

2022

KECEMASAN TERHADAP DUNIA KERJA YANG DIHADAPI MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Virama Salsabilla Mahaeswari¹, Agus Ria Kumara²
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan, DI Yogyakarta, Indonesia
Email: Virama1900001147@webmail.uad.ac.id,
Agusriakumara@webmail.uad

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kecemasan yang terjadi pada mahasiswa yang disebabkan oleh orientasi dunia kerja. Dimana seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi, disitu pula terjadi perkembangan yang signifikan secara tidak sadar menjadikan tuntutan baru bagi setiap individu dalam masyarakat. Salah satu yang menjadi tuntutannya yaitu dengan adanya kualifikasi permintaan karyawan dalam sebuah perusahaan maupun tenaga kerja yang tinggi mengikuti perkembangan jaman. Dengan melakukan penggalan potensi dan mengembangkan keterampilan maka bisa membantu mahasiswa tingkat akhir meningkatkan kualifikasinya dan juga dengan melakukan persiapan-persiapan tersebut cukup sehingga bisa mengurangi atau meminimalisir kecemasannya terhadap kehidupan di dunia kerja dimasa mendatang. Mengingat pembuka lapangan kerja memberi syarat dengan kualifikasi yang terhitung mumpuni, sehingga mahasiswa ditingkat akhir dituntut untuk memiliki kemampuan serta keterampilan yang diatas rata-rata atau mumpuni. Sehingga harus menyiapkan perencanaan karir yang matang.

Kata kunci: IPTEK, Kecemasan, Dunia, Kerja, Mahasiswa

Pendahuluan

Seiring berjalannya waktu, dan semakin pesat dan majunya Ilmu Pengetahuan dan Teknologi atau yang biasa kita sebut dengan IPTEK yang kehadirannya tidak akan bisa terelakkan oleh siapapun. Dengan kehadiran IPTEK yang semakin berkembang dari waktu ke waktu, secara tidak sadar menjadikan tuntutan baru bagi setiap individu dalam masyarakat. Salah satu yang menjadi tuntutannya yaitu dengan adanya kualifikasi

2022

permintaan karyawan dalam sebuah perusahaan maupun tenaga kerja yang tinggi mengikuti perkembangan jaman. Pada dasarnya setiap manusia dijamin ini diharuskan dan diwajibkan untuk menguasai bidang IPTEK, disatu sisi manusia adalah sosok individu yang unik karena memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Akan tetapi disisi lain, setiap individu diwajibkan unggul baik dalam kognitif, afektif ataupun psikomotor agar mampu bersaing mendapat pekerjaan yang layak dan mempunyai prospek yang baik dimasa mendatang.

Bekerja diusia dewasa dan matang merupakan salah satu kewajiban, karena dimasa inilah seorang individu dituntut untuk memenuhi berbagai kebutuhan yang harus dipenuhi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan dalam memenuhi kebutuhan yaitu dengan cara bekerja dengan tujuan mendapatkan penghasilan, sebagai perantara antara usaha dengan pemenuhan kebutuhan. Meskipun dalam mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan minat, bakat dan kemampuan tidak semudah yang diharapkan, karena banyaknya tantangan dan hambatan yang ada dalam prosesnya sehingga membuat keinginan akan lebih sulit dicapai. Melihat kondisi saat ini, dimana banyaknya lulusan atau SDM dibanding dengan lapangan kerja yan tersedia. Menyebabkan, mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan. Kompleksnya masalah pekerjaan dengan banyaknya pesaing, sempitnya lapangan kerja, jika sudah pada tahap bekerja mungki permasalahan dengan teman sekantor ataupun dengan atasan, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, dan masih banyak permasalahan kompleks lainnya.

Berbicara mengenai permasalahan, pada masa sekarang banyak sekali sarjana-sarjana yang belum mendapatkan pekerjaan karena masih kurang lapangan pekerjaan dan juga menyempitnya lapangan pekerjaan menyebabkan banyaknya pengangguran. Pengangguran atau tuna karya merupakan sebutan untuk seseorang yang belum atau tidak mendapat pekerjaan dalam usia produktif, usia produkti bekerja sekisar antara 15 tahun sampai dengan usia 65 tahun (Disnaker, 2019). Biasanya, membludaknya pengangguran itu karena jumlah tenaga kerja yang ditawarkan lebih besar daripada jumlah tenaga kerja yang diminta. Atau cara gampangnya adalah tawaran lebih tinggi daripada permintaan. Diantara tugas perkembangan dewasa awal yaitu tugas-tugas yang berkaitan dengan

2022

pekerjaan merupakan tugas yang sangat banya, sangat penting, dan sangat sulit diatasi (Hurlock, 1997 (Sari et al., 2018))

Dari berbagai macam permasalahan yang beberapa contohnya telah disebutkan diatas, dapat memicu timbulnya kecemasan terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang tidak lama akan menapaki kehidupan kerja. Kecemasan sendiri merupakan perasaan khawatir, takut, perasaan terancam dari rasa sakit ataupun kegagalan. Pada dasarnya, kecemasan merupakan hal yang wajar saja terjadi jika tidak terlalu sering karena kecemasan sendiri merupakan salah satu bentuk pertahanan diri atau bentuk antisipasi terhadap sesuatu yang tidak diinginkan tetapi mungkin saja terjadi. Salah satu kecemasan yang mungkin saja akan dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir, ialah kecemasan akan kehidupan kerja yang belum pernah dipijakinya, yang belum pernah dijamahnya. Ketakutan akan tidak mendapat pekerjaan, ketakutan kalah dengan temannya, ketakutan akan tidak diterima oleh lingkungannya, ketakutan akan proses melamar pekerjaan, dan ketakutan dan kecemasan lainnya, yang mungkin saja tidak terjadi.

Jumlah presentase pengangguran yang tinggi pun juga menyebabkan mahasiswa merasa cemas akan kehidupannya, tanpa melihat presentase pun mahasiswa biasanya melihat orang-orang sekitarnya. Seperti melihat anggota keluarga yang menganggur, kakak tingkat yang belum mendapat pekerjaan dan mungkin saja teman seangkatannya yang sudah lulus akan tetapi tidak lekas mendapat pekerjaan. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat jumlah pengangguran Indonesia sebesar 9,1 juta orang pada Agustus 2021. Jumlah ini naik dari 8,7 juta orang pada Februari 2021, tetapi menurun jika dibandingkan 9,8 juta orang pada periode yang sama tahun lalu (Jayani, 2021). Mengingat pembuka lapangan kerja memberi syarat dengan kualifikasi yang terhitung mumpuni, menuntut mahasiswa memiliki kemampuan serta keterampilan yang diatas rata-rata sehingga harus menyiapkan perencanaan karir yang matang. Menurut Donald E. Super, mengungkapkan pandangannya bahwa pengembangan karir adalah area yang sangat luas dari pengembangan karir pribadi karena merupakan proses yang dipengaruhi oleh banya factor (Adiputra et al., 2021).

Proses pengembangan keterampilan ataupun penganggalian potensi mahasiswa bisa dengan perantara Konselor karir ataupun ahli dibidang Psikologi, selain itu juga bisa

2022

melaui pelatihan softskill. Dengan melakukan penggalian potensi dan mengembangkan keterampilan maka bisa membatu mahasiswa tingkat akhir meningkatkan kualifikasinya dan juga dengan melakukan persiapan-persiapan tersebut cukup bisa mengurangi atau meminimalisir kecemasannya terhadap kehidupan kerja dimasa mendatang. Pengembangan karir seseorang dapat diasumsikan bahwa setiap rentang kehidupan tersebut memiliki pencapaian perkembangan dan tantang yang berbea dengan oranglain dan juga dikatakan bahwa individu dilahirkan kedunia dengan tujuan yang berbeda maka mulailah dengan tahapan perkembangan karir yang berbeda juga.

Metode Penelitian

Metode penelitian dalam artikel ini adalah Studi Pustaka. Dalam menulisan artikel ini proses pengumpulan data dengan melakukan penelaahan serta proses analisis terhadap buku, literatur, dan jurnal baik nasional maupun internasional, serta berbagai informasi lainnya yang sekiranya relevan dengan permasalahan yang akan dibahas serta dipecahkan. Data-data terdapat didalam artikel diperoleh dari berbagai sumber dokumen-dokumen, baik dokumen tertulis, foto-foto, Gambar, maupun media elektronik yang mendukung dalam proses penulisan. Data yang diperoleh, kemudian dianalisis dan disajikan melaluu pembahasan yang menarik serta menawarkan perspektif baru mengenai kecemasan yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir. Pembahasan mengenai kecemasan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir perlu diimbangi dengan pengkajian kebijakan maupun regulasi yang mampu mengelola implementasi layanan bimbingan dan konseling berbasis karir, khususna di Indonesia.

Kajian Literature

Kecemasan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir kerap kali tentang kehidupan kerja, dimana banyak sekali hambatan-hambatan selama proses bekerja ataupun sebelum mendapat pekerjaan. Kecemasan ini biasanya terjadi karena mahasiswa belum memiliki gambaran yang jelas terkait kehidupannya nanti, ataupun karena mahasiswa belum memiliki tujuan yang jelas setelah mahasiswa lulus. Terkadang ada mahasiswa yang sudah memiliki gambaran serta tujuan yang jelas akan pencapaiannya serta tujuannya. Tetapi disetiap proses dalam mencapai sesuatu tentu saja tidak akan semulus yang diharapkan, muncul hambatan-hambatan dalam mencapai tujuan. Sehingga, pada

2022

mahasiswa tingkat akhir pasti memiliki kecemasan yang pasti akan dirasakan. Mahasiswa tingkat akhir sendiri merupakan calon sarjana yang diharapkan untuk memiliki gambaran yang jelas akan apa yang diinginkan dan tujuannya serta mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuannya. Padahal, pada realitanya mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan apa yang diinginkan tidak semudah yang dibayangkan. Selain itu juga mahasiswa diharapkan telah menentukan karir apa yang akan dijalani, sehingga dikemudian hari mulai bisa mempersiapkan diri atas kehidupan kerja baik dari segi pendidikan yang dijalani maupun keterampilan yang relevan dengan karir yang dipilih.

Menurut Nurmi 1991, mahasiswa yang ideal itu sudah memiliki gambaran yang jelas terkait orientasi masa depan, khususnya dalam aspek pekerjaan (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020). Maka dari itu penting kiranya bagi mahasiswa memiliki kematangan karir, karena setelah lulus dari perguruan tinggi seorang individu tidak dapat terhindar lagi dari pilihan pekerjaan. Serta sedini mungkin dalam mempertimbangkan dan memprediksi suatu pekerjaan yang nantinya akan dipilih serta mempertimbangkan prospek jangka panjangnya. Kecemasan yang dialami oleh seorang mahasiswa ditingkat akhir biasanya juga disebabkan karena sedikit alternative pilihan pekerjaan atau kurangnya informasi, sehingga seorang individu berpikir bahwa sudah banyak pesaing kemudian membuat individu tersebut merasa tidak percaya diri atas kemampuannya untuk bekerja sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuannya. Hal ini membuat mahasiswa berakhir bekerja sembarangan ataupun bekerja apa saja yang terpenting, seorang individu mampu memenuhi kebutuhannya.

Dari beberapa jurnal yang telah dianalisis peneliti sebagai bahan studi pustaka, dapat diambil kesimpulan bahwa, kecemasan yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir merupakan bentuk atau dampak psikologis yang terjadi karena ketidakjelasan yang terjadi terkait nasib mereka pasca lulus dari perguruan tinggi. Hal ini bisa terjadi karena terjadi perluasan sector industry dan jasa yang tidak merata, membuat beberapa bidang membludak tenaga kerja sedangkan kurangnya kuota lapangan kerja. Maka dari itu, orientasi terhadap masa depan itu penting sebab orientasi itu sendiri merupakan tingkah laku itulah yang menuntun seorang individu mengartikan sudut pandang terhadap masa

2022

depannya. Akan tetapi berdasarkan penelitian Hernawati, ia mengungkapkan bahwa masih banyak mahasiswa terhitung sebanyak 70,5% yang belum bisa memikirkan masa depan khususnya dalam area pekerjaan (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020). Mahasiswa pada tingkat akhir, kini sudah mulai memikirkan kedepannya. Tidak hanya sebatas lulus kemudian mendapatkan gelar sarjana saja kemudian menjadi pengangguran terdidik, tetapi juga mulai berpikir terkait pekerjaan apa yang akan diujalnya serta pengembangan keterampilan apa yang bisa mendukung dan relevan dengan bidang pekerjaan yang dituju. Sejalan dengan pernyataan Atmadja (2013) menyatakan bahwa 90,40% mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020).

Pembahasan

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak jelas dan tidak menentu, terkadang cemas timbul bisa saja tanpa penyebab yang pasti. . Sedangkan gangguan kecemasan merupakan kondisi dimana seseorang merasakan ketakutan, kekhawatiran, kecemasan, firasat tentang suatu kejadian yang tidak mengesankan, serta perasaan terancam yang berlebihan dan berkepanjangan. Seseorang yang mengalami kecemasan, biasanya menunjukkan perilaku yang tidak biasa. Kondisi seperti ini biasanya didukung dengan respon fisiologis seperti sakit dada, sakit perut, dada terasa sesak, nafas menjadi pendek atau terengah-engah. Kemudian ada respon emosional seperti merasa malu, mudah tersinggung, merasa tidak tenang, khawatir, tegang, dsb (Aseta & Siswanto, 2021). Respon – respon tersebut biasanya terjadi secara berlebihan, berkepanjangan, dan susah untuk dikendalikan. Dan terakhir ada respon intelektual seperti sulit untuk berpikir jernih, tidak mampu memecahkan masalah, tidak mampu konsentrasi. Pada dasarnya cemas merupakan respon normal dalam menghadapi situasi sulit dan juga intensitas serta kemampuan individu dalam mengalihkan perasaannya ataupun cara individu meminimalisir perasaan tersebut (Eridani et al., 2018). Akan tetapi kecemasan yang berlebihan dan mulai mengganggu aktifitas seseorang sudah termasuk dalam golongan gangguan kecemasan atau bisa disebut dengan *Anxiety Disorders*. Kecemasan sendiri sebenarnya ada dan berkembang tidak secara tiba – tiba, tetapi ada dan berkembang

2022

selama jangka waktu panjang dan juga sebagian orang akan tergantung pada pengalaman hidup yang pernah di lalui.

Hampir semua individu pernah mengalami kecemasan. Kecemasan kerap kali terjadi pada individu yang menginjak usia 21 tahun, sejalan dengan pendapat Hayner dalam Demak & Suherman (2016) bahwa usia muda lebih mudah terkena serangan cemas dan tekanan psikologis, dikarenakan belum matangnya kesiapan mental dan jiwa serta pengalaman yang terhitung belum mumpuni (Malfasari et al., 2019). Remaja dibagi menjadi 3 tahapan, remaja awal mulai dari usia 10 - 14 tahun, remaja menengah mulai dari usai 15 – 16 tahun, sedangkan remaja akhir mulai dari usia 17 – 20 tahun. Remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan, menurut Stanley Hall pada abad ke-20. Sedangkan mahasiswa tingkat akhir merupakan masa peralihan dari remaja akhir yang berusia 17 - 20 tahun ke tahapan dewasa awal yang berusia 18 – 25 tahun. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikaitkan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bisa dipengaruhi yaitu karena belum matang secara psikologis dan kesiapan yang belum matang serta kurangnya pengalaman dalam dunia kerja dapat menyebabkan seseorang cenderung bisa mengalami kecemasan ataupun tekanan psikologis. Selain kecemasan terhadap dunia kerja, mahasiswa tingkat akhir biasanya juga merasakan kecemasan karena akan menghadapi skripsi ataupun tugas akhir.

Pada tahapan dewasa awal ini menurut Hurlock (1996), menyatakan bahwa individu dalam tahapan dewasa awal diharapkan mampu memainkan peran baru, seperti sebagai pasangan suami dan istri, orangtua, pencari nafkah, keinginan serta mampu mengembangkan sikap dan nilai yang baru pula sesuai dengan tugasnya (Putri, 2018). Masih banyak dari masyarakat yang memiliki pemikiran bahwa sebagai individu dewasa awal sudah harus lulus dari perguruan tinggi, harus mendapat pekerjaan dengan mapan, harus menikah, harus memiliki keturunan, harus memiliki rumah, harus memiliki kendaraan sendiri, harus tidak merepotkan orangtua. Karena stigma masyarakat yang begitu, maka secara tidak langsung menyebabkan seseorang yang akan sedang menghadapi tugas akhir, atau skripsi, atau kehidupan pra-kerja menjadi penuh dengan kecemasan dan tekanan akan kehidupannya dimasa depan dan bagaimana pendapat masyarakat terhadap dirinya jika belum bisa mencapai itu semua di usianya. Pada

2022

dasarnya benar, sejalan dengan pendapat Dariyo (2003) bahwa individu pada tahapan dewasa awal tidak harus bergantung secara ekonomis, sosiologis maupun fisiologis pada orangtuanya (Putri, 2018). Dalam pendapat Dariyo disebutkan bahwa individu tidak harus, bukan harus tidak seperti stigma beberapa masyarakat kita.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan februari 2022 menunjukkan bahwa tingkat pengangguran di Indonesia saat itu tercatat sebesar 5,83 persen dari jumlah penduduk usia kerja yang jumlahnya 208,54 juta orang. Yang cukup membuat kaget yaitu dari jumlah penduduk usia kerja sejumlah 208,54 juta orang hampir 14 persennya merupakan penduduk lulusan jenjang diploma dan sarjana (strata 1 / S1) (Statistik, n.d.). Ini merupakan sebuah ironi. Penduduk kita yang tidak sedikit mengenyang bangku pendidikan tinggi di luar negeri, di dalam negeri, universitas negeri, ataupun universitas swasta yang berhadapan mendapatkan pekerjaan yang layak justru tidak sedikit dari mereka menganggur. Berbagai faktor dapat melatar belakangi hal tersebut, contohnya seperti keterampilan yang tidak sesuai dengan kebutuhan atau tidak relevan dengan kebutuhan perusahaan saat ini, kemudian mungkin harapan terkait pengasilan dan status social yang tinggi, dan yang terakhir yaitu terbatasnya lapangan pekerjaan. Mengingat pembuka lapangan kerja memberi syarat dengan kualifikasi yang terhitung mumpuni, sehingga mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk memiliki kemampuan serta keterampilan yang diatas rata-rata atau mumpuni. Sehingga harus menyiapkan perencanaan karir yang matang.

Berbagai macam pertimbangan dan hal-hal yang akan terjadi di masa mendatang kerap kali menjadi momok yang menakutkan bagi mahasiswa tingkat akhir. Karena ketidaksiapannya dalam menghadapi dunia kerja, yang tentu saja akan lebih banyak tantangannya. Ketika seorang mahasiswa tingkat akhir memiliki kecenderungan yang rendah dan ketidak cakapan mahasiswa dalam menyiapkan masa depannya dapat memicu timbulnya nilai kecemasan yang akan ataupun sedang dialami mahasiswa tingkat akhir. Ketika seseorang mahasiswa tidak bisa atau tidak memiliki kecenderungan terhadap masa depan, itu dapat membuat seorang mahasiswa tidak bisa menentukan strategi dan tujuan apa yang harus ia lakukan untuk mencapai masa depan yang diinginkan dan perasaan tidak yakin akan kemampuannya, sehingga hal-hal seperti inilah yang akan memicu

2022

timbulnya rasa cemas. Sedangkan orang yang memiliki kecenderungan yang tinggi terhadap masa depan, ia akan berusaha sekuat tenaganya untuk mengatur strategi dan tujuan yang akan dicapai demi memenuhi keinginannya. Serta orang yang memiliki kecenderungan akan masa depan pasti memiliki cara untuk meminimalisir atau mengatur diri dalam mengendalikan kecemasan yang sedang dialami. Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir biasanya terjadi karena ketidak siapan secara fisik dan psikis maupun pemikiran hingga perilaku. Mendapatkan pekerjaan yang sesuai minat, bakat, dan keterampilan memanglah keinginan setiap orang. Akan tetapi jika kita memiliki pemikiran serupa, itu malah akan menjadi tekanan untuk diri sendiri. Ketika seorang individu memikirkan terkait masa depannya, maka mereka akan semakin berusaha untuk mencari jalan serta mempertimbangkan segala pengetahuan dan pengalaman dalam usahanya mempersiapkan karir yang diinginkan.

Selain dari diri sendiri atau keyakinan diri, tentu saja factor yang bisa mempengaruhi kecemasan yaitu dukungan social. Dukungan social dalam hal ini dapat diberikan dalam bentuk pemberian informasi seperti informasi klasifikasi pekerjaan, lowongan pekerjaan, prospek sebuah profesi, jenjang karir sebuah perusahaan, ataupun dukungan materi dari kerabat dekat. Hal ini bisa membuat seorang individu merasa aman, dicintai dan juga merasa bernilai sehingga hal seperti ini bisa membantu individu dalam mengurangi kecemasannya (Susilarini, 2022).

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang kerap kali terjadi pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja disebabkan oleh beberapa factor. Antara lain seperti kurangnya lapangan kerja, *mismatch* antara keterampilan dan kemampuan mahasiswa dengan kemauan dari perusahaan, kualifikasi yang sering mengutamakan orang berpengalaman, banyaknya pesaing, harapan akan jabatan dan status social yang tinggi, kurangnya keterampilan dan kecakapan mahasiswa, keterampilan yang tidak sesuai dengan kebutuhan atau tidak relevan dengan kebutuhan perusahaan saat ini. Selain itu juga terdapat factor lain seperti kecenderungan terhadap masa depan, maksudnya yaitu ketika seseorang memiliki kemauan yang tinggi dalam

2022

mempersiapkan masa depannya maka individu tersebut mampu dalam menyusun strateginya untuk masa depan dan juga menentukan tujuannya yang dicapai dikedepannya. Contohnya jika seseorang bercita-cita menjadi seorang guru dan ia memiliki kecenderungan yang tinggi terhadap masa depannya, karena ia sudah tahu terkait tujuannya kemudia ia akan menentukan strategi apa yang akan ia lakukan. Mulai dari jenjang Pendidikan yang akan ia tempuh sampai dengan keterampilan penunjang lainnya.

2022

Daftar Referensi

- Adiputra, M. R., Yusuf, A. M., & Afdal, A. (2021). Meningkatkan Perencanaan Karir Siswa Dalam Tinjauan Life Span Theory Universitas Negeri Padang 123. *Featured Research 53 SCHOLID: Indonesian Journal of School Counseling*, 6(2), 53–62. <https://doi.org/10.23916/08882011>
- Aseta, P., & Siswanto. (2021). Gambaran Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Politeknik Insan Husada Surakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(2), 35–44.
- Disnaker. (2019). *Banyaknya Pengangguran karena kurangnya Pelatihan keterampilan kerja*. disnaker.bulelengkab.go.id. <https://disnaker.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/banyaknya-pengangguran-karena-kurangnya-pelatihan-keterampilan-kerja-11>
- Eridani, D., Aditya, M., Rifki, M., & Rizal, R. (2018). Sistem Pakar Pendiagnosis Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Forward Chaining Berbasis Android. *Edu Komputika Journal*, 5(1), 69–73. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/edukom%0ASistem>
- Jayani, D. H. (2021). *Pengangguran Indonesia Kini Ada 9,1 Juta Orang, Turun Tipis dari Tahun Lalu*. databoks.katadata.co.id.
- Lailatul Muarofah Hanim, & Sa'adatul Ahlas. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 41–48. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Filer, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 124. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.124-131>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOLID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2),

2022

35. <https://doi.org/10.23916/08430011>

Sari, R. \, Suhami, & Silawati. (2018). Analisis Pengaruh Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menghadapi Dunia Kerja. *Al Ittizaan : jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 31–41.

Statistik, B. P. (n.d.). *Februari 2022: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 5,83 persen dan Rata-rata upah buruh sebesar 2,89 juta per bulan.*
<https://www.bps.go.id/pressrelease/2022/05/09/1915/februari-2022--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-5-83-persen.html>

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*, 6(1), 88–93.