

Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Karir pada Siswa Kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya

Zitha Violeta Zahra^{1*}, Dian Kinayung²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

*zitha.violeta@yahoo.com

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship of parental social support and self-efficacy with career anxiety. The subject of this study was 12th grade students of SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Furthermore, the number of samples that the author examined was 180 respondents. This research used a quantitative approach with measuring tools of a career anxiety scale, a parental social support scale, and a self-efficacy scale. Additionally, the sampling technique used in this study was cluster random sampling. Analysis of the data in this study used multiple linear regression analysis techniques. The study showed that: (1) There was no correlation between parental social support and self-efficacy with career anxiety according to the calculation of the correlation coefficient of $R = 0.171$ with significance level was $(p) 0.071 (p > 0.05)$; (2) There was a significant correlation between parental social support and career anxiety with a partial value of -0.170 and a significance value (p) of $0.023 (p < 0.05)$; and (3) There was no correlation between self-efficacy and career anxiety with a partial value of 0.033 and a significance value (p) of $0.644 (p > 0.05)$. Based on this study, it concluded that there is no relationship between parental social support and self-efficacy with career anxiety in the 12th grade students of SMA Negeri 1 Tasikmalaya.

Keywords: career anxiety, parental social support, self-efficacy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Jumlah sampel yang peneliti teliti adalah 180 responden. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan alat ukur berupa skala kecemasan karir, skala dukungan sosial orang tua, dan skala efikasi diri. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah cluster random sampling. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menghasilkan: (1) Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir dengan hasil perhitungan koefisien korelasi sebesar $R = 0,171$ dan taraf signifikansi $(p) 0,071 (p > 0,05)$. (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan karir dengan nilai partial $-0,170$ dan nilai signifikansi $(p) 0,023 (p < 0,05)$. (3) Tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan karir dengan nilai partial $0,033$ dan nilai signifikansi $(p) 0,644 (p > 0,05)$. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya.

Kata kunci: kecemasan karir, dukungan sosial orang tua, efikasi diri

Pendahuluan

Seorang individu yang sedang menempuh jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) memiliki keinginan untuk menjadi seorang yang ingin menggapai cita-citanya dan memiliki tujuan yang ingin dicapainya dengan baik. Dalam prosesnya, seorang siswa akan menjadi penentu

keberhasilan ataupun kegagalan pada pilihan karir masa depannya. Siswa diharapkan mampu memahami serta mengembangkan diri dan berpikir rasional sehingga nantinya bisa menetapkan pilihan karir yang tepat berdasarkan kemampuannya. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa seseorang harus menentukan pilihan karir sebelum menjalaninya (Mariah, et al, 2020).

Keputusan penting bagi seseorang dalam hidupnya salah satunya yaitu dengan mengambil keputusan dalam pemilihan karirnya. Dalam memilih karirnya siswa membutuhkan proses yang panjang karena ada banyak pertimbangan-pertimbangan yang harus dipikirkan dengan baik. Pertimbangan-pertimbangan inilah yang menjadi sumber kecemasan atau keraguan para siswa dalam menentukan masa depannya (Putri et al, 2021). Pemilihan karir bagi siswa SMA dalam hal ini yaitu pengambilan keputusan untuk menentukan jurusan kuliah yang kemudian akan menentukan masa depan karir seseorang (Prabowo, 2018). Standar keahlian, keterampilan, ketekunan, kesiapan mental, dan rasa kompetitif yang baik menjadi penentu kesuksesan siswa dalam berkompetisi untuk meraih karir yang mereka inginkan. Perihal tersebut menjadi salah satu sumber permasalahan bagi siswa dan menjadi salah satu pemicu kecemasan bagi siswa (Mariah et al, 2020).

Kecemasan dapat muncul ketika seseorang sedang menjalani proses pengembangan karir karena adanya ketakutan terhadap masa depan, kurangnya pengetahuan diri dan bimbingan karir, dan tekanan dari orang tua (Pirasik et al, 2017). Seorang individu akan mulai memikirkan karirnya ketika memasuki tahap dewasa awal atau saat SMA/SMK. Siswa SMA/SMK mulai memasuki tahap realistis dimana ia mulai menyesuaikan minat, bakat, serta kemampuan untuk karir masa depannya. Pada tahap ini siswa sudah seharusnya menentukan karir apa yang akan dipilihnya untuk melanjutkan studi kedepannya (Febriani et al, 2016). Kecemasan yang dikaitkan dengan karir dapat diartikan sebagai perasaan gelisah, ragu, dan takut yang dirasakan oleh seseorang jika membuat pilihan yang salah dalam menentukan karirnya (Tiarasani, 2012). Kecemasan karir yang terjadi pada siswa berkaitan dengan rasa tidak pasti dan membuat seseorang merasa tidak berdaya (Noviyanti, 2021).

Kecemasan merupakan suatu hal yang umum terjadi bagi seorang anak yang menempuh pendidikan. Kecemasan karir dapat menghambat proses eksplorasi karir seseorang yaitu dapat menjadi penghambat perilaku seseorang yang bermanfaat dalam pengambilan keputusan karir (Blustein & Phillips, 1988). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Daniels et al, (2010) bahwa kecemasan membuat seseorang menghindari proses penentuan karir, seperti konseling karir dan mencari informasi terkait karir. Dampak dari kecemasan karir jika tidak segera diatasi yaitu seseorang akan merasa kurang puas dan gagal ketika memberikan kontribusi kepada lingkungannya walaupun ia memiliki pendidikan serta pengetahuan yang cukup, selain itu kecemasan karir juga dapat berdampak pada kurangnya komitmen seseorang terhadap karirnya (Daniels et al, 2011).

Menurut Tsai et al., (2017) kecemasan karir adalah hal negatif yang dirasakan oleh seseorang seperti ragu, bingung, dan tidak mampu untuk menentukan pilihan karirnya sehingga akan mempengaruhi kemampuannya dalam membuat pilihan karir. Adapun aspek-aspek kecemasan karir menurut Tsai et al., (2017) antara lain (1) Kemampuan pribadi seseorang, yaitu kapasitas seseorang untuk mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan dalam melaksanakan tugas tertentu. (2) Keyakinan irasional tentang pekerjaan, yaitu pemikiran tidak masuk akal yang diyakini oleh individu dan terjadi secara berkepanjangan terkait dengan pekerjaan. (3) Lingkungan kerja, merupakan berbagai macam informasi tentang pekerjaan seperti kekhawatiran atas pekerjaan,

persaingan, gaji, dan pengangguran. dan (4) Pelatihan pendidikan professional, merupakan keterampilan seseorang yang telah didapat.

Peneliti melakukan Preliminary Research dengan menggunakan kuisioner pada tanggal 21 Oktober 2022 pada 96 siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya yang terdiri dari dua kelas IPA dan satu kelas IPS. Hasil yang didapatkan yaitu 93,8% siswa merasa cemas dengan karirnya di masa depan, 92,2% siswa merasa cemas dengan pilihan karirnya jika tidak memiliki kemampuan/keterampilan tertentu, 92,2% siswa merasa cemas dengan kesulitan-kesulitan yang akan dihadapi dalam karir di masa depan, 90% siswa cemas dengan lingkungan pekerjaan di masa depan, dan 84,4% siswa cemas jika keterampilan/keahliannya tidak sesuai dengan pilihan karirnya. Dari data tersebut diperoleh hasil bahwa terdapat kecemasan karir yang dirasakan oleh siswa kelas 12 di SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Selain itu peneliti juga memberikan pertanyaan tambahan mengenai apa penyebab subjek merasakan kecemasan karir, hasil yang didapat menunjukkan bahwa sebagian besar subjek merasa ragu dengan kemampuannya untuk mencapai karirnya.

Peneliti juga telah melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Menurut guru BK, seluruh siswa-siswi di SMA Negeri 1 Tasikmalaya sejak kelas 10 sudah rutin melaksanakan bimbingan setiap minggunya. Guru BK menyatakan bahwa memang hamper sekitar 90% siswa-siswi di SMA tersebut merasakan kecemasan. Hal ini terlihat ketika mulai banyak siswa-siswi yang melakukan bimbingan dan mengatakan bahwa mereka merasa bingung, takut, dan ragu dengan kehidupan mereka setelah lulus dari sekolah tersebut. Selain itu guru BK juga mengatakan bahwa ada peran orang tua untuk peserta didik di SMA tersebut dalam pemilihan karirnya di masa depan, seperti ikut melakukan konseling dengan guru BK dan membimbing anak dalam menentukan pilihan karirnya.

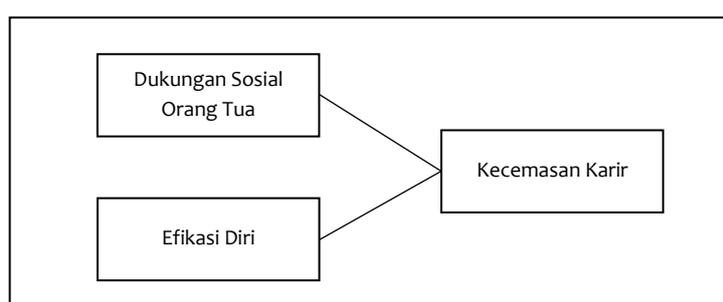
Terdapat empat faktor yang dapat memengaruhi kecemasan menurut Nevid, Rathus, & Greene (2005) yaitu faktor sosial lingkungan, faktor perilaku, faktor biologis, dan faktor emosional kognitif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati (2016) yang mengungkapkan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir siswa. Berdasarkan faktor yang telah disebutkan, faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan karir salah satunya yaitu faktor sosial lingkungan yang meliputi dukungan sosial salah satunya yaitu dukungan orang tua.

Dukungan orang tua merupakan persepsi seorang anak pada orang tua yang memberikan nasehat, informasi verbal dan non-verbal, penghargaan, emosional, dan materi (Hafid, 2015). Orang tua merupakan tokoh penting bagi seorang anak terkait bagaimana seorang anak menjalin hubungan dan memberikan dukungan ketika seorang anak mulai memasuki lingkungan sosial yang lebih luas dan kompleks (Santrock, 2002). Berdasarkan pendapat yang disampaikan oleh Greller & Richtermeyer (2006) bahwa dukungan sosial yang paling memberikan pengaruh terhadap perkembangan seseorang adalah dukungan sosial orang tua.

Menurut Nevid, Rathus, & Greene (2005) selain faktor sosial lingkungan, kecemasan karir juga disebabkan oleh faktor emosional dan kognitif, salah satunya yaitu efikasi diri yang rendah. Efikasi diri merupakan kepercayaan seseorang dengan kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan dalam meraih tujuannya (Sarafino & Smith, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pramesta & Dewi (2021) menyebutkan bahwa siswa dengan efikasi diri rendah disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu tuntutan akademik dan rasa persaingan dengan teman sebaya, persaingan dan persepsi bahwa siswa tidak mampu mendapat hasil yang lebih baik daripada teman sebayanya dapat mempengaruhi pengalaman dan efikasi diri siswa tersebut.

Seorang individu yang memiliki efikasi diri tinggi maka akan membentuk lebih banyak kemampuan yang dibutuhkannya. Sedangkan individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung berpikir bahwa segala hal lebih sulit dibandingkan dengan keadaan sesungguhnya, dan orang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan menumbuhkan perhatian dan usahanya kepada situasi yang sulit sehingga ia akan berusaha lebih keras (Bandura, 1997). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susantoputri & Gunawan (2014) bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasa mampu melaksanakan tugas perkembangan karirnya, ia akan berusaha untuk menghadapi kesulitan terhadap karir yang dipilihnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Hubungan antara Dukungan Orang Tua dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Karir pada Siswa Kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya.”



Gambar 1. Kerangka teoritis penelitian

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang datanya diambil menggunakan alat ukur berupa skala psikologis, pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus Slovin untuk menentukan besarnya sampel yang akan dipakai untuk penelitian. Berdasarkan rumus slovin dari 379 populasi, diperoleh hasil sebanyak 194 subjek, kemudian peneliti melakukan teknik *cluster random sampling* untuk mencari kelas yang berjumlah sekitar 194 subjek. Sehingga dibutuhkan enam kelas dengan jumlah 207 siswa yang angkanya mendekati rumus slovin yang telah didapatkan. Teknik *cluster random sampling* merupakan teknik randomisasi terhadap kelompok dan bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2017). Untuk memilih kelas yang akan dijadikan sampel penelitian, peneliti menggunakan undian yang dibuat dari kertas untuk memilih kelas secara acak. Kemudian peneliti mengambil enam kertas, sehingga terdapat enam kelas dari kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya yang akan dijadikan sampel penelitian.

Tabel 1. Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah Siswa
IPA 1	34
IPA 2	34
IPA 3	34
IPA 7	34
IPS 1	35
IPS 2	36

Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala Kecemasan Karir Tsai (2017) dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,854, skala Dukungan Sosial Orang Tua Rofina (2022) dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,925, dan skala Efikasi Diri Rofina (2022) dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,923. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik Analisis Regresi Linier Berganda dengan menggunakan aplikasi Statistical Product and Service Solution (SPSS) 25.0.

Informed consent atau lembar persetujuan yang diberikan peneliti terhadap subjek penelitian dalam penelitian ini berisi tujuan penelitian, prosedur penelitian, serta permohonan izin atau persetujuan dari subjek penelitian untuk berpartisipasi dalam penelitian. Seluruh informasi yang diberikan oleh subjek kepada peneliti, dijaga kerahasiaannya sesuai dengan kode etik psikologi.

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menguji bagaimana hubungan antara dukungan orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir. Berdasarkan analisis data didapatkan hasil:

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis Mayor

Variabel	Koefisien Regresi (R)	Sig (p)	Keterangan
Dukungan Sosial Orang Tua dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Karir	0,171	0,071	Tidak Signifikan

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir sebesar $R = 0,171$ dengan taraf signifikansi ($p = 0,071$) ($p > 0,05$). Analisis tersebut menunjukkan bahwa hipotesis mayor dari penelitian yang diajukan yaitu ditolak. Hal tersebut berarti tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Minor

Variabel	Koefisien Korelasi Partial	Sig (p)	Keterangan
Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kecemasan Karir	-0,170	0,023	Hipotesis Diterima
Efikasi Diri dengan Kecemasan Karir	0,033	0,664	Hipotesis Ditolak

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki nilai sig (p) sebesar 0,023 dan nilai partial sebesar -0,170. Hipotesis minor pertama menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Artinya semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang diterima maka semakin rendah kecemasan karir-nya, dan begitu pula sebaliknya.

Kemudian didapatkan hasil bahwa variabel efikasi diri memiliki nilai sig (p) sebesar 0,664 dan nilai partial sebesar 0,033. Hipotesis minor kedua menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang antara efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Oleh karena itu berdasarkan analisis tersebut menunjukkan bahwa hipotesis minor kedua dari penelitian yang diajukan ditolak.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Berdasarkan hasil

analisis regresi berganda dengan bantuan SPSS 25.00, menghasilkan perhitungan koefisien korelasi sebesar $R = 0,171$ dengan taraf signifikansi (p) $0,071$ ($p > 0,05$). Data tersebut menjelaskan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis mayor yang diajukan oleh peneliti ditolak.

Hasil selanjutnya dari penelitian ini yaitu mengenai pembuktian hipotesis minor. Pertama, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya dengan taraf signifikansi (p) sebesar $0,023$ dan nilai partial sebesar $-0,170$. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis pertama yang diajukan peneliti diterima, artinya semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang diterima, maka semakin rendah kecemasan karir yang dirasakan oleh siswa, dan begitupun sebaliknya.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Widyastuti (2021) yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dan kecemasan karir. Hal ini dapat terjadi karena individu yang memperoleh dukungan sosial orang tua yang tinggi mayoritas akan memiliki kecemasan karir yang rendah. Semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang didapatkan maka semakin rendah kecemasan karir dan semakin rendah dukungan sosial orang tua yang didapatkan maka semakin tinggi kecemasan karir yang dirasakan oleh individu tersebut. Diketahui pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya bahwa 17% siswa memiliki dukungan sosial orang tua kategori tinggi, 68% siswa memiliki dukungan sosial orang tua kategori sedang, dan 15% siswa memiliki dukungan sosial orang tua kategori rendah.

Kedua, tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya dengan nilai taraf signifikansi (p) sebesar $0,644$ dan nilai partial sebesar $0,033$. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis kedua yang diajukan peneliti ditolak. Diketahui pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya bahwa 18% siswa memiliki efikasi diri kategori tinggi, 68% siswa memiliki efikasi diri kategori sedang, 14% siswa memiliki efikasi diri kategori rendah. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan guru BK SMA Negeri 1 Tasikmalaya untuk mengetahui bagaimana pandangan guru BK terkait dengan dukungan sosial orang tua siswa kelas 12 di SMA Negeri 1 Tasikmalaya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, guru BK menyebutkan bahwa dukungan orang tua siswa di SMA Negeri 1 Tasikmalaya memang cukup menonjol. Orang tua siswa secara rutin sering datang untuk berkonsultasi dengan guru BK bahkan sudah rutin untuk berkonsultasi sejak kelas 10. Menurut guru BK, saat datang untuk berkonsultasi, orang tua siswa biasanya berdiskusi terkait dengan nilai yang didapatkan, potensi karir, serta rekomendasi universitas terbaik yang bisa didapatkan. Orang tua siswa berperan aktif dalam memberikan arahan untuk siswa, serta memberikan berbagai bantuan nyata atau fasilitas yang dibutuhkan oleh siswa untuk membantu mencapai karir yang diinginkan. Selain itu guru BK juga menjelaskan bahwa dalam menentukan karirnya, tidak sedikit siswa yang pilihan karirnya masih ditentukan oleh orang tuanya. Hal ini menyebabkan banyak siswa yang masih sangat bergantung dengan keputusan orang tuanya. Namun menurut guru BK terdapat juga beberapa siswa yang kurang mendapatkan peran aktif dari orang tuanya, hal itu menyebabkan siswa terlihat bingung dalam menentukan karirnya di masa depan karena kurang mendapatkan arahan dari orang tuanya.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan sepuluh orang siswa dari kelas 12. Tujuh subjek mengatakan bahwa orang tua mereka selalu mendampingi proses belajar serta memberikan saran dalam hal akademik dan karir masa depannya, selain itu orang tua mereka juga aktif datang ke sekolah untuk berdiskusi dengan guru BK terkait dengan pilihan karir subjek. Tiga subjek lainnya mengatakan bahwa mereka dituntut untuk dapat memilih karir sesuai dengan keinginan orang tua mereka. Ketiga subjek menjelaskan bahwa walaupun mereka merasa tertekan, orang tuanya memberikan fasilitas penunjang akademik yang cukup baik sehingga subjek merasa tidak terlalu cemas dengan tuntutan orang tuanya. Menurut tujuh subjek, dukungan sosial orang tua yang

dirasakan dapat membantu subjek mengurangi perasaan cemas dan membuat subjek yakin dengan kemampuan subjek untuk meraih karirnya di masa depan.

Berdasarkan analisis dan wawancara yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa dalam penelitian ini faktor eksternal kecemasan karir yang berupa dukungan sosial orang tua lebih dominan dibandingkan dengan faktor internal yang berupa efikasi diri. Menurut Widanarti & Indati (2002) remaja masih membutuhkan bimbingan serta petunjuk dari orang tua. Besarnya kekuasaan orang tua membuat nasihat, saran, serta bimbingan berpengaruh terhadap keyakinan seseorang terkait dengan kemampuan diri untuk mencapai tujuan. Kondisi tersebut tidak terlepas dari usia perkembangan siswa yang masih berada pada fase transisi anak-anak, menuju pada fase remaja. Remaja membutuhkan dukungan orang lain ketika memasuki masa krisis pada umur 15-17 tahun. Masa krisis yang dialami oleh remaja dalam hal ini yaitu dalam hal akademik. Untuk menghadapi masa krisis ini, remaja membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan yang dibutuhkan oleh remaja pada fase ini yaitu dukungan dari keluarganya, terutama orang tua. (Hurlock, 1990).

Penelitian pendukung yang menjelaskan bahwa faktor eksternal lebih dominan dibandingkan dengan faktor internal sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Nugrahaningtyas (2013) dengan judul “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa Kelas xii SMA Muhammadiyah 1 Wedi Klaten” Pada hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kontribusi dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal terhadap kecemasan lebih besar dibandingkan dengan faktor internal yaitu efikasi diri. Penelitian oleh Sari (2015) yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Kelas IX MTs NU Ungaran”. Pada hasil penelitian tersebut juga dapat disimpulkan bahwa kontribusi dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal terhadap kecemasan lebih besar dibandingkan dengan faktor internal yaitu efikasi diri. Berikutnya penelitian yang dilakukan oleh Salam (2017) yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa”. Pada hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kontribusi dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal terhadap kecemasan karir siswa lebih besar dibandingkan dengan faktor internal yaitu efikasi diri.

Pada penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangan, keterbatasan, dan kendala. Kendala yang peneliti hadapi adalah variabel yang digunakan dalam penelitian ini belum mewakili faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan karir, dan terdapat beberapa responden yang memberikan jawaban yang sama di seluruh skala psikologi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan yaitu tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya, lalu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya yang artinya semakin tinggi dukungan sosial orang tua, maka semakin rendah kecemasannya dan begitu pula sebaliknya. Selain itu tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan karir pada siswa kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel-variabel yang lain baik itu internal maupun eksternal sehingga dapat memperkaya hasil penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi kecemasan karir yang tidak diungkap pada penelitian ini. Bagi siswa SMA Negeri 1 Tasikmalaya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu gambaran agar dapat mengurangi kecemasan karir dengan membangun kedekatan dengan lingkungan sosial. Bagi guru bimbingan dan konseling, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam melakukan konseling dengan orang tua dan siswa untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya

dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan karir siswa. Bagi orang tua, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai dukungan yang dibutuhkan oleh anak.

Daftar Pustaka

- Agustin, N. (2019). Pengaruh Terapi Shalat Dhuha dalam mengurangi kecemasan karir masa depan siswa di SMA Muhammadiyah 8 Gresik (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Amylia, Y. (2013). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada penderita leukemia (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Azwar, S. (2020). Penyusunan skala psikologi. (edisi 2). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). Metode penelitian psikologi. (edisi 2). Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. NH Freeman.
- Blustein, D. L., & Phillips, S. D. (1988). Individual and contextual factors in career exploration. *Journal of Vocational Behavior*, 33(2), 203-216.
- Daniels, L. M., Stewart, T. L., Stupnisky, R. H., Perry, R. P., & LoVerso, T. (2011). Relieving career anxiety and indecision: The role of undergraduate students' perceived control and faculty affiliations. *Social Psychology of Education*, 14(3), 409-426. <https://doi.org/10.1007/s11218-010-9151-x>
- Darmasaputro, A., & Gunawan, W. (2018). Hubungan efikasi diri pengambilan keputusan karier dan pengambilan keputusan karier pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 1-11.
- Fatmawati. (2016). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Karir Siswa Kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. (Skripsi Sarjana, Universitas Negeri Yogyakarta).
- Fauzan, W. H. (2021). Hubungan dukungan sosial dan kecemasan dalam pemilihan karir siswa jurusan akuntansi SMK Negeri 2 Madiun (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Febriani, R. D., Yusuf, A. M., & Iswari, M. (2016). Perbedaan Aspirasi Karier Siswa ditinjau dari Jenis Kelamin, Jurusan, dan Tingkat Pendidikan Orangtua serta Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 5(3), 160-171.
- Hafid, A., & Muhid, A. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Religiusitas Dengan Agresivitas Remaja Anggota Perguruan Pencak Silat Di Bojonegoro. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 205-212. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i03.410>
- Heitler, Susan (2018, June 21). High School and College Student Anxiety: Why the Epidemic?. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/>
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedjarwo. (1990). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Erlangga.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018, Maret). Hasil Utama Riskesdas 2018. Kesmas.kemkes. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Mariah, W., Yusmami, Y., & Pohan, R. A. (2020). Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. *Consilium: Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 7(2), 60-69.
- Mirah, F. F. E., & Indianti, W. (2018). Pengaruh kecemasan karir terhadap commitment to career choice dengan kelekatan orang tua sebagai moderator. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 74-89.
- Nevid, J.S, Rathus, S.A & Greene, B. (2005). Psikologi Abnormal Jilid 1 (Edisi Kelima). Jakarta.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 3(2), 46-59.
- Nugrahaningtyas, W. (2013). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan Sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas xii smk muhammadiyah 1 wedi klaten. (Skripsi Sarjana, Universitas Sebelas Maret).

-
- Pisarik, C. T., Rowell, P. C., & Thompson, L. K. (2017). A phenomenological study of career anxiety among college students. *The Career Development Quarterly*, 65(4), 339-352. <https://doi.org/10.1002/cdq.12112>
- Prabowo, W. (2018). Hubungan Student Self-Efficacy Dan Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua Dengan Pengambilan Keputusan Menentukan Jurusan Kuliah Pada Siswa SMA N 3 Magelang. (Skripsi Sarjana, Universitas Sebelas Maret).
- Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa di SMA X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 23-33.
- Putri, S. D., Yusuf, M., & Afdal, A. (2021). Pendekatan Trait and Factor dalam Mengatasi Kecemasan Karir Siswa SMA. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1513-1520.
- Salam, A. (2017). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945).
- Santrock, John W. (2002). *Life-span development: Perkembangan masa hidup* Jilid 2. Alih Bahasa Achmad Chusairi & Juda Damanik. Jakarta.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. P. (2010). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sari, P. R. R. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas Ix Mts Nu Ungaran (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi UNISSULA).
- Susantoputri, M.K. & Gunawan, W. (2014). Hubungan antara efikasi diri karier dengan kematangan karier pada remaja di daerah kota Tangerang. *Jurnal Psikologi UIN Suska*, 10 (1), 59-65.
- Tiarasani, N. G. (2012). Upaya Menurunkan Kecemasan Siswa Dalam Pemilihan Karier Melalui Konseling Trait and Factor Pada Kelas XI B di SMK Negeri 1 Wirosari Kabupaten Grobogan Tahun Ajaran 2011/2012. (Skripsi Sarjana, Universitas Negeri Semarang).
- Tsai, C. T., Hsu, H., & Hsu, Y. C. (2017). Tourism and hospitality college students' career anxiety: Scale development and validation. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 29(4), 158-165. <https://doi.org/10.1080/10963758.2017.1382365>
- Vignoli, E. (2015). Career indecision and career exploration among older French adolescents: The specific role of general trait anxiety and future school and career anxiety. *Journal of Vocational Behavior*, 89, 182-191. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.06.005>
- Widanarti, N., & Indati, A. (2002). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self efficacy pada remaja di SMU Negeri 9 Yogyakarta. *Jurnal psikologi*, 29(2), 112-123.
- Widyastuti, A. S. (2021). Dukungan Sosial Orang Tua Dan Kecemasan Terhadap Karir Masa Depan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Yogyakarta. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Indonesia).