

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya, semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah kecemasan karir yang mahasiswa tingkat akhir rasakan terkait masa depan karir. Sebaliknya, jika *self-efficacy* mahasiswa rendah, maka tingkat kecemasan karir yang dialami akan semakin tinggi. Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat hipotesis yang telah diajukan.

Bagi Mahasiswa dengan tingkat kecemasan karir yang tinggi disarankan untuk lebih aktif mencari informasi terkait dunia kerja, mengikuti pelatihan atau magang yang relevan, serta memanfaatkan layanan bimbingan karir atau konseling dari kampus untuk mengelola kecemasan dan membangun kesiapan mental menghadapi dunia kerja. Bagi Institusi pendidikan, penting untuk menyediakan program pendampingan karir secara rutin seperti seminar persiapan kerja, pelatihan keterampilan *soft-skill*, dan akses konsultasi psikologis yang mampu membantu mahasiswa mengenali potensi diri dan dapat mengurangi kecemasan karir. Dengan demikian, mahasiswa dapat memiliki keyakinan diri yang tinggi dalam menghadapi tantangan karir dan mengurangi kecemasan yang dirasakan. Bagi peneliti berikutnya dapat mempertimbangkan variabel lain yang dapat berkontribusi lebih terhadap kecemasan karir sehingga dapat mengidentifikasi faktor lain yang lebih dominan dalam mempengaruhi kecemasan karir.

DAFTAR PUSTAKA

- Adjarwati, C. A., Mayangsari, M. D., & Ekaputri, F. K. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMKN 1 Gambut. In *Jurnal Kognisia* (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/jk.v3i1.1430>
- 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*, 2(3), 133–140. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i3.3653>
- Alwisol. (2017). Psikologi Kepribadian Edisi Revisi. Malang: UMM Press

- A Muhammad, D., Rosyidawati, N. H., Sudrajat, A. A., Khairunnisa, N. H., Rahmawati, B. D. Z., Khatimah, W. H., Apriyani, P., Andriani, A. P. D., Widyastuti, P. A., Suryani, D. S., Azizah, P. F. S. N., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini Review. In *Ahmad Dahlan Medical Journal* (Vol. 2, Issue 2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.12928/admj.v2i2.5432>
- Anggini, Y., & Syarqawi, A. (2023). Tingkat Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN Sumatera Utara Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2), 1273–1278. <https://doi.org/https://doi.org/10.62775/edukasia.v4i2.426>
- Atika, D. N., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2023). Students' Career Anxiety : A Systematic Literature Review. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 13(2), 610–621. <https://doi.org/10.23960/jpp.v13.i2.202335>
- Azhari, T. R., & Mirza. (2016). *Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala* (Vol. 2, Issue 2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.02.4>
- Azwar, S. (2022). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2024). Keadaan Ketengakerjaan Indonesia Februari 2024. Diakses 4 Juni 2024 dari <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/2372/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-82-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-3-04-juta-rupiah-per-bulan.html>
- Baiti, R. D., Abdullah, S. M., & Rochwidowati, N. S. (2017). Career Self-Efficacy Dan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. In *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga* (Vol. 5, Issue 2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.14421/jpsi.2017.%25x>
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy : The Exercise of Control*. New York : Freeman.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2012). *Psikologi Sosial Edisi 10 Jilid 1*. Jakarta : Erlangga.
- Braunstein-Bercovitz, H., Benjamin, B. A., Asor, S., & Lev, M. (2012). Insecure attachment and career indecision: Mediating effects of anxiety and pessimism. *Journal of Vocational Behavior*, 81(2), 236–244.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.07.009>
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2022). Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Tahun Akhir dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Pandemi Berdasarkan Jenis Kelamin. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 01–08.
<https://doi.org/10.31603/bpsr.6572>

- Dimenggo, D., & Yendi, F. M. (2020). The Correlation between Self-Confidence and Anxiety in encounter the Work Environment of Final Semester Students. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 55. <https://doi.org/10.24036/00357kons2021>
- EduRank. (2024) List of 14 Best Universities in Semarang. Retrieved Februari 27, 2025 from <https://edurank.org/geo/semarang/>
- Feist, J dan Feist, G.J. 2013. Teori Kepribadian. Jakarta : Salemba Humanika.
- Greenhaus, J. H., Callanan, G. A., & Godshalk. (2019). *Career Management For Life 5th Edition*. New York : Routledge.
- 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>
- Jannah, F. N., & Cahyawulan, W. (2023). Indonesian Journal of Guidance and Counseling Theory and Application. *IJGC*, 12(1), 45–57. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v12i1.55332>
- Lauditta, A. E., & Ariana, A. D. (2021). Hubungan antara Efikasi diri dengan Kecemasan dalam menghadapi Ujian SBMPTN pada Siswa SMA. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29053>
- Maghfiroh, F. F., & Dewi, T. K. (2023). Hubungan Kecemasan Karir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 2(1), 23–38. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i1.1122>
- Marwah, Dewi, E. M. P., Rifani, R., & Tetteng, B. (2023). The Influence of Religiosity and Self-Efficacy on Students' Anxiety Facing the World of Work. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v8i19.14388>
- Myers, David G. (2012). *Social Psychology* : 11th Edition. New york : McGrawHill.
- Muñoz, Á. S.-A. M., López, M. F. P., & Vieitez, J. C. (2018). Self-efficacy and anxiety in female hospital healthcare workers. *Ansiedad y Estrés*, 24(2–3), 99–104. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2018.08.002>
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Abnormal Psychology in a changing world* ed 10. New York: Pearson.
- Novrianto, R., Marettih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.6943>
- Pisarik, C. T., Rowell, P. C., & Thompson, L. K. (2017). A Phenomenological Study of Career Anxiety Among College Students. *Career Development Quarterly*, 65(4), 339–352. <https://doi.org/10.1002/cdq.12112>
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan. 8(2), 238–248. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4907>

- Qudsyi, H., & Putri, M. I. (2016). Self-efficacy and Anxiety of National Examination among High School Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 268–275. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.082>
- Shin, Y. J., & Lee, J. Y. (2019). Self-Focused Attention and Career Anxiety: The Mediating Role of Career Adaptability. *Career Development Quarterly*, 67(2), 110–125. <https://doi.org/10.1002/cdq.12175>
- Simarmata, N. I. P., Aritonang, N. N. G., & Uyun, M. (2023). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self-Efficacy dan Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 195–203. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i2>
- Spielberger, C. D. (2007). *Encyclopedia of Applied Psychology*. Florida : Elsevier Academic Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). General Self Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, *Measures in health psychology : A user's portfolio. causal and control belief* (pp. 33-57). Windsor, UK : NFER-NELSON.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional.
- Tsai, C. T. (Simon), Hsu, H., & Hsu, Y. C. (2017). Tourism and Hospitality College Students' Career Anxiety: Scale Development and Validation. *Journal of Hospitality and Tourism Education*, 29(4), 158–165. <https://doi.org/10.1080/10963758.2017.1382365>
- Vignoli, E. (2015). Career indecision and career exploration among older French adolescents: The specific role of general trait anxiety and future school and career anxiety. *Journal of Vocational Behavior*, 89, 182–191. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.06.005>
- Wahyuni, R., Hamid, H., & Firdaus, F. (2023). Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja di Masa Pandemi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar. In *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* (Vol. 2, Issue 3). <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/jtm.v2i3.44432>
- Widyatama, T., & Aslamawati, Y. (2015). Prosiding Psikologi Study Deskriptif Mengenai Kematangan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Unisba. *Prosiding Psikologi*, 580–587. <http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.1553>
- Zahro, S. S. H., Ratnaningtyas, A., & Prastyani, D. (2023). Peran Kepercayaan Diri Untuk Mengatasi Kecemasan Para Fresh Graduate Di Banten Dalam Menghadapi Persaingan Kerja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 21(9), 21–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.47007/jpsi.v21i2.345>