LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 15 No 2 Tahun 2025.

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP KECEMASAN PADA MAHASISWA *FRESH GRADUATE* DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA

Zalfa Hulwah Zahira[1*], Ditta Febrieta[2], Ferdy Muzzamil[2]
[1, 2, 3]Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
202110515147@mhs.ubharajaya.ac.id, ditta.febrieta@dsn.ubharajaya.ac.id,
*202110515147@mhs.ubharajaya.ac.id

Abstract

Anxiety is an emotional state characterized by feelings of worry, tension, and uncertainty about something that has not yet occurred. Anxiety often arises when starting to face the world of work due to external pressures such as high job competition, demands for experience, and uncertainty of career direction. This study aims to determine the effect of parental social support on anxiety in fresh graduate students facing the world of work. The method used is a quantitative approach with a simple linear regression analysis method. The results of this study indicate that the forms of parental social support that have a significant positive influence on anxiety are emotional support (91.3%), instrumental support (92%), Informational support (92.3%), and friendship support (92.7%). Therefore, it can be said that the hypothesis can be accepted for all four forms of support, which have been proven to have a significant influence on anxiety in fresh graduates when facing the world of work.

***Keyword**: Parental Social Support, Anxiety, Fresh Graduate*

Abstrak

Kecemasan merupakan suatu kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan khawatir, ketegangan, dan ketidakpastian terhadap sesuatu yang belum terjadi. Kecemasan sering muncul ketika mulai menghadapi dunia kerja karena adanya tekanan eksternal seperti persaingan kerja yang tinggi, tuntutan pengalaman, serta ketidakpastian arah karier. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari bentuk-bentuk dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan pada mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk-bentuk dukungan sosial orang tua yang memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kecemasan, yaitu dukungan emosional sebesar 91,3%, dukungan instrumental 92%, dukungan informasi sebesar 92,3% dan dukungan persahabatan sebesar 92,7%. Maka, dapat dikatakan hipotesis dapat diterima pada keempat bentuk dukungan tersebut yang terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan pada *fresh graduate* dalam mengahdapi dunia kerja.

***Kata kunci**: Dukungan Sosial Orang Tua, Kecemasan, Fresh Graduate*

Article History
Received: Juli 2025
Reviewed: Juli 2025
Published: Juli 2025

Plagirism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

LIBEROSIS
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 15 No 2 Tahun 2025.
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

1. Pendahuluan

Setiap mahasiswa berharap dapat memasuki dunia kerja dengan mudah setelah lulus, dimana setiap lulusan baru dapat memperoleh kesempatan kerja yang selaras dengan minat serta kemampuan yang dimiliki. Namun, kenyataannya pada proses pencarian pekerjaan sering kali dihadapkan dengan persaingan ketat di pasar kerja dan ketidaksesuaian keterampilan yang diperoleh dengan kebutuhan industri. Perkembangan teknologi dan globalisasi semakin mempercepat perubahan dalam dunia kerja yang menuntut lulusan baru untuk memiliki kompetensi yang lebih tinggi (Nasrika, 2019). Kondisi ini diperburuk dengan realitas bahwa lulusan pendidikan tinggi belum sepenuhnya mampu memenuhi berbagai tuntutan pasar kerja, sehingga menyebabkan tingginya angka pengangguran terdidik (Supriati & Handayani, 2018).

Fresh graduate berada pada fase eksplorasi karier, yaitu tahap di mana individu sedang berupaya mengenali diri dan menentukan posisi yang sesuai dengan dunia kerja (Kamisa & Mirza, 2021). Dalam masa dewasa awal (20–30 tahun), individu dihadapkan pada tekanan untuk segera mandiri secara finansial dan memperoleh pekerjaan tetap (Santrock, 2002). Namun, tingginya persaingan dan terbatasnya lapangan kerja menambah beban psikologis. Tuntutan pekerjaan yang semakin kompleks, terutama dengan syarat pengalaman minimal, sering kali menjadi kendala besar bagi mereka yang belum memiliki pengalaman kerja (Rachmady & Aprilia, 2018).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik dari tahun 2020 hingga 2024, lulusan perguruan tinggi masih menjadi mayoritas pengangguran terbuka di Indonesia. Tingkat pengangguran terbuka pada tahun 2020 tercatat sebesar 7,07 persen, dengan total pengangguran 8,75 juta orang (Statistik, 2020). Lalu, pada tahun 2021, Badan Pusat Statistik (BPS) juga kembali mengumumkan data mengenai jumlah tingkat pengangguran tinggi yang tercatat sebanyak 1 juta jiwa atau berkisar 6,49% yang di antaranya merupakan lulusan sarjana (Pusparisa, 2021). Pada tahun 2022 telah terjadi penurunan angka pengangguran sarjana dari jenjang pendidikan tinggi yang tercatat menjadi 673.49 ribu orang, atau setara dengan 5,86%. Hal ini berlanjut pada 2023, dengan Tingkat Pengangguran Terbuka nasional menurun lebih lanjut menjadi 5,32% dengan jumlah angka lulusan sebanyak 1.750.733 atau setara dengan 17,75% (Rouf et al., 2023)

Ketidakseimbangan antara jumlah lulusan dan kapasitas serapan pasar kerja menimbulkan kecemasan signifikan, terutama pada tahap awal karier (Cheung, 2024). Kecemasan ini muncul sebagai respons terhadap ketidakpastian, rasa tidak percaya diri, serta tekanan untuk segera mencapai kemandirian finansial (Isnaini & Lestari, 2015). Meskipun angka pengangguran terbuka turun dari tahun 2021 hingga 2023, tenaga kerja masih belum sebanding dengan jumlah lulusan perguruan tinggi yang terus meningkat (Yonathan, 2024). Ketidakseimbangan ini berdampak pada munculnya kecemasan yang tinggi di kalangan *fresh graduate*. Pada fase transisi menuju dunia kerja, mereka sering kali mengalami kekhawatiran tentang masa depan karier, ketidakpastian arah, dan rasa tidak percaya diri dalam bersaing di dunia kerja (Isnaini & Lestari, 2015)

Menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2005), kecemasan merupakan kondisi emosional yang muncul akibat ketakutan berlebihan terhadap kemungkinan buruk di masa depan,

dengan gejala yang mencakup aspek fisik, perilaku, dan kognitif. Dalam konteks *fresh graduate*, kecemasan ini muncul dalam bentuk gelisah, penghindaran sosial, hingga pikiran negatif terhadap diri sendiri dan lingkungan. Wawancara dengan salah satu lulusan baru memperlihatkan bahwa dukungan dari orang tua dapat menjadi faktor pelindung yang membantu mengurangi dampak psikologis akibat kegagalan dan tekanan dalam proses mencari kerja. Dukungan sosial terbukti memainkan peran penting dalam membantu individu menghadapi tekanan, termasuk dalam transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Sarafino dan Smith (2011) menyebutkan bahwa dukungan sosial mencakup dukungan emosional, instrumental, informasi, dan persahabatan. Beberapa studi menemukan bahwa peran dukungan sosial orang tua berkontribusi secara signifikan dalam mereduksi terjadinya kecemasan yang dirasakan oleh individu saat menghadapi dunia kerja (Putri & Febriyanti, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji lebih lanjut pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan yang dialami oleh mahasiswa *fresh graduate*.

2. Tinjauan Pustaka

Nevid, Rathus & Greene (dalam Athiyah & Lucia, 2024) menjelaskan bahwa kecemasan melibatkan respons emosional terhadap situasi yang dianggap buruk, ditandai dengan keterangsangan fisiologis, ketegangan, dan kekhawatiran. Nevid, Rathus & Greene (2005) juga menambahkan bahwa gejala kecemasan dapat dikategorikan ke dalam tiga bagian diantaranya gejala fisik, seperti sulit bernafas dan keringat berlebihan. Gejala perilaku, seperti kegelisahan yang berlebihan atau ketidakmampuan untuk rileks serta gejala kognitif, seperti ketakutan yang muncul dari keyakinan bahwa suatu bahaya tidak dapat diatasi dan dihindari (Upadianti & Indrawati, 2020).

Sebagaimana menurut Cassady dan Johnson, dalam Putri & Rahayu, (2022) kecemasan adalah suatu peristiwa yang dapat terjadi ketika dalam situasi evaluatif atau dalam suatu kinerja yang terdiri dari adanya gabungan peningkatan aktivitas fisiologis dan perenungan untuk mencela diri sendiri. Senada dengan pandangan tersebut, Durand dan Barlow, dalam Izza et al., (2023) mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan gelisah yang dapat diamati melalui perilaku yang ditampakkan dalam bentuk kekhawatiran atau keresahan, termasuk respons fisiologis, seperti detak jantung dan ketegangan otot. Disisi lain, kecemasan menurut pandangan Freud (dalam Corey, 2005), merupakan respons afektif yang tidak menyenangkan yang disertai oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam.

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli diatas, maka secara garis besar kecemasan dapat dijelaskan sebagai respons emosional yang muncul ketika seseorang menghadapi situasi yang dianggap mengancam, menekan, atau tidak pasti, baik bersifat nyata maupun imajinatif. Kecemasan melibatkan tiga aspek utama, yaitu fisik, psikologis dan kognitif yang berfungsi sebagai mekanisme adaptif untuk menghadapi ancaman. Namun, jika berlebihan dapat menjadi maladaptif yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Menurut Sarafino & Smith, (2011) dukungan sosial merujuk pada berbagai bentuk bantuan yang mencakup kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan dari individu

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

atau kelompok lain. Hal ini sejalan dengan pendapat Zimet, dalam Sari et al., (2022) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan keyakinan individu mengenai ketersediaan dukungan sosial dari keluarga, teman dan *significant others* (orang terdekat) pada saat menghadapi kesulitan. Johnson & Johnson, dalam Widiantoro et al., (2019) menjelaskan bahwa dukungan sosial orang tua yang mencangkup pemberian bantuan dalam bentuk emosi, materi, maupun informasi yang memiliki fungsi utama untuk mendukung peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan individu. Hal ini diperkuat dengan pendapat Etzion dan Anam, dalam Handono & Bashori, (2018) yang menekankan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk bantuan fisik, perhatian, emosional, pemberian informasi, serta pujian sebagai bentuk penghargaan. Selain itu, dukungan sosial yang diterima juga dapat dilihat dari intensitas individu dalam mempertahankan hubungan sosialnya dengan orang-orang sekitarnya yang berpotensi menjadi sumber dukungan.

Berdasarkan berbagai pandangan para ahli, dukungan sosial orang tua dapat dipahami sebagai bentuk kontribusi nyata yang diberikan oleh orang tua dalam membantu individu memenuhi kebutuhan emosional, kognitif, informasional, dan instrumental, khususnya dalam menghadapi tantangan di dunia kerja. Dukungan ini mencerminkan persepsi anak terhadap kehadiran dan keterlibatan orang tua sebagai sumber yang dapat diandalkan dalam mempersiapkan diri menghadapi tekanan serta persaingan dalam lingkungan kerja. Selain itu, peran orang tua sebagai penyedia dukungan utama menjadi faktor penting dalam membantu proses adaptasi terhadap lingkungan kerja yang baru, sekaligus berkontribusi terhadap pembentukan kesiapan karier dan kesejahteraan psikologis individu selama masa transisi menuju dunia kerja.

3. Metodologi

Dalam penelitian ini berfokus pada penggunaan pendekatan penelitian kuantitatif yang dimaksudkan untuk melakukan pengukuran secara sistematis dan menyeluruh terhadap suatu fenomena yang sedang diteliti. Arikunto, (2006) penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan yang digunakan untuk mengumpulkan, menginterpretasikan, dan menyajikan data dalam bentuk angka, tabel, grafik, bagan, gambar atau representasi lainnya yang bertujuan untuk memperkuat kedudukan dan pemahaman terhadap data yang telah dianalisis. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana merupakan salah satu teknik dalam analisis statistik inferensial yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh satu variabel independent (prediktor) terhadap satu variabel dependen (kriteria) (Machali, 2021).

Penelitian ini menerapkan metode regresi linier sederhana untuk menganalisis sejauh maan berbagai bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua berpengaruh terhadap kecemasan yang dialami oleh mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja. Penggunaan metode ini bertujuan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel, apakah bersifat negatif atau positif, serta untuk mengukur sejauh mana kontribusi masing-masing bentuk dukungan sosial orang tua dalam memengaruhi kecemasan tersebut (Kartiningrum et al., 2022).

Populasi merupakan kelompok individua atau objek yang memiliki karakteristik serta ciri-ciri yang telah ditetapkan oleh peneliti yang menjadi pusat perhatian dalam suatu penelitian guna dianalisis dan dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan (Sugiono, 2022). Pada tahun 2023 berdasarkan data statistik pendidikan tinggi tahun 2023 jumlah lulusan sarjana yang tergolong *fresh graduate* tercatat sebanyak 1.750.733 orang (Rouf et al., 2023). Dengan begitu, jumlah tersebut tersebut akan digunakan oleh peneliti sebagai populasi dalam penelitian ini.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi (Sugiono, 2022). Oleh karena itu, sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili). Adapun kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu bertatus *fresh graduate*, belum bekerja selama minimal 3 bulan setelah lulus, lulusan dari jenjang pendidikan S1, berusia antara 21 – 25 tahun. Pada penelitian ini, jumlah populasi diketahui secara pasti sehingga dalam menentukan sampel perlu dilakukannya perhitungan ukuran sampel melalui rumus Isaac dan Michael dan didapati sampel sebesar 384 sampel. Dengan demikian, maka sampel dari populasi penelitian ini yaitu berjumlah 384 sampel mahasiswa *fresh graduate* yang berusia antara 21 – 25 tahun dan belum bekerja minimal selama 3 bulan setelah lulus.

Teknik sampling merupakan prosedur yang digunakan menentukan sampel suatu penelitian yang terdiri dari berbagai teknik sampling yang dapat digunakan, tergantung pada kebutuhan penelitian.Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan melalui pendekatan *purposive sampling* yang termasuk kategori *non-probability sampling*. Menurut Sugiono (2022) "*purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data pertimbangan tertentu". Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* karena tidak semua individu dalam populasi memenuhi kriteria yang sesuai dengan karakteristik fenomena yang menjadi fokus penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan dalam mengahdapi dunia kerja dikembangkan oleh peneliti melalui pendekatan konstruksi merujuk pada teori kecemasan dari Nevid, Rathus, & Greene (2005). Skala ini mengukur tiga aspek utama kecemasan, yaitu aspek fisik, perilaku dan kognitif. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan instrumen skala dukungan sosial orang tua yang dirancang oleh peneliti berdasarkan pendekatan konstruksi teori Sarafino & Smith (2011). Skala ini mencangkup lima bentuk dukungan yaitu, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan.

Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier sederhana, yaitu salah satu teknik dalam statistik inferensial yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh satu variabel independent terhadap satu variabel dependen (Machali, 2021). Metode regresi linier sederhana digunakan untuk menguji seberapa besar pengaruh bentuk-bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja.

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 15 No 2 Tahun 2025.

4. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji asumsi pada penelitian ini, didapati hasil bahwa uji normalitas dengan Kolmogorov-smirnov sebesar <.001 yang berarti data tidak terdistribusikan secara normal. Dengan begitu, peneliti mengandalkan teori CLT (*Central Limit Theorem*) yang menjelaskan bahwa seiring bertambahnya ukuran sampel, maka distribusi sampling dari rata-rata sampel terlepas dari bentuk distribusi populasi awal akan mendekati distribusi normal (Rafiqul, 2018). Dengan kata lain, apabila distribusi data tidak normal, namun ukuran sampel melebihi 30 maka asumsi normalitas dapat dikesampingkan karena berdasarkan *Central Limit Theorem* seiring peningkatan ukuran sampel, distribusi dari nilai rata-rata sampel akan semakin mendekati distribusi normal. Dalam konteks penelitian ini, jumlah responden yang diperoleh mencapai 400 responden, melampaui target sampel yang telah ditentukan yaitu 384 responden. Dengan demikian, jumlah sampel yang besar tersebut memungkinkan peneliti untuk mengasumsikan bahwa data telah berdistribusi secara normal tanpa perlu mengujikan uji normalitas. Sementara itu, hasil uji linieritas terhadap empat bentuk dukungan sosial orang tua menunjukkan nilai signifikansi sebesar <.001. Nilai ini lebih kecil dari ambang batas 0,05 yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang bersifat linier antar variabel.

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini yaitu menggunakan metode regresi linier sederhana. Sebelum dilakukannya uji regresi, perlu dilakukan uji korelasi terlebih dahulu, jika hasil korelasi menunjukkan adanya hubungan maka uji regresi dapat dilakukan. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan korelasi product moment pearson yang dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS (Statistical Product and Servive Solutions) version 30*.

Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan, ditemukan hasil signifikansi sebesar <.001 yang berada dibawah batas signifikansi <0.05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan. Selain itu, nilai *pearson correlation* sebesar 0.962** yang menunjukkan adanya korelasi positif yang kuat antara kedua variabel tersebut. Setelah dilakukan uji korelasi yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, langkah selanjutnya dalam pengujian hipotesis adalah menggunakan analisis regresi linier sederhana. Analisis ini dilakukan dengan memanfaatkan bantuan perangkat lunak yang dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS (Statistical Product and Servive Solutions) version 30*.

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana terhadap bentuk-bentuk dukungan sosial orang tua, diketahui bahwa bentuk dukungan emosional, instrumental, informasi, dan persahabatan secara signifikan kontribusi dalam menjelaskan tingkat kecemasan pada mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja. Pada bentuk dukungan emosional diperoleh nilai koefisien determinasi (R-Square) sebesar 0,913 yang berarti memberikan sumbangan efektif sebesar 91,3% dan sisanya sebesar 8,7% dijelaskan oleh faktor lain atau *error*.Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif, artinya semakin tinggi dukungan sosial emosional dari orang tua, maka tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa *fresh graduate* cenderung semakin tinggi.

Selanjutnya, pada hasil regresi dukungan instrumental menunjukkan hasil nilai R-Square sebesar 0,920, yang berarti memberikan sumbangan efektif sebesar 92% terhadap kecemasan dan sisanya sebesar 8% dijelaskan oleh faktor lain atau *error*. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial instrumental dari orang tua berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dan adanya hubungan positif, artinya semakin tinggi tingkat dukungan instrumental yang diterima, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa *fresh graduate*. Berikutnya, hasil regresi pada dukungan informasi, didapatkan nilai R-Square sebesar 0,923 yang berarti memberikan sumbangan efektif sebesar 92,3% terhadap kecemasan dan sisanya sebesar 7,7% dijelaskan oleh faktor lain atau *error*. Hal ini membuktikan bahwa dukungan informasi dari orang tua berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dan terdapat arah hubungan positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan informasi yang diterima, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja.

Terakhir, pada bentuk dukungan persahabatan didapatkan hasil nilai R-Square sebesar 0,927 yang berarti memberikan sumbangan efektif sebesar 92,7% terhadap kecemasan dan sisanya sebesar 7,3% dijelaskan oleh faktor lain atau *error*. Hal ini membuktikan bahwa dukungan persahabatan berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dan terdapat arah hubungan positif yang menunjukkan semakin tinggi dukungan persahabatan yang diterima maka semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja.

5. Simpulan

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua terhadap kecemasan pada mahasiswa *fresh graduate*. Hubungan ini memiliki korelasi yang tinggi dan bersifat positif yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari orang tua, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan. Berdasarkan hasil analisis yang telah dialkukan, ditemukan juga adanya pengaruh yang signifikan dari bentuk-bentuk dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan, maka dapat dikatakan hipotesis dapat diterima, yaitu adanya pengaruh *emotional or esteem support* (dukugan emosional) terhadap kecemasan, adanya pengaruh *tangible or instrumental support* (dukungan instrumental) terhadap kecemasan, adanya pengaruh *informational support* (dukungan informasi) terhadap kecemasan dan adanya pengaruh *companionship support* (dukungan persahabatan) terhadap kecemasan.

Daftar Referensi

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rinneka Cipta.

Athiyah, D. R., & Lucia, D. D. (2024). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduated. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, *4*(1), 17–26. https://doi.org/https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v4i1

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

Cheung, F. (2024). Career self-efficacy as a mediator between career-specific parental behaviors and school career support on career doubt. *BMC Psychology*, *12*(1), 1–10. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01536-9

Corey, G. (2005). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Cet 4). Bandung: Refika Aditama. https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=15047

Handono, O. T., & Bashori, K. (2018). Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru. *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, *1*(2), 79–89.

Isnaini, N. S. N., & Lestari, R. (2015). Kecemasan Pada Pengangguran Terdidik Lulusan Universitas. *Jurnal Indigenous*, *13*(1), 39–50.

Izza, M. M., Sukianti, D. S., & Rahma Kusumandari. (2023). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa yang Akan Lulus Kuliah: Adakah Peran Kepercayaan Diri? *INNER: Journal of Psychological Research*, *2*(4), 862–869. https://aksiologi.org/index.php/inner%0A

Kamisa, Y., & Mirza, M. (2021). Kematangan Vokasional dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, *4*(1), 115–128. https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i1.20474

Kartiningrum, E. D., Basuki, H., Bambang, N., Otok, W., Nurul, E., & Yuswatiningsih, K. E. (2022). *Aplikasi Regresi Dan Korelasi*.

Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.

Nasrika. (2019). Pengembangan Sumber Daya Manusia dalam Era Globalisasi. *Revitalisasi Manajemen Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Di Era Revolusi Industri 4.0*, 149–157. http://conference.um.ac.id/index.php/apfip2/article/view/376

Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (Jilid I). Jakarta: Erlangga. https://onesearch.id/Record/IOS2862.UNMAL000000000033713

Pusparisa, Y. (2021). *BPS: Sarjana yang Menganggur Hampir 1 Juta Orang pada Februari 2021*. Databoks. https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/05/31/bps-sarjana-yang-menganggur-hampir-1-juta-orang-pada-februari-2021%0Ahttps://databoks.katadata.co.id/

Putri, A., & Rahayu, M. N. M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menegah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(2), 365–372. https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.266

Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, *9*(6), 466–471.

Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Journal Psikogenesis*, *6*(1), 54–60. https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.632

Rafiqul, M. (2018). *Ukuran Sampel dan Perannya dalam Teorema Limit Sentral (CLT)*. 37–47.

Rouf, M. F., Attamimi, A. N. R., Putri, D. A. V., Nirmala, I., & Fadhilah, A. N. (2023). *Stastistik Pendidikan Tinggi (Hinger Education Statistic) 2023* (S. Herlina & A. Hakim (eds.)). Jakarta Pusat: Sekretaris Dikrektorat Jenderal Pendidikan Tingg.

Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). New York: John Wiley & Sons.

Sari, K. E. A., Arya, L., & Syanti, W. R. (2022). Benarkah Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Penting? Studi Adaptabilitas Karir Pada Fresh Graduate. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *10*(3), 585. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8468

Statistik, B. P. (2020). *Agustus 2020: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 7,07*. Badan

Pusat Statistik. https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2020/11/05/1673/agustus-2020--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-7-07-persen.html

Sugiono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Edisi 2). Bandung: Alfabeta.

Supriati, S., & Handayani, T. (2018). Relevansi Lulusan Perguruan Tinggi Dalam Penempatan Kerja. *Journal of Applied Business Administration*, *2*(2), 218–227. https://doi.org/10.30871/jaba.v2i2.1121

Upadianti, L. P. S., & Indrawati, E. S. (2020). Hubungan Antara Adversity Intelligence Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Departemen Teknik Perencanaan Wilayah Kota Dan Teknik Elektro Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, *7*(3), 945–954. https://doi.org/10.14710/empati.2018.21840

Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dari Dosen dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, *4*(1), 1–14. https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649

Yonathan, A. Z. (2024). *Tingkat Pengangguran Indonesia dalam 5 Tahun Terakhir*. GoodStats. https://goodstats.id/article/simak-tingkat-pengangguran-indonesia-dalam-5-tahun-terakhir-KmJoB