

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SARJANA *FRESH*
GRADUATE YANG MEMINUM ALKOHOL**

SKRIPSI

Lathifah Puspaningtyas
20.E1.0321



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2026

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SARJANA *FRESH*
GRADUATE YANG MEMINUM ALKOHOL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas
Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :
Lathifah Puspaningtyas
20.E1.0321



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2026

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SARJANA *FRESH
GRADUATE* YANG MEMINUM ALKOHOL
(*The Relationship Between Social Support and Anxiety In
Facing The World Of Work Among Fresh
Graduates Who Drink Alcohol*)**

Lathifah Puspaningtyas, Lita Widyo Hastuti

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Persaingan kerja yang semakin ketat menyebabkan banyak sarjana *fresh graduate* mengalami kecemasan, khususnya mereka yang mengonsumsi alkohol sebagai bentuk *coping*. Dukungan sosial diyakini mampu menurunkan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada sarjana *fresh graduate* yang meminum alkohol. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pentingnya dukungan sosial bagi lulusan baru dalam mengelola kecemasan. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada sarjana *fresh graduate* yang meminum alkohol. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *snowball sampling*. Pengambilan data melalui *google formulir*, dengan melibatkan 54 responden sarjana *fresh graduate*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Rho Spearman*, karena salah satu variabel berdistribusi tidak normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada sarjana *fresh graduate* yang meminum alkohol, dengan nilai $r_{xy} = -0,416$ dengan $\text{sig (1-tailed) } p < 0,05$. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada sarjana *fresh graduate* yang meminum alkohol.

Kata kunci: *dukungan Sosial, kecemasan, fresh graduate.*

Abstract

The increasing competition in the job market has led many fresh graduates to experience anxiety, particularly those who consume alcohol as a coping mechanism. Social support is believed to reduce anxiety in facing the challenges of entering the workforce. This study aims to examine the

relationship between social support and job-seeking anxiety among fresh graduates who consume alcohol. The findings are expected to highlight the importance of social support for graduates in managing anxiety during the transition to the workplace. The proposed hypothesis stated that there is a negative correlation between social support and job-seeking anxiety among fresh graduates who consume alcohol. This research employed a quantitative method with snowball sampling, and data were collected through an online Google Form survey, involving 54 fresh graduate respondents. Data were analyzed using the Spearman's Rho correlation test, as one of the variables was not normally distributed. The results revealed a significant negative correlation between social support and job-seeking anxiety among fresh graduates who consume alcohol, with a coefficient of $r_{xy} -0.416$ sig (1-tailed) $p < 0.01$. These findings support the hypothesis that higher levels of social support are associated with lower levels of anxiety in facing the job market among fresh graduates who consume alcohol.

Keywords: social support, anxiety, fresh graduate.

PENDAHULUAN

Setiap manusia menurut Maslow (dalam Bari & Hidayat, 2022) memiliki kebutuhan yang diilustrasikan melalui piramida yang menjelaskan kebutuhan paling dasar manusia hingga mencapai tingkatan paling tinggi atau puncak. Kebutuhan manusia yang paling dasar adalah kebutuhan fisiologi, kebutuhan keamanan, kebutuhan percaya dan cinta kasih, kebutuhan untuk dihargai, hingga kebutuhan yang paling atas adalah kebutuhan aktualisasi diri. Menurut Susilarini (2022) kebutuhan seseorang untuk dapat mengaktualisasi diri cukup beragam, dimana salah satunya adalah maupun dalam mencapai prestasi. Bari & Hidayat (2022) juga menjelaskan keinginan untuk bertahan dalam menghadapi berbagai bentuk persaingan baik dalam dunia kerja bahwa salah satu kebutuhan individu yakni aktualisasi diri merupakan kebutuhan manusia untuk mencapai prestasi, reputasi serta status yang lebih baik dari orang lain.

Saat ini persaingan dunia kerja tidaklah mudah. Persaingan seseorang dalam mendapatkan pekerjaan semakin ketat baik untuk seseorang yang sudah berpengalaman maupun *fresh graduate*. Menurut BPS (dalam Setiawati, 2024) per Februari 2024, ada 369.500 anak muda rentang usia 15 – 29 tahun memasuki golongan *hopeless of job* atau putus ada dalam mencari kerja. Jumlah itu merupakan sebagian dari total individu yang menganggur yakni total 7,47 juta orang per Agustus 2024. Mengacu pada Berita BPS No. 83/11/Th. XXVII (dalam BPS, 2024) lulusan Diploma I, II, dan III menyumbang 2,29% lulusan yang