

**HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI MASA DEPAN
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

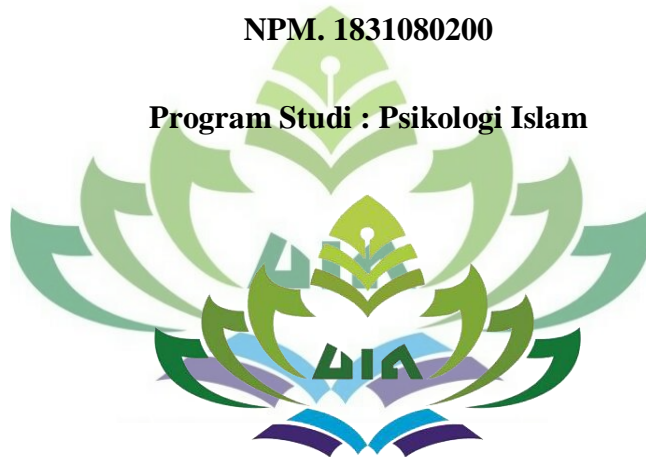
Disusun Untuk Memenuhi Syarat Kelulusan
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu Psikologi (S.Psi)

Oleh :

ANGIR SINDRA MAYA

NPM. 1831080200

Program Studi : Psikologi Islam



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

1444 H /2024 M

**HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI MASA DEPAN
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

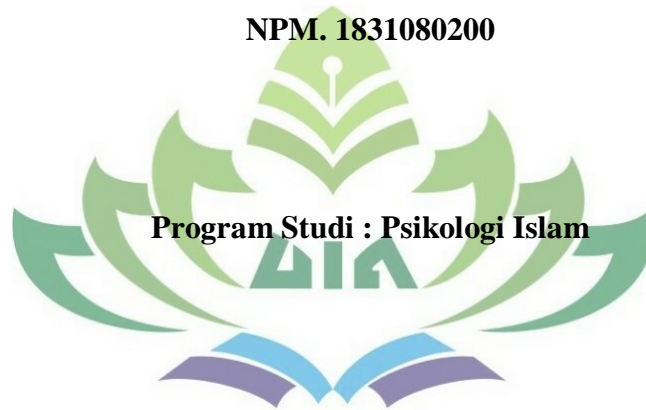
SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Syarat Kelulusan
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu Psikologi (S.Psi)

Oleh :

ANGIR SINDRA MAYA

NPM. 1831080200



Pembimbing 1 : Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA

Pembimbing 2 : Ira Hidayati, M. A

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H /2024 M**

ABSTRAK

Hubungan Antara Orientasi Masa Depan Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Oleh:

Angir Sindra Maya

Kecemasan merupakan keadaan khawatir dan takut yang dialami individu, individu berpikir bahwa hal buruk akan menimpa dirinya, ketakutan tersebut mewujudkan dalam perasaan gelisah, tertekan dan tegang. Salah satu sebab timbulnya kecemasan menghadapi dunia kerja dikarenakan belum memiliki persiapan yang membantu individu mengoptimalkan kemampuannya dalam persaingan ketat dunia kerja. Individu dengan orientasi masa depan yang baik dapat dengan mudah menyusun suatu rencana karir sehingga membantu mengurangi rasa cemas yang dialami individu. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk melihat hubungan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir serta untuk melihat perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari perbedaan jenis kelamin.

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, mahasiswa tingkat akhir dan belum bekerja. Subjek yang berpartisipasi sebanyak 67 mahasiswa. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi berbentuk likert dengan reliabilitas; skala kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 0,922 dan skala orientasi masa depan sebesar 0,820. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* dan uji *independent samples t-test* menggunakan bantuan *software JASP versi 17.0 for windows*.

Hasil penelitian ini menunjukkan, terdapat hubungan yang negatif signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi (R_{xy}) = - 0.469 dan $p=0,001$ ($p<0.01$), artinya semakin rendah orientasi masa depan, maka akan semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir, begitupun sebaliknya. Adapun sumbangan efektif yang diperoleh dari variabel bebas ke variabel terikat ialah sebesar 22%, yang mana 78% yang tersisa dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diketahui. Hasil penelitian berikutnya menunjukkan terdapat perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir, ditinjau dari jenis kelamin. Dibuktikan dengan dengan nilai (t) sebesar -2,826 dan nilai (p) sebesar 0,006 ($< 0,01$), artinya terdapat perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja antara laki-laki dan perempuan yang mana perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Kata kunci : Kecemasan menghadapi dunia kerja, orientasi masa depan, jurusan sepi peminat.

ABSTRACT

Anxiety is a state of worry and fear experienced by individuals, individuals think that bad things will happen to them, this fear manifests in feelings of anxiety, depression and tension. One of the causes of anxiety about facing the world of work is due to not having preparations that help individuals optimize their abilities in the tight competition of the world of work. Individuals with good future orientation can easily develop a career plan, thereby helping reduce the anxiety experienced by individuals. The aim of this research is to see the relationship between future orientation and anxiety in facing the world of work in final year students and to see differences in anxiety in facing the world of work in final year students in terms of gender differences.

This research used a purposive sampling technique with the criteria being active students at the Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, State Islamic University (UIN) Raden Intan Lampung, final year students and not yet working. The participating subjects were 67 students. The data collection method in this research uses a Likert-shaped psychological scale with reliability; the anxiety scale for facing the world of work is 0.922 and the future orientation scale is 0.820. The data analysis method in this research uses product moment correlation and independent samples t-test using JASP software version 17.0 for Windows

. The results of this research show that there is a significant negative relationship between future orientation and anxiety about facing the world of work in final year students. Proven by the correlation coefficient (R_{xy}) = - 0.469 and $p = 0.001$ ($p < 0.01$), meaning that the lower the future orientation, the higher the anxiety in facing the world of work in final year students, and vice versa. The effective contribution obtained from the independent variable to the dependent variable is 22%, of which the remaining 78% is influenced by other unknown variables. The results of subsequent research show that there are differences in anxiety in facing the world of work among final year students, in terms of gender. This is proven by the (t) value of -2.826 and the (p) value of 0.006 (< 0.01), meaning that there is a difference in anxiety in facing the world of work between men and women, where women have a higher level of anxiety compared to men. - man.

Keyword : Anxiety About Facing The World Of Work, Future Orientation, Majors With Few People Interested.

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Angir Sindra Maya.

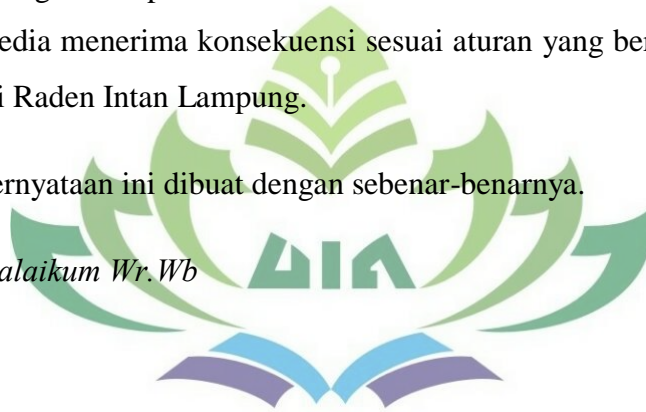
NPM : 1831080200

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul *Hubungan antara Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir* merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb



Bandar Lampung, 07 Oktober 2024

Yang menyatakan,



Angir Sindra M.
NPM. 1831080200



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung (35131) Telp. (0721) 703278

PERSETUJUAN

Dengan ini diterangkan bahwa skripsi mahasiswa yang berjudul


Judul : Hubungan antara Orientasi Masa Depan dengan
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada
Mahasiswa Tingkat Akhir
Nama : Angir Sindra Maya
NPM : 1831080200
Program Studi : Psikologi Islam


MENYETUJUI

Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan
dalam Sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I

Pembimbing II


Prof. D. M. Afif Ansori, MA

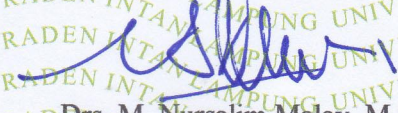

Ira Hidayati, MA

NIP. 196003131989031004

NIP. 198711212019032012

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi Islam


Drs. M. Nursalim Malay, M.Si

NIP. 1963010119990310



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung (35131), Telp. (0721) 703278

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Hubungan antara Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir”** disusun Oleh Angri Sindra Maya NPM. 1831080200

Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama telah dimunaqosyahkan pada hari, tanggal : Jumat, 05 Januari 2024.

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua : DRS H.M. Nursalim Malay, M.Sr

Sekretaris : Indah Dwi Cahya Izzati, M. Psi

Penguji Utama : Intan Islamia, M. Sc

Penguji Pendamping I : Prof. Dr. M. Afif Ansori, MA

Penguji Pendamping II : Ira Hidayati, MA

Mengetahui
Dewan Ushuluddin



Isnaeni, MA
NIP. 403302000031001

esthu
[Signature]
[Signature]
[Signature]

MOTTO

لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا

“Janganlah engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita”

(QS. At-Taubah : 40)

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya setelah kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah : 6)

“Berhenti merasa kamu begitu kecil.

Kamu adalah alam semesta yang bergembira”

(Jalaluddin Rumi)



PERSEMBAHAN

Yang paling utama dari segalanya, sembah sujud syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan penuh kasih sayang-Mu yang telah memberi kekuatan, membekali suatu ilmu serta memperkenalkan sebuah cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat serta salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur diucapkan kepada-Mu ya Rabb, karena telah mengahdirkan orang-orang yang sangat berarti. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka dipersembahkan untuk :

1. Untuk dua orang tercinta Bapak Saeto dan Ibu Siti Yuslina terimakasih telah memberi cinta dan kasih sayang, sudah membimbing, mendidik, dan memberi pelajaran tentang hidup, serta doa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Untuk kakak Hita Sahara dan adik-adik Prasdika Eris Sandara, Puti Bening Lituhayu, terimakasih atas semangat dan bantuan yang telah diberikan disaat peneliti merasa kesulitan dalam proses kuliah hingga saat selesainya skripsi ini. Terimakasih telah mengisi hari-hari peneliti dengan penuh kebahagiaan serta selalu menjadi pendengar yang baik.
3. Untuk keponakan-keponakan peneliti M. Farras Althaf, Aiza Yumna Zia, dan Janitra Nauma Yasa, yang selalu memberikan semangat dan menghibur peneliti saat keadaan sulit sehingga memotivasi peneliti untuk bangkit dan menyelesaikan skripsi ini.

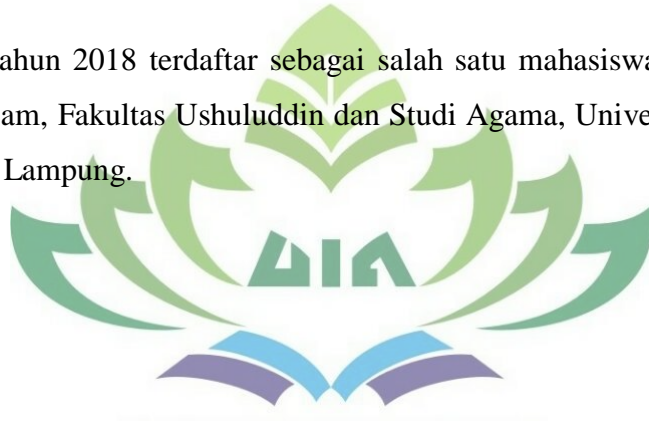
RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap Angir Sindra Maya, dilahirkan di Sukaraja Nuban pada tanggal 16 Maret 2000. Anak kedua dari empat bersaudara, dengan ayah yang bernama Saeto dan ibu yang bernama Siti Yuslina. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. TK Thoriqul Huda, Sukaraja Nuban, lulus pada tahun 2007
2. SD Negeri 2 Sukaraja Nuban, lulus pada tahun 2012
3. SMP Negeri 1 Raman Utara, lulus pada tahun 2015
4. SMA Negeri 1 Raman Utara, lulus pada tahun 2018

Pada tahun 2018 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah. Puji dan syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT telah mencurahkan segala kemudahan dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Hubungan Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir*”. Shalawat serta salam tetap terucap kepada manusia sempurna Nabi Agung Muhammad SAW. Semoga kita tergolong sebagai umat yang mendapatkan syafa’at beliau di hari akhir kelak. Aamiin.

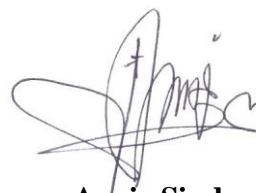
Peneliti menyadari terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan berbagai pihak. Ucapan terima kasih setulusnya peneliti sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Wan Jamaluddin Z, M. Ag., Ph. D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si. selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang selalu membantu dan tanggap terhadap kesulitan-kesulitan mahasiswa.
4. Bapak Prof. Dr. M. Afif Ansori, MA sebagai dosen pembimbing I dan Ibu Ira Hidayati, M. A sebagai dosen pembimbing II yang selalu siap membimbing, mengarahkan, memberi masukan, saran serta memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi.
5. Ibu Intan Islamia, M. Sc. sebagai penguji utama sekaligus dosen pembimbing akademik yang memberi masukan, senantiasa memberi dukungan, motivasi dan semangat dalam perkuliahan maupun penyelesaian skripsi.
6. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama serta keluarga besar Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan ilmu dan mengajarkan banyak hal yang bermanfaat, serta seluruh karyawan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu proses administrasi dalam penelitian ini.

7. Bapak Saeto dan Ibu Siti Yuslina yang selama ini telah berjuang sekuat tenaga, selalu sigap bagaimanapun keadaannya, selalu mendoakan dan memberi dukungan dan semangat baik dalam bentuk materi maupun non-materi.
8. Kakak Hita Sahara dan Mustholih yang selalu memahami dan memberi dukungan serta semangat, serta adik-adik tersayang Prasdika Eris Sandara yang membantu dalam beberapa hal dan Puti Bening Lituhayu yang selalu menghibur disaat-saat penat.
9. Untuk keponakan-keponakan M. Farras Althaf, Aiza Yumna Zia, dan Janitra Nauma Yasa, yang selalu memberikan semangat dan menghibur peneliti ketika dalam keadaan sulit sehingga memotivasi peneliti untuk bangkit dan menyelesaikan skripsi ini.
10. Keluarga besar yang mendukung dan memberi pengertian.
11. Para sahabat terbaik Indah Megarani, Nur Muhammad Royyan, Mirza, Rahmadani Puji Lestari, Uci Mulya Septa, Dwi Wulan Sari, yang selalu berbagi pengetahuan, menguatkan dan memberi masukan-masukan.
12. Teman-teman dekat Winda Sari, Anin Safira Sari, Silvi Yunika Sari, Desi Lia Ramadhani, Retno Ayu Ningsih dan Hafizah Zakiya Azzahra yang selalu menghibur dan mendampingi.

Peneliti memohon kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya dapat bernilai ibadah, mendapat keberkahan, dan segala urusannya dimudahkan oleh Allah SWT .
Aamiin aamiin allahumma aamiin.

Bandar Lampung, 07 Oktober 2024



Angir Sindra M.
NPM. 1831080200

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Penelitian Terdahulu	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	15
1. Definisi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	15
2. Aspek-aspek Kecemasan	16
3. Faktor-faktor Kecemasan	17
4. Kecemasan dalam Perspektif Islam.....	19
B. Orientasi Masa Depan	22
1. Definisi Orientasi Masa Depan.....	22
2. Aspek-aspek Orientasi Masa Depan.....	23
3. Faktor-faktor Orientasi Masa Depan	23
C. Dinamika Hubungan Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	26

D. Kerangka Berpikir	27
E. Pengajuan Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Identifikasi Variabel	29
B. Definisi Operasional.....	29
1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	29
2. Orientasi Masa Depan	29
C. Subjek Penelitian.....	30
1. Populasi	30
2. Teknik Sampling.....	30
3. Sampel	31
D. Metode Pengumpulan Data	31
1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	31
2. Skala Orientasi Masa Depan.....	32
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	33
1. Uji Validitas.....	33
2. Uji Reliabilitas	33
F. Metode Analisis Data	33
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	34
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	34
1. Orientasi Kacah	34
2. Persiapan Penelitian.....	35
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> (Uji Coba Alat Ukur).....	36
4. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	37
5. Penyusunan Skala Penelitian	38
B. Pelaksanaan Penelitian	39
1. Penentuan Subjek Penelitian	39
2. Persiapan Pengumpulan Data	39
3. Skoring.....	40
C. Analisis Data Penelitian	40
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	40
2. Kategori Skor Variabel Statistik.....	41

3. Uji Asumsi	43
4. Uji Hipotesis	47
5. Pengujian Sumbangan Efektivitas	49
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B. Rekomendasi	55
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	30
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	32
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Orientasi Masa Depan	32
Tabel 4.1 Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	37
Tabel 4.2 Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Orientasi Masa Depan	38
Tabel 4.3 Sebaran Aitem Baik Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	38
Tabel 4.4 Sebaran Aitem Baik Skala Orientasi Masa Depan.....	39
Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian.....	40
Tabel 4.6 Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	41
Tabel 4.7 Kategorisasi Orientasi Masa Depan	42
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas.....	47
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis Pertama.....	48
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis Kedua	48
Tabel 4.12 Sumbangan Efektif Variabel Bebas	50



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	27
Gambar 4.1 Diagram Lingkar Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	42
Gambar 4.2 Diagram Lingkar Orientasi Masa Depan	43
Gambar 4.3 Hasil Uji Normalitas Visual Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja ..	44
Gambar 4.4 Hasil Uji Normalitas Visual Orientasi Masa Depan	45
Gambar 4.5 Hasil Uji Linieritas	46
Gambar 4.6 Hasil Uji Beda	49



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Rancangan Skala Penelitian
- Lampiran 2 Distribusi Data Uji Coba
- Lampiran 3 Seleksi Aitem dan Reliabilitas
- Lampiran 4 Skala Penelitian
- Lampiran 5 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi
- Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis
- Lampiran 8 Hasil Sumbangan Efektif
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10 Surat Keterangan Cek Turnitin



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keterbatasan lapangan kerja masih menjadi persoalan besar di Indonesia yang menyulitkan para pencari kerja mendapatkan suatu pekerjaan (Simarmata et al., 2023). Dewasa ini gelar akademik digunakan sebagai jalan untuk mendapatkan pekerjaan yang layak atau karir yang cemerlang (Wattimena, 2017). Data terakhir mencatat jumlah mahasiswa di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 3,9%, pada tahun 2020 jumlah mahasiswa di Indonesia sebanyak 7.369.009 individu, di tahun 2021 terdapat 7.665.516 individu (Kementrian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi, 2021). Data menunjukkan bahwa tidak semua individu dengan gelar akademik memiliki pekerjaan yang layak, fakta mengungkap bahwa banyak sarjana yang mengalami pengangguran. Hal tersebut dibuktikan dengan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), per february 2022 tercatat angka pengangguran terbuka tamatan universitas sebanyak 884.769 individu (Badan Pusat Statistik, 2022).

Dalam tahap perkembangan Hurlock, mahasiswa merupakan individu yang telah memasuki tahap perkembangan dewasa awal, dewasa awal disebutkan sebagai individu dengan usia 18 tahun – 40 tahun (Hurlock, 1980). Individu yang memasuki tahap dewasa awal memiliki beberapa tugas perkembangan diantaranya; memiliki suatu pekerjaan, memilih teman hidup, membentuk suatu keluarga dan mengelola sebuah rumah tangga, serta menopang tanggung jawab sebagai warga negara (Hurlock, 1980). Mahasiswa sebagai calon pekerja memiliki tuntutan yang lebih berat dibandingkan siswa di sekolah (Simarmata et al., 2023). Bertambahnya tanggung jawab untuk memiliki suatu pekerjaan, minimnya lapangan pekerjaan di Indonesia, tuntutan jaman serta harapan keluarga yang dibebankan pada mahasiswa menjadi penyebab mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Susilarini, 2022). Idealnya mahasiswa tingkat akhir telah memiliki kesiapan dalam menghadapi dunia kerja, individu yang tidak memiliki pandangan apapun tentang dirinya di masa depan

mengenai pekerjaan pada akhirnya akan merasa lebih cemas dalam menghadapinya (Wijayanti et al., 2022).

Kecemasan merupakan keadaan khawatir dan takut yang dialami individu, ia berpikir bahwa hal yang tidak baik akan menimpa dirinya, ketakutan ini mewujudkan dalam perasaan gelisah, tertekan dan tegang (Nevid et al., 2005). Rasa khawatir terjadi ketika individu memperoleh tanggung jawab baru yang lebih besar, seperti tanggung jawab untuk memperoleh pekerjaan di usia yang kian bertambah (Rizki & Pasaribu, 2021). Menurut Santo & Alfian (2021) kecemasan menghadapi dunia kerja didefinisikan sebagai bentuk penilaian individu mengenai dirinya sendiri dalam mencapai tujuan yang tidak pasti di dunia kerja, dalam situasi ini terjadi konflik dalam diri individu hingga menyebabkan reaksi fisiologis dan perubahan perilaku. Bagi mahasiswa tingkat akhir hal ini cukup menjadi masalah, apabila individu yang mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja tidak dapat beradaptasi dan tidak berfokus pada usaha atau solusi, maka kecemasan dapat menjadi jalan masuknya gangguan kepribadian lainnya (Susilarini, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho & Karyono (2014) menunjukkan terdapat 81,43% mahasiswa yang mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori tinggi. Penelitian yang dilakukan Rachmady & Aprilia (2018) menunjukkan 65,7% orang yang mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori sedang, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Zulfahmi & Andriany (2021) di beberapa universitas pulau jawa pada 154 subjek menunjukkan terdapat 98 subjek atau 63% masuk dalam kategori sedang kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian yang dilakukan oleh Liesay et al., (2023) pada masyarakat usia produktif Desa Hutumuri menunjukkan 28,6% individu dewasa awal yang mengalami kecemasan sangat parah, 11,1% individu dengan status mahasiswa yang mengalami kecemasan sangat parah, dan 9,1% individu belum bekerja yang mengalami kecemasan sangat parah. Dari persentase data yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa dewasa ini cukup banyak ditemukan mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadap dunia kerja.

Allah berfirman dalam QS. Al – An’am (6) : 38 sebagai berikut :

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا طَيْرٍ يَطِيرُ بِجَنَاحَيْهِ إِلَّا أُمَّمٌ أُمَّتُكُمْ مِمَّا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ
ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّهِمْ يُحْشَرُونَ (٣٨)

Artinya : *“Tidak ada seekor hewan pun (yang berada) di bumi dan burung-burung yang terbang dengan kedua sayapnya, melainkan semuanya merupakan umat (juga) seperti kamu. Tidak ada sesuatu pun yang kami luputkan di dalam kitab, kemudian kepada Tuhannya mereka dikumpulkan”*

Burung itu satu bangsa, manusia satu bangsa dan jin satu bangsa juga, artinya makhluk yang sama seperti kamu. Allah mengetahui segala sesuatu dan pasti tidak lupa memberinya rezeki serta mengaturnya. Segala sesuatu itu meliputi semua yang berada di darat maupun di laut (Abdullah, 1933). Dari ayat dan tafsir yang telah dipaparkan dapat diambil pelajaran bahwasanya manusia telah dijamin oleh Allah atas rezekinya, dan tidak seharusnya manusia meragukan kebesaran Allah dengan merepresentasikan rasa cemas dalam hidup.

Berdasarkan teori Nevid et al., (2005) kecemasan dapat muncul jika kognitif individu tidak optimal, di samping itu faktor biologis juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi kecemasan, dalam hal ini ialah kecemasan menghadapi dunia kerja. Faktor kognitif mengungkap bahwa dengan adanya pengetahuan bagi individu mengenai masa depan khususnya bidang pekerjaan akan memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menentukan tujuan hidup dan bagaimana individu tersebut dapat merealisasikannya (Syahrina & Sari, 2015). Mahasiswa tentunya sudah memiliki pandangan-pandangan jangka panjang yang menyangkut masa depan, mulai memikirkan membuat perencanaan, menetapkan langkah dan merealisasikan atau menindaklanjuti perencanaan-perencanaannya (Safitri, 2021).

Sikap memiliki tujuan atau pandangan-pandangan jangka panjang yang menyangkut masa depan, perencanaan, strategi pencapaian tujuan yang dimiliki hingga evaluasi disebut sebagai orientasi masa depan (Hanim & Ahlas, 2020). Menurut Winurini (2021) orientasi masa depan merupakan bentuk antisipasi dan

evaluasi terhadap diri sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang berkaitan dengan masa depan. Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanim & Ahlas (2020) yang meneliti hubungan orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa diketahui terdapat korelasi negatif yang signifikan. Artinya semakin rendah orientasi masa depan pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mahasiswa, begitu pun sebaliknya.

Mengacu pendapat Nevid, et al. (2005) mengenai faktor-faktor kecemasan, faktor biologis berupa jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu. Ditinjau dari pola kerja maka laki-laki cenderung memiliki pola kerja yang aktif, eksploratif dan mandiri, sedangkan perempuan cenderung memiliki pola kerja yang membutuhkan kerja sama, lebih sensitif, berpikir dengan emosional, kurang percaya diri dan pasif (Cahyani & Putrianti, 2022). Sedangkan dalam pandangan terhadap peran yang dimainkannya, laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan pandangan yaitu perempuan lebih melihat perannya di keluarga sebagai bagian dari identitas sosial yang mana ketika beban di tempat kerja semakin meningkat, harapan yang ditumpukan kepada perempuan dalam memainkan peran sebagai ibu tidaklah hilang (Muamar, 2019). Oleh karena itu ketika pekerjaan mengganggu tuntutan-tuntutan di keluarga, wanita lebih cenderung mengembangkan sikap negatif terhadap pekerjaan (Muamar, 2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cahyani & Putrianti (2022) membuktikan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat kecemasan yang berbeda dalam menghadapi dunia kerja, perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari laki-laki dengan rata-rata perempuan sebesar 78,90% dan laki-laki 71,76%.

Peneliti melakukan *prareset* terhadap 16 narasumber berasal dari beberapa Fakultas di UIN Raden Intan Lampung diantaranya ; empat subjek NS (semester XIV), WS, HA dan MQ (semester X) dari Fakultas Tarbiyah yang terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan. Empat subjek RS, DR, ZD dan RF (semester X) dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam yang terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan. Empat subjek LJ (semester XII), EN, ASF dan ABD (semester X)

dari Fakultas Syariah yang terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan. Dan Empat subjek KJ (semester XII), NMR, UK dan AS (semester X) dari Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan.

Pengambilan data awal dilakukan dengan metode wawancara, pertanyaan wawancara dilandasi dengan aspek kecemasan dari Nevid, Rathus, dan Greene (2005). Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan kepada 16 narasumber yang merupakan mahasiswa tingkat akhir menunjukkan 11 dari 16 narasumber mengaku cemas dalam menghadapi dunia kerja, kemudian empat narasumber mengalami dua gejala cemas dari tiga gejala yang ada, dan hanya satu narasumber yang tidak merasakan gejala cemas sama sekali. Hasil wawancara diketahui bahwa kecemasan paling banyak dialami oleh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Narasumber yang merasakan cemas mengaku tidak percaya diri dengan kemampuan dan *skill* yang dimilikinya, khawatir dengan batasan usia yang ditentukan oleh perusahaan, belum memiliki pengalaman kerja, rendah diri dengan latar belakang jurusan serta takut tidak serasi dengan lingkungan kerjanya kelak. Di samping itu narasumber juga merasa kalah saing dengan individu yang lain dan sulit dalam mencari pekerjaan.

Fenomena ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Atmadja yang mengungkapkan bahwa mahasiswa tingkat akhir cemas dalam menghadapi dunia kerja karena merasa belum memenuhi tuntutan keterampilan yang dibutuhkan perusahaan, kesulitan beradaptasi serta merasa kalah dalam bersaing dengan jurusan-jurusan yang lain (Atmadja dalam Hanim & Ahlas, 2020). Lebih jauh lagi 3 dari 16 narasumber yang peneliti wawancarai mengaku pesimis dengan adanya unsur nepotisme dalam suatu instansi hingga merasa peluangnya dalam memperoleh pekerjaan kian berkurang. Tidak cukup sampai di sini, narasumber juga mengalami gejala fisik dan non fisik akibat kecemasan yang dialaminya, seperti jantung berdetak lebih kencang dari biasanya, sulit tidur, merasa lemas saat mendengar berita terkait dunia pekerjaan, gelisah, tertekan, melukai diri sendiri tanpa sadar serta menarik diri dari lingkungan keluarga maupun pertemanan yang memicu timbulnya rasa cemas. Menarik diri ini juga dilakukan oleh beberapa narasumber dengan memblokir kontak teman yang menyinggung terkait pekerjaan

terhadap dirinya serta membisukan cerita-cerita (*Insta Story*) milik teman-teman di sosial media yang dapat memicu timbulnya kecemasan.

Setelah mengetahui kecemasan paling banyak dialami oleh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Peneliti berfokus pada jurusan-jurusan sepi peminat, peneliti mencari dan mendata informasi terkait jurusan sepi peminat melalui *website* resmi UIN Raden Intan Lampung serta staf yang bertanggung jawab atas data mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Ditemukan terdapat empat jurusan sepi peminat diantaranya jurusan; Akidah Filsafat Islam, Studi Agama-Agama, Tasawuf dan Psikoterapi serta jurusan Pemikiran Politik Islam. Hasil wawancara kepada staf yang bertugas, jurusan tersebut dikatakan sepi peminat karena mahasiswa yang terdaftar dari tahun ke tahun relatif lebih sedikit dari jurusan yang lain, dan tidak stabil.

Memilih jurusan di perguruan tinggi merupakan hal yang penting, sebab keputusan itulah yang akan menentukan masa depan individu (Masriah et al., 2018). Umumnya pertimbangan calon mahasiswa dalam menentukan jurusan di perguruan tinggi didasarkan pada pekerjaan yang diharapkan di masa depan (Muasbin, 2019). Opini yang berkembang di masyarakat mengenai jurusan sepi peminat kurang baik dan hal ini dibuktikan dengan *prareset* yang telah dilakukan oleh peneliti kepada beberapa narasumber. Pertama narasumber berinisial HD seorang Ibu rumah tangga yang memiliki satu anak mengungkapkan bahwa jurusan sepi peminat kurang tepat untuk dipilih. Narasumber tidak merekomendasikan jurusan sepi peminat bagi anaknya selama ada pilihan jurusan lain yang lebih menjanjikan. Narasumber mengaku khawatir apabila di lapangan kelak sulit dalam memperoleh pekerjaan. Hal yang paling ditakutkan terjadi ialah apabila latar belakang pendidikan tidak sesuai dengan kualifikasi yang dibutuhkan perusahaan.

Narasumber kedua berinisial PSA, seorang perempuan dengan dua adik yang sedang menempuh pendidikan sekolah menengah atas (SMA). Narasumber merupakan individu bergelar sarjana. PSA mengungkapkan alih-alih menuntun adik-adiknya ke jurusan sepi peminat, PSA akan mengarahkan ke jurusan dengan prospek kerja yang lebih luas seperti ilmu komunikasi, kesehatan, akuntansi,

perpajakan, teknik informatika, dan sebagainya. Hal tersebut dipicu dari pengalaman pribadinya. Setelah menyelesaikan studi di perguruan tinggi, PSA melihat tidak semua perusahaan dapat dengan mudah menerima setiap calon pekerja dengan latar belakang pendidikan yang tidak sesuai kebutuhan.

Narasumber ketiga adalah bapak berinisial HP. Beliau tidak begitu mempermasalahkan jurusan yang akan dipilih sang anak. HP hanya berpendapat bahwa jurusan sepi peminat identik dengan akreditasi jurusan yang rendah dan lingkungan yang kurang kompetitif dikarenakan jumlah mahasiswa yang sedikit. Hal tersebut dianggap mempengaruhi semangat dan keseriusan mahasiswa dalam kegiatan belajar mengajar. Hal itulah yang dikhawatirkan bapak HP, khawatir menjadi kebiasaan yang melekat hingga menjadi perilaku.

Selain mewawancarai perwakilan masyarakat, peneliti juga mewawancarai mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan sepi peminat, narasumber yang diwawancarai berinisial AI Prodi Akidah Filsafat Islam berjenis kelamin laki-laki dan ES Prodi Tasawuf dan Psikoterapi berjenis kelamin perempuan. Narasumber mengaku cemas dengan kemungkinan pekerjaan yang akan ia dapatkan kelak dengan alasan prospek kerja yang kurang baik karena jurusan yang tidak mudah di lirik oleh perusahaan. Berdasarkan penjabaran teoritis dan hasil penelitian yang relevan serta hasil *prareset* yang telah dikemukakan, peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir dan perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada laki-laki dan perempuan. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan sepi peminat, yaitu semester 7, 9, 11 dan 13 yang belum bekerja. Variabel orientasi masa depan serta variabel kecemasan menghadapi dunia kerja akan diukur menggunakan skala masing-masing variabel, berbentuk skala likert. Penelitian ini akan menggunakan dua analisis data yaitu uji hubungan korelasi *product moment* untuk mengetahui hubungan dua variabel dan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir?
2. Apakah terdapat perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari perbedaan jenis kelamin?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Untuk mengetahui perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari perbedaan jenis kelamin.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis :
 - a. Diharapkan dapat memberi sumbangan ilmu yang berguna secara teoritis, juga dapat memperkaya keilmuan dan pengetahuan baru khususnya dalam memahami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.
 - b. Diharapkan dapat menambah wawasan di bidang ilmu psikologi perkembangan dan klinis, khususnya yang berkaitan dengan orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Manfaat Praktis :
 - a. Bagi mahasiswa; hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat sekaligus menjadi masukan sehingga mahasiswa dapat mengoptimalkan potensinya dan dapat meningkatkan orientasi masa depan yang dapat membantunya dalam menghadapi dunia kerja.

- c. Bagi tenaga pendidik dan instansi; dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsih pemahaman terhadap dosen sekiranya dapat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja dan mengurangi kecemasan yang dihadapinya, dengan di fasilitasnya kegiatan–kegiatan yang mendukung seperti mengadakan aktivitas forum diskusi atau seminar dan pelatihan mengenai persiapan dalam menghadapi dunia kerja bagi mahasiswa tingkat akhir.
- d. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian atau referensi untuk penelitian selanjutnya.

E. Penelitian Terdahulu

Guna mendukung sekaligus menjadi bahan perbandingan untuk penelitian yang akan diteliti, peneliti telah memperoleh beberapa literatur atau penelitian terdahulu yang terkait sebagai bahan acuan. Lebih jauh lagi, hal ini dimaksudkan untuk menghindari terjadinya plagiarisme dalam penelitian. Berikut ini beberapa penelitian terdahulu yang disebut di atas :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Hanim & Ahlas (2020) yang berjudul “*Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa*”. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui terdapat korelasi negatif yang signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Artinya semakin rendah orientasi masa depan pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mahasiswa, begitupun sebaliknya. Subjek dalam penelitian ini adalah 332 mahasiswa tingkat akhir Universitas Trunojoyo Madura. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah orientasi masa depan dapat mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment Pearson*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Hanim & Ahlas (2020) dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian. Penelitian Hanim & Ahlas (2020) dilaksanakan di Universitas Trunojoyo Madura sedangkan dalam

penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Subjek pada kedua penelitian ini juga berbeda, dalam penelitian Hanim & Ahlas (2020) subjek penelitiannya merupakan mahasiswa tingkat akhir, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan seni peminat. Hal lain yang membedakan adalah metode analisis data. Penelitian Hanim & Ahlas (2020) analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment*, sedangkan dalam penelitian ini selain menggunakan analisis korelasi *product moment* juga menggunakan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti et al. (2022) yang memiliki judul “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peran Orientasi Masa Depan?”. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui ada hubungan negatif signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Subjek dalam penelitian ini adalah 108 mahasiswa tingkat akhir Universitas 17 Agustus 1945 dengan rentang usia di atas 20-25 tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kedua variabel.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti et al. (2022) dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian. Penelitian Wijayanti et al. (2022) penelitian dilaksanakan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya sedangkan dalam penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Subjek pada kedua penelitian ini juga berbeda, dalam penelitian Wijayanti et al. (2022) subjek penelitiannya merupakan mahasiswa tingkat akhir dengan usia di atas 20-25 tahun, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan seni peminat. Hal lain yang membedakan adalah metode analisis data. Penelitian Wijayanti et al. (2022) analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi non parametrik *Spearman's Rho*, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* dan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Karina (2022) yang memiliki judul “*Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Resiliensi dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*”. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui ada hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial orang tua dan resiliensi dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Subjek dalam penelitian ini adalah 59 mahasiswa angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang pada saat itu telah memasuki tingkat akhir. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis korelasi antara dukungan sosial orang tua dan resiliensi dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Karina (2022) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya. Penelitian Karina (2022) menggunakan dua variabel bebas yang terdiri dari dukungan sosial orangtua dan resiliensi, sedangkan penelitian ini menggunakan orientasi masa depan sebagai variabel bebas. Subjek penelitian pada kedua penelitian ini juga berbeda, dalam penelitian Karina (2022) subjek penelitiannya merupakan mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 yang pada saat itu sedang menjajaki semester delapan, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan seni peminat. Hal lain yang membedakan juga adalah metode analisis data. Penelitian Karina (2022) analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda karena mengangkat tiga variabel, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* dan menggunakan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Rachmady & Aprilia (2018) yang memiliki judul “*Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala*”. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* Universitas Syiah Kuala. Subjek dalam penelitian ini adalah 257

fresh graduate (120 laki-laki dan 137 perempuan). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *adversity quotient* pada *fresh graduate* dapat mempengaruhi kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment Pearson*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Rachmady & Aprilia (2018) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya. Penelitian Rachmady & Aprilia (2018) menggunakan variabel *adversity quotient* sebagai variabel bebas, sedangkan penelitian ini menggunakan orientasi masa depan sebagai variabel bebas. Lokasi penelitian pada kedua penelitian ini juga berbeda. Penelitian Rachmady & Aprilia (2018) penelitian dilaksanakan di Universitas Syiah Kuala, sedangkan dalam penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Subjek penelitian pada kedua penelitian ini juga berbeda, dalam penelitian Rachmady & Aprilia (2018) subjek penelitian merupakan *fresh graduate*, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan seni peminat. Hal lain yang membedakan juga adalah metode analisis data. Penelitian (Rachmady & Aprilia (2018) analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment*. Penelitian ini selain menggunakan analisis korelasi *product moment* juga menggunakan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Zulfahmi & Andriany (2021) yang memiliki judul “*Kematangan Vokasional dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir*”. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan vokasional dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Subjek dalam penelitian ini adalah 154 orang mahasiswa tingkat akhir yang terdiri dari 30 subjek laki-laki (19.48%) dan 124 subjek perempuan (80.51%) dengan rentang usia 21 sampai 24 tahun dan juga sedang mengerjakan tugas akhir. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kematangan vokasional pada mahasiswa tingkat akhir dapat

mempengaruhi kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja. Penelitian ini menggunakan uji korelasi menggunakan *pearson product moment*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Zulfahmi & Andriany (2021) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya. Penelitian Zulfahmi & Andriany (2021) menggunakan variabel kematangan vokasional sebagai variabel bebas, sedangkan penelitian ini menggunakan orientasi masa depan sebagai variabel bebas. Subjek pada kedua penelitian ini juga berbeda, dalam penelitian Zulfahmi & Andriany (2021) subjek penelitiannya merupakan mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 21 sampai 24, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir dengan jurusan seni peminat. Lokasi penelitian pada kedua penelitian ini juga berbeda. Penelitian Zulfahmi & Andriany (2021) dilaksanakan di beberapa Universitas di Pulau Jawa, dan Non Jawa terdiri dari universitas-universitas yang berada di Pulau Sulawesi, Kalimantan, Sumatera, dan Nusa Tenggara, sedangkan dalam penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Hal lain yang membedakan juga adalah metode analisis data. Penelitian Zulfahmi & Andriany (2021) analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment*, sedangkan dalam penelitian ini selain menggunakan analisis korelasi *product moment* juga menggunakan uji *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Mortensen (2014) yang memiliki judul “*Anxiety, Work, and Coping*”. Artikel ini secara singkat merangkum penelitian tentang hubungan antara meningkatnya kecemasan dengan berbagai hasil kerja. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa kecemasan kronis dapat menimbulkan banyak bencana bagi karyawan, pemimpin, dan organisasi mereka. Penulis dalam penelitian ini mengusulkan sejumlah strategi praktis yang dapat disediakan oleh seorang manajer atau konsultan untuk mengatasi kecemasan karyawan. Beberapa sarannya adalah sebagai berikut : strategi komunikasi, taktik menghilangkan kecemasan, pengalihan dan refleksi diri.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Mortensen (2014) dengan penelitian ini terletak pada variabel. Penelitian Mortensen (2014) menggunakan variabel *Anxiety, Work, and Coping* sebagai judul penelitian sedangkan penelitian ini menggunakan variabel orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja. Hal lain yang membedakan adalah subjek penelitian. Penelitian Mortensen (2014) menggunakan subjek karyawan sedangkan penelitian ini menggunakan mahasiswa sebagai subjeknya. Lokasi penelitian pada kedua penelitian ini juga berbeda, penelitian Mortensen (2014) dilaksanakan di Chicago Amerika Serikat sedangkan penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

1. Definisi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan merupakan sikap individu saat menghadapi sebuah ancaman atau hal buruk, kecemasan merupakan suatu hal yang normal, menjadi tidak normal apabila individu mengalami kecemasan yang tidak sesuai dengan proporsi ancaman (hal buruk) yang menyimpannya (Chaerunisa et al., 2022). Mortensen (2014) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang dialami oleh individu berupa perasaan terancam yang begitu kuat. Melalui penelitiannya diperoleh fakta bahwa individu-individu yang mengalami kecemasan merasakan gejala berupa panik ringan, jantung berdetak lebih kencang, individu cenderung menerka-nerka dirinya sendiri, kerap terbangun tengah malam dengan keadaan berkeringat dan membayangkan segala kemungkinan yang akan terjadi. Karina mengungkapkan kecemasan merupakan keadaan individu yang merasa tidak nyaman terhadap satu dan lain hal yang belum teridentifikasi dengan jelas (Karina, 2022).

Kecemasan menurut Nevid et al., (2005) merupakan keadaan khawatir dan takut yang dialami individu, ia berpikir bahwa hal yang tidak baik akan menimpa dirinya, ketakutan ini mewujud dalam perasaan gelisah, tertekan dan tegang. Rizki & Pasaribu (2021) melalui penelitiannya menjelaskan bahwa kecemasan merupakan rasa khawatir, rasa khawatir ini dapat terjadi ketika individu memperoleh tanggung jawab baru yang lebih besar, seperti tanggung jawab untuk memperoleh pekerjaan di usia yang kian bertambah. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah rasa khawatir yang berlebih pada saat individu menghadapi dunia kerja (Rizki & Pasaribu, 2021).

Susilarini (2022) menjelaskan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja merupakan perasaan negatif dalam menghadapi dunia kerja karena

banyaknya ketidakpastian dan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi. Zulfahmi & Andriany (2021) menambahkan, kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan kekhawatiran individu terkait karirnya di masa depan, individu takut tidak memperoleh pekerjaan yang sesuai dan gagal dalam berkarir hingga dirinya merasa tertekan. Lebih jauh lagi Santo & Alfian (2021) mendefinisikan kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai bentuk penilaian individu mengenai dirinya sendiri dalam mencapai tujuan yang tidak pasti di dunia kerja, dalam situasi ini terjadi konflik dalam diri individu hingga menyebabkan reaksi fisiologis dan perubahan perilaku.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan emosi negatif yang dirasakan oleh individu akibat dari ketakutannya dalam menghadapi suatu hal yang hasilnya belum pasti, sedangkan kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan pikiran negatif individu mengenai dunia kerja yang akan dihadapinya di masa mendatang, hingga menyebabkan individu merasa takut, tidak dapat berpikir jernih yang mengakibatkan timbulnya reaksi-reaksi fisik maupun nonfisik seperti sulit tidur, tertekan atau tegang.

2. Aspek-aspek Kecemasan

Nevid et al. (2005) mengungkapkan bahwa terdapat tiga aspek kecemasan, diantaranya ialah sebagai berikut :

a. Aspek fisik

Individu yang mengalami kecemasan akan menunjukkan gejala-gejala fisik berupa gelisah, pusing, tertekan, lemas, keringat dingin, sulit tidur, serta jantung berdetak lebih cepat dari biasanya. Umumnya gejala ini terjadi apabila individu mendengar informasi atau pemberitaan yang berkaitan dengan dunia kerja, baik melalui dunia maya maupun lingkungan sekitar.

b. Aspek perilaku

Dewasa ini menunjukkan diri dan bersosialisasi dengan kerabat maupun teman semakin mudah, hal tersebut dapat dilakukan tanpa harus bertemu dan bertatap muka seiring canggihnya fasilitas digital (Syafitri & Islamia, 2021). Kendati demikian, hal tersebut sulit dilakukan bagi individu gangguan kecemasan dengan gejala perilaku. Gejala perilaku ditunjukkan dengan menarik diri dari lingkungan sosial maupun sosial media dengan tujuan agar individu terhindar dari situasi yang dapat memicu terjadinya kecemasan.

c. Aspek kognitif

Individu yang mengalami kecemasan akan memiliki kecenderungan untuk berpikir secara berlebihan mengenai permasalahan yang sedang dihadapi, dalam situasi seperti ini individu akan merasa kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki dalam konteks menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, lebih jauh lagi individu akan merasa takut dan khawatir akan situasi di masa mendatang.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan diantaranya ; aspek fisik, aspek perilaku dan aspek kognitif.

3. Faktor-faktor Kecemasan

Nevid et al. (2005) mengungkapkan bahwa faktor-aktor dari kecemasan ialah sebagai berikut :

a. Faktor Sosial Lingkungan

Faktor sosial lingkungan merupakan faktor yang berkaitan dengan lingkungan, seperti adanya standar kesuksesan tertentu, merasa tidak memperoleh dukungan dari lingkungan terdekat, serta tuntutan dan harapan dari keluarga yang bagi individu terlalu tinggi untuk dicapai.

b. Faktor Biologis

Faktor biologis merupakan faktor yang berkaitan dengan genetik individu, dan terjadinya penyimpangan pada neurotransmitter, serta otak yang memiliki fungsi memberikan sinyal bahaya pada individu mengalami kelainan.

c. Faktor Behavioral

Faktor behavioral merupakan faktor yang berkaitan dengan sikap dalam merespon lingkungan yang menjadi stimuli dari timbulnya kecemasan pada individu. Dalam situasi ini individu akan mengambil keputusan apakah akan menarik diri dari lingkungan tersebut atau menghadapinya.

d. Faktor Kognitif

Faktor kognitif adalah faktor yang berkaitan dengan daya pikir atau persepsi individu. Apabila persepsi negatif menguasai maka individu akan merasa khawatir dan berpikir buruk, individu akan cenderung berpikir apakah dirinya mampu menghadapi dunia kerja kelak. Sebaliknya, apabila persepsi atau pemikiran individu positif, ia lebih percaya diri akan kemampuannya, ia juga mampu mengatasi kekhawatiran yang dirasakan seperti mengatur strategi atau beberapa rencana untuk menghadapi kehidupannya terkait dunia kerja mendatang.

e. Faktor Emosional

Faktor ini merupakan faktor yang berkaitan dengan emosi individu, meliputi rasa takut, tertekan, merasa terancam dan tegang, individu merasa kurang nyaman seperti memiliki rasa akan ditimpa suatu musibah atau nasib yang buruk.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan adalah faktor sosial lingkungan, faktor biologis, faktor behavioral, faktor kognitif dan faktor emosional.

4. Kecemasan dalam Perspektif Islam

Menurut Imam Al-Ghazali kecemasan merupakan sesuatu yang timbul karena penyakit hati. Hati yang tidak sehat akan menyebabkan berbagai penyakit seperti kecemasan, amarah, kebencian, kesombongan, kecemburuan dan lain sebagainya (Rusydi, 2015). Al Ghazali mengungkapkan bahwa kecemasan dekat dengan rasa takut yang mengakibatkan hati menjadi tidak tenang (Rusydi, 2015). Dalam perspektif islam, kecemasan secara tersirat dituturkan dalam QS. Ali – Imran (3) : 186 sebagai berikut :

لَتُبْلَوْنَ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا ۗ وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ (١٨٦)

Artinya : *“Kamu pasti akan diuji dengan hartamu dan dirimu. Dan pasti kamu akan mendengar banyak hal yang sangat menyakitkan hati dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang musyrik. Jika kamu bersabar dan bertakwa, maka sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang (patut) diutamakan.”*

Firman Allah di atas ditujukan kepada orang-orang mukmin untuk menghibur mereka dari kesedihan akibat kesusahan yang mereka terima, firman tersebut juga sebagai bentuk perintah dari Allah SWT bagi mereka agar mereka selalu bersabar, bertahan, juga tabah sampai Allah SWT. menghapus cobaan tersebut (Shihab, 2002).

Ayat di atas memberi pelajaran bahwasanya manusia senantiasa diuji oleh Allah terhadap sesuatu baik dari hartanya maupun dirinya. Tetapi sejatinya Allah telah menjamin rezeki setiap manusia dengan takaran yang pas, sebagaimana terurat dalam QS. Hud (11) : 6 sebagai berikut :

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا ۗ كُلُّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ (٦)

Artinya : *“Tidak satupun hewan yang bergerak di atas bumi melainkan dijamin rezekinya oleh Allah. Dia mengetahui tempat kediamannya dan tempat penyimpanannya. Semua (tertulis) dalam kitab yang nyata (Lauh Mahfuz)”*

Allah yang menanggung rezeki semua makhluk, di dalam ayat tersebut Allah SWT. Memberitahukan bahwa Dia yang menanggung rezeki semua makhluk yang berada di atas bumi, baik yang kecil maupun yang besar, di daratan maupun lautan. Semua itu telah tertulis dalam kitab di sisi-Nya yang menjelaskan segala hal (Abdullah, 1933).

Dalam QS. Al-Isra (17) : 70 juga dijelaskan mengenai rezeki sebagai berikut :

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا (٧٠)

Artinya : *“Sungguh, Kami telah memuliakan anak cucu Adam dan Kami angkut mereka di darat dan di laut. Kami anugerahkan pula kepada mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka di atas banyak makhluk yang kami ciptakan dengan kelebihan yang sempurna.”*

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah memuliakan manusia. Allah SWT. Mengabarkan hamba-Nya bagaimana Dia telah menganugerahkan rezeki, memuliakan dan menakdirkan manusia dalam penciptaan sebaik-baik keadaan (Abdullah, 1933).

Hakikatnya seseorang mendapatkan ujian dari Allah sesuai dengan kadar kesanggupannya, sebagaimana Allah berfirman dalam Qs. Al-Baqarah (2) : 286. Sebagai berikut :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ (٢٨٦)

Artinya : *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya....”*

Segala tugas yang dibebankan oleh Allah kepada manusia adalah tugas yang lapang dan mudah untuk dilaksanakan, bahkan untuk individu yang merasa memiliki kesulitan dalam pelaksanaannya karena beberapa faktor, Allah selalu memberikan jalan lain atau kemudahan baginya (Shihab, 2002). Sebagai contoh ; sholat diwajibkan berdiri, namun Allah mengizinkan sholat dengan berbaring bagi mereka yang sedang sakit hingga tak mampu melakukannya dengan berdiri. Wudhu juga dilakukan dengan menggunakan air, tetapi Allah memudahkan mereka untuk bertayamum saat air sulit didapatkan. Demikianlah Allah tidak menginginkan sedikitpun kesulitan menimpa manusia (Shihab, 2002).

Perasaan cemas dan sedih dalam perspektif islam dapat diredakan dengan mendekati diri kepada Allah SWT. Cara ini merupakan mekanisme pertahanan yang dilakukan oleh para nabi, sebagaimana doa yang dianjurkan oleh Nabi Muhammad SAW. sebagai berikut :

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ ...

Artinya : *“Ya Allah aku berlindung kepadaMu dari rasa cemas dan sedih.”*
(HR. Al-Bukhari).

Cemas dan sedih merupakan kondisi wajar dan alami yang diberikan oleh Allah SWT kepada manusia. Oleh karena itu untuk menghapus rasa cemas ini juga perlu kembali kepada Allah SWT sebagaimana disampaikan di dalam QS. Yusuf (12) : 86 sebagai berikut :

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ (٨٦)

Artinya : *“Dia (Ya’qub) menjawab, ‘Hanya kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku. Aku mengetahui dari Allah apa yang tidak kamu ketahui.”*

Ya’qub di dalam ayat tersebut mengungkapkan bahwa kesusahan dan kesedihannya yang memuncak hanya diadukan kepada Allah dan tidak diadukannya kepada yang lain (Mashudi, 2020). Shihab (2002) menjelaskan

bahwa dalam ayat tersebut Ya'qub tidak berpengaruh sama sekali dengan perkataan anak-anaknya. Ya'qub kemudian menjawab “*Aku tak mengadu kepada kamu sekalian dan tidak meminta kalian juga untuk mengurangi kesedihanku: yang mudah, yang sulit, yang dapat aku rahasiakan, maupun tidak dapat aku rahasiakan. Karena aku tahu betul kuasa Allah yang tidak kalian ketahui.*”

B. Orientasi Masa Depan

1. Definisi Orientasi Masa Depan

Orientasi masa depan merupakan bentuk antisipasi dan evaluasi terhadap diri sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang berkaitan dengan masa depan (Winurini, 2021). Menurut Wuisang, Tendea dan Jamco (2021) orientasi masa depan merupakan sikap individu yang telah mempersiapkan dan memikirkan masa depannya, ini mencakup apa saja yang akan individu lakukan di masa depan, individu akan memiliki kecenderungan merancang sebuah gambaran dasar. Menurut (Marliani, 2013) orientasi masa depan merupakan bagaimana seorang individu memandang dirinya di masa depan, gambaran inilah yang akan membantu untuk mengontrol diri agar mampu mencapai apa yang diharapkan di masa depan.

Nurmi mengungkapkan bahwa orientasi masa depan ialah cara pandang individu mengenai dirinya di masa depan yang diikuti dengan motivasi, tujuan, harapan, serta strategi perencanaan untuk mencapainya (Nurmi, 1989). Menurut (Agusta, 2014) Orientasi masa depan adalah kemampuan individu dalam menentukan rencana masa depan, dan hal ini tercipta dari pemikiran manusia.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa orientasi masa depan merupakan cara individu memandang dirinya untuk masa mendatang, tidak hanya berhenti pada cara pandang hal ini berkaitan juga dengan tujuan, perencanaan, target-target, dan strategi untuk merealisasikannya.

2. Aspek-aspek Orientasi Masa Depan

Tiga aspek pembentukan orientasi masa depan, diantaranya sebagai berikut (Nurmi, 1989) :

a. Motivasi

Motivasi merupakan hasrat, keinginan atau dorongan yang dimiliki individu untuk dapat menentukan suatu tindakan yang menjadi landasan dalam menentukan tujuan yang ingin diraih di masa depan.

b. Perencanaan

Perencanaan merupakan proses memilih dan menetapkan apa saja yang akan individu capai dan strategi apa yang individu butuhkan serta tahap-tahap apa yang diperlukan dalam proses mencapainya.

c. Evaluasi

Evaluasi merupakan proses dimana individu mengamati dan menilai tingkah laku serta kesempatan yang dimilikinya. Pengamatan ini dilakukan secara sadar dan melibatkan kognisi individu.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari orientasi masa depan meliputi motivasi, perencanaan, dan evaluasi.

3. Faktor-faktor Orientasi Masa Depan

Nurmi (1989) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan pada individu, yaitu faktor individu dan faktor konteks sosial (Agusta, 2014).

a. Faktor individu

Faktor individu merupakan faktor yang bersumber dari individu tersebut, diantaranya sebagai berikut :

1) Konsep diri

Konsep diri merupakan penilaian individu mengenai dirinya yang bersifat prestasi, fisik, aspirasi, psikis, dan sosial emosional (Muawanah & Pratiko, 2012). Individu dengan konsep diri yang baik akan cenderung menunjukkan perilaku positif (Muawanah & Pratiko, 2012). Konsep diri akan mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan, karena konsep diri mempengaruhi individu dalam menetapkan suatu tujuan (Agusta, 2014).

2) Perkembangan kognitif

Kematangan kognitif membantu individu dalam merancang orientasi masa depan. Adanya pengetahuan bagi individu mengenai masa depan khususnya bidang pekerjaan, akan memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menentukan tujuan hidupnya dan bagaimana individu tersebut dapat merealisasikannya (Syahrina & Sari, 2015).

b. Faktor kontekstual

1) Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi proses perkembangan orientasi masa depan. Tetapi perbedaan yang muncul berangsur berubah seiring berlalunya waktu.

2) Status sosial ekonomi

Kemiskinan dan status sosial yang rendah dapat mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan individu. Individu yang berasal dari keluarga dengan status ekonomi baik relatif memiliki pandangan yang baik tentang orientasi masa depan, sebab individu tersebut menjadikan keluarga sebagai *role model*.

3) Usia

Berdasarkan kelompok usia, dapat ditemukan terdapat perbedaan dalam proses perkembangan orientasi masa depan. Hal ini tidak hanya berlaku pada orientasi masa depan tetapi juga berlaku pada aspek yang lain seperti pendidikan, karir, dan keluarga.

4) Teman sebaya

Kepedulian dari teman-teman dan lingkungan sekitar dapat membantu individu dalam mengatasi masalah-masalah hidup (Husin et al., 2019). Lingkungan pertemanan yang baik dapat mempengaruhi individu dalam perkembangan orientasi masa depan, termasuk cara yang digunakan dalam merancang orientasi masa depan.

5) Hubungan dengan orang tua

Semakin individu memiliki hubungan yang positif dengan orangtuanya, maka akan membantu individu semakin terpikirkan tentang masa depan. Perilaku dan karakteristik orangtua ditularkan kepada anak-anaknya melalui gaya pengasuhan, oleh karena itu anak-anak terlibat dalam perilaku kreatif dengan percaya diri dan ketenangan pikiran ketika orangtua memberikan lingkungan yang aman dan nyaman (Islamia & Hermawan, 2023).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan terdiri dari dua faktor, yaitu faktor individu yang meliputi; konsep diri dan perkembangan kognitif. Faktor yang kedua merupakan faktor kontekstual yang meliputi; jenis kelamin, status sosial ekonomi, usia, teman sebaya dan hubungan dengan orangtua.

C. Dinamika Hubungan Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

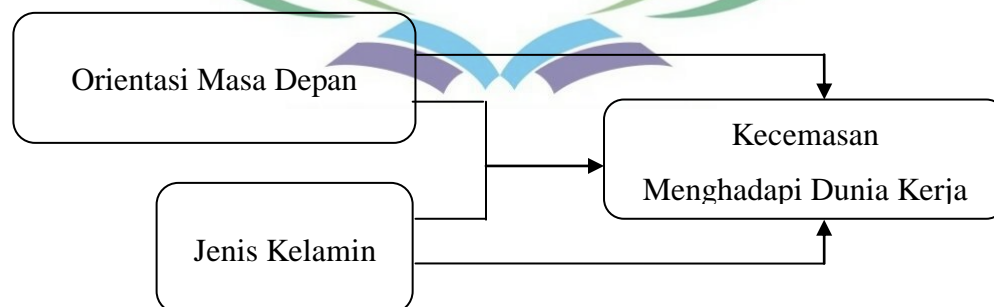
Berdasarkan teori Nevid et al. (2005) kecemasan dapat muncul jika kognitif individu tidak optimal, di samping itu faktor biologis juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi kecemasan, dalam hal ini ialah kecemasan menghadapi dunia kerja. Faktor kognitif mengungkap bahwa dengan adanya pengetahuan bagi individu mengenai masa depan khususnya bidang pekerjaan akan memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menentukan tujuan hidup dan bagaimana individu tersebut dapat merealisasikannya (Syahrina & Sari, 2015). Mahasiswa tentunya sudah memiliki pandangan-pandangan jangka panjang yang menyangkut masa depan, mulai memikirkan membuat perencanaan, menetapkan langkah dan merealisasikan atau menindaklanjuti perencanaan-perencanaannya (Safitri, 2021). Sikap memiliki tujuan atau pandangan-pandangan jangka panjang yang menyangkut masa depan, perencanaan, strategi pencapaian tujuan yang dimiliki hingga evaluasi disebut sebagai orientasi masa depan (Hanim & Ahlas, 2020).

Mengacu pada tahap perkembangan Hurlock, mahasiswa merupakan individu yang telah memasuki tahap perkembangan dewasa awal, salah satu tugas perkembangan pada individu yang memasuki tahap dewasa awal adalah memiliki suatu pekerjaan (Hurlock, 1980). Hal tersebut merupakan suatu tantangan bagi mahasiswa setelah lulus kelak, yaitu bagaimana mahasiswa dapat mempersiapkan diri agar mampu berkompetisi dalam memperoleh suatu pekerjaan terkhusus bagi mahasiswa dengan jurusan seni peminat. Minimnya lapangan pekerjaan di Indonesia dan banyaknya kasus fresh graduate yang bekerja tidak sesuai dengan jurusan kuliah, berasal dari jurusan seni peminat dengan opini yang buruk dari masyarakat serta tuntutan jaman dan tuntutan lingkungan menjadi penyebab mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Susilarini, 2022). Kecemasan yang dialami mahasiswa juga terjadi karena merasa belum memenuhi tuntutan keterampilan yang dibutuhkan perusahaan, kesulitan beradaptasi serta merasa kalah dalam bersaing (Hanim & Ahlas, 2020).

Apabila tidak segera diatasi kecemasan dapat menjadi pintu masuk permasalahan yang lain bagi individu. Hanim & Ahlas (2020) berdasarkan hasil penelitiannya yang meneliti hubungan orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa mengungkapkan bahwa orientasi masa depan terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wijayanti et al. (2022) dengan judul “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peran Orientasi Masa Depan?” juga menunjukkan hasil yang negatif signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Individu yang memiliki orientasi masa depan akan mengetahui harus bagaimana melangkah, orientasi masa depan dapat membantu individu lebih terorganisir dalam aktivitasnya, baik dalam menyelesaikan studi maupun mempersiapkan dirinya dalam menghadapi dunia kerja.

D. Kerangka Berpikir

Berdasarkan pemaparan di atas, dengan ini peneliti menggambarkan kerangka berpikir hubungan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir sebagai berikut :



Gambar 2.1

Kerangka Berpikir

Bagan Hubungan antara Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir.

Gambar kerangka berpikir di atas menjelaskan bahwa orientasi masa depan dan faktor biologis jenis kelamin merupakan variabel yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja. Idealnya mahasiswa tingkat akhir telah

memiliki kesiapan dalam menghadapi dunia kerja, individu yang tidak memiliki pandangan apapun tentang dirinya di masa depan mengenai pekerjaan pada akhirnya akan merasa lebih cemas dalam menghadapinya (Wijayanti et al. 2022). Penggolongan peran jenis kelamin mempengaruhi perilaku dan sikap laki-laki maupun perempuan (Simarmata et al., 2023), perbedaan peran maupun perbedaan kondisi psikologis antara laki-laki dan perempuan menyebabkan terjadinya perbedaan kecemasan antara laki-laki dengan perempuan (Nevid et al., 2005).

E. Pengajuan Hipotesis

1. Ada hubungan yang negatif signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Terdapat perbedaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari perbedaan jenis kelamin.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. (1933). Tafsir Ibnu Katsir. In *Jilid 4* (p. 49). Pustaka Imam Asy-Syafii.
- Abdullah. (1933). Tafsir Ibnu Katsir. In *Jilid 5* (p. 7). Pustaka Imam Asy-Syafii.
- Abdullah. (1933). Tafsir Ibnu Katsir. In *Jilid 6* (p. 124). Pustaka Imam Asy-Syafii.
- Agusta, N. Y. (2014). Hubungan Antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang Terhadap Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman Samarinda. *Psikoborneo Universitas Mulawarman Samarinda*, 2(3), 133–140.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Pengangguran Terbuka Menurut Pendidikan Tertinggi yang Ditamatkan (Orang)*.
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2022). Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Tahun Akhir dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Pandemi Berdasarkan Jenis Kelamin. *Borobudur Psychology Review Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.31603/bpsr.6572>
- Chaerunisa, S., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Intervensi Perilaku untuk Mengurangi Gejala Kecemasan pada Lansia di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan (Behavior Intervention to Reduce Anxiety Symptoms for Elderly in Mekarsari Village RW 12 South Tambun). *Jurnal Pengabdian Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya*, 1(1), 21–40.
- Folasimo, R. E. (2022). *Pengaruh Orientasi Masa Depan terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Akhir di Kota Makassar*. Universitas Bosowa Makassar.
- Hanim, L. M., & Ahlas, S. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa. *Journal Penelitian Psikologi Universitas Trunojoyo Madura*, 11(1), 43–48. <https://doi.org/http://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Husin, L. S., Kurniawan, M. I., Rasyidin, Y., & Islamia, I. (2019). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Agresif pada Santri Pondok Pesantren. *Anfusina: Journal of Psychology*, 2(2), 207–216. <https://doi.org//>

[dx.doi.org/ 10.24042/ajp/v2i2.6101](https://doi.org/10.24042/ajp/v2i2.6101)

- Islamia, I., & Hermawan, F. (2023). Family Matters: Understanding the Relationship Between Family Background, Parenting Style, and Youth Political Behavior. *International Conference on Multidisciplinary Science Volume, 2023*, 224–232. <https://doi.org/10.18502/kss.v8i16.14044>
- Karina, N. S. A. (2022). *Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dan Resiliensi dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Kementrian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi. (2021). *Jumlah Perguruan Tinggi, Tenaga Pendidik dan Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementrian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi/Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Provinsi, 2021*. Badan Pusat Statistik.
- Liesay, L. S., Mainase, J., & Yakobus, S. (2023). Gambaran Gejala Gangguan Kesehatan Mental Berdasarkan Dass-42 (Depression Anxiety Stress Scales-42) Pada Masyarakat Usia Produktif Desa Hutumuri. *Molucca Medica Fakultas Kedokteran Universitas Patimura*, 16(1), 51–60.
- Malay, M. N. (2021). *Belajar Mudah dan Praktis Analisis Data dengan SPSS dan JASP*. CV. Madani Jaya.
- Marliani, R. (2013). Hubungan Antara Religiusitas dengan Orientasi Masa Depan Bidang Pekerjaan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Universitas Gunung Jati*, 9(2).
- Mashudi, K. (2020). *Telaah Tafsir Al - Muyassar* (A. Mustaqim (ed.); 1st ed.). Inteligencia Media.
- Masriah, Z., Malay, M. N., & Fitriani, A. (2018). Persepsi Mahasiswa Terhadap Jurusan Perguruan Tinggi Dan Konsep Diri Dengan Kesesuaian Minat Memilih. *Anfusina: Journal of Psychology*, 1(1), 61–76.
- Mortensen, R. (2014). Anxiety , Work , and Coping. *The Psychologist-Manager Journal American Psychological Association*, 17(3), 178–181. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/mgr0000020>
- Muamar, A. (2019). Wanita Karir dalam Prespektif Psikologis dan Sosiologis Keluarga serta Hukum Islam. *Jurnal Equalita*, 1(1).
- Muasbin, F. (2019). Persepsi Mahasiswa Tentang Daya Tarik Jurusan Ilmu Perpustakaan : Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Perpustakaan Fah Uin Alauddin Makassar. *Libraria*, 7(2), 205–224.
- Muawanah, L. B., & Pratiko, H. (2012). Kematangan Emosi, Konsep Diri Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas 17 Agustus 1945*, 7(1), 490–500.

- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (9th ed.). Erlangga.
- Nugroho, F. W., & Karyono. (2014). Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Empati Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(3), 76–84.
- Nurmi, J. E. (1989). *Adolecent's Orientation to the Future: Development of Interest and Plans and Related Atributions and Effects in the Life Span Context*. Finnish Society of Sciences and Letters.
- Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Psikogenesis Universitas Syiah Kuala*, 6(1), 54–60.
- Rizki, A., & Pasaribu, M. H. (2021). Meninjau Kegelisahan Mahasiswa dengan Kondisi Lapangan Pekerjaan. *Jurnal Pusdikra Universitas Islam Negeri Sumatra Utara*, 1(1), 14–22.
- Rusydi, A. (2015). *Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam* (M. A. Yaqin (ed.)). Istana Publishing.
- Safitri, I. (2021). *Hubungan Konsep Diri dan Dukungan Keluarga dengan Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental Universitas Airlangga*, 1(1), 370–378.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Quran*. Lentera Hati.
- Simarmata, I. N. P., Aritonang, N. N. G., & Uyun, M. (2023). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self-Efficacy dan Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 195–203.
- Soleman, A. (2023). Apakah Kecemasan Memiliki Hubungan Dengan Orientasi Masa Depan Mahasiswa? *Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(1), 1–10. <https://journal.iain-manado.ac.id/index.php/JIVA/index>
- Susilarini, T. (2022). Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self Efficacy dan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. *Jurnal Ikraith Humaniora Universitas Persada Indonesia*, 6(1), 88–93.
- Syafitri, N. N., & Islamia, I. (2021). Hubungan Intimate Friendship dan Motif Diversi dengan Pengungkapan Diri pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Anfusina: Journal of Psychology*, 4(2), 153–164. <https://doi.org//>

[dx.doi.org/10.24042/ajp/v4i2.13984](https://doi.org/10.24042/ajp/v4i2.13984)

- Syahrina, I. A., & Sari, W. M. (2015). Orientasi Masa Depan Bidang Pekerjaan dengan Motivasi Berprestasi Remaja Atlet Sepak Bola. *Jurnal RAP UNP Universitas Putra Indonesia*, 6(2), 157–168.
- Syahrum, & Salim. (2012). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In R. Ananda (Ed.), *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Citapustaka Media.
- Tangkeallo, G. A., Purbojo, R., & Sitorus, K. S. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Orientasi Masa Depan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 25–32.
- Wattimena, R. A. . (2017). Pendidikan Gila Gelar? Pemikiran Julian Nida-Rümelin tentang “Kegilaan Akademisasi” (Akademisierungswahn) di Uni Eropa dan Amerika Serikat serta Arti Pentingnya untuk Keadaan Indonesia. *Jurnal Wanua Jurusan Hubungan Internasional Universitas Hasanuddin*, 3(3), 305–327.
- Wijayanti, N. L. G. I., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2022). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peran Orientasi Masa Depan? *Jurnal Penelitian Psikologi Universitas 17 Agustus 1945*, 3(02), 132–142.
- Winurini, S. (2021). Pengembangan Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan pada Remaja Indonesia. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial. Pusat Penelitian, Badan Keahlian DPR RI*, 12(2), 179–193. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2495>
- Wuisang, M., Tendean, A. F., & Jamco, B. (2021). Hubungan Self Efficacy dengan Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Keperawatan (The Relationship of Self Efficacy with the Future Orientation of Nursing Students). *Jurnal Skolastik Keperawatan Universitas Klabat Manado*, 7(2), 134–140.
- Zulfahmi, A., & Andriany, D. (2021). Kematangan Vokasional dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Ejournal Universitas Muhammadiyah Malang*, 9(2), 64–75. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.15728>