

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Karier berkaitan dengan pertumbuhan dalam kehidupan berupa pekerjaan yang dapat memberikan harapan bagi individu untuk maju. Perjalanan karier individu harus melalui proses perencanaan yang matang serta melalui tahapan seleksi yang panjang (Fadli, Mudjiran, Ifdil, & Amalianita., 2019). Proses ini merupakan proses penentuan arah hidup yang menjadi bagian dari pencarian makna sejati dalam kehidupan. Oleh karena itu, pengambilan keputusan karier yang tepat merupakan aspek vital dalam perjalanan hidup manusia (Dewi, 2017).

Serangkaian proses pengembangan karier harus dilalui terlebih dahulu sebelum individu siap untuk berkiprah dalam dunia kerja. Kesadaran tentang karier sudah mulai tertanam dari SD hingga SMA, tetapi pilihan karier pada jenjang ini masih cenderung dipengaruhi keinginan sesaat. Kondisi ini berbeda pada tingkat perguruan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk membuat keputusan karier yang lebih matang. Individu telah beralih dari fase fantasi dan tentatif menuju fase realistik, yang ditandai dengan proses seleksi karier secara aktif untuk mencapai puncak karier dalam 15 tahun ke depan (Ebtanastiti, 2014).

Mahasiswa Perguruan Tinggi umumnya berada pada rentang usia 18 – 25 tahun (Fauziah & Ariati, 2015). Pada usia ini, mahasiswa sedang berada pada fase peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal atau *emerging adulthood* (Santrock, 2012). Fase ini memiliki berbagai tugas perkembangan, salah satunya adalah menentukan dan memulai karier. Pada tahap ini, individu mulai dituntut untuk mandiri dan tidak bergantung pada bantuan orang dewasa lainnya (Antariksa, 2023). Individu akan mengembangkan kepemimpinan diri sebagai wujud tanggung jawab serta upaya dalam mencapai tujuan dan cita-citanya, yang pada akhirnya dapat mengantarkannya menuju kesuksesan (Sarhini, 2013).

Mahasiswa sebagai individu dewasa awal membawa beragam perubahan dan tugas perkembangan yang menimbulkan ketegangan emosional, seperti ketakutan dan kekhawatiran yang biasa dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Kecemasan ini sering kali timbul seiring dengan bertambahnya usia dan tantangan yang dihadapi, terutama ketika menghadapi masa transisi ke dunia kerja setelah lulus dari perguruan tinggi. Setelah menyelesaikan pendidikan tinggi, mahasiswa tidak hanya perlu memanfaatkan peluang yang ada, tetapi juga harus siap menghadapi tantangan yang semakin kompleks seiring perubahan zaman, terkhusus yang berkaitan dengan karier.

Tantangan karier yang harus dihadapi dapat berasal dari faktor eksternal dan internal yang saling berkaitan. Beberapa tantangan tersebut yaitu seperti sulitnya mendapatkan pekerjaan karena terdapat persaingan yang ketat, jumlah pengangguran yang tidak sedikit, dan tidak tersedianya lapangan pekerjaan yang seimbang dengan kenaikan jumlah penduduk dan lulusan pendidikan (Anjarwati & Juliprijanto, 2021). Selain itu, adanya kebingungan untuk menentukan pilihan karier, ketidaksesuaian antara keterampilan, minat, dan bakat yang dimiliki oleh para pencari kerja dengan permintaan pasar, adanya rasa khawatir apabila gagal bersaing, serta belum memiliki pemahaman yang mendalam mengenai jalur karier yang akan dipilih juga merupakan bagian dari permasalahan karier pada saat ini (Angelina, 2018).

Di Indonesia sendiri, tingginya jumlah pengangguran menjadi salah satu tantangan karier yang sangat nyata. Berdasarkan data dari Survei Angkatan Kerja Nasional atau Sakernas yang terdapat pada laman Badan Pusat Statistik, diketahui pada Agustus tahun 2024 jumlah pengangguran terbuka di Indonesia sebanyak 7,47 juta jiwa atau sebesar 4.91% (Badan Pusat Statistik, 2024a). Tingkat pengangguran terbuka merupakan gambaran proporsi angkatan kerja yang tidak memiliki pekerjaan dan secara aktif mencari serta bersedia untuk bekerja. Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi dengan tingkat pengangguran tertinggi di Indonesia, yaitu sebanyak 6.75% (Badan Pusat Statistik, 2024a).

Berdasarkan data dari BPS pada Agustus 2024, diketahui tingkat pengangguran terbuka berdasarkan kelompok usia didominasi oleh kelompok usia muda yang berkisar 15 – 24 tahun, mencapai 17.32%. Selain itu, diketahui juga jumlah pengangguran dengan pendidikan tertinggi yang ditamatkan adalah tingkat universitas sebanyak 5.18% (Badan Pusat Statistik, 2024a). Sedangkan angka penduduk bekerja didominasi oleh penduduk berpendidikan sekolah dasar yaitu 35.80%, sementara penduduk bekerja dengan pendidikan minimal Diploma IV, S1, S2, dan S3 hanya sebesar 10.50% (Badan Pusat Statistik, 2024b).

Data ini menjadi pengingat bahwa masalah mengenai karier dan pekerjaan bukanlah masalah yang kecil. Pada realitanya individu dituntut untuk sigap dalam menentukan arah karier yang akan dijalani, karena persaingan karier di Indonesia semakin ketat belakangan ini (Pratomo, 2017). Adanya data mengenai pengangguran di Indonesia terutama pada lulusan universitas atau disebut dengan pengangguran terdidik masih tergolong sangat tinggi. Keadaan ini termasuk pada tantangan karier yang harus dihadapi oleh para pencari kerja. Keadaan tersebut dapat semakin mempertegas munculnya kecemasan di kalangan mahasiswa yang akan memasuki dunia kerja dan meniti kariernya (Rosliani & Ariati, 2017).

Banyaknya tantangan karier yang harus dihadapi tersebut dapat menimbulkan perasaan cemas bagi setiap individu. Kecemasan menurut Freud adalah keadaan emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan diiringi dengan reaksi fisik yang memberi peringatan tentang bahaya yang akan datang (Feist, Feist, & Roberts., 2017). Selalu ada perasaan tidak nyaman yang samar dan sulit untuk diidentifikasi pada individu yang sedang merasakan cemas.

Pada tahun 2024, gangguan kecemasan tetap menjadi salah satu isu kesehatan mental yang paling sering terjadi di berbagai belahan dunia. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2024, sekitar 275 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan kecemasan, setara dengan 3.5% dari total populasi global (Herlina, 2025). *Asia Care Survey*

2024 yang dilaksanakan oleh Manulife menunjukkan gambaran masyarakat Asia dalam memandang kesejahteraan fisik, mental, serta finansial saat ini dan masa depan. Di Indonesia, survei ini dilakukan pada Januari 2024 yang melibatkan lebih dari 1.000 responden.

Berdasarkan hasil dari survei tersebut, diketahui bahwa masyarakat Indonesia menunjukkan ketidakpercayaan diri terhadap kesejahteraan fisik, mental, serta finansial di masa depan.

Salah satu kekhawatiran mengenai gangguan kesehatan mental adalah kecemasan (28.2%), yang berada pada urutan ketiga setelah stres atau *burnout* dan gangguan tidur (Manulife, 2024).

Istilah psikologi yang digunakan untuk menggambarkan rasa cemas dan khawatir yang terkhusus pada karier atau area pekerjaan disebut dengan kecemasan karier atau *career anxiety*. Kecemasan karier adalah penilaian diri seseorang terhadap pencapaian tujuan yang belum pasti dan sulit diprediksi dalam dunia kerja. Hal ini menyebabkan konflik internal yang mengganggu pola pikir maupun kondisi emosional, seperti munculnya pikiran negatif, rasa takut dan khawatir tentang pekerjaan. Selain itu, terdapat juga perilaku yang terganggu, seperti menghindari hal-hal yang berkaitan dengan lingkungan kerja. Serta terganggunya respons fisiologis, seperti berkeringat dan jantung berdebar saat berurusan dengan berbagai hal terkait pekerjaan (Sari & Astuti, 2014). Kecemasan karier didefinisikan juga sebagai ketakutan terhadap aktivitas fisik dan/atau keilmuan yang bertujuan untuk memperoleh imbalan atau bayaran yang kondisi tersebut dianggap sebagai situasi yang mengancam serta tidak menyenangkan (Nugroho & Karyono, 2014).

Kecemasan karier dipandang sebagai salah satu bentuk kecemasan sosial karena melibatkan status individu sebagai pelajar atau sebagai profesional dalam masyarakat secara luas. Pada masa remaja akhir menuju dewasa awal, kecemasan karier cenderung meningkat secara bertahap. Individu mulai merasa semakin khawatir tentang masa depan akademis dan prospek pekerjaannya (Mallet, 2002 dalam Yilmaz & Gunduz, 2018). Kecemasan karier yang

muncul dapat memengaruhi berbagai dimensi pembelajaran mahasiswa. Manifestasi kecemasan ini meliputi kekhawatiran gagal memenuhi harapan keluarga, ketidakmampuan mencapai target yang ditetapkan, serta kesulitan dalam menentukan pilihan pekerjaan yang selaras dengan keinginan (Vignoli, 2015).

Kecemasan ini sering kali timbul seiring dengan bertambahnya usia dan tantangan yang dihadapi. Ketegangan terkait karier yang dialami oleh mahasiswa biasanya dimulai saat mahasiswa memasuki tahun terakhir kuliah, karena mahasiswa menyadari bahwa mereka akan segera menghadapi transisi dari kehidupan kampus ke dunia kerja. Hal ini membuat mahasiswa merasa bingung dan ragu mengenai arah karier yang akan mereka pilih. Kecemasan ini dapat menyebabkan tekanan yang membuat mahasiswa takut untuk menghadapi masa depan dengan optimis (Noviyanti, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Hanim dan Ahlas (2020) menunjukkan sebanyak 55% mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan karier dengan kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Nugroho dan Karyono (2014) yang menunjukkan bahwa mahasiswa akhir pada penelitiannya mengalami kecemasan karier pada kategori tinggi sebanyak 81.43%. Pada penelitian Zulfahmi dan Andriany (2021), menunjukkan bahwa sebanyak 63.60% mahasiswa akhir mengalami kecemasan karier kategori sedang. Kecemasan yang dialami pada mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja mengindikasikan kompleksitas persoalan psikologis yang dialami.

Penelitian yang dilakukan oleh Antariksa (2023) mengenai kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir dari berbagai universitas dan sekolah tinggi di Kota Bandung menunjukkan, sebanyak 47.9% mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan karier yang tinggi. Fenomena kecemasan karier juga dialami oleh mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, khususnya angkatan 2020 yang tengah memasuki tahap akhir perkuliahan. Kecemasan karier yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir tidak terlepas dari

pengalaman proses perkuliahan, di mana mahasiswa angkatan 2020 mengalami keterbatasan pembelajaran secara daring pada saat memulai perkuliahan. Hal ini menimbulkan keterbatasan dalam pengalaman akademik dan sosial mahasiswa secara langsung. Mahasiswa terbatas dalam mengikuti berbagai kegiatan yang dapat meningkatkan keterampilan dan pengalamannya. Selain itu, mahasiswa juga terbatas dalam membangun jaringan profesional, baik dengan dosen, alumni, maupun teman seangkatan, yang dapat membantu dalam mendapatkan informasi dan peluang kerja.

Peneliti melakukan studi awal pada bulan November – Desember 2024 kepada 73 mahasiswa tingkat akhir angkatan 2020 di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Studi awal ini menggunakan pertanyaan terbuka mengenai gambaran kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Studi awal bertujuan untuk menggali secara eksploratif pengalaman subjektif mahasiswa terkait kecemasan terhadap dunia kerja di masa depan. Kuesioner ini mencakup aspek penyebab timbulnya kecemasan, pada waktu apa perasaan khawatir terhadap pekerjaan tersebut muncul, keterkaitan dengan jurusan atau fakultas, dampak yang dirasakan, strategi penanganan, serta faktor-faktor yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam meraih dan merealisasikan rencana kariernya.

Hasil studi awal ini menunjukkan bahwa 86% atau 63 responden menjawab bahwa dirinya mengalami kecemasan terhadap pekerjaannya kelak. Beberapa faktor yang membuat mahasiswa tingkat akhir ini mengalami kecemasan karier yaitu berkaitan dengan faktor kemampuan pribadi, faktor keyakinan irasional tentang pekerjaan, faktor pelatihan keterampilan dan pemahaman harapan karier, serta faktor lingkungan pekerjaan. Kemampuan diri yang menjadi faktor dari kecemasan karier yang dialami mahasiswa tingkat akhir tersebut adalah persepsi mahasiswa terhadap keterampilan yang kurang memadai dalam bersosialisasi, kurangnya keterampilan dalam berbahasa asing, serta tidak percaya diri dan ragu dengan kemampuan yang dimiliki. Adanya keyakinan irasional mengenai pekerjaan yaitu seperti

ketakutan mahasiswa tingkat akhir terhadap sulitnya mendapatkan pekerjaan dan khawatir mengenai dunia pekerjaan yang dianggap keras dan sulit. Faktor pelatihan keterampilan dan pemahaman harapan karier seperti adanya rasa khawatir yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir apabila kelak tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keterampilan, masih bingung terkait kariernya, khawatir tidak mendapatkan pekerjaan yang baik dan layak, serta takut apabila tidak bisa menerapkan ilmu yang sudah dipelajari. Faktor lingkungan pekerjaan yaitu mahasiswa tingkat akhir khawatir tidak bisa melewati berbagai tantangan yang terdapat di dunia kerja serta khawatir tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan kerja.

Hasil dari studi awal ini memberikan gambaran umum mengenai dinamika kecemasan karier yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Faktor-faktor penyebab munculnya kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir tersebut sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang juga menjelaskan mengenai penyebab munculnya kecemasan karier. Faktor pemicu timbulnya kecemasan karier pada mahasiswa dapat berasal dari lingkungan luar, seperti banyaknya pesaing dalam mencari kerja, kualifikasi dunia kerja yang cukup ketat, adanya ekspektasi orangtua yang terlalu tinggi, informasi negatif mengenai dunia kerja yang berasal dari orang lain, adanya tanggung jawab terhadap keluarga yang belum bisa dipenuhi, dan berkaitan dengan faktor ekonomi (Muqaromma, Razak, & Hamid., 2022; Pisarik, Rowell, & Thompson., 2017). Faktor lain yang juga memengaruhi munculnya kecemasan karier pada mahasiswa dapat berasal dari diri sendiri, yaitu seperti adanya keterbatasan kemampuan sehingga menimbulkan distorsi kognitif yang menyebabkan menurunnya kepercayaan diri dan menghambat pengembangan karier, tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga membandingkan diri sendiri dengan orang lain, takut untuk membuat keputusan, masih terdapat kebingungan mengenai pilihan karier yang akan dipilihnya sehingga belum menentukan pilihan karier,

serta minimnya pengalaman praktis (Hermawati, 2014; Muqaramma dkk., 2022; Noviyanti, 2021; Nugroho & Karyono, 2014; Pisarik dkk., 2017).

Salah satu kondisi yang menyebabkan mahasiswa tingkat akhir merasakan kecemasan terhadap karier yaitu adanya ketidakyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Hal ini dalam psikologi berkaitan dengan efikasi diri. Mahasiswa memerlukan efikasi diri ini untuk menyelesaikan tugas dan memberi keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya agar efektif dalam menghadapi situasi di masa depan yang rumit, tidak pasti, tidak dapat diprediksi, dan penuh tekanan. Efikasi diri dapat memengaruhi tindakan individu tersebut dalam menentukan pilihan, membuat keputusan, menentukan perilaku dalam mencapai cita-cita, serta ketahanan terhadap hambatan dan kegagalan dalam melaksanakan keputusannya (Tangkeallo, Purbojo, & Sitorus., 2014). Selain itu, efikasi diri juga berperan penting dalam membantu individu untuk memahami kemampuan dan kelemahannya, sehingga ia dapat beradaptasi dengan lingkungan kerjanya kelak (Istychomah, Komarudin, & Warastri., 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kolo, Jaafar, dan Ahmad (2017), individu yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi dapat menghadapi tantangan dengan percaya terhadap kemampuannya, tidak menyerah, serta melakukan usaha yang maksimal dalam mengatasi tantangan tersebut. Berbagai upaya yang dilakukan itu dapat berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan yang dirasakan. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dan siap untuk menghadapi berbagai tantangan dunia kerja akan memiliki tingkat kecemasan yang rendah terhadap kariernya (Upadianti & Indrawati, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Istychomah dkk. (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan sumbangan efektif sebesar 53,6%. Korelasi negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan. Individu dengan efikasi diri tinggi yakin bahwa dirinya mampu menjalani kehidupan dengan baik dan berani

menetapkan target-target pencapaian yang lebih tinggi. Individu akan terus berusaha menyelesaikan tugas hingga tuntas dan mencapai hasil yang diinginkan. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri rendah cenderung tidak yakin akan kemampuannya dalam menghadapi kesulitan, mudah menyerah, dan pesimis terhadap kemampuannya sendiri.

Penelitian lainnya yang memiliki hasil yang sejalan dilakukan oleh Simarmata, Aritonang, dan Uyun (2023). Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan kontribusi efektif sebesar 42,9%. Pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan bernilai negatif, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri individu, maka semakin rendah tingkat kecemasannya, begitu pula sebaliknya. Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung lebih berusaha menyelesaikan tugasnya meskipun menghadapi kesulitan atau tantangan selama prosesnya.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa harus dapat ditangani dengan baik dan tidak boleh disepelekan. Selain dari faktor internal, yaitu efikasi diri, faktor eksternal juga diperlukan oleh mahasiswa dalam menangani permasalahan karier, salah satunya dengan mendapatkan dukungan dari sosial. Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan definisi dari dukungan sosial yaitu bantuan yang diberikan oleh seseorang atau sekelompok orang berupa rasa nyaman, kepedulian, dan/atau penghargaan sehingga individu yang diberikan bantuan tersebut merasa dicintai dan dihargai. Dukungan sosial ini dapat diberikan dalam beberapa aspek kehidupan, seperti berupa bantuan, afirmasi, dan pengaruh emosional (House, Kahn, McLeod, & Williams., 1985).

Berdasarkan hasil studi awal diketahui bahwa salah satu faktor yang paling dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir untuk mendorong dirinya dalam mencapai dan merealisasikan rencana kariernya adalah dengan mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial. Dukungan sosial ini dapat berasal dari orang-orang terdekat seperti orangtua dan

anggota keluarga lainnya seperti mendapatkan dukungan untuk rencana masa depan, memberikan dorongan dan kepercayaan untuk mencapai suatu hal, tidak dituntut untuk mencapai suatu hal dengan cepat, dan menghargai pencapaian serta proses yang dilalui. Selain itu, dukungan sosial juga bisa didapatkan dari teman dan orang penting lainnya. Dukungan sosial dari teman seperti memberikan informasi mengenai program magang dan pengembangan diri, berbagi pengalaman dan pengetahuan, serta mengajak untuk mencoba hal baru dan berjuang bersama. Dukungan sosial dari orang penting lainnya seperti dukungan dari orang spesial yang memberikan ruang untuk mendengarkan keluh kesah serta dukungan dari dosen, guru, atau mentor berupa pemberian saran dan rekomendasi mengenai pilihan karier yang sesuai.

Adanya dukungan sosial seperti dari orangtua, keluarga, teman sebaya, dan orang penting lainnya menjadikan individu lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dan meraih kesuksesan (Sulistiani, Fajrianti, & Kristina., 2022). Dukungan sosial yang didapatkan dari keluarga dapat membantu mengurangi perasaan cemas dan membangun keyakinan individu untuk bersaing dengan lulusan lainnya di dunia kerja (Sitompul, Farradinna, & Fadhlia., 2020). Keluarga dapat berperan penting dalam memberikan dukungan kepada individu untuk lebih berani dan percaya diri dalam menghadapi tantangan. Selain itu, dukungan sosial juga bisa didapatkan dari teman sebaya mengenai persiapan untuk menghadapi dunia kerja (Fauziah & Ariati, 2015). Dukungan dari teman sebaya ini dapat berupa informasi-informasi terkait karier yang akan dijalani.

Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang negatif dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Efrida, Dyorita, & Warastri., 2022; Putri, 2023; Santo & Alfian, 2021). Apabila individu mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, maka kecemasan menghadapi dunia kerja berada pada tingkat yang rendah. Sebaliknya, jika

dukungan sosial yang dimiliki individu rendah, maka kecemasan menghadapi dunia kerja akan tinggi.

Selain itu, dukungan sosial keluarga (Sitompul dkk., 2020), orangtua (Kasyfillah & Susilarini, 2021), dan teman sebaya (Fauziyah & Ariati, 2015) juga memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, orangtua, dan teman sebaya, maka semakin rendah kecemasan mahasiswa dalam menghadapi kecemasan dunia kerja.

Dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal diperkirakan dapat memperkuat efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir. Dukungan sosial sendiri memiliki pengaruh yang positif dengan efikasi diri. Berdasarkan penelitian Adityawarman (2019) diketahui bahwa secara signifikan dan arah korelasi yang positif, dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap efikasi diri. Selain itu, terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terutama dalam hal dukungan penghargaan terhadap optimisme dalam mencapai masa depan (Multasih & Suryadi, 2019).

Peneliti tertarik untuk mengeksplorasi peran dukungan sosial dalam memoderasi pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir. Adanya perbedaan hasil penelitian sebelumnya dan kuat lemahnya hubungan serta pengaruh dari efikasi diri terhadap kecemasan karier membuat peneliti menghadirkan variabel dukungan sosial sebagai variabel moderator. Digunakannya variabel dukungan sosial sebagai variabel moderator juga menjadi suatu kebaruan dalam pengembangan penelitian yang berkaitan dengan kecemasan karier. Hal ini dikarenakan minimnya penelitian-penelitian terdahulu mengenai kecemasan karier yang menggunakan variabel moderator serta dukungan sosial sebagai variabel moderatornya.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang sudah dijelaskan, peneliti akan melakukan penelitian dan mengusung judul **“Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Karier dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Moderator”**.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian ini, maka peneliti ingin mengkaji masalah sebagai berikut,

1. Apakah terdapat pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir?
2. Apakah dukungan sosial berperan sebagai variabel moderator dalam pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir?

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Untuk mengetahui peran dukungan sosial sebagai variabel moderator dalam pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan karier pada mahasiswa tingkat akhir.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Penelitian ini secara kegunaan teoritis diharapkan mampu memberikan kontribusi yang bernilai bagi kemajuan disiplin psikologi bidang klinis, pendidikan, dan industri organisasi, sebagai bahan kajian pemahaman serta dapat memperkaya pengetahuan mengenai gambaran kecemasan karier, efikasi diri, dan dukungan sosial.

Kegunaan Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir yang sedang dihadapkan oleh tuntutan perencanaan karier. Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan efikasi diri untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi kariernya kelak. Selain itu, mahasiswa juga diharapkan dapat membangun jaringan sosial yang baik agar mendapatkan dukungan sosial yang dapat membantu mengurangi tekanan saat merencanakan karier, agar tidak mengalami kecemasan karier.

2. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menyajikan data terkait kecemasan karier pada mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir. Perguruan tinggi diharapkan dapat merancang program guna membekali mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja melalui penguatan efikasi diri dan dukungan sosial. Pusat pengembangan karier atau *Career Development Center* (CDC) yang sudah tersedia di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dapat memanfaatkan temuan penelitian ini untuk menyusun pelatihan atau *workshop* yang tidak hanya fokus pada keterampilan kerja, tetapi juga pada penguatan efikasi diri. Selain itu, CDC juga dapat memberikan fasilitas layanan konsultasi yang bersifat lebih personal sebagai bentuk dukungan bagi mahasiswa agar lebih siap dalam menghadapi tantangan karier.