uji Asumsi

Uji asumsi yang akan dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linearitas menggunakan *IBM SPSS Statistics 20*. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dalam penelitian berasal dari data populasi yang distribusinya normal (Sugiyono & Susanto, 2015). Uji normalitas yang akan dipakai adalah uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*. Uji linearitas bertujuan untuk melihat linearitas variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono & Susanto, 2015).

5.1.1 Uji Normalitas

(1) Skala kematangan emosi

Hasil uji normalitas pada skala kematangan emosi menunjukkan nilai 0,946 dan signifikansi 0,333 ($p > 0,05$) yang artinya data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas skala kematangan emosi dapat dilihat pada lampiran D-1.

(2) Skala kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir

Hasil uji normalitas pada skala kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir menunjukkan nilai 0,683 dan signifikansi 0,739 ($p > 0,05$) yang artinya data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas skala kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan dapat dilihat pada lampiran D-1.

5.1.2 Uji Linearitas

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hasil dari Fhitung yaitu 16,979 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya data linear sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang linear antara kematangan emosi dan kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil uji linearitas skala kematangan emosi dan kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir dapat dilihat pada lampiran D-2.

5.2 Hasil Analisis Data

5.2.1 Uji Hipotesis

Uji Hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Product Moment Pearson*. Pengujian dibantu dengan menggunakan *IBM SPSS Statistics 20*. Hasil yang diperoleh dari yaitu mendapati koefisien korelasi sebesar $r_{xy} -0,407$ dengan Signifikansi 0,000 ($\text{Sig} < 0,01$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin rendah kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir dan sebaliknya.

5.3 Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan uji korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,407 dengan $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. Angka negatif pada hasil korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara kematangan emosi dan kecemasan tidak mendapat pekerjaan adalah hubungan negatif. Hubungan negatif menandakan semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin rendah kecemasan tidak mendapat pekerjaan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis pada penelitian ini yang menyatakan bahwa adanya hubungan negatif antara kematangan emosi dengan kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir diterima. Hasil penelitian ini sesuai dengan kurva normal, sehingga tidak ada hasil yang spesifik tentang kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir.

Pratiwi dan Lailatushifah (2012) menjelaskan bahwa saat mahasiswa tingkat akhir yang memiliki kematangan emosi yang baik akan meminimalkan efek negatif dari masalah emosional. Apabila mahasiswa tingkat akhir mengalami masalah emosional maka emosi tersebut akan diteruskan ke sistem limbik. Sistem limbik akan menentukan tindakan apa yang akan diambil melalui perangai emosi tertentu seperti wajah yang pucat, muka merah, cemberut atau menangis (Pratiwi & Lailatushifah, 2012). Apabila kelola emosi seseorang baik maka kecemasan yang dialami juga akan menurun

karena mereka dapat menggunakan emosinya untuk tetap termotivasi dalam situasi yang membuat mereka tertekan (Sari, Bulantika, Utami & Kholidin, 2020). Kematangan emosi yang baik dapat membantu seseorang dalam pengendalian emosi yang memicu kecemasan (Astuti & Nuryanti, 2022).

Perasaan-perasaan yang menunjukkan adanya ketidakmatangan emosi seperti perasaan ketidakpuasan, kesepian, rendah diri, ledakan emosi, impulsif, dan lain lain menyebabkan tingkat kecemasan menjadi tinggi (Moldovan, 2017). Kecemasan menyebabkan banyak gangguan baik emosi, perilaku, spiritual dan gangguan biologis (Moldovan, 2017). Menurut Santo dan Alfian (2021) kecemasan menghadapi dunia kerja dapat berakibat buruk seperti dapat menurunkan performa seseorang. Kecemasan menghadapi dunia kerja dapat menimbulkan konflik dalam diri seseorang yang menyebabkan rasa takut dan khawatir serta berusaha menghindari hal yang terkait dengan dunia kerja (Zwagery, 2020).

Mahasiswa tingkat akhir yang merasa yakin bahwa dirinya mampu mengatasi berbagai masalah yang muncul nantinya maka mereka dapat menangani perasaan cemas berlebihan yang dialami (Upadianti & Indrawati, 2018). Tangney, Baumeister dan Boone (dalam Handasan, 2018) mengatakan seseorang dengan kematangan emosi yang tinggi maka akan lebih dapat beradaptasi, lebih sehat secara mental, dan dapat bersosialisasi dengan baik. Hal yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya kematangan emosi diantaranya adalah keluarga, lingkungan sosial, kepribadian, dan pengalaman individu (Yasa & Fatmawati, 2021).

Apabila mahasiswa tingkat akhir memiliki kematangan emosi yang tinggi maka kecemasan akan dapat beradaptasi, sehat secara mental, dan bersosialisasi sehingga kecemasan mereka dapat berkurang.

Mahasiswa tingkat akhir perlu untuk dapat mengontrol kecemasan tidak mendapat pekerjaan yang dialaminya agar kecemasan tersebut tidak semakin membesar dan tak terkontrol. Upaya yang dapat dilakukan untuk mempersiapkan diri pada mahasiswa tingkat akhir agar dapat meminimalisir kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan diantaranya yaitu mengikuti pelatihan-pelatihan yang diadakan, datang ke acara *job fair*, membaca hal-hal yang terkait dengan pekerjaan, dan mengikuti berbagai macam organisasi yang ada di kampus (Upadianti & Indrawati, 2018). Dengan adanya upaya untuk mempersiapkan diri maka mahasiswa tingkat akhir dapat lebih mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja nantinya sehingga mereka tidak terlalu cemas untuk gagal.

Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian dari Moldovan (2017) yang menemukan bahwa ada hubungan negatif antara kematangan emosi dengan kecemasan pada remaja berusia 17 hingga 19 tahun. Penelitian lain terkait kematangan emosi dan kecemasan dilakukan oleh Astuti dan Nuryanti (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara kematangan emosi dan kecemasan persalinan pada ibu hamil. Semakin tinggi kematangan emosi yang dimiliki pada ibu hamil maka akan semakin rendah kecemasan yang dialami (Astuti & Nuryanti, 2022).

Hal-hal lain yang mempengaruhi kecemasan diantaranya lingkungan, situasi, ambiguitas, dan informasi (Latifa, 2018). Sumbangan efektif yang diperoleh dari variabel kematangan emosi terhadap kecemasan tidak mendapat pekerjaan yaitu sebesar 16,56% yang artinya kematangan emosi mempengaruhi kecemasan tidak mendapat pekerjaan sebesar 16,56%. Sedangkan 83,44% merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan tidak mendapat pekerjaan.

5.4 Keterbatasan Penelitian

Penelitian berjalan sesuai dengan harapan peneliti, namun terdapat beberapa keterbatasan yang ada dalam penelitian ini yaitu kurangnya relasi peneliti sehingga subjek penelitian ini melibatkan sebagian besar mahasiswa tingkat akhir yang berkuliah di pulau Jawa dan jumlah subjek pada tiap universitas kurang merata sehingga penelitian tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh mahasiswa tingkat akhir di Indonesia.