

**BAGAIMANA MENGHADAPI KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR? : SEBUAH LITERATURE REVIEW**Ni Kadek Wangi Wulandari<sup>1</sup>, I Gusti Ayu Diah Fridari<sup>2</sup><sup>1,2</sup>Universitas UdayanaEmail: [wangi.wulandari@student.unud.ac.id](mailto:wangi.wulandari@student.unud.ac.id)

**Abstrak:** Mahasiswa semester akhir yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal seringkali mengalami masalah kecemasan, khususnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja merupakan perasaan sementara yang tidak menyenangkan mengenai dunia kerja karena adanya ketidakpastian mengenai kemungkinan yang akan terjadi, sehingga menimbulkan kekhawatiran pada individu. Metode yang digunakan dalam menyusun literatur review pada penelitian ini adalah *overview article* yang disusun berdasarkan 11 jurnal dari penelitian dalam rentang tahun 2013-2023. Hasil dari kajian *literature review* ini diketahui bahwa aspek kepercayaan diri, self efficacy, *self awareness*, regulasi diri, konsep diri, kematangan vokasional, adaptabilitas karir, orientasi karir, serta dukungan sosial keluarga, orangtua dan teman sebaya berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dapat memicu berbagai dampak negatif bagi individu seperti, penurunan minat berprestasi, menurunnya keinginan untuk mengembangkan diri hingga ketidakberfungsian dalam kehidupan sosial.

**Kata Kunci:** Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja, Mahasiswa Semester Akhir.

**Abstract:** *Final year students who are in the early adulthood development stage often experience anxiety problems, especially future career anxiety. Future career anxiety is a temporary unpleasant feeling about the world of work because of threats regarding what might happen, giving rise to worry in the individual. The method used in compiling the literature review in this research is an overview article compiled based on 11 research journals in the 2013-2023 period. The results of the literature review study show that aspects of self-confidence, self-efficacy, self-awareness, self-regulation, self-concept, vocational maturity, career adaptability, career orientation, and social support from family, parents and peers affect future career anxiety in final year students. Future career anxiety can trigger various negative impacts for individuals, such as decreased interest in achievement, decreased desire to develop oneself and dysfunction in social life.*

**Keywords:** *Future Career Anxiety, Final Year Student.*

**PENDAHULUAN**

Bekerja merupakan salah satu upaya yang dilakukan individu untuk memperoleh kehidupan yang lebih baik. Hal tersebut dapat diperoleh, salah satunya melalui pengembangan rencana karir yang matang dan terstruktur. Pendidikan formal mulai dari jenjang taman kanak-kanak hingga

pendidikan di perguruan tinggi merupakan salah satu contoh dari upaya yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan karir. Upaya untuk mencapai tujuan karir akan semakin kompleks ketika memasuki usia dewasa awal, karena pada tahap ini individu dihadapkan dengan kewajiban untuk membuat keputusan sendiri terkait karir, nilai-nilai, keluarga dan hubungan, serta tentang gaya hidup (Santrock, 2002).

Hernawati (2006) mengategorikan masa dewasa awal pada rentang usia 18-25 tahun. Pada rentang usia tersebut sebagian besar individu akan berada pada tahap pendidikan di perguruan tinggi sebagai mahasiswa semester akhir. Pada fase perkembangan dewasa awal, mahasiswa diminta mampu memutuskan pilihan karir, mulai mencari pasangan hidup yang sesuai, serta mengembangkan pola hidup yang sesuai dengan individu itu sendiri (Nugroho dan Karyono, 2014). Kondisi tersebut rentan membuat mahasiswa semester akhir mengalami kecemasan. Chaplin (2011), menjelaskan bahwa kecemasan sebagai suatu perasaan kekhawatiran dan ketakutan menghadapi situasi yang akan datang tanpa sebab khusus dari timbulnya ketakutan tersebut, kecemasan disertai dengan gejala-gejala fisik seperti berkeringat dingin, gemetar, usaha melarikan diri dan lain-lain.

Kecemasan pada mahasiswa semester akhir dikategorikan pada tingkat berat hingga sangat berat. Kecemasan tersebut memengaruhi perubahan fisik dan kognitif mahasiswa (Sumadinata, 2019). Gejala fisik yang dirasakan seperti gelisah, pusing, berkeringat dan sulit bernafas, sedangkan gejala kognitif yang dirasakan seperti muncul perasaan tegang, takut, dan khawatir. Kecemasan yang dialami mahasiswa dapat mengakibatkan dampak negatif yang dapat mengganggu fisik maupun psikis dari individu (Sukmadinata, 2009). Kecemasan pada mahasiswa semester akhir dipicu oleh beberapa sumber, seperti masalah akademik maupun kecemasan yang diakibatkan oleh masalah terkait karir. Penelitian yang dilakukan Destarica (2019) menunjukkan bahwa sebesar 47% dari 99 mahasiswa semester akhir mengalami kecemasan akibat tuntutan dalam menghadapi dunia kerja.

Yunita dan Puji (2014) mendefinisikan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebagai suatu nilai yang dimiliki individu terkait pencapaian tujuan yang berkaitan dengan dunia kerja yang tidak pasti, yang menyebabkan konflik pada diri sendiri yang mengakibatkan terganggunya pola pikir seperti ketakutan dan kekhawatiran pada dunia kerja, menghindari hal yang berkaitan dengan dunia kerja, dan juga terganggunya respon fisiologis seperti sering berkeringat, jantung

terasa berdebar saat bersinggungan dengan dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja juga dapat diartikan sebagai suatu perasaan sementara yang tidak menyenangkan mengenai dunia kerja karena adanya ketidakpastian mengenai kemungkinan yang akan terjadi, sehingga menimbulkan kekhawatiran pada individu (Susilarini, 2022).

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berdampak negatif pada mahasiswa semester akhir. Menurut Prawirohusodo (dalam Rusli, 2004) kecemasan dalam menghadapi dunia kerja memicu gangguan fungsi sosial, menghambat pengembangan diri individu, hingga melemahkan kemampuan berprestasi mahasiswa. Kecemasan yang berlarut tanpa dibarengi dengan upaya penyembuhan dapat berakibat fatal bagi individu.

Berdasarkan uraian terkait masalah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja diatas, peneliti melihat besarnya pengaruh yang dapat ditimbulkan dari kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengkaji penelitian-penelitian yang menjelaskan mengenai faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Sejalan dengan pernyataan tersebut maka kajian literatur pada penelitian ini bertujuan untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir.

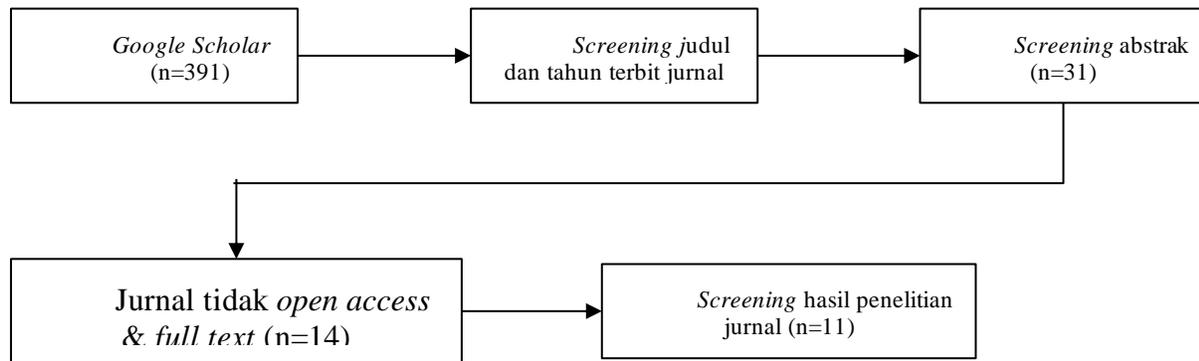
## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam menyusun literatur review pada penelitian ini adalah overview article yaitu peneliti akan merangkum beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya terkait topik yang sesuai, kemudian peneliti menuangkan pemahaman sesuai artikel yang diperoleh (Jerrells, 2000). Pencarian literatur dilakukan melalui Google Scholar menggunakan kata kunci “kecemasan dalam menghadapi dunia kerja”, “mahasiswa semester akhir” yang menghasilkan 11 jurnal. Kriteria inklusi yang digunakan pada penelitian ini adalah 10 tahun terakhir yaitu 2014-2024 dengan subjek penelitian yang digunakan adalah mahasiswa semester akhir, open access dan full text. Periode pencarian dan pengumpulan jurnal pada penelitian ini dimulai pada tanggal 10 Desember 2023 hingga 23 Desember 2023, dilanjutkan dengan proses analisis dan penyusunan literatur review hingga tanggal 8 Januari 2024.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

Pencarian jurnal dilakukan melalui google scholar dan menghasilkan 391 jurnal sesuai dengan kata kunci dan topik yang dipilih. Dari 391 jurnal tersebut kemudian dilakukan peneliti melakukan screening pada judul jurnal dan tahun terbit jurnal sehingga menghasilkan 74 jurnal, selanjutnya dilakukan screening kembali pada abstrak menghasilkan 31 Jurnal, kemudian dari 31 jurnal terdapat 17 jurnal yang tidak open acces dan fulltext sehingga terdapat 11 jurnal yang memiliki hasil penelitian dan kesesuaian dengan topik bahasan yang dikaji.



Gambar 1. Proses Pencarian Artikel yang Dituju

Tabel 1. Hasil Kajian Literatur yang Terpilih

Judul	Penulis	Hasil Kajian
Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir	Halen Yulia Wilfrida & Maria Nugraheni Mardi Rahayu	Adanya pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan nilai $r = -0,752$ .
Hubungan Antara Adaptabilitas Karier dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Sharen Putri Tesalonia & Doddy Hendro Wibowo	Adanya hubungan antara <i>self-efficacy</i> dengan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi $0,937 (p > 0,05)$
Hubungan Antara Self-Efficacy dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa	Alifiya Nurasmaul Husna, Lukman & Kurniati Zainuddin	Adanya hubungan antara <i>self-efficacy</i> dengan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi $) > 0,05$

Tingkat Akhir di Universitas Negeri Makassar		(p=0,001).
<i>Self Awareness</i> dan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Ardhito Faza Akhnaf, Resdiyanti Permata Putri, Aqsa Vaca, Novita Putri Hidayat, Rizka Iznania Az-Zahra, & Ahmad Rusdi	Adanya hubungan antara <i>self awareness</i> dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi ( $p < 0.05$ ).
Kematangan vokasional dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir	Ahmad Zulfahmi & Devina Andriany	Adanya hubungan antara kematangan vokasional terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi ( $r=-0,251$ ; $p < 0.05$ ).
Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peran orientasi masa depan ?	Ni Luh Gede Ira Wijayanti, IGAA Noviekayati & Amherstia Pasca Rina	Adanya hubungan antara orientasi masa depan terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi 58,3%.
Dukungan Sosial Keluarga dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir	Fairuz Dhiya Nur Rizqi & Annastasia Ediaty	Adanya pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai sumbangan efektif 23,2%.
Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro	Hanny Mentari Putri & Dinni Asih Febriyanti	Adanya pengaruh dukungan sosial orangtua terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai sumbangan efektif sebesar 3,1%.
Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala	Teuku Riki Azhari & Mirza	Adanya pengaruh regulasi diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai signifikansi ( $r=-0.62$ , $p=0.00$ , $p<0.05$ ).

Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir	Faradina Khoirunnisa, Fauziyah & Jati Ariati	Adanya pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai sumbangan efektif sebesar 28,9%.
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Konsep Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Dewi Yunita Sari & Tri Puji Astuti	Adanya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dengan nilai sumbangan efektif 27,3%.

**B. Pembahasan**

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti kepercayaan diri (Wilfrida, H. Y., & Rahayu, M. N. M, 2023), aspek adaptabilitas karir (Tesalonia, S. P., & Wibowo, D. H, 2023), aspek self-efficacy (Husna, A. N., & Zainuddin, K, 2023), aspek self awareness (Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A, 2022), aspek kematangan vokasional (Zulfahmi, A., & Andriany, D, 2021), aspek orientasi masa depan Rina, A. P, (2022), aspek dukungan sosial keluarga (Rizqi, Fairuz Dhiya Nur, and Annastasia Ediati, 2020), aspek dukungan sosial orangtua (Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020), aspek regulasi diri Azhari, T. R., & Mirza, M. (2016), aspek dukungan sosial teman sebaya Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015), aspek konsep diri Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014).

Pada penelitian Azhari, T. R., & Mirza, M. (2016) yang mengkaji hubungan antara regulasi diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja menunjukkan adanya hubungan negatif, yang menandakan bahwa aspek regulasi diri yang rendah menyebabkan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, begitu pula sebaliknya, regulasi diri yang tinggi menjadi salah satu cara menghindari kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Riset Tesalonia & Wibowo (2023) mengenai pengaruh adaptabilitas karir terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja juga menunjukkan nilai signifikansi yang tinggi. Adaptabilitas karir merupakan kesiapan individu untuk menghadapi segala tuntutan karir dimasa depan termasuk menyiapkan diri untuk menyesuaikan diri dengan segala perubahan yang tidak terduga terkait kondisi kerja (Savickas & Porfeli, 2013). Oleh sebab itu adaptabilitas karir berfungsi untuk memandu individu dalam menentukan

keputusan dan strategi untuk mencapai tujuan karir, sehingga membentuk adaptabilitas karir sedini mungkin dapat mencegah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja juga dapat dicegah melalui pengembangan konsep diri Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Konsep diri didefinisikan sebagai gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya secara menyeluruh yang diperoleh dari perasaan individu mengenai dirinya sendiri, keyakinan orang lain mengenai diri individu, serta gagasan-gagasan individu tentang pribadi yang diinginkan sehingga dapat mempengaruhi cara individu berperilaku. Bila individu percaya bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan yang dihadapi dalam hidupnya, maka individu tersebut akan merasa semakin cemas bila menghadapi suatu tantangan, seperti tantangan dalam menghadapi dunia kerja yang akan dihadapi oleh mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi (Bandura dalam Nevid, Rathus, & Greene, 2005).

Selain konsep diri terdapat pula aspek regulasi diri yang berpengaruh dalam mencegah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah respon-respon, seperti mengendalikan impuls perilaku (dorongan perilaku), menahan hasrat, mengontrol pikiran, dan mengubah emosi (Kowalski & Leary, 2000). Dengan kemampuan regulasi diri yang baik individu akan mampu membuat keputusan dan rencana karir yang matang sesuai dengan minat dan bakat individu itu sendiri.

Dukungan sosial adalah pemberian bantuan yang mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu (Sarafino, 2006). Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun orangtua dapat mencegah mahasiswa semester akhir mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Putri & Febriyanti, 2020; Rizqi et al, 2020; Ariati & Fauziah, 2015). Selain itu menurut Rina, A. P, (2022) aspek orientasi masa depan juga berpengaruh positif dalam mencegah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hal tersebut karena aspek orientasi masa depan mempengaruhi motivasi, evaluasi dan perencanaan individu sehingga dapat membantu individu dalam menentukan tujuan yang diinginkan, merencanakan masa depan, merekonstruksi tujuan, dan merealisasikan tujuan tersebut, sedangkan serta mengevaluasi kembali kemungkinan realisasi tujuan dan rencana yang telah disusun (Nurmi, dalam Agusta 2014).

Kepercayaan diri dan Self efficacy merupakan dua aspek yang hampir serupa, namun kepercayaan diri didefinisikan sebagai keyakinan yang dimiliki individu kepada dirinya sendiri sebagai seorang yang mampu menghadapi situasi apapun dengan percaya diri. Sedangkan self-efficacy adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugasnya atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1977). Individu dengan self-efficacy yang tinggi cenderung mampu mengembangkan minat, berkomitmen, serta berani dalam mencoba hal-hal baru. Selain self-efficacy dan kepercayaan diri, self-awareness atau kesadaran membuat seseorang menyadari perasaan cemas yang dimiliki dan menentukan langkah yang diambil kedepannya (Akhnaf et al, 2022).

Zulfahmi, A., & Andriany, D, (2021) menyatakan aspek kematangan vokasional berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Individu dengan kematangan vokasional atau kematangan karir cenderung memiliki rencana karir, pengetahuan terkait karir, mampu mengambil keputusan karir secara rasional dan realistis sehingga terhindar dari kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil uraian dari beberapa jurnal terkait aspek-aspek yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang kerap kali dialami oleh mahasiswa semester akhir dipengaruhi oleh aspek di luar diri individu dan aspek dari dalam diri individu itu sendiri. Aspek dari dalam diri individu meliputi rasa kepercayaan diri, konsep diri, kemampuan regulasi diri individu, kemampuan adaptabilitas karir yang dimiliki individu, *self-efficacy*, *self-awareness*, kematangan vokasional yang dimiliki individu, serta orientasi individu terhadap masa depan. Sedangkan aspek di luar diri individu meliputi kedungan sosial yang individu dapatkan dari orangtua, keluarga maupun teman sebaya

Adapun rekomendasi yang dapat diberikan terkait hasil kajian *literature review* diatas yaitu; 1). Mahasiswa semester akhir dapat lebih mengenal aspek-aspek dalam diri sendiri untuk dapat terhindar dari kecemasan, 2). Orang-orang disekitar mahasiswa semester akhir dapat lebih peka terhadap kondisi dan perubahan-perubahan mahasiswa, 3). Apabila mahasiswa semester akhir

mengalami tanda-tanda yang merujuk pada kecemasan dapat langsung bercerita pada orang-orang terdekat ataupun berkonsultasi pada profesional sehingga gejala yang dialami tidak memburuk.

Selama proses penulisan *literature review* ini terdapat beberapa keterbatasan yang dialami, seperti terbatasnya variasi penelitian terkait topik yang dikaji, banyaknya jurnal yang tidak *open access* dan *full text*, tingginya angka jurnal yang tidak lulus dalam seleksi screening yang dilakukan. Oleh sebab itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih dalam lagi terkait topik kecemasan dalam menghadapi dunia kerja menggunakan sumber-sumber terbaru serta mencari *database* yang lebih bervariasi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). SELF AWARENESS DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(1), 107-118.
- Azhari, T. R., & Mirza, M. (2016). Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Syiah Kuala. *Mediapsi*, 2(2), 23-29.
- Chaplin, JP (2011). Kamus lengkap psikologi. Jakarta : Rajawali Pers
- Destarica, T. R. A. D. A. (2019). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang (Skripsi). Universitas Islam Negeri Raden Fatah. *Universitas Islam Negeri Raden Fatah*.
- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir. *Jurnal empati*, 4(4), 255-261.
- Hernawati, N. 2006. Tingkat Stress dan Strategi Koping Menghadapi Stress pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama tahun Akademik 2005/2006. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Husna, A. N., & Zainuddin, K. (2023). Hubungan Antara Self-Efficacy dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Negeri Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(6), 1080-1087.
- Nugroho, F. W., & Karyono, K. (2014). Hubungan antara hardiness dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 3(3), 76-84.
- Nugroho, F. W., & Karyono, K. (2014). Hubungan antara hardiness dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Empati*, 3(3), 76-84.

- 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(5), 375-383.
- Rina, A. P. (2022). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peran orientasi masa depan?.
- Rizqi, Fairuz Dhiya Nur, and Annastasia Ediati. (2020). "Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir." *Jurnal Empati* 8.4 (2020): 725-730.
- Santrock. J. W. (2002). *Adolescence: Perkembangan Remaja*.(edisi keenam) Jakarta: Erlangga.
- Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari konsep diri pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 3(4), 131-142.
- Savickas, Mark L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc., 42–70.
- Silarini, 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
- Tesalonia, S. P., & Wibowo, D. H. (2023). Hubungan antara Adaptabilitas Karier dan Kecemasan menghadapi dunia kerja pada Mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(12), 4665-4676.
- Wilfrida, H. Y., & Rahayu, M. N. M. (2023). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 4303-4307.
- Zulfahmi, A., & Andriany, D. (2021). Kematangan vokasional dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Cognicia*, 9(2), 64-75.