

### **Efikasi diri dan kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir**

**Aldo Surya<sup>1</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

**Diah Sofiah<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

**Hikmah Husniyah Farhanindya<sup>3</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

E-mail: [aldosurya80@gmail.com](mailto:aldosurya80@gmail.com)

#### **Abstract**

Uncertainty in obtaining decent employment can lead to increased anxiety among university students. This condition is often triggered by intense job market competition, negative perceptions of the professional world, and rising demands for individual qualifications. This study aims to identify the relationship between self-efficacy and career anxiety among undergraduate students in the final stage of their academic studies. A quantitative approach with a correlational research design was employed, involving 129 final-semester students from the undergraduate psychology program at University of 17 Agustus 1945 Surabaya, enrolled in the 2018–2019 cohorts during the study period. The instruments used were the Career Anxiety Scale developed by Tsai et al. (2017) and a self-efficacy scale based on the theoretical framework proposed by Bandura (1997). Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results indicated a strong negative correlation between self-efficacy and career anxiety. Higher levels of self-efficacy were associated with lower levels of career-related anxiety. Self-efficacy accounted for 40.45% of the variance in career anxiety, suggesting a substantial influence.

**Keywords:** Career Anxiety; Final-Year Students; Self-Efficacy

#### **Abstrak**

Ketidakpastian mendapat pekerjaan yang layak dapat menyebabkan munculnya kecemasan di kalangan mahasiswa, yang dipicu oleh persaingan kerja yang semakin ketat, pandangan negatif terhadap dunia kerja, serta meningkatnya tuntutan terhadap kualifikasi individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan karir pada mahasiswa yang berada pada tahap akhir studi sarjana. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional pada 129 mahasiswa semester akhir program studi sarjana psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang terdaftar pada angkatan 2018-2019 selama masa periode penelitian. Instrumen pengukuran penelitian ini menggunakan career anxiety scale yang dikembangkan Tsai, et al (2017) dan skala efikasi diri merujuk konsep teoritis oleh Bandura (1997). Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi product moment. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan efikasi diri berhubungan erat dengan kecemasan karir. Semakin tinggi tingkat efikasi diri maka akan semakin rendah kecemasan karir pada mahasiswa. Efikasi diri memiliki pengaruh dengan kecemasan karir sebesar 40,45% menunjukkan adanya pengaruh yang kuat.

**Kata kunci:** Efikasi Diri; Kecemasan Karir; Mahasiswa Tingkat Akhir

## **Pendahuluan**

Gelar pendidikan tinggi merupakan salah satu langkah guna mendapatkan pekerjaan yang layak, artinya banyak orang yang berjuang untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan sehingga dapat menimbulkan persaingan yang kompetitif. Badan Pusat Statistik (BPS) dalam publikasinya tahun 2022 mencatat bahwa sebanyak 7.875.281 mahasiswa aktif dalam naungan Kementerian Pendidikan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi sedang menempuh pendidikan tinggi demi masa depan yang diharapkan. Di sisi lain, sebanyak 842.378 lulusan sarjana terdata sebagai pengangguran terbuka pada data Badan Pusat Statistik (BPS) Agustus 2024.

Tingkat pengangguran yang tinggi membuat mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda terhadap dunia kerja yang dapat mempengaruhi pengambilan keputusan dalam memilih karir sehingga tidak memenuhi harapannya (Noviyanti, 2021). Ketatnya persaingan dunia kerja membuat pencari kerja kesulitan menemukan peluang, sehingga mahasiswa dituntut untuk bekerja keras dan terus meningkatkan kualitas serta kemampuan diri (Putri, dkk, 2021). Menurut penelitian Priest (dalam Tesalonia, 2023) menyebutkan bahwa karir merupakan sumber yang dapat menyebabkan kecemasan. Padahal menurut Efendy dan Haryanti (2020) perencanaan karir harus sejak sudah dimiliki oleh individu terutama mahasiswa tingkat akhir karena hal ini merupakan aspek penting dalam pengambilan keputusan karir yang tepat, menjadi modal utama dalam mempertimbangkan dengan baik hal-hal yang berkaitan dengan pengambilan keputusan karir serta memberikan pemahaman bagi individu untuk mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan terkait dengan pilihan karirnya tersebut. Namun nampaknya era disrupsi pada saat ini yang penuh ketidakpastian dapat menyebabkan mahasiswa merasa cemas karena persaingan kerja yang semakin ketat, gambaran negatif dunia kerja, serta tuntutan kualifikasi yang semakin tinggi (Muqarrama, dkk, 2021).

Kecemasan karir adalah respon perilaku dan emosi akibat stimulus lingkungan terhadap dunia kerja dan keadaan yang dirasa kurang baik (Tsai, et al, 2017). Kecemasan karir merujuk pada situasi ketika individu mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karir akibat adanya situasi yang sulit atau hambatan dalam proses pengambilan keputusan (Hazla, dkk, 2024). Kecemasan terhadap pilihan karir memiliki dampak negatif jangka panjang pada kesejahteraan psikologis (Jonck, 2021). Kecemasan karir yang tidak menjadi perhatian dapat menimbulkan keraguan dalam pengambilan keputusan karir di masa yang akan mendatang (Hanifa, dkk, 2022). Kecemasan karir yang tidak teratasi dapat menimbulkan kurangnya komitmen penyelesaian tugas, ketidakpuasan, dan kegagalan dalam berperan pada lingkungan (Fadel & Kinayung, 2022).

Kecemasan karir akan menjadi dampak pada mahasiswa akhir ketika tidak mempersiapkan persiapan karir dengan matang dan berkurangnya aspek personal growth yang menjadi bagian dari kesejahteraan psikologis (Maghfiroh & Dewi, 2023). Kurangnya kepercayaan diri pada suatu kemampuan yang dimiliki individu dan membuat keputusan karir yang tepat dapat menyebabkan peningkatan kecemasan

(Pratiwi, dkk, 2019). Perasaan takut tidak dapat menemukan pekerjaan yang sesuai di masa depan dan menjadi pengangguran merupakan penyebab utama dalam kecemasan di kalangan mahasiswa (Bozgeyikli, dkk, 2024).

Mahasiswa tingkat akhir sudah memiliki prospek dalam menentukan langkah karir di masa depan, namun banyak hal yang masih perlu dilakukan mahasiswa untuk mencapai karir yang diinginkan. Fenomena ini menunjukkan bahwa dengan menempuh pendidikan tinggi masih belum cukup untuk mendapatkan karir dan diperlukan aspek lain untuk menghadapi tantangan dalam mencapai karir seperti kecemasan. Fenomena ini menunjukkan bahwa mahasiswa diharapkan dapat yakin terhadap diri sendiri dalam menyelesaikan tanggung jawab dengan konsisten untuk mencapai target karir yang diinginkan.

Efikasi diri merupakan keyakinan dan perasaan pada proses evaluasi terhadap diri individu terkait penyelesaian tugas dan hambatan dengan memanfaatkan keahlian yang diraih (Bandura, 1997). Efikasi diri merupakan kunci kesiapan kerja yang dapat membantu mahasiswa dalam memahami kemampuan dan meningkatkan kepercayaan diri (Rochmah, 2024). Efikasi diri dapat mempermudah individu dalam menetapkan arah perkembangan lebih maju, ketekunan penyelesaian tantangan, mengatasi kecemasan dan tingkat ketenangan saat mempertahankan tugas kehidupan individu (Florina & Zagoto, 2019).

Penelitian ini memiliki titik fokus pada korelasi antara efikasi diri terhadap tingkat kecemasan karir di kalangan mahasiswa semester akhir. Penelitian ini memiliki rumusan utama yang perlu dijawab, yakni apakah dapat ditemukan keterkaitan negatif yang signifikan pada variabel efikasi diri dan kecemasan karir di kalangan mahasiswa jenjang akhir pendidikan tinggi. Fokus penelitian dirumuskan berdasarkan fakta yakni mahasiswa tingkat akhir cenderung rentan mengalami kecemasan karir tingkat tinggi akibat berbagai fenomena kerja yang berubah seperti banyaknya pengangguran dan lapangan kerja yang sedikit. Penelitian ini juga bertujuan guna menyajikan informasi yang lebih detail mengenai bagaimana efikasi diri, yang mencakup sikap yakin terhadap diri sendiri dapat menjadi faktor utama dalam mengurangi tingkat kecemasan karir di kalangan mahasiswa tingkat akhir.

## **Metode**

Penelitian ini akan dilakukan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya kepada mahasiswa sarjana angkatan 2018-2021 jurusan psikologi yang sedang menempuh skripsi sebanyak 191 mahasiswa. Teknik pengambilan partisipan pada penelitian ini didasarkan pada salah satu pendekatan *non-probability sampling* yakni penggunaan sampel jenuh. Penelitian ini memperoleh hasil sebanyak 129 mahasiswa dari total populasi sebagai partisipan penelitian. Desain penelitian ini mengadopsi pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Pendekatan ini menitikberatkan pada pemodelan

hubungan antar variabel dengan menggunakan analisis statistik yang terstruktur dan berdasarkan teori yang dapat diuji secara empiris.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner berbasis skala Likert. Terdapat dua variabel utama yang diukur, yaitu efikasi diri (variabel X) dan kecemasan karir (variabel Y). Instrumen pengukuran efikasi diri disusun oleh peneliti sendiri dengan mengacu pada aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh (Bandura, 1994). Sedangkan kecemasan karir diukur menggunakan *Career Anxiety Scale* merupakan hasil inisiasi dari Tsai, et al (2017). Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penerapan teknik korelasi *product moment* yang dilakukan menggunakan *SPSS* versi 27 for Mac.

## Hasil

Berdasarkan partisipan penelitian sejumlah 129 mahasiswa tingkat akhir dapat dikategorisasikan menjadi mahasiswa laki-laki sejumlah 28 partisipan dan mahasiswa perempuan sebanyak 101 partisipan. Berdasarkan program kelas kuliah, mayoritas merupakan program kelas pagi sejumlah 110 partisipan dan kelas malam sejumlah 19 partisipan. Berdasarkan kategorisasi usia, mayoritas partisipan terbanyak yakni mahasiswa usia 22 tahun sebanyak 55 partisipan, diikuti mahasiswa 21 tahun kebawah sebanyak 35 partisipan, mahasiswa usia 23 tahun sebanyak 23 partisipan, mahasiswa usia 24 tahun sebanyak 7 partisipan, dan mahasiswa usia 25 tahun keatas sebanyak 5 partisipan.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kecemasan karir, temuan ini mengarah pada kesimpulan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir menunjukkan kecemasan karir sedang dengan persentase 35%. Hasil ini diikuti oleh kelompok rendah sebanyak 31%, kelompok tinggi sebanyak 24%, kelompok sangat tinggi sebanyak 7%, dan kelompok sangat rendah sebanyak 3%. Variabel penelitian ini memiliki nilai mean empiris sebesar 63,27 lebih kecil dari mean teoritis sebesar 75 yang menunjukkan kecenderungan kecemasan karir yang rendah pada mahasiswa tingkat akhir.

Tabel 1. Kategorisasi Skala Kecemasan Karir

Rentang	Kategori	Jumlah	Persentase
>95	Sangat Tinggi	9	7%
74-94	Tinggi	31	24%
53-73	Sedang	45	35%
32-52	Rendah	40	31%
<31	Sangat Rendah	4	3%
Total		129	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skala efikasi diri, dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki efikasi diri tinggi dengan persentase

43%. Hasil ini diikuti oleh klasifikasi sedang mencapai 29%, kelompok rendah sebanyak 19%, kelompok sangat rendah sebanyak 9%, dan kelompok sangat tinggi sebanyak 0%. Variabel penelitian ini memiliki nilai mean empiris sebesar 77,80 lebih besar dari mean teoritis sebesar 60 yang menunjukkan kecenderungan efikasi diri yang tinggi pada mahasiswa tingkat akhir.

Tabel 2. Kategorisasi Skala Efikasi Diri

Rentang	Kategori	Jumlah	Persentase
>98	Sangat Tinggi	0	0%
85-97	Tinggi	56	43%
71-84	Sedang	38	29%
58-70	Rendah	24	19%
<57	Sangat Rendah	11	9%
<b>Total</b>		<b>129</b>	<b>100%</b>

Analisis data dalam studi ini menerapkan pengujian normalitas dan linearitas guna memastikan kesesuaian asumsi statistik. Tahap analisis pertama yang dilakukan peneliti yakni uji normalitas dengan syarat nilai signifikansi  $> 0,05$  akan dinyatakan normal. Uji normalitas pada studi ini dilakukan dengan memanfaatkan pendekatan Kolmogorov-Smirnov sebagai teknik verifikasi distribusi data melalui *SPSS for Mac* versi 27 menunjukkan nilai signifikansi senilai 0,180 ( $p > 0,05$ ) mengindikasikan bahwa data penelitian memiliki karakteristik distribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
Kecemasan Karir	0,180	Berdistribusi Normal

Tahap analisis kedua pada penelitian ini yakni uji linearitas dengan syarat signifikansi pada aspek *Deviation from Linearity* melebihi 0,05 maka hubungan antar kedua variabel dapat diyakini linier. Uji linearitas menggunakan *SPSS for Mac* versi 27 menghasilkan nilai signifikansi dari aspek *Deviation from Linearity* bernilai 0,363 yang dapat disimpulkan bahwa data penelitian bersifat linier.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig. (p)	Keterangan
Kecemasan Karir - Efikasi Diri	1,090	0,363	Linier

Perumusan hasil penelitian diperoleh melalui uji korelasional dengan metode *product moment* sebagai proses identifikasi hubungan antar kedua variabel. Hasil uji korelasi melalui *SPSS for Mac* versi 27 menunjukkan bahwa nilai  $r_{xy}$  sebesar -0,655 dan

nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,001$ ) yang diartikan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan pada variabel hubungan efikasi diri dan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi *Product Moment*

Variabel	Rxy	Sig.	Keterangan
Kecemasan Karir - Efikasi Diri	-0,655	0,000	Signifikan

## Pembahasan

Merujuk pada temuan penelitian yang diperoleh, terdapat korelasi negatif yang bernilai sangat signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan karir dengan efikasi diri terhadap mahasiswa semester akhir program studi sarjana psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang tengah mengemban tugas penulisan skripsi. Hasil ini dibuktikan dengan adanya koefisien korelasi menunjukkan angka sebesar  $r = 0,655$  dengan tingkat signifikansi yang sangat tinggi, yakni  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ). Pernyataan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya memperlihatkan kecenderungan efikasi diri yang relatif kuat yang berasosiasi dengan tingkat kecemasan karir yang lebih rendah.

Temuan penelitian ini merefleksikan bahwa efikasi diri memegang peranan esensial dalam mereduksi tingkat kecemasan karir pada mahasiswa semester akhir. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya berjudul "Dampak Rendahnya *Self-Efficacy* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" dengan hasil bahwa tingginya efikasi diri dapat menyikapi secara adaptif berbagai tantangan sesuai dengan aspek efikasi diri yang dapat mengurangi kecemasan akibat karir. Efikasi diri yang rendah yang ditunjukkan oleh kurangnya komitmen dalam mengejar karir dapat menimbulkan kecemasan akibat karir (Wijaya, 2024). Penelitian ini memiliki temuan baru dari penelitian sebelumnya berjudul "Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Career Anxiety* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" oleh Quasimah, dkk (2024) yang memiliki hasil tidak terdapat hubungan yang melibatkan mahasiswa semua jurusan, sedangkan penelitian ini memiliki hasil terdapat hubungan yang melibatkan khusus mahasiswa psikologi.

Mahasiswa tingkat akhir yang memandang tantangan dalam dunia kerja sebagai sesuatu yang dapat diatasi cenderung memiliki efikasi diri tinggi sehingga mereka lebih mampu mengelola kekhawatiran terhadap masa depan karir. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap kemampuan individu pada segi merancang dan mengatur aktivitas yang dibutuhkan untuk melaksanakan kegiatan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Mahasiswa tingkat akhir dengan efikasi diri tinggi memiliki keteguhan keyakinan untuk menyusun rencana karir, menghadapi ketidakpastian lingkungan kerja, serta tidak mudah terpengaruh oleh pikiran irasional yang memicu kecemasan karir. Pernyataan ini diperkuat dengan temuan terdahulu yang

menyebutkan efikasi diri berhubungan erat dengan penurunan kecemasan, karena individu yang yakin terhadap dirinya cenderung tidak mudah terjebak dalam perasaan cemas saat menghadapi situasi sulit atau belum pasti (Adjarwati, dkk, 2020).

Mahasiswa semester akhir program studi sarjana psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya diasumsikan menunjukkan tingkat kecemasan karir yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa lainnya karena telah mempelajari tentang keyakinan diri yang lebih banyak dibanding mahasiswa jurusan lainnya. Mahasiswa psikologi diyakini mampu mengatasi kecemasan karir dengan mempelajari ilmu psikologi terkait pengembangan diri dan karir sehingga cenderung lebih siap secara mental dibanding mahasiswa jurusan lainnya.

Sumbangan efektif pada penelitian ini menunjukkan angka  $R^2$  sebesar 0,4045 yang dapat diartikan bahwa 40,45% efikasi diri mempengaruhi kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. Efikasi diri pada mahasiswa tingkat akhir membuktikan bahwa cukup besar pengaruhnya terhadap variabel kecemasan karir. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir.

## **Kesimpulan**

Penelitian ini dilaksanakan sebagai wadah dalam mengkaji keterkaitan antara efikasi diri dengan kecemasan karir di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis yang dikonstruksikan dalam penelitian ini yakni adanya relasi negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Penelitian telah dilakukan kepada mahasiswa sarjana psikologi Universitas 17 Agustus 1945 semester akhir angkatan 2018-2021 yang sedang mengerjakan skripsi sebanyak 129 mahasiswa. Hasil penelitian dari uji korelasi menggunakan product moment melalui perhitungan SPSS versi 27 for Mac menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,655 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Temuan ini mengindikasikan adanya korelasi negatif yang sangat signifikan antara kedua konstruk yang diteliti yang merefleksikan keterkaitan yang kuat. Temuan tersebut menginstruksikan bahwa tingginya pada dimensi efikasi diri berasosiasi dengan tingkat rendah pada kecemasan karir, sebaliknya rendahnya pada dimensi efikasi diri berasosiasi dengan tingkat tinggi pada kecemasan karir.

## Referensi

- Adjarwati, C. A., Mayangsari, M. D., & Ekaputri, F. K. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMKN 1 Gambut. *Jurnal Kognisia*, 3(1). <https://doi.org/10.20527/kognisia.2020.04.014>
- Badan Pusat Statistik. (2022). Persentase angkatan kerja menurut pendidikan tertinggi. <https://ppukab.bps.go.id/id/statistics-table/2/Mjc4Izl=>
- Badan Pusat Statistik. (2023b). Pengangguran terbuka menurut pendidikan tertinggi. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/>
- Bandura, A. (1994). Bandura Self-efficacy defined. *Encyclopedia of Human Behavior*. Retrieved from <http://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/BanEncy.html>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bozgeyikli, H., Görgülü, Z., & Boğazlıyan, E. E. (2024). “Not joblessness but a job I dislike scares me”: Exploring employment anxiety. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 16–29. <https://doi.org/10.38151/akef.2024.127>.
- Efendy, M., & Haryanti, A. (2020). Konsep diri dan kematangan karir pada mahasiswa tingkat akhir. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1).
- Fadel, A. F., & Kinayung, D. (2023). Kecemasan karir: Konsep diri dan dukungan sosial pada mahasiswa. *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2). <https://doi.org/10.21093/tj.v4i2.8023>
- Florina, S., & Zagoto, L. (2019). Efikasi diri dalam proses pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 2(2), 386–391.
- Hanifa, F. D., Fardana, N. A., & Yoenanto, N. H. (2022). Peran kecemasan karir terhadap keraguan pengambilan keputusan karir. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2). <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.8704>
- Hazla, N., et al. (2024). Analisis kecemasan karir pada siswa dan mahasiswa. *Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, dan Bimbingan dan Konseling*.
- Jonck, P. (2021). Exploring the theoretical link between career choice anxiety, psychological well-being and career self-efficacy: A conceptual framework. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 15(10).
- Muqarrama, R., Razak, A., & Hamid, H. (2022). Fenomena kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir di era disrupsi 4.0. *Sultra Educational Journal*, 2(1), 28–33.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 3(2).
- Maghfiroh, F. F., & Dewi, T. K. (2022). Hubungan kecemasan karir terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *SIKONTAN*.
- Putri, S. D., Yusuf, M., & Afdal, A. (2021). Pendekatan Trait and Factor dalam mengatasi kecemasan karir siswa SMA. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1513–1520. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.590>
- Pratiwi, D., Mirza, R., & El Akmal, M. (2019). Kecemasan sosial ditinjau dari harga diri pada remaja status sosial ekonomi rendah. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 9(1), 21–28.
- Quasimah, S. I., Sari, A. S., & Linsiya, R. W. (2024). Hubungan self-efficacy dengan future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember. *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 20(1).



- Rochmah, N. A. (2024). Kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari self efficacy. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), xx–xx. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10475>
- Tesalonia, S. P., & Wibowo, D. H. (2023). Hubungan antara adaptabilitas karier dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(12), 4665–4676. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i12.6395>
- Tsai, C. T. (Simon), Hsu, H., & Hsu, Y. C. (2017). Tourism and Hospitality College Students' Career Anxiety: Scale Development and Validation. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 29(4), 158–165. <https://doi.org/10.1080/10963758.2017.1382365>
- Wijaya, A. D. (2024). Dampak rendahnya self-efficacy pada mahasiswa tingkat akhir: Sebuah studi literatur. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(2), 115–126.