

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-EFFICACY* TERHADAP
KECEMASAN DUNIA KERJA BAGI MAHASISWA
PENDIDIKAN TINGKAT AKHIR**

Lukman Ismail

Universitas Muhamamdiyah Makassar, Indonesia

lukmanismail@unismuh.ac.id

Sam'un Mukramin

Universitas Muhamamdiyah Makassar, Indonesia

sam_un88@yahoo.co.id

St. Haniah

Universitas Muhamamdiyah Makassar, Indonesia

haniah@unismuh.ac.id

Sridewi

Universitas Muhamamdiyah Makassar, Indonesia

sridewiyaru.08@gmail.com

Alfiani Aminah

Universitas Muhamamdiyah Makassar, Indonesia

alfianiaminah99@gmail.com

Abstrak

Mencari pekerjaan di era disrupsi 4.0 tidaklah mudah, khususnya bagi mahasiswa yang akan menyandang gelar sebagai sarjana, tentu mencari pekerjaan setelah menyelesaikan studi adalah suatu keharusan. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan self-efficacy terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja bagi mahasiswa tingkat akhir Prodi Pendidikan Sosiologi. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu pengambilan sampel secara penuh, sehingga sampel pada penelitian ini sebanyak 81 mahasiswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Hasil analisis data multivariate correlation antara dukungan sosial dan self-efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh (R) sebesar 0.722 dengan $p = 0.000 < 0.05$. Sehingga H_a yang berbunyi "Ada korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir podi pendidikan Sosiologi" diterima. Maka disimpulkan jika terdapat korelasi yang signifikan antar dukungan sosial dan self-efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa tingkat akhir Prodi Pendidikan Sosiologi, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial dan self-efficacy yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah pula kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa Prodi Pendidikan Sosiologi.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Self-efficacy, Kecemasan Dunia Kerja.

Abstract

Finding a job in the era of disruption 4.0 is not easy, especially for students who will hold a bachelor's degree, of course finding a job after completing their studies is a must. The purpose of this study was to determine the effect of social support and self-efficacy on anxiety in facing the world of work for final year students of Sociology education study program. The sampling technique used total sampling, namely full sampling, so that the sample in this study was 81 students. Data collection techniques in this study using a Likert scale. The results of multivariate correlation data analysis between social support and self-efficacy

with anxiety to face the world of work obtained (R) of 0.722 with $p = 0.000 < 0.05$. So that H_a which reads "There is a significant correlation between social support and self-efficacy with anxiety facing the world of work in final year students of Sociology Education Study Program" is accepted. So it can be concluded that if there is a significant correlation between social support and self-efficacy with anxiety facing the world of work for final year students of the Sociology education study program, which means that the higher the social support and self-efficacy a student has, the lower the anxiety for facing the world of work for students. Sociology education program.

Keywords: Social Support, Self-efficacy, Anxiety in the World of Work

PENDAHULUAN

Pada Era industri 4.0 saat ini mencari pekerjaan tidaklah muda, karena prosedur industri yang digunakan saat ini umumnya telah terhubung secara digital dengan teknologi.¹ Sehingga hal ini menjadi tantangan yang tidak mudah bagi mahasiswa, karena mereka dituntut untuk mampu menghadapi berbagai permasalahan yang beragam mengenai dunia kerja.² Gelar sarjana saat ini, tidak menjamin bahwa individu akan mudah memperoleh pekerjaan.³ Oleh karena itu, mahasiswa seharusnya memiliki keahlian yang sesuai dengan kebutuhan dunia kerja saat ini. Ketatnya persaingan dan terbatasnya lapangan pekerjaan saat ini, tentu berdampak pada meningkatnya angka pengangguran di Indonesia.⁴

Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa pada tahun 2021 di Indonesia terdapat jumlah pengangguran sebanyak 5,712%. Selain itu, data pengangguran menurut jenjang pendidikan di Indonesia yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik, salah satunya dari lulusan S1 sebanyak 565.541 orang. Tingginya angka pengangguran berdasarkan data tersebut disebabkan oleh beberapa faktor. Sukidjo menyebutkan yaitu keterbatasan jumlah lapangan kerja, sehingga tidak mampu untuk menampung seluruh pencari kerja selain itu kemajuan teknologi yang semakin canggih sehingga banyak perusahaan lebih memilih menggunakan mesin dan mengurangi tenaga manusia, karena mesin dianggap lebih efektif dan murah.⁵ Oleh karena itu, meningkatnya angka pengangguran membuat mahasiswa tingkat akhir merasa cemas dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja menjadi hal penting untuk diatasi oleh setiap

¹ Ahmad Razak dan Harlina Hamid, 'Fenomena Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Era', *Jurnal Unsultra*, 2.1 (2022), 28–33.

² Dinan Anggun Setyowati dan Endang Sri Indrawati, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro', *Jurnal Empati*, 11.5 (2022), 319–24.

³ Chandra Maulidannisa Isharyoto, 'Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang', *Jurnal Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa*, 000 (2022), 243–49.

⁴ M. Rizqi Ridatama, 'Hubungan Antara Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa', *Skripsi Diterbitkan*, 2021, 1–72.

⁵ Ahmad & Andriany devina Zulfahmi, 'Kematangan Vokasional Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *Journal Internasional License*, 9 (2021), 64–75 <<https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.15728>>.

mahasiswa, karena jika mahasiswa tidak bisa mengatasinya akan memberikan dampak negatif bagi mahasiswa berupa sulit konsentrasi dan perasaan tertekan.⁶

Peneliti memperoleh data awal pada kecemasan mahasiswa tingkat akhir menghadapi dunia kerja menggunakan kuesioner yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek dari Greenberger dan Padesky. Kuesioner disebar secara online melalui *google form* dan diisi oleh 35 responden yang merupakan mahasiswa aktif Prodi Pendidikan Sosiologi, FKIP Universitas Muhammadiyah Makassar. Data yang diperoleh dari aspek *physical symptoms* sebanyak 21 responden (60%) mengaku bahwa mahasiswa tingkat akhir merasa pusing ketika memikirkan pekerjaan yang akan didapatkan nanti, terlebih mereka merasa bahwa fokus keilmuan yang mereka peajari selama kuliah, pekerja yang tepat dengan hal itu masih cukup terbatas kuota serapan tenaga kerja yang sangat terbatas untuk menjadi Aparatur Sipil Negara (ASN), berbeda dengan jurusan lainnya. Selain itu sebanyak 26 responden (74,3%) pada aspek *thought*, mahasiswa tingkat akhir menganggap dirinya tidak mampu bersaing dalam seleksi kerja. Pada aspek *behavior*, sebanyak 34 responden (97,1%) mengaku bahwa mahasiswa tingkat akhir mencoba melakukan berbagai hal guna mencegah bahaya dengan mencari tahu informasi seputar bidang pekerjaan yang diminati. Dan aspek terakhir, *feelings* sebanyak 18 responden (51,4%) merasa gugup dan panik terhadap lapangan pekerjaan yang semakin sempit. Peneliti melakukan wawancara terhadap lima mahasiswa tingkat akhir yang memiliki skor kecemasan tinggi untuk memahami mengapa kecemasan mereka tinggi dalam menghadapi dunia kerja.

Suyanti dan Albadri mengemukakan bahwa ada 6 faktor kognitif yang menyebabkan kecemasan. 1) rasa takut atau cemas, 2) keyakinan yang irasional, 3) sensitifitas berlebihan terhadap ancaman, 4) sensitifitas kecemasan, 5) salah mengatribusikan sinyal-sinyal tubuh, 6) *self-efficacy* yang rendah. Kasyfillah dan Susilarini berkata, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu *self-efficacy*.⁷ Hal ini dapat terjadi karena karakteristik individu yang mengalami kecemasan rendah berbanding terbalik dengan karakteristik individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi.⁸

Selain *self-efficacy*, dukungan sosial juga berpengaruh membantu menurunkan kecemasan mahasiswa dalam dunia kerja, terutama dukungan sosial yang diterima individu.^{9,10} Bentuk

⁶ Nestri Norul Istychomah, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate', *Naska Publikasi*, 2022, 1–11.

⁷ Fakultas Ilmu Pendidikan and others, 'Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Karir Siswa Abstrak', 2021, 1–6.

⁸ Celiya Winangrum dan Masta Hutasoit, 'Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Self Efficacy Dalam Melakukan Pemeriksaan Antenatal Care (ANC)', *Jurnal Indonesia Sehat*, 1.2 (2022), 166–74.

⁹ Rahmawati & Meita Santi, 'Hubungan antara Regulasi Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ilmu Pendidikan dalam Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9.5 (2020), 217–27.

dukungan tersebut meliputi dukungan informasi, pertemanan, apresiasi dan dukungan instrumental.¹¹ Dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan. Dukungan sosial juga berpengaruh terhadap depresi pada masa-masa stress yang dapat diperoleh dari berbagai aspek yaitu Keluarga, pasangan, orang tua, teman sebaya dan komunitas.¹² Pendapat yang sama dengan hal tersebut menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk kenyamanan, perasaan diperhatikan dan dihormati, serta merupakan bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain^{13,14}

Jika mahasiswa memiliki dukungan sosial dari lingkungan mereka akan secara aktif memandang pengalaman sebagai sesuatu yang tidak terlalu mencemaskan, serta merasa aman dan nyaman karena merasa diperhatikan, dicintai, dan dapat diterima dengan baik di lingkungan.¹⁵ Dukungan sosial sangat penting untuk mahasiswa yang sedang mengalami kecemasan, karena dukungan sosial menjadi sangat berharga ketika seseorang menghadapi suatu masalah, sehingga individu yang bersangkutan membutuhkan orang terdekat yang dapat dipercaya untuk membantu menyelesaikan masalah tersebut.^{16,17}

Dari hasil survey data awal dan penelitian terdahulu maka peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap kecemasan dunia kerja bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Sosiologi tingkat akhir. Tujuan penelitian ini nantinya akan menjadi *Road Map* sebagai usulan kebijakan dalam merespon dan adaptasi kurikulum Merdeka Belajar berbasis MBKM pada Prodi Pendidikan Sosiologi. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi Lembaga perguruan tinggi agar lebih memperhatikan dan mempersiapkan mahasiswanya agar selalu siap dalam menghadapi perubahan zaman khususnya dalam menghadapi dunia kerja setelah menyelesaikan studi.

Adapun penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh beberapa orang, yakni sebagai berikut:

¹⁰ Fajar Ilham, 'Hubungan antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Mahasiswa Stikes Hang Tuah Surabaya dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19', *Skripsi Diterbitkan*, 2021, 1–84.

¹¹ Dimas Hafiz, 'Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Efficacy dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Fresh Graduate Surabaya', *Skripsi Diterbitkan*, 2022.

¹² Lutfiah Fitri, 'Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Alumni Psikologi Universitas Medan AREA', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–88.

¹³ Hanny Mentari Putri dan Dinni Asih Febriyanti, 'Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro', *Jurnal Empati*, 9.Nomor 6 (2020), 466–71.

¹⁴ Putri & Luh Kadek, 'Hubungan antara Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Tingkat Stres pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah', *Jurnal Psikologi Udayana*, 5.1 (2018), 145–57.

¹⁵ Beny & Olivia Sri, 'Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga, Efikasi Diri dan Kecerdasan Spritual Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester VIII IAKN Manado', *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8.18 (2022), 491–97 <<https://doi.org/10.5281/zenodo.7212588>>.

¹⁶ Niken & Aisha, 'Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Self-Efficacy pada Remaja Di SMU Negeri 9 Yogyakarta', *Jurnal Psikologi*, 2, 2002, 112–23.

¹⁷ Noval Syafira, 'Hubungan antara Self-Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19', 2022, 1–14.

Sebuah penelitian yang berjudul “hubungan antara dukungan sosial orang tua dan self-efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI” menemukan bahwa Ada hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI, diterima.¹⁸ Hasil bivariat correlation kedua antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja diperoleh korelasi (r) sebesar -0.689 dengan $p = 0.000 < 0.05$.

Penelitian yang dilakukan oleh Dinan & Endang yang berjudul “Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro” menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin positif dukungan sosial orangtua maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,113, artinya dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 11,3% pada kecemasan menghadapi dunia kerja, sedangkan 88,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lainnya di luar penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan noneksperimen. Adapun populasi yang digunakan adalah mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar dengan jumlah populasi sebanyak 81 mahasiswa yaitu angkatan 2017 sebanyak 14 mahasiswa, angkatan 2018 sebanyak 34 mahasiswa dan angkatan 2019 sebanyak 33 mahasiswa. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* yaitu pengambilan sampel secara penuh, sehingga total sampel pada penelitian ini sebanyak 81 mahasiswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Adapun skala kecemasan menghadapi dunia kerja menggunakan skala milik Mahbub Nadziri yang mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky.¹⁹ Yaitu reaksi fisik, reaksi pikiran, reaksi perilaku dan suasana hati skala ini telah di uji dan memperlihatkan uji validitas sebesar 0,94 dan hasil uji reliabilitas yang diperoleh dalam skala tersebut sebesar 0,90. Skala dukungan sosial menggunakan skala milik Alfian dan Santo yang mengacu pada dimensi yaitu dukungan keluarga, dukungan teman dan *significant other*. Skala ini telah di uji dan memperlihatkan uji validitas sebesar 0,94 dan hasil uji reliabilitas yang diperoleh dalam skala tersebut sebesar 0,90. Sedangkan

¹⁸ Adi Muhammad Kasyfillah dan Tanti Susilarini, ‘Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dan Self Efficacy dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI’, *Jurnal IKRAITH*, 5.3 (2021), 69–75.

¹⁹ Mahbub Nadziri, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Dengan Jurusan Yang Diprediksi Sulit Mendapat Pekerjaan Skripsi*, 2018.

skala self-efficacy menggunakan skala milik Ardian berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura.²⁰ yaitu *magnitude/level*, *strength* dan *generality*. Skala ini telah di uji dan menunjukkan uji validitas dan uji reliabilitas sebesar 0,98 ini dapat dikategorikan valid dan reliabel untuk digunakan.

TINJAUAN TEORITIS

Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan atau kegelisahan sebagai suatu perasaan kekhawatiran dan ketakutan menghadapi situasi yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut, disertai dengan gejala-gejala fisik seperti berkeringat dingin, gemetar, usaha melarikan diri dan lainnya.²¹ Daradjat mendefinisikan kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur dan terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan. Penyebabnya bisa bermacam-macam berasal dari dalam maupun dari luar individu yang bersangkutan.^{22,23}

Greenberger dan Padesky mengatakan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan kekhawatiran sementara yang dialami individu ketika dihadapkan dengan dunia kerja.²⁴ Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan perasaan individu ketika dihadapkan pada kondisi atau keadaan individu merasa khawatir dalam menghadapi ketidakpastian mendapatkan pekerjaan setelah lulus di perguruan tinggi.

Adapun aspek-aspek yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja menurut Greenberger dan Padesky terdapat empat aspek, yaitu: Reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran dan suasana hati.²⁵

Menurut Greenberger dan Padesky terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecemasan, yaitu faktor kognitif dan faktor kepanikan. Faktor kognitif, meliputi: kecemasan yang disertai dengan adanya persepsi bahwa individu sedang berada dalam bahaya atau ancaman pada hal tertentu yang bersifat fisik, mental ataupun sosial serta adanya pengalaman yang dapat mengancam dirinya sehingga individu lebih sering merasakan cemas. Sedangkan faktor kepanikan

²⁰ (Ardian, 2021)

²¹ Kasyfillah dan Susilarini.

²² Salsabila Nanda, 'Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Resiliensi Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–65.

²³ Putri Damayanti Widayanti and Niken Titi Pratitis, 'Kecemasan Menghadapi COVID-19 pada Tenaga Kesehatan: Bagaimana Peranan Self-Efficacy dan Dukungan Sosial', *Jurnal of Psychological Research*, 1.4 (2022), 146–51.

²⁴ Mar'atul, 'Pengaruh Regulasi Emosi dan Self-Efficacy terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Pengurus Organisasi IPNU-IPPNU Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 32–112.

²⁵ Yasmin Farina, 'Hubungan antara Kepercayaan Diri Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Kelulusan 2021 UIN Walisongo Semarang', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–120.

merupakan suatu keadaan dimana individu merasakan cemas ataupun takut yang berlebih yang ditandai dengan adanya perubahan berupa sensasi mental ataupun fisik yang terjadi dalam diri seseorang.²⁶

Dukungan Sosial

Social support (dukungan sosial) didefinisikan oleh Gottlieb adalah sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dukungan sosial adalah kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau bantuan yang diperoleh individu dari orang lain, dimana orang lain disini dapat diartikan sebagai perorangan atau kelompok.^{27,28} Hal tersebut menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan menjadi dukungan sosial atau tidak, tergantung pada sejauh mana individu merasakan hal tersebut sebagai dukungan sosial.

Adapun dimensi-dimensi dukungan sosial menurut Zimet ada tiga dimensi dukungan sosial, yaitu dimensi dukungan keluarga, dimensi dukungan teman dan dimensi dukungan *significant*.²⁹

Self-Efficacy

Self-efficacy merupakan kepercayaan individu mampu mengendalikan kondisi lingkungan. Individu membuat penilaian pada kondisi sesuai dengan kemampuan dan akan berdampak pada prestasi yang ingin dicapai.^{30,31} *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu dengan menangani kondisi lingkungan dan memperoleh ekspektasi yang baik.³² *Self-efficacy* mengacu pada kemampuan yang dirasakan individu untuk membentuk perilaku yang relevan terhadap permasalahan khusus. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan menghindari tugas dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul.³³

²⁶ Olyvya Sri, *Hubungan Persepsi Terhadap Pembelajaran Metode Daring dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir*, 2022.

²⁷ Aisha.

²⁸ Mochammad Ferdiansyah, *Hubungan Dukungan Sosial Serikat Buruh dalam Aksi Mogok Kerja Prosedural Terhadap Kecemasan Resiko Kehilangan Kerja*, 2016.

²⁹ Hasna Amania, 'Hubungan antar Dukungan Sosial dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Penyandang Tuna Daksa', 2012.

³⁰ Ayu Andira dan Fathana Gina, 'Self Efficacy dan Resiliensi Pada Mahasiswa yang Mengalami Pembelajaran Daring', 1.1 (2022), 29–34.

³¹ Mutiah Silmi, *Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 D*, 2022.

³² Brigitan Argasiam, 'Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UNIKA Sogijaprata Ditinjau dari Hubungan Keaktifan Mengikuti Organisasi', *Jurnal IMAGE*, 02.2 (2022), 15–27.

³³ Syifa Fauziah Kamilah, 'Pengaruh Self-Efficacy, Dukungan Sosial, dan Empati Terhadap Motivasi Mengajar Guru ABK Di Jakarta Selatan', *Skripsi Diterbitkan*, 2015, 1–87.

Adapun aspek-aspek yang mempengaruhi *self-efficacy* ada tiga macam, yaitu: aspek Tingkat Kesulitan (*Magnitude/level*), aspek Kekuatan (*Strength*) dan *Generality*.^{34,35,36}

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalisasi

Hasil perhitungan dari 81 mahasiswa tingkat akhir yaitu angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar yang diolah dengan menggunakan SPSS 22.0, berdasarkan hasil analisis uji normalitas, maka diperoleh nilai signifikansi untuk skala kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 0.000 ($p < 0.05$); nilai signifikansi untuk skala dukungan social sebesar 0.000 ($p < 0.05$) begitupun dengan nilai signifikansi untuk skala *self-efficacy* diperoleh sebesar 0.000 ($p < 0.05$). sehingga hal ini menunjukkan bahwa data penelitian skala kecemasan menghadapi dunia kerja, skala dukungan social dan skala *self-efficacy* dianggap berdistribusi tidak normal.

Uji Kategorisasi

Kategorisasi skor pada variabel kecemasan menghadapi dunia kerja meliputi kategorisasi skor “tingg” dengan $Y > 88,53$; kategori skor “sedang” dengan $79,47 < Y < 88,53$; dan kategori skor “rendah” dengan $Y < 79,47$. Dengan mean temuan (Y) sebesar 73, 74 mengindikasikan bahwa variable kecemasan menghadapi dunia kerja yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar berada pada taraf kategori “rendah”.

Kategorisasi skor pada variabel dukungan social meliputi kategorisasi skor “tinggi” dengan $X > 74,06$; kategorisasi skor “sedang” dengan $69,94 < X < 74,06$; dan kategorisasi skor “rendah” dengan $X < 69,94$. Dengan mean temuan (X) sebesar 101,10 mengindikasikan jika variabel dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar berada pada taraf kategori “tinggi”.

Kategorisasi skor pada variabel *self-efficacy* meliputi kategorisasi skor “tinggi” dengan $X > 65, 09$; kategorisasi skor “sedang” dengan $60,91 < X < 65,09$; dan kategorisasi skor “rendah” dengan $X, 60,91$. Dengan mean temuan (X) sebesar 81, 42 mengindikasikan bahwa variable *self-*

³⁴ Yovitha dan Ismah Marsantiya, ‘Hubungan Antara Self-Efficacy dan Perencanaan Karir Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Moga Kabupaten Pemalang’, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6.2 (2022), 240–49.

³⁵ Nesti Nurul, ‘Hubungan antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate’, *Naska Publikasi*, 2022, 1–11.

³⁶ Selvina, *Pengaruh Self-Efficacy Dan Soft Skill terhadap Kesiapan Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2018 Pendidikan Ekonomi Universitas Jambi*, 2022.

efficacy yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar berada pada taraf kategori “tinggi”.

Uji Hipotesis

Hasil perhitungan terhadap 81 mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar dilakukan dengan bantuan SPSS 24.0. Pada table 1 menunjukkan jika hasil uji *Bivariate Correlation* pertama antara variable dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh koefisien kerelasi (r) = -0.722 dengan ($p = 0.000 < 0.05$). hal ini menunjukkan jika terdapat korelasi negative, maka hipotesis H_a yang berbunyi “terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar” diterima.

Correlations

			Dukungan Sosial	Self Efficacy	Kecemasan Dunia Kerja
Spearman's rho	Dukungan Sosial	Correlation Coefficient	1,000	,785**	,722**
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000
		N	81	81	81
	Self Efficacy	Correlation Coefficient	,785**	1,000	,755**
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
		N	81	81	81
	Kecemasan Dunia Kerja	Correlation Coefficient	,722**	,755**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.
		N	81	81	81

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pengujian kedua menunjukkan hasil uji *Bivariate Correlation* terhadap berdasarkan hasil output Spearman rho diatas, dapat diketahui bahwa dukungan sosial mempunyai korelasi yang signifikan terhadap kecemasan dunia kerja, yang dapat dilihat pada tabel Sig.(2-tailed) dengan nilai 0,000 yang menunjukkan arah korelasi positif yang signifikan, dengan kekuatan pengaruh sebesar 0,722 atau 72,2% mempengaruhi kecemasan dunia kerja. Sedangkan *self-efficacy* mempunyai pengaruh/hubungan yang signifikan, yang dapat dilihat pada tabel Sig. (2-tailed) dengan nilai 0,000 yang menunjukkan arah pengaruh/hubungan positif yang signifikan, dan kekuatan pengaruh sebesar 0,755 atau 75,5% mempengaruhi kecemasan dunia kerja. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi *self-efficacy* pada kecemasan lebih dominan dibandingkan dengan kontribusi dukungan sosial.

KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan yaitu terdapat korelasi yang signifikan antar dukungan sosial dan self-efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar Makassar, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial dan self-efficacy yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah pula kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017, 2018 dan 2019 Prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisha, Niken &, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Self-Efficacy Pada Remaja Di SMU Negeri 9 Yogyakarta', *Jurnal Psikologi*, 2, 2002, 112–23
- Andira, Ayu, dan Fathana Gina, 'Self Efficacy Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Mengalami Pembelajaran Daring', 1.1 (2022), 29–34
- Ardian., R.I, 'Hubungan Antara Kematangan Vokasional Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Freshgraduate Program Studi PGSD', 2021, pp. 1–76
- Argasiam, Brigitan, 'Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di UNIKA Sogijaprata Ditinjau Dari Hubungan Keaktifan Mengikuti Organisasi', *Jurnal IMAGE*, 02.2 (2022), 15–27
- Dimas Hafiz, 'Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dan Self-Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Fresh Graduate Surabaya', *Skripsi Diterbitkan*, 2022
- Farina, Yasmin, 'Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Kelulusan 2021 UIN Walisongo Semarang', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–120
- Ferdiansyah, Mochammad, *Hubungan Dukungan Sosial Serikat Buruh Dalam Aksi Mogok Kerja Prosedural Terhadap Kecemasan Resiko Kehilangan Kerja*, 2016
- Fitri, Lutfiah, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Alumni Psikologi Universitas Medan AREA', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–88
- Hasna Amania, 'Hubungan Antar Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Penyandang Tuna Daksa', 2012
- Ilham, Fajar, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Mahasiswa Stikes Hang Tuah Surabaya Dalam Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19', *Skripsi Diterbitkan*, 2021, 1–84
- Isharyoto, Chandra Maulidannisa, 'Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang', *Jurnal Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa*, 000 (2022), 243–49
- Istychomah, Nestri Norul, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate', *Naska Publikasi*, 2022, 1–11
- Kamilah, Syifa Fauziah, 'Pengaruh Self-Efficacy, Dukungan Sosial, Dan Empati Terhadap Motivasi Mengajar Guru ABK Di Jakarta Selatan', *Skripsi Diterbitkan*, 2015, 1–87

Lukman Ismail, Sam'un Mukramin, St. Haniah, Sridewi, Alfiani Aminah: Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Efficacy* Terhadap Kecemasan Dunia Kerja Bagi Mahasiswa Pendidikan Tingkat Akhir

- Kasyfillah, Adi Muhammad, dan Tanti Susilarini, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI', *Jurnal IKRAITH*, 5.3 (2021), 69–75
- M. Rizqi Ridatama, 'Hubungan Antara Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa', *Skripsi Diterbitkan*, 2021, 1–72
- Mar'atul, 'Pengaruh Regulasi Emosi Dan Self-Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Pengurus Organisasi IPNU-IPPNU Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 32–112
- Marsantiya, Yovitha dan Ismah, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dan Perencanaan Karir Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Moga Kabupaten Pemalang', *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6.2 (2022), 240–49
- Mutiah Silmi, *Pengaruh Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 D*, 2022
- Nadziri, Mahbub, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Dengan Jurusan Yang Diprediksi Sulit Mendapat Pekerjaan Skripsi*, 2018
- Nanda, Salsabila, 'Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dan Resiliensi Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *Skripsi Diterbitkan*, 2022, 1–65
- Noval Syafira, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19', 2022, 1–14
- Nurul, Nesti, 'Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate', *Naska Publikasi*, 2022, 1–11
- Olyvya Sri, *Hubungan Persepsi Terhadap Pembelajaran Metode Daring Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*, 2022
- Pendidikan, Fakultas Ilmu, Universitas Negeri Surabaya, Universitas Darul Ulum, Konseling Kelompok, and Teknik Restrukturisasi Kognitif, 'Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Karir Siswa Abstrak', 2021, 1–6
- Putri & Luh Kadek, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self-Efficacy Dengan Tingkat Stres Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah', *Jurnal Psikologi Udayana*, 5.1 (2018), 145–57
- Putri, Hanny Mentari, dan Dinni Asih Febriyanti, 'Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro', *Jurnal Empati*, 9.Nomor 6 (2020), 466–71
- Rahmawati & Meita Santi, 'Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ilmu Pendidikan Dalam Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9.5 (2020), 217–27
- Razak, Ahmad, dan Harlina Hamid, 'Fenomena Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Era', *Jurnal Unsultra*, 2.1 (2022), 28–33
- Selvina, *Pengaruh Self-Efficacy Dan Soft Skill Terhadap Kesiapan Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2018 Pendidikan Ekonomi Universitas Jambi*, 2022
- Setyowati, Dinan Anggun, dan Endang Sri Indrawati, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro', *Jurnal Empati*, 11.5 (2022), 319–24

Lukman Ismail, Sam'un Mukramin, St. Haniah, Sridewi, Alfiani Aminah: Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Efficacy* Terhadap Kecemasan Dunia Kerja Bagi Mahasiswa Pendidikan Tingkat Akhir

Sri, Beny & Olivia, 'Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga, Efikasi Diri Dan Kecerdasan Spritual Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester VIII IAKN Manado', *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8.18 (2022), 491–97 <<https://doi.org/10.5281/zenodo.7212588>>

Widyani, Putri Damayanti, dan Niken Titi Pratitis, 'Kecemasan Menghadapi COVID-19 Pada Tenaga Kesehatan : Bagaimana Peranan Self-Effica Cy Dan Dukungan Sosial', *Jurnal of Psychological Research*, 1.4 (2022), 146–51

Winangrum, Celiya, dan Masta Hutasoit, 'Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Self Efficacy Dalam Melakukan Pemeriksaan Antenatal Care (ANC)', *Jurnal Indonesia Sehat*, 1.2 (2022), 166–74

Zulfahmi, Ahmad & Andriany devina, 'Kematangan Vokasional Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *Journal Internasional License*, 9 (2021), 64–75 <<https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.15728>>