

**SELF EFFICACY DAN FUTURE CAREER ANXIETY PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS KRISTEN SATYA
WACANA**

Primasari Safamahira Widjaja¹, Susana Prapunoto²
primasarii3003@gmail.com¹, susanaprapunoto@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstract

The final stage of university studies often triggers future career anxiety among final-year students. Self-efficacy is believed to play an important role in dealing with this anxiety. This study aims to examine the relationship between future career anxiety and self-efficacy among final-year students at Satya Wacana Christian University, Salatiga. The study employed a quantitative correlational approach with a sample of 101 students selected using accidental sampling. The instruments used were the Career Anxiety Scale and the General Self-Efficacy Scale (GSE). The results showed a significant negative correlation between future career anxiety and self-efficacy. This finding highlights the importance of strengthening self-efficacy to help reduce students' anxiety about their future careers.

Keywords: Future Career Anxiety, Self Efficacy, Final-Year Student.

Abstrak

Penghujung masa studi di perguruan tinggi sering kali menimbulkan kecemasan terhadap masa depan karier (future career anxiety) bagi mahasiswa tingkat akhir. Self-efficacy diyakini berperan penting dalam menghadapi kecemasan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara future career anxiety dan self efficacy pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel berjumlah 101 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik accidental sampling. Penelitian ini diukur menggunakan Career Anxiety Scale dan General Self Efficacy (GSE). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara future career anxiety dan self efficacy pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini menunjukkan pentingnya penguatan self-efficacy dalam upaya mengurangi kecemasan mahasiswa terhadap masa depan karier mereka.

Kata Kunci: Future Career Anxiety, Self Efficacy, Mahasiswa Tingkat Akhir.

PENDAHULUAN

Indonesia menempati posisi keempat negara dengan populasi terbesar di dunia, dengan 69,58% penduduk berada dalam usia produktif. Namun, tingkat pengangguran masih tergolong tinggi, termasuk di kalangan lulusan perguruan tinggi. Data Badan Pusat Statistik (2024) menunjukkan bahwa lebih dari 842 ribu lulusan universitas menganggur. Berbagai faktor seperti kurangnya pengalaman, keterampilan, dan informasi pekerjaan turut menjadi penyebab utama (Hasanah & Rozali, 2021). Menurut Maghfiroh dan Kurniawan (2023) tingginya tingkat pengangguran dari jenjang perguruan tinggi di Indonesia yang terjadi saat ini, dapat memunculkan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang semakin mendekati masa transisi menuju dunia kerja, yang mana mahasiswa sering mengalami kesulitan dalam mengatasi perubahan dari periode pendidikan ke fase pencarian pekerjaan dan pengembangan karir.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan terhadap 50 mahasiswa tingkat akhir di Universitas Kristen Satya Wacana, ditemukan bahwa 60% responden merasa cemas terhadap masa depan karirnya. Kecemasan responden disebabkan oleh kurangnya kemampuan, pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman, serta kekhawatiran terhadap lingkungan baru, tanggung jawab baru, terbatasnya lapangan kerja yang sesuai, ketatnya persaingan, dan meningkatnya angka pengangguran yang diberitakan media. Didukung dengan hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa kekhawatiran akan masa depan karir merupakan isu yang nyata dan cukup tinggi di kalangan mahasiswa semester akhir Universitas Kristen Satya Wacana.

Muqarrama dkk. (2022) menjelaskan kecemasan menghadapi masa depan karir yang dialami mahasiswa tingkat akhir ini dapat terjadi karena beberapa hal, seperti kualifikasi pekerja yang tinggi, persaingan dalam mencari kerja adapun alasan lain yaitu adanya ekspektasi orang tua, tanggung jawab, kurang percaya diri serta lingkungan pertemanan. Maulyan (2019) mendefinisikan kecemasan menghadapi masa depan karir atau future career anxiety sebagai suatu kondisi dimana mahasiswa mengalami kesulitan, kebimbangan, dan keraguan dalam mengambil keputusan karir di masa depan, sehingga menimbulkan perasaan cemas dan gagal karena tidak dapat mengambil keputusan lebih lanjut. Menurut Quasimah dkk. (2024) bentuk kecemasan yang dirasakan secara kognitif ditunjukkan melalui overthinking atau pikiran negatif berlebihan tentang karir, seperti kekhawatiran sulit mendapat pekerjaan sesuai harapan, kualifikasi kerja yang tinggi, dan takut kalah saing dengan lulusan universitas lain.

Azmi dan Suprihatin (2021) menjelaskan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan adalah self efficacy. Hal ini juga didukung dengan pernyataan Miranti (2023) yang menjelaskan bahwa ketika individu sedang menghadapi kecemasan menghadapi dunia kerja, maka keyakinan individu terhadap kemampuan mereka atau self efficacy akan mempengaruhi situasi tersebut. Self Efficacy merupakan keyakinan individu bahwa mereka mampu mengendalikan situasi dan melakukan beberapa tugas dengan lebih baik, sehingga memotivasi diri mereka sendiri dan bekerja lebih keras untuk mencapai hasil yang baik (Paradewari, 2017).

Penelitian yang dilakukan Angraini (2021) yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir STKIP Muhammadiyah Bungo menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara self efficacy dengan future career anxiety dengan arah negatif, hasil negatif tersebut artinya semakin tinggi self efficacy maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Sementara penelitian yang dilakukan Quasimah dkk. (2024) yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember mengalami tingkat kecemasan terhadap masa depan karir sebesar 52% dan tingkat self efficacy mencapai 53% dan didapatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara future career anxiety dan self efficacy. Selain itu, penelitian yang dilakukan Lent dkk. (2016) menunjukkan bahwa self efficacy tidak secara langsung memengaruhi kecemasan terhadap masa depan karir, faktor lain seperti

dukungan sosial merupakan peran penting yang dapat memengaruhi kecemasan terhadap masa depan karir pada mahasiswa.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara self-efficacy dan future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana, yang diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dengan subjek mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang memiliki latar belakang akademik, lingkungan sosial, dan dinamika tekanan akademiknya tersendiri. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris yang lebih relevan dan kontekstual, serta dapat menjadi dasar untuk program pengembangan karir mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana.

TINJAUAN TEORITIS

Tsai dkk. (2017) mendefinisikan future career anxiety atau kecemasan menghadapi masa depan karir adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami kesulitan, kebimbangan, dan keraguan dalam mengambil keputusan karir di masa depan, sehingga menimbulkan perasaan cemas. Menurut Mahmud dkk. (2021) future career anxiety adalah ketakutan berkepanjangan yang dirasakan individu terkait ketidakpastian dalam mendapatkan pekerjaan, serta kekhawatiran akan kegagalan memenuhi harapan pribadi dan sosial di masa depan. Sementara menurut Abu-Hammor dan Al-Safasfeh (2023) mendefinisikan future career anxiety adalah kondisi yang muncul sebagai akibat dari ketidakpastian mengenai peluang kerja, kurangnya informasi tentang dunia kerja, dan kekhawatiran mengenai keterampilan serta kualifikasi yang dimiliki sudah sesuai dengan kebutuhan pasar.

Menurut Tsai dkk. (2017), future career anxiety terdiri dari empat aspek utama. Pertama, personal ability, yaitu kecemasan terkait kemampuan individu dalam menguasai keterampilan dasar. Kedua, irrational beliefs about employment, yaitu keyakinan irasional mengenai tantangan dunia kerja. Ketiga, employment environment, mencakup kekhawatiran terhadap kondisi pasar kerja. Terakhir, professional education training, yaitu kecemasan akan kesiapan pengetahuan profesional. Menurut Widyastuti (dalam Muqarrama dkk., 2022), future career anxiety dipengaruhi oleh tiga faktor utama. Faktor internal mencakup keyakinan diri atau self-efficacy, ketakutan gagal, dan ketidakpastian tujuan karier. Faktor eksternal meliputi persaingan kerja, tekanan keluarga, perubahan ekonomi dan teknologi, serta kurangnya informasi. Sementara itu, lingkungan sekitar seperti teman sebaya, media sosial, dan kualitas pendidikan.

Bandura (dalam Rachmawati dkk., 2021) menyatakan bahwa self-efficacy adalah keyakinan dalam diri seseorang atas kemampuan untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diperlukan agar sesuai dengan situasi yang diinginkannya. Pajares (1996) menjelaskan bahwa self efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan tertentu. Menurut Santrock (2007) self efficacy adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan mereka dalam menguasai kondisi dan situasi yang memproduksi hasil yang positif. Menurut Bandura (dalam Rachmawati dkk., 2021), self-efficacy memiliki tiga aspek. Magnitude berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang diyakini mampu diselesaikan individu. Generality menunjukkan sejauh mana keyakinan tersebut berlaku di berbagai situasi atau hanya pada kondisi tertentu. Sementara strength menggambarkan seberapa kuat keyakinan individu terhadap kemampuannya, yang memengaruhi ketekunan dalam menghadapi tantangan.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional. Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2019) merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Gravetter dkk. (2009) mengatakan bahwa penelitian kuantitatif bertujuan untuk mendemonstrasikan eksistensi dari hubungan antara kedua variabel. Menurut Yusuf (2005) pendekatan korelasional adalah suatu tipe

penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel yang lain. Dengan begitu penelitian ini menggambarkan hubungan antara variabel yang diteliti, dalam penelitian ini memiliki dua variabel, yakni: Self-efficacy (X) dan Future Career Anxiety (Y).

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, dengan kriteria mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana angkatan 2021 dan sebelumnya yang berada di tahap akhir studi dan tengah menyelesaikan skripsi atau tugas akhir. Jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 97 mahasiswa dengan menggunakan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu Career Anxiety Scale dikembangkan oleh Tsai dkk. (2017) yang diterjemahkan oleh Saputri (2024) memiliki 25 item untuk mengukur variabel future career anxiety serta General Self Efficacy yang diadopsi oleh Hamidya (2016) memiliki 10 item untuk mengukur variabel Self efficacy.

Uji validitas terhadap Skala General Self-Efficacy dilakukan oleh Kaka dkk. (2025) menggunakan metode Confirmatory Factor Analysis (CFA) dan memperoleh nilai sebesar .949. Sementara itu, uji validitas terhadap Skala Future Career Anxiety dilakukan oleh Mahmud dkk. (2021) juga menggunakan metode CFA dan memperoleh nilai sebesar .61. Nilai ini menunjukkan bahwa skala tersebut valid, karena hasil uji validitas dengan CFA dinyatakan valid apabila memiliki nilai $\geq .5$. Dengan demikian, kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini telah terbukti valid berdasarkan hasil CFA.

Uji reliabilitas terhadap Skala General Self-Efficacy dilakukan oleh Suharsono dan Qomah (2014) menggunakan metode Cronbach's Alpha dan memperoleh nilai sebesar .877. Sementara itu, uji reliabilitas terhadap Skala Future Career Anxiety dilakukan oleh Mahmud dkk. (2021) menggunakan Construct Reliability (CR) dan memperoleh nilai sebesar .88. Nilai tersebut juga menunjukkan bahwa skala ini reliabel. Secara umum, suatu skala dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai reliabilitas $\geq .7$. Dengan demikian, kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria reliabilitas yang baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, ditemukan bahwa jumlah responden penelitian ini sebanyak 101 partisipan. Hasil kategorisasi data menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mengalami Future Career Anxiety dalam kategori sedang (80.2%), disusul kategori tinggi (12.82%) serta partisipan yang merasakan Future Career Anxiety rendah (1.98%). Sementara itu, mayoritas partisipan memiliki Self Efficacy pada kategori sedang (67.32%), diikuti kategori rendah (20.79%) dan (11.88%) partisipan memiliki Self Efficacy pada kategori tinggi.

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov Smirnov yang menunjukkan bahwa variabel Future Career Anxiety memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov-Z = .202 dengan signifikansi .000 ($p < .05$) yang menunjukkan sebaran data tidak berdistribusi normal. Kemudian variabel Self Efficacy menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov-Z = .220 Dengan signifikansi .000 ($p < .05$) yang menunjukkan bahwa sebaran data tidak berdistribusi normal. Uji linearitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan analisis varians variabel, yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar .000 ($p < .05$) yang berarti bahwa hubungan antara future career anxiety dengan self efficacy responden linear.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

		Correlations		
			Future_Career	Self_Efficacy
Spearman's rho	Future_Career	Correlation Coefficient	1.000	-.406**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	101	101

Self_Efficacy	Correlation Coefficient	-.406**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	101	101

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

Uji hipotesis non-parametrik penelitian ini menggunakan uji Spearman karena uji asumsi normalitas yang tidak terpenuhi, menunjukkan hasil $r = -.406$ dengan nilai signifikansi .000 ($p < .05$) yang berarti terdapat hubungan negatif signifikan antara future career anxiety dengan self efficacy. Semakin rendah self efficacy yang dialami maka semakin tinggi future career anxiety yang dimiliki oleh partisipan, serta sebaliknya, semakin tinggi self efficacy maka semakin rendah future career anxiety.

Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Mustardiato (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self efficacy dan kecemasan menghadapi masa depan karir pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Bung Hatta, dimana mahasiswa dengan tingkat self efficacy yang tinggi cenderung memiliki kecemasan yang lebih rendah dalam menghadapi masa depan karir. Hasil ini senada dengan penelitian yang dilakukan Husna dan Zainuddin (2023) pada mahasiswa semester akhir Universitas Negeri Makassar, yang juga menemukan hasil yang sama yaitu adanya hubungan negatif yang signifikan antara self efficacy dengan kecemasan terhadap masa depan karir. Dibuktikan juga dengan penelitian yang dilakukan Istychomah (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self efficacy dan future career anxiety, dimana individu dengan tingkat self efficacy yang tinggi cenderung memiliki kecemasan yang lebih rendah dalam menghadapi masa depan karir.

Hasil ini menguatkan teori self-efficacy yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yang menyatakan bahwa self-efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengatur dan menjalankan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Individu yang memiliki self-efficacy tinggi akan memandang tantangan sebagai hal yang dapat dihadapi, memiliki ketekunan dalam mengatasi hambatan, dan memiliki kontrol terhadap arah hidupnya, termasuk dalam menghadapi masa depan karier. Hal ini juga didukung dengan pernyataan Azmi dan Suprihatin (2021) yang menjelaskan bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan adalah self efficacy.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan temuan Miranti (2023) yang menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuan mereka atau self efficacy akan memengaruhi situasi ketika individu sedang menghadapi kecemasan menghadapi dunia kerja. Dalam penelitian ini, sebagian besar mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana memiliki self efficacy sedang yang artinya sebagian besar mahasiswa memiliki self efficacy yang cukup. Walaupun begitu, perlu untuk memerhatikan detail-detail kecil untuk meningkatkan self efficacy mereka menjadi lebih baik lagi. Menurut Yudha (2018), upaya yang dapat dilakukan untuk dapat meningkatkan self efficacy mahasiswa adalah dengan memberikan orientasi tentang permasalahan kepada mahasiswa, mengorganisasikan mahasiswa untuk belajar, membantu penyelidikan mandiri dan kelompok, mengembangkan dan mempresentasikan exhibit, serta menganalisis dan mengevaluasi pemecahan masalah.

Berdasarkan analisis future career anxiety dikategorikan menjadi tiga yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil kategorisasi data partisipan untuk variabel Future Career Anxiety menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini merasakan Future Career Anxiety pada kategori sedang (80.2%), partisipan yang merasakan Future Career Anxiety tinggi sebesar (12.82%) dan (1.98%) partisipan merasakan Future Career Anxiety pada kategori rendah. Dalam konteks mahasiswa semester akhir, mahasiswa tingkat akhir mulai berpikir dunia kerja penuh dengan persaingan, tingkat kemampuan yang dimiliki, ketidakpastian diterima kerja, dan mendapatkan bidang kerja yang diminati, serta tekanan yang

dirasakan umumnya berasal dari berbagai aspek, seperti , harapan orang tua, persaingan di dunia kerja, serta ketidakpastian terhadap arah karier yang akan ditempuh (Azhari & Mirza, 2016).

Secara keseluruhan, penelitian ini dapat mengukur hubungan antara self efficacy dengan future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang didapatkan bahwa self efficacy berperan dalam future career anxiety mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki self efficacy tinggi akan cenderung melihat situasi ini sebagai tantangan yang bisa diatasi dengan usaha dan strategi yang tepat. Mereka merasa yakin bahwa mereka mampu mempersiapkan diri dan mengatasi hambatan yang muncul dalam proses meraih karier impian (Simarmata dkk. 2023). Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki self efficacy rendah akan merasa tidak yakin terhadap kemampuannya sendiri, sehingga mudah mengalami kekhawatiran, keraguan, dan kecemasan berlebih terhadap masa depan karier (Wijaya, 2024)

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 103 mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-efficacy dengan kematangan karir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat self-efficacy yang tinggi, begitu juga dengan kematangan karirnya yang juga tergolong tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi self-efficacy mahasiswa maka semakin tinggi pula kematangan karirnya. Temuan penelitian menunjukkan pentingnya pengembangan self-efficacy sebagai faktor internal yang berkontribusi membentuk kematangan karir mahasiswa dalam menghadapi transisi ke dunia kerja.

SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara future career anxiety dengan self efficacy pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Semakin rendah self efficacy yang dialami maka semakin tinggi future career anxiety yang dialami mahasiswa tingkat akhir, sebaliknya semakin tinggi self efficacy maka semakin rendah future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Pada hasil penelitian, ditemukan bahwa sebagian besar partisipan mengalami future career anxiety yang sedang dan self efficacy yang sedang.

Saran dalam penelitian ini antara lain bagi Direktorat Kealumnian dan Karier Universitas Kristen Satya Wacana, diharapkan dapat memperkuat program pengembangan karier secara terstruktur melalui pelatihan keterampilan kerja dan seminar yang dapat meningkatkan self-efficacy mahasiswa. Bagi mahasiswa, diharapkan muncul kesadaran akan pentingnya self-efficacy dalam menghadapi dunia kerja, serta dorongan untuk aktif mengikuti kegiatan seperti organisasi, pelatihan, dan proyek pengembangan diri, serta memanfaatkan layanan karier kampus. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan melakukan penelitian pada subjek yang berbeda serta mempertimbangkan penggunaan metode mixed method atau kualitatif agar hasil penelitian lebih mendalam dan dapat digeneralisasi secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Hammor, R. J., & Al-Safasfeh, M. I. (2023). Career Future Anxiety and its relationship to social responsibility among students expected graduate on mu'tah university. *International Journal of Educational and Psychological Studies*, 12(1), 194–207. <https://doi.org/10.31559/EPS2023.12.1.11>
- Angraini, M. (2021). Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir STKIP Muhammadiyah Bungo. Universitas Putra Indonesia “YPTK.”
- Azmi, I. N., & Suprihatin, T. (2021). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 3, 293–302. <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v3i0.18886>

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman and Company.
- Gravetter, F. J., Forzano, L. A. B., & Rakow, T. (2009). *Research methods for the behavioral sciences*. Wadsworth Cengage Learning.
- Hamidya, D. T. (2016). Hubungan self efficacy dengan kecemasan kompetitif pada atlet basket mahasiswa. Universitas Airlangga.
- Hasanah, L., & Rozali, Y. A. (2021). Gambaran stres pada pengangguran lulusan perguruan tinggi di Jakarta. *JCA of Psychology*, 2(1), 65–74.
- Husna, A. N., & Zainuddin, K. (2023). Hubungan antara self-efficacy dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(6), 1080–1087. 10.56799/peshum.v2i6.2382
- Istychomah, N. N. (2022). Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Kaka, F. R., Wardani, N. R., Kurniawati, D., & Farida, O. (2025). Pengaruh model pembelajaran discovery learning terhadap kemampuan berpikir kritis siswa pada mata pelajaran egografi di sma islam diponegoro wagir kabupaten malang. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 5(2), 967–977. <http://dx.doi.org/10.30870/jppm.v10i2.2040>
- Lent, R. W., Ezeofor, I., Morrison, M. A., Penn, L. T., & Ireland, G. W. (2016). Applying the social cognitive model of career self-management to career exploration and decision-making. *Journal of Vocational Behavior*, 47–57. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.12.007>
- Maghfiroh, F. F., & Kurniawan, A. (2023). Narrative review: hubungan career anxiety terhadap psychological well-being pada mahasiswa tingkat akhir. Universitas Airlangga.
- Mahmud, Md. S., Talukder, M. U., & Rahman, Sk. M. (2021). Does 'Fear of COVID-19' trigger future career anxiety? An empirical investigation considering depression from COVID-19 as a mediator. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(1), 35–45.
- Maulyan, F. F. (2019). Peran pelatihan guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan pengembangan karir: theoretical review. *Jurnal Sain Manajemen*, 1(1), 40–50.
- Miranti, E. (2023). Hubungan antara self efficacy terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir psikologi UIN Raden Intan Lampung. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- 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. <https://doi.org/10.54297/seduj.v2i1.222>
- Mustardiato, mustardianto. (2020). Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir FKIP UBH Kota Padang. Universitas Putra Indonesia Indonesia "YPTK."
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Sage Journal*, 66(4), 543–578. <https://doi.org/10.3102/00346543066004543>
- Paradewari, D. S. (2017). Investigating students' self-efficacy of public speaking. *International Journal of Education and Research*, 2(10), 97–108.
- Quasimah, S. I., Sari, A. S., & Linsiya, R. W. L. (2024). Hubungan self efficacy dengan future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir di institut teknologi dan sains mandala jember. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 20(1), 17–29.
- Rachmawati, S., Hidayat, D. R., & Badrujaman, A. (2021). Self efficacy:Literatur review. In prosiding seminar nasional bimbingan dan konseling Universitas Negeri Malang. Universitas Negeri Jakarta.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi pendidikan* (2nd ed.). Kencana.
- Saputri, V. I. (2024). Hubungan antara career adaptability dan career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Simarmata, N. I. P., Aritonang, N. N. G., & Uyun, M. (2023). 1. Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari self-efficacy dan jenis kelamin. *Jurnal Imiah Psikologi*, 11(2), 195–203.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suharsono, Y., & Qomah, I. (2014). Validitas dan Reliabilitas skala self-efficacy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 144–151.
- Tsai, C.-T., Hsu, H., & Hsu, Y.-C. H. (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.

Yudha, C. B. (2018). Peningkatan self efficacy belajar mahasiswa menggunakan model pembelajaran berbasis masalah. *Vispena*, 9(1), 110–119. <https://doi.org/10.46244/visipena.v9i1.421>

Yusuf, I. M. (2005). *Metodelogi penelitian*. UNP Pers.