



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 12047-12059

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Di Universitas HKBP Nommensen Medan

Enjelika Tresia Tarigan^{1✉}, Nancy Naomi G.P. Aritonang²

Universitas HKBP Nommensen Medan

Email: enjelika.tarigan@student.uhn.ac.id^{1✉}

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Di Universitas Hkbp Nommensen Medan. Hasil Penelitian ini menunjukkan dapat diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen Medan yang berarti H_0 Ditolak. Untuk nilai korelasi sebesar 0,667 yang artinya ada hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen (sig <0,05) yang berarti hipotesis penelitian diterima, berdasarkan hasil uji spearman bahwa terdapat nilai yang tidak signifikan yang dimana tidak ada ditemukan hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada fresh graduate mahasiswa di universitas HKBP Nommensen Medan. Artinya Hipotesis penelitian ini ditolak. Dilihat dari kategorisasi subjek penelitian yaitu Kepercayaan diri dimana sampel sebanyak 217 orang(68,9%) memiliki kepercayaan diri sedang, sementara sampel penelitian Kecemasan sebanyak 233 orang (73,0%) memiliki Kecemasan sedang .secara umum Kepercayaan Diri dan Kecemasan berada pada kategorisasi sedang.

Kata Kunci: *Kepercayaan, Kecemasan, Dunia Kerja, Fresh Graduate*

Abstract

The aim of this research is to determine the relationship between self-confidence and anxiety in facing the world of work among fresh graduates at Hkbp Nommensen University, Medan. The results of this research show that there is no significant relationship between self-confidence and anxiety in facing the world of work among fresh graduates at HKBP Nommensen University, Medan, which means H_0 is Rejected. The correlation value is 0.667, which means there is a relationship between the variable self-confidence and anxiety in facing the world of work in fresh graduates at HKBP Nommensen University ($\text{sig} < 0.05$), which means the research hypothesis is accepted, based on the Spearman test results that there is an insignificant value where No significant relationship was found between self-confidence and anxiety in fresh graduate students at HKBP Nommensen University in Medan. This means that this research hypothesis is rejected. Judging from the categorization of research subjects, namely Self-Confidence, where the sample of 217 people (68.9%) had moderate self-confidence, while the Anxiety research sample of 233 people (73.0%) had moderate Anxiety. In general, Self-Confidence and Anxiety are in the categorization currently.

Keywords: *Confidence, Anxiety, World of Work, Fresh Graduate*

PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki gambaran yang berbeda tentang dunia kerja. Ada yang beranggapan bahwa dunia kerja merupakan suatu hal yang menyenangkan, dan sebagian yang lain beranggapan bahwa persaingan dalam dunia kerja suatu hal yang menakutkan sehingga menimbulkan rasa tertekan (Ardini & Rosmila, 2021). Dunia kerja merupakan dunia yang akan segera dimasuki oleh seorang mahasiswa setelah menyelesaikan kuliah di perguruan tinggi dan selanjutnya mencari pekerjaan sebagai tugas baru bagi fresh graduate guna mencari pengalaman baru secara individu. Harjanto, (2014) mengungkapkan selain dampak ekonomi yang diakibatkan oleh adanya pengangguran, jumlah kerugian tersebut tidak akan mungkin mampu mencakup seluruh penderitaan batin, sosial dan psikologis yang disebabkan oleh pengangguran yang terus berkelanjutan (HANIFAH, 2019).

Di Indonesia, khususnya dalam bidang lapangan kerja membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas agar perusahaan dapat bersaing dan berkembang pesat. Tuntutan kualitas tenaga kerja terus meningkat dari tahun ke tahun, sehingga persaingan untuk mendapatkan pekerjaan bagi para pencari kerja juga semakin berat (Arifianti, 2023). Walaupun para pencari kerja telah memenuhi kriteria tersebut, namun dengan begitu banyaknya orang yang ingin mendapatkan pekerjaan dan terbatasnya lapangan kerja, maka terjadi ketimpangan dan muncullah pengangguran. dari sekian banyak pengangguran diantaranya adalah lulusan perguruan tinggi. hal tersebut sesuai dengan data yang

diperoleh dari data terbaru Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa perFebruari 2022, tingkat pengangguran Indonesia tercatat sebesar 5,83 persen dari total penduduk usia kerja sejumlah 208,54 juta orang. Yang mencengangkan, dari 5,83 persen tersebut (Amalia & Nashori, 2021).

Hampir 14% lulusan jenjang diploma dan sarjana (S1). Persaingan dalam dunia kerja sangatlah ketat. Semakin lama semakin banyak pencari kerja sementara lapangan pekerjaan yang tersedia semakin sedikit. lapangan pekerjaan dan pencari kerja yang tidak berimbang menuntut pencari kerja untuk berusaha keras demi mendapatkan pekerjaan. Sebenarnya persaingan dunia kerja bukanlah hal yang baru. akan tetapi persaingan tersebut semakin tahun semakin meningkat (A'yunina & Abdurrohman, 2021).

Menghadapi kenyataan tersebut, setiap individu yang mencari pekerjaan berusaha untuk meningkatkan kompetensinya masing-masing. Salah satunya yaitu melalui jalur pendidikan formal. Tingginya tingkat pendidikan individu diharapkan mampu menjadi bekalnya untuk bersaing dalam dunia kerja pendidikan mengembangkan peluang pekerjaan dan kemungkinan mendapatkan uang. Oleh karena itu banyak individu yang melanjutkan pendidikan formal hingga ke perguruan tinggi guna meningkatkan kualitas dirinya untuk menghadapi dunia kerja (Rizdanti & Akbar, 2022).

Mahasiswa yang baru saja lulus ini disebut dengan Fresh Graduate (dalam Bacan dan Nuriyah, 2010) Fresh Graduate berasal dari dua suku kata, yaitu fresh yang berarti baru dan belum pernah digunakan sebelumnya, sedangkan graduate berarti berhasil menyelesaikan satu tingkat. Jadi dapat disimpulkan bahwa Fresh Graduate merupakan mahasiswa yang baru saja menyelesaikan studi S1 (Strata-1) dan belum memiliki pengalaman bekerja. setiap mahasiswa khususnya alumni yang baru lulus menjadi sarjana harapannya adalah bekerja sesuai dengan bidang atau keahlian yang dimiliki dan juga mempunyai keinginan masing-masing untuk bekerja di instansi manapun atau bekerja sebagai apa untuk sukses di masa depan dan tidak menjadi seorang pengangguran (Rabbani & Wahyudi, 2023).

Menjadi pengangguran merupakan hal yang tidak diinginkan oleh seorang sarjana yang telah menyelesaikan studinya, menjadi pengangguran dapat berdampak bagi psikologis mereka. Harjanto (2014) mengungkapkan selain dampak ekonomi, pengangguran juga menimbulkan dampak sosial yang tak kalah besarnya dengan dampak ekonomi, berapapun besarnya biaya ekonomi yang diakibatkan oleh adanya pengangguran, jumlah kerugian tersebut tidak akan mungkin mampu mencakup seluruh penderitaan batin, sosial dan psikologis yang disebabkan oleh pengangguran yang terus berkelanjutan (Karomah, 2020)

Tingkat persaingan semakin tinggi untuk mendapatkan suatu pekerjaan atau kesempatan bekerja dapat menyebabkan kecemasan bagi individu yang belum mendapat pekerjaan. Mulyadi Titaningsih, (2010) mengungkapkan kecemasan pada umumnya berhubungan dengan adanya situasi yang mengancam atau membahayakan. Dalam pencarian lapangan kerja semakin sempit dan dapat menimbulkan kecemasan pada individu karena tingkat persaingan dan tuntutan biaya hidup yang semakin tinggi. Apalagikalau individu tidak punya kemampuan atau skill yang memadai sesuai dengan permintaan bidang pekerjaan yang ada (Titaningsih, 2010). Tingkat Pengangguran Terbuka, 2005-2018 - Lokadata. Hasil Survei Angkatan Kerja Nasional pada Agustus 2018 oleh Badan Pusat Statistik menunjukkan Tingkat Pengangguran Terbuka sebesar 5,34 persen dari total angkatan kerja atau masih ada 7 juta pengangguran (Rimbun, 2021).

Dalam kecemasan menghadapi dunia kerja ini muncul karena seseorang berfikir bahwa adanya ketidakpastian akan masa depan serta ancaman akan kegagalan di dunia kerja. Semua ini berkaitan dengan harapan, rencana dan strategi pencapaian tujuan di masa mendatang. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa semester akhir dalam menghadapi dunia kerja bersumber dari kekhawatiran yang sebenarnya belum pasti penyebabnya. Kepercayaan diri memegang peranan penting dalam setiap aspek kehidupan. Kepercayaan diri merupakan kunci vital seseorang untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan. Kepercayaan diri memungkinkan seseorang mengatasi tantangan baru, (Yudhaningsih, 2021). meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah orang tersebut lakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada pada dirinya dan diwujudkan dalam tingkah lakunya sehari-hari (Lauster, 2002). Kepercayaan diri memberi seseorang keberanian untuk tidak mengkhawatirkan akibat kegagalan (Perry, 2005). Selain itu seseorang yang memiliki kepercayaan diri juga akan terhindar dari kecemasan menghadapi dunia kerja karena dia yakin akan kemampuan dirinya. Berdasarkan survey terhadap 30 orang fresh Graduate di Universitas HKBP Nomensen Medan dengan rentang usia 21-25 tahun tentang kecemasan dan kepercayaan diri dalam menghadapi dunia kerja, menunjukkan hasil bahwa 55,6% merasa cemas mencari pekerjaan, 57,3% merasa kurang percaya diri dalam mencari suatu pekerjaan, 58,5% merasa perhatian terpecah memikirkan pekerjaan, merasa percaya diri bertemu orang yang lebih sukses 60,2%, merasa khawatir membayangkan persaingan kerja 61,3% (Sari et al., 2021), merasa tidak lancar ketika berbicara mengenai pekerjaan 52,8%,

merasa tidak takut menghadapi dunia kerja 41,2%, merasa tenang dan bersikap santai dalam persaingan mencari kerja 52,9%.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nasution (2016) Menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada sarjana pencari kerja dalam menghadapi dunia kerja. Dimana kecemasan yang dialami oleh sarjana Fresh Graduate tergolong tinggi dengan persentase 176,53% dan kepercayaan diri yang dimiliki oleh sarjana Fresh Graduate yang mencari kerja dengan persentase 70.89%. Dalam hal ini, kepercayaan diri memberikan kontribusi terhadap kecemasan sebesar 3,6% (M Rusdi, 2014). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar sarjana Fresh Graduate belum memiliki keyakinan yang maksimal akan kemampuannya dan tingginya kecemasan yang dialami oleh sarjana Fresh Graduate tersebut karena tuntutan untuk dapat hidup mandiri dan bekerja. Selain itu, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Risnia dan Sugiasih (2019) menunjukkan hasil ada hubungan yang negative dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Dan dalam penelitian yang dilakukan oleh Dimenggo & Yendi (2021) memperoleh analisis data penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dalam kategori sedang antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi lingkungan kerja pada mahasiswa semester akhir Jurusan Bimbingan dan

Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNP. Hubungan negative penelitian diatas menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja yang dirasakan oleh Fresh graduate.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) Tentang Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Di UIN Ar-Raniry pada beberapa orang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate (Rahmah, 2020).

Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Yunita (2013) tentang Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta menunjukkan hasil bahwa ada hubungan negative yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian lain dilakukan oleh Prasetya (2022) pada mahasiswa Semester Akhir Di Universitas Wijaya Putra Surabaya menemukan bahwa ada Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja dalam bentuk hubungan negatif.

METODE PENELITIAN

Variabel penelitian didefinisikan sebagai suatu atribut yang mempunyai alterasi yang diperoleh dari subjek, objek, ataupun aktivitas yang bisa dipelajari serta diteliti untuk dapat dijadikan kesimpulannya. Dalam penelitian ini ada sebanyak dua variabel penelitian, ialah variabel bebas serta variabel tergantung. Variabel bebas merupakan variabel yang membagikan pengaruh ataupun jadi pemicu terbentuknya pergantian terhadap variabel tergantung. Sebaliknya variabel tergantung didefinisikan sebagai yang diberikan pengaruh ataupun jadi akibat dari pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas (Daniarsyah, 2020).

Subjek penelitian adalah target populasi yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Subjek dalam penelitian ini adalah Fresh Graduate dengan rentang usia 21-25 tahun di Universitas HKBP Nommensen Medan.

Populasi dalam penelitian adalah wilayah yang ingin diteliti oleh peneliti. Sugiyono (2011) mengatakan bahwa Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pendapat tersebut menjadi salah satu acuan bagi penulis untuk menentukan populasi. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi objek penelitian adalah fresh graduate Universitas HKBP Nommensen Medan dengan rentang usia 21-25 tahun sesuai data yang ada di Universitas HKBP Nommensen Medan sebanyak 1427.

Sampel adalah suatu bagian dari keseluruhan serta karakteristik yang dimiliki oleh sebuah Populasi yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2011) "Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut." Sehingga sampel merupakan bagian dari populasi yang ada, sehingga untuk pengambilan sampel harus menggunakan cara tertentu yang didasarkan oleh pertimbangan-pertimbangan yang ada.

Dalam teknik pengambilan sampel ini penulis menggunakan teknik Proportional sampling. Sugiyono (2011) menjelaskan bahwa: Proportional sampling atau sampling berimbang, yaitu dalam menentukan sampel, peneliti mengambil wakil-wakil dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada di dalam masing-masing kelompok tersebut." Dari pengertian di atas agar memudahkan penelitian, penulis menetapkan sifat-sifat dan karakteristik yang digunakan dalam penelitian ini. Sampel yang akan digunakan peneliti memiliki ketentuan yaitu: fresh graduate dengan rentang usia 21-25 tahun di Universitas HKBP Nommensen Medan. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan

Teknik Slovin menurut Sugiyono (2015). Sampel diambil berdasarkan jumlah populasi fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen Medan yaitu sebanyak 313 orang.

Dalam Penelitian ini, setelah data-data yang diperlukan oleh peneliti terkumpul, maka tahap selanjutnya yaitu menganalisis data. Untuk melakukan analisis data, peneliti menggunakan Teknik analisis deskriptif statistik inferensial. Analisis deskriptif dilakukan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data yang terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum sedangkan statistik inferensial dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah ada dengan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment yaitu untuk mengukur keeratan hubungan secara linier antara dua variabel yang mempunyai distribusi data normal. Namun sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yakni uji normalitas dan uji linearitas (Made Agus, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Subjek penelitian ini adalah Fresh Graduate Universitas HKBP Nommensen Medan yang berusia 21-25 tahun. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 28 Agustus sampai 13 September 2023 yang dilaksanakan secara online melalui google form. Setelah data terkumpul, selanjutnya peneliti melakukan analisis data setelah mendeskripsikan responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan fakultas (Winurini, 2023). Subjek penelitian berjumlah 315 Fresh Graduate. Melalui skala yang disebarkan, maka diperoleh gambaran subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, dan fakultas. Setelah dilakukannya analisis data, maka peneliti melakukan uji asumsi terhadap kepercayaan diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh Graduate yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

Berdasarkan hasil usia, dimana sampel yang berusia 21 tahun berjumlah 21 orang (7%), berusia 22 tahun berjumlah 79 orang (25%), berusia 23 tahun berjumlah 93 orang (30%), berusia 24 tahun berjumlah 75 orang (24%), berusia 25 tahun berjumlah 47 orang (15%).

Tabel 1. Gambaran Subjek penelitian Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah(orang)	Persentase(%)
1	21	21	7
2	22	79	25
3	23	93	30
4	24	75	24
5	25	47	15

Total	315	100
-------	-----	-----

Deskripsi Skor Penelitian Berdasarkan Rumus Kategorisasi

Berdasarkan hasil data penelitian yang telah diperoleh oleh peneliti, maka dapat dilakukan pengelompokan berdasarkan kategori sebagai berikut:

Tabel 2. Tabel rumus Kategorisasi

Kategori	Kriteria Jenjang	Kepercayaan Diri	Kecemasan
Tinggi	$X \geq \mu + 1.\sigma$	$X \geq 75$	$X \geq 48$
Sedang	$\mu - 1.\sigma \leq X < \mu + 1.\sigma$	$50 \leq X < 75$	$32 \leq X < 48$
Rendah	$X < \mu + 1.\sigma$	$X < 50$	$X < 32$

Uji Hipotesa

Hipotesis menurut sugiyono (2019) adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian dan didasarkan pada faktor-faktor empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Uji Hipotesis digunakan untuk mengetahui apakah hipotesis diterima atau ditolak. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate Universitas HKBP Nommensen medan.

Dari hasil uji Spearman's Rank Correlation, antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan dapat diketahui bahwa nilai signifikansinya sebesar 0,000 yang artinya tidak ada hubungan antara kepercayaan Diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen. Selain itu, dapat dilihat juga bahwa nilai Correlation Coefficient sebesar $r = 0,667$ sehingga dapat dikatakan variabel kepercayaan diri memiliki hubungan dengan kecemasan. Dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa nilai signifikannya sebesar 0,000 yang artinya H_0 (ditolak) tidak ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di universitas HKBP Nommensen Medan. Sementara untuk nilai korelasi sebesar 0,667 yang artinya ada hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja H_a (Hipotesa Alternatif) diterima yaitu terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji Spearman's Rank Correlation dapat diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen. Sementara untuk nilai

korelasi sebesar 0,667 yang artinya ada hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen (sig <0,05) yang berarti hipotesis penelitian diterima, berdasarkan hasil uji spearman bahwa terdapat nilai yang tidak signifikan yang dimana tidak ada ditemukan hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada fresh graduate mahasiswa di universitas HKBP Nommensen Medan. Artinya Hipotesis penelitian ini ditolak (Kurniawan, 2015).

Hal tersebut menunjukkan hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan teori Browman (2001) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja. Kecemasan didefinisikan sebagai rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang bisa mengancam dan dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidak pastian dimasa mendatang serta ketakutan ketika tidak dapat menghadapi tekanan yang dialaminya. Dari kriteria kecemasan tersebut kemudian dikaitkan dengan kepercayaan diri (Saraswati & Hakim, 2019).

Penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian Meiriza (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan dengan kecemasan pada sarjana S1 pencari kerja dalam menghadapi dunia kerja. Hasil analisis menyatakan bahwa kepercayaan diri memberikan sumbangan efektif terhadap kecemasan sebesar 3,6%. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, artinyasemakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan, sebaliknya semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan pada sarjana S1 pencari kerja dalam menghadapi dunia kerja.

Kecemasan pada sarjana menghadapi dunia kerja dalam hal persaingan kerja dan pengangguran intelektual adalah kondisi psikologis seseorang, dapat berupa perasaan tertekan danketakutan yang muncul karena adanya keadaan dimana individu merasa terancam oleh salah satu hal yang dianggapnya menakutkan dan menyakitkan yang berasal dari luar maupun dari dalam sehingga menimbulkan kekhawatiran, kegelisahan yang mengganggu ketenangan dan kesehatan yang terkadang menimbulkan kekacauan fisik (Sejati, 2012).

Tidak ada teori maupun penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kepercayaan diri tidak berhubungan dengan kecemasan, namun peneliti menduga ada beberapa faktor yang mempengaruhi penelitian ini yaitu Persaingan yang begitu banyak membuat fresh graduate yang melamar pekerjaan kurang percaya diri dan merasakan kecemasan pada dirinya, akreditasi kampus dan jurusan yang dapat mempengaruhi fresh graduate dalam

mencari pekerjaan,serta kelebihan yang dimiliki fresh graduate pada saat melamar suatu pekerjaan (Dewanggana et al., 2016).

Hal ini bisa jadi disebabkan oleh kepercayaan diri dan kecemasan dalam mencari pekerjaan tinggi .hal ini dinyatakan oleh salah satu responden penelitian yang menyatakan:

"Iya saya merasa gelisah dalam tes melamar kerja ini dek,ya bagaimana ya persaingan begitu banyak dari orang-orang yang berbeda kota yang ada diindonesia ini yang melamar pekerjaan,sehingga merasa kurang percaya diri tidak dapat lulus dalam seleksi kerja dan juga banyak orang-orang yang melamar pekerjaan mereka lulusan di universitas ternama atau bisa dibilang akreditasi kampus mereka bagus serta ada beberapa orang yang melamar pekerjaan itu sudah memiliki pengalaman sebelumnya, ya bisa dibilang pernah bekerja.

Dari Hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa individu dalam menghadapi dunia kerja merasa kurang percaya kepada dirinya yang dimana subjek merasa tidak bisa akan kemampuan yang dimilikinya dan kurang memiliki keahlian akan diri yang dimilikinya,sehinga individu kurang percaya diri dan merasa cemas yang tinggi dalam menghadapi dunia kerja

Berdasarkan aspek kepercayaan diri dapat diketahui bahwa aspek dengan kategorisasi tinggi adalah aspek tanggung jawab, optimis,.aspek dengan kategorisasi sedang adalah aspek keyakinan atas kemampuan diri dan kategorisasi rendah adalah aspek rasa aman.

Berdasarkan aspek kecemasan dapat diketahui bahwa aspek dengan kategorisasi tinggi adalah aspek pemikiran, kemudian kategorisasi sedang yaitu pada aspek suasana hati, dan reaksi fisik dan pada kategorisasi rendah yaitu pada aspek perilaku (Fitri & Endratno, 2021).

Menurut Taylor (2003) membangun kepercayaan diri berdampak besar terhadap keyakinan diri, kesehatan, kesejahteraan, hubungan dekat, keluarga, persahabatan dan kehidupan perkerjaan. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Percaya diri merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya.

Sedangkan pada variabel kecemasan aspek dengan kategori tinggi terbanyak adalah aspek pemikiran yang merupakan kecemasan yang muncul dikarenakan memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada dan khawatir serta berpikir tentang hal yang buruk. Seseorang yang cemas terhadap dunia kerja, memiliki pemikiran-pemikiran yang negatif

mengenai mampu tidaknya ia menghadapi dunia kerja, dan biasanya pemikiran ini akan menetap cukup lama. Tanpa ada usaha dari individu untuk merubah pemikiran tersebut menjadi sesuatu yang lebih positif maka pemikirannya akan tetap seperti itu (Lauster 2002).

Pemikiran negatif yang timbul dapat berupa apa saja namun efeknya tetap sama yaitu membuat kondisi seseorang menjadi tidak nyaman dikarenakan seringkali memikirkan hal tersebut. Pemikiran dapat berupa perasaan tidak mampu, merasa tidak memiliki keahlian, tidak siap dan sebagainya dan aspek dengan kategorisasi tinggi paling sedikit adalah aspek perilaku yang dalam artian orang yang cemas menghadapi dunia kerja dengan menghindari situasi yang menyangkut seputar dunia kerja misalnya informasi-informasi tentang dunia kerja atau pertanyaan-pertanyaan seputar dunia kerja.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut;

1. Hasil Penelitian ini menunjukkan dapat diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen Medan yang berarti H_0 Ditolak.
2. Untuk nilai korelasi sebesar 0,667 yang artinya ada hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada fresh graduate di Universitas HKBP Nommensen (sig <0,05) yang berarti hipotesis penelitian diterima, berdasarkan hasil uji spearman bahwa terdapat nilai yang tidak signifikan yang dimana tidak ada ditemukan hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada fresh graduate mahasiswa di universitas HKBP Nommensen Medan. Artinya Hipotesis penelitian ini ditolak.
3. Dilihat dari kategorisasi subjek penelitian yaitu Kepercayaan diri dimana sampel sebanyak 217 orang (68,9%) memiliki kepercayaan diri sedang, sementara sampel penelitian Kecemasan sebanyak 233 orang (73,0%) memiliki Kecemasan sedang .secara umum Kepercayaan Diri dan Kecemasan berada pada kategorisasi sedang.
4. Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek Kepercayaan diri didapatkan aspek-aspek dengan kategorisasi tinggi paling banyak adalah aspek Tanggung jawab yakni sebanyak 294 orang (93,3%), kategorisasi sedang berada pada aspek Rasa aman yakni sebanyak 235 orang (74,6%) dan untuk kategorisasi rendah paling banyak berada pada aspek keyakinan pada kemampuan dirisendiri yakni sebanyak 17 orang (5,4%).
5. Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek kecemasan didapatkan aspek dengan

kategorisasi tinggi yang paling banyak adalah Pemikiran yakni sebanyak 71orang (22,5%) kategorisasi sedang yang paling banyak adalah aspek Reaksi Fisik yakni sebanyak 237orang (75,3%)dan untuk kategorisasi rendah paling banyak yakni aspek Perilaku 71orang (22,5).

DAFTAR PUSTAKA

- A'yunina, H., & Abdurrohim, A. (2021). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) Klaster Humanoira*.
- Amalia, V. R., & Nashori, F. (2021). Hubungan Antara Religiusitas Dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi. *Psychosophia: Journal Of Psychology, Religion, And Humanity*, 3(1), 36–55. <https://doi.org/10.32923/Psc.V3i1.1702>
- Ardini, F. M., & Rosmila, M. (2021). Profil Perencanaan Karir Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Mathlaul Anwar. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(1), 9–16. <https://doi.org/10.33541/Jsvol2iss1pp1>
- Arifianti, R. (2023). *Gambaran Academic Burnout Mahasiswa Semester Akhir Jurusan Keperawatan Universitas Diponegoro*. Universitas Diponegoro.
- Daniarsyah, D. (2020). Menghalau Perilaku Kontraproduktif : Transformasi Jabatan Administrasi Menjadi Jabatan Fungsional. *Jipags (Journal Of Indonesian Public Administration And Governance Studies)*, 4(1). <https://doi.org/10.31506/Jipags.V4i1.7794>
- Dewanggana, B. D., Paramita, P. D., & Haryono, A. T. (2016). Pengaruh Komitmen Organisasi, Kepuasan Kerja, Budaya Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior (Ocb) Yang Berdampak Pada Prestasi Kerja Karyawan (Studi Pada Pt. PIn App Semarang). *Journal Of Management*, 2(2).
- Fitri, I. K., & Endratno, H. (2021). Pengaruh Komitmen Organisasi Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Organizational Citizenship Behavior Sebagai Variabel Intervening: Studi Pada Karyawan Hotel Bahari, Kabupaten Tegal. *Derivatif: Jurnal Manajemen*, 15(2), 276–293. <https://doi.org/10.24127/Jm.V15i2.663>
- Hanifah, A. (2019). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Burnout Pada Guru Sd Di Jakarta Timur*. Universitas Negeri Jakarta. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/3169>
- Karomah, R. (2020). Analisis Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Wanita Menikah (Studi Pada Pt. Sukorintex Batang). *Akses: Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 14(2). <https://doi.org/10.31942/Akses.V14i2.3271>
- Kurniawan, A. (2015). Pengaruh Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior (Ocb) Pt X Bandung. *Jurnal Manajemen Maranatha*, 15(1). <https://doi.org/10.28932/Jmm.V15i1.28>
- M Rusdi, Z. (2014). Analisis Perilaku Kerja Kontra Produktif Pada Pegawai Negeri Sipil Di Bandar Lampung. *Jurnal Bisnis Dan Manajemen*, 10(2), 165–179.

- Made Agus, M. (2022). *Studi Fenomenologi Perilaku Cyberloafing Pegawai Negeri Sipil Di Badan Kepegawaian Pengembangan Sumber Daya Manusiakabupaten Karangasem Provinsi Bali*. Institut Pemerintahan Dalam Negeri. <https://doi.org/10.22212/kajian.v24i4.3922>
- Rabbani, M. R., & Wahyudi, H. (2023). Pengaruh Academic Self-Efficacy Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 202–211. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v3i1.5188>
- Rahmah, H. (2020). *Hubungan Antara Al-Haya'dengan Perilaku Kerja Kontraproduktif Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kota Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/28394>
- Rimbun, C. M. (2021). *Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Bekerja Di Kota Makassar*. Universitas Bosowa. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/1164>
- Rizdanti, S., & Akbar, S. (2022). Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Jurnal Kedokteran Stm (Sains Dan Teknologi Medik)*, 5(2), 94–100. <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.318>
- Saraswati, K., & Hakim, G. (2019). Pengaruh Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior Pada Dinas Pendidikan Kabupaten Malang. *Jurnal Sains Psikologi*, 8(2), 238–247. <https://doi.org/10.17977/um023v8i22019p238>
- Sari, I. K., Farha, T. R., & Sanjaya, V. F. (2021). Pengaruh Konflik Peran Ganda Terhadap Kinerja Karyawan Wanita Dengan Stress Kerja Sebagai Mediasi. *Gema: Journal Of Gentiaras Management And Accounting*, 13(1), 51–59. <https://doi.org/10.47768/gema.v13i1.227>
- Winurini, S. (2023). Workplace Well-Being Pada Pegawai Negeri Sipil Setelah Reformasi Birokrasi (Studi Kasus: Pemerintah Kota Yogyakarta). *Kajian*, 24(4), 237–252.
- Yudhaningsih, N. M. (2021). Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Perawat. *Jurnal Ilmiah Satyagraha*, 4(1), 47–64. <https://doi.org/10.47532/jis.v4i1.230>