

Hubungan Antara Self-Efficacy dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Negeri Makassar

Alifiya Nurasmaul Husna¹, Lukman², dan Kurniati Zainuddin³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

E-mail: husnaalifiya21@gmail.com¹, lukman7210@unm.ac.id², kurniati.zainuddin@unm.ac.id³

Article History:

Received: 25 Juli 2023

Revised: 31 Juli 2023

Accepted: 10 Agustus 2023

Keywords: Kecemasan, Mahasiswa Tingkat Akhir, Self-Efficacy

Abstract: Mencari pekerjaan merupakan hal yang tidak mudah di Indonesia karena persaingan yang ketat membuat individu berusaha meningkatkan kualitas diri, terutama kualitas pendidikan yang dimiliki. Semakin tingginya tingkat pendidikan, maka semakin luas kesempatan individu untuk mendapatkan pekerjaan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Makassar. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 366 mahasiswa UNM tingkat akhir dari 9 fakultas yang belum pernah bekerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara self-efficacy dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian dapat digunakan untuk mengintervensi mahasiswa yang sudah mencari kerja untuk mengurangi kecemasan

PENDAHULUAN

Dunia kerja memerlukan kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan mental. Papalia, Olds, dan Feldman (2009) mengemukakan bahwa kondisi dunia kerja saat ini semakin kompetitif dan tuntutan terhadap keterampilan tenaga kerja semakin tinggi, sehingga untuk menjadi yang terbaik dibutuhkan sumber daya manusia yang kompeten, profesional, berkualitas, dan memiliki pengalaman. Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa pada tahun 2021 di Indonesia terdapat jumlah pengangguran sebanyak 5,712%, akan tetapi data pengangguran menurut jenjang pendidikan di Indonesia yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2021), salah satunya dari lulusan S1 sebanyak 565.541 orang.

Duffy dan Atwater (2009) mengemukakan bahwa banyaknya persoalan mengenai pekerjaan seperti persaingan, hambatan dan tantangan yang dihadapi membuat mahasiswa tingkat akhir terkendala dalam memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuannya. Mahasiswa tingkat akhir percaya bahwa ketika tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi dunia kerja, maka akan merasa cemas dalam menghadapi tantangan, seperti tantangan menghadapi dunia kerja setelah lulus dari perguruan tinggi (Nevid, Rathus, & Greene, 2005).

Penelitian Azhari dan Mirza (2016) juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja. Mahasiswa tingkat akhir mulai berpikir dunia kerja penuh dengan persaingan, tingkat kemampuan yang dimiliki, ketidakpastian diterima kerja, dan

mendapatkan pekerjaan yang diminati. Peneliti memperoleh data awal tentang kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja diisi oleh 35 responden yang merupakan mahasiswa aktif di Universitas Negeri Makassar. Data yang diperoleh dari aspek *physical symptoms* sebanyak 21 responden (60%) mengaku bahwa mahasiswa tingkat akhir merasa pusing ketika memikirkan pekerjaan yang akan didapatkan nanti. Sebanyak 26 responden (74,3%) pada aspek *thought*, mahasiswa tingkat akhir menganggap dirinya tidak mampu bersaing dalam seleksi kerja. Pada aspek *behavior*, sebanyak 34 responden (97,1%) mengaku bahwa mahasiswa tingkat akhir mencoba melakukan berbagai hal guna mencegah bahaya dengan mencari tahu informasi seputar bidang pekerjaan yang diminati. Dan aspek terakhir, *feelings* sebanyak 18 responden (51,4%) merasa gugup dan panik terhadap lapangan pekerjaan yang semakin sempit.

Peneliti melakukan wawancara terhadap lima mahasiswa tingkat akhir yang memiliki skor kecemasan tinggi untuk memahami mengapa kecemasan mereka tinggi dalam menghadapi dunia kerja. Hasil wawancara menunjukkan bahwa empat responden mengaku mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan alasan tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki. Mahasiswa tingkat akhir juga mengaku merasa gugup ketika memikirkan lapangan pekerjaan yang semakin sempit dan jumlah pengangguran yang semakin bertambah. Hasil wawancara tersebut mengindikasikan bahwa salah satu faktor yang membuat mahasiswa tingkat akhir cemas adalah kurangnya kemampuan yang dimiliki.

Suyanti dan Albadri (2021) mengemukakan bahwa ada 6 faktor kognitif yang menyebabkan kecemasan. Pertama, prediksi berlebihan pada rasa takut atau cemas dalam situasi yang dialami individu. Kedua, keyakinan yang irasional. Ketiga, sensitifitas berlebihan terhadap ancaman, individu seperti ini mempersepsikan bahaya pada situasi yang dianggap aman oleh orang lain. Keempat, sensitifitas kecemasan yang biasanya diartikan sebagai rasa takut terhadap kecemasan dan beberapa gejala yang berkaitan dengan kecemasan. Kelima, salah mengatribusikan sinyal-sinyal tubuh. Keenam, *self-efficacy* yang rendah, individu yang tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi tantangan dalam hidupnya, maka akan merasa cemas disaat dihadapkan pada tantangan.

Kasyfillah dan Susilarini (2021) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu *self-efficacy*. Hal ini dapat terjadi karena karakteristik individu yang mengalami kecemasan rendah berbanding terbalik dengan karakteristik individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi. Penelitian Fadlilah (2010) menemukan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi maka semakin besar pula kepercayaan diri individu terhadap kesanggupannya untuk berhasil dalam mencapai tujuan. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang rendah merasa tidak yakin dan akan mengalami kecemasan yang tinggi.

Berdasarkan hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan signifikan antara *self-efficacy* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar. Apabila *self-efficacy* mahasiswa tinggi, maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja rendah. Sebaliknya, jika *self-efficacy* mahasiswa rendah, maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja akan tinggi.

METODE PENELITIAN

Variabel dalam penelitian ini adalah *self-efficacy* (variable bebas) dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (variable terikat). Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar angkatan 2015, 2016, dan 2017. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Teknik yang digunakan dalam untuk menentukan subjek pada penelitian ini adalah *random sampling*. Teknik *random sampling* merupakan metode pemilihan partisipan penelitian yang memperoleh jumlah partisipan yang dipilih

sesuai dengan jumlah sampel yang diperoleh berdasarkan angka random. Variabel *self-efficacy* dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yang diadaptasi dari skala milik Rifki Indra Ardian, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja diukur berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky (2015) yang diadaptasi dari skala milik Mahbub Nadziri, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Material yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari *informed consent* beserta link yang diisi melalui *google form*. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala. Penskalaan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala Likert. Saifuddin (2020) mengemukakan bahwa skala Likert merupakan jenis skala psikologi yang cocok digunakan untuk mengukur aspek sikap atau non kognisi. Dalam skala Likert memiliki dua jenis aitem yakni, aitem *favorable* yaitu aitem yang mendukung indikator dan aitem *unfavorable* yaitu aitem yang tidak mendukung indikator. Perhitungan reliabilitas menggunakan analisis reliabilitas *chronbach's alpha* terhadap skor aitem dengan SPSS v.26.0 *for windows* yang menghasilkan nilai reliabilitas *self-efficacy* 0,955 dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja 0,923. Teknik analisis data dalam menguji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, uji asumsi dan uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dengan menggunakan SPSS v.26.0 *for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Deskripsi Partisipan Penelitian

Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif tingkat akhir Universitas Negeri Makassar angkatan 2015, 2016, dan 2017. Total populasi mahasiswa UNM adalah 7.631, dengan *margin of error* 5%, *confidence level* 95%, dan *response distribution* 50%, sehingga jumlah sampel minimal adalah 366 responden.

Tabel 1. Deskripsi Berdasarkan Angkatan

Angkatan	<i>f</i>	%
2015	47	13%
2016	118	32%
2017	201	55%
Total	366	100%

Responden dalam penelitian ini sebanyak 366 dan responden dalam penelitian ini melibatkan mahasiswa pada angkatan 2015, 2016, dan 2017. Responden paling banyak terlibat berada pada angkatan 2017 (55%).

Tabel 2. Deskripsi Berdasarkan Fakultas

Fakultas	<i>f</i>	%
Matematika dan Alam	52	14,21%
Seni dan Desain	18	4,91%
Teknik	59	16,12%
Bahasa dan Sastra	36	9,83%
Ekonomi dan Bisnis	33	9,01%

Ilmu Sosial dan Hukum	44	12,02%
Ilmu Keolahragaan	45	12,30%
Ilmu Pendidikan	58	15,85%
Psikologi	21	5,75%
Total	366	100%

Responden dalam penelitian ini sebanyak 366 dan responden dalam penelitian ini melibatkan 9 fakultas di Universitas Negeri Makassar. Responden paling banyak terlibat berada pada Fakultas Teknik sebanyak (16,12%). Dan responden yang paling sedikit berada pada Fakultas Seni dan Desain (4,91%).

2. Deskripsi data penelitian

Tabel 3. Rerata Variable Penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
<i>Self-Efficacy</i>	29	145	87	19
Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	19	95	57	13

Hasil analisis data skor hipotetik pada kedua variabel (*self-efficacy* dan kecemasan) berbeda. Skor terendah *self-efficacy* 19 dan kecemasan 29. Skor tertinggi *self-efficacy* 145 dan kecemasan 95. dengan jumlah nilai rata-rata 12,5 serta memiliki standar deviasi *self-efficacy* 19 dan kecemasan 13.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>p</i>	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i>	0,092	Normal
Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja		

Hasil uji normalitas diperoleh nilai sebesar $0,092 < 0,05$. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji hipotesis korelasi rank spearman dengan bantuan *software SPSS 26.0 for windows*. Hipotesis *rank spearman* digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara kedua variable.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	<i>r</i>	<i>p</i>	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i>	-0,790	0.000 ($p < 0.05$)	Signifikan
Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja			

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r) antara *self-efficacy* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Makassar sebesar $-0,790$ dengan taraf signifikansi p -value sebesar $0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini (H_0) ditolak. Hasil uji hipotesis ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

4. Analisis Tambahan

Penelitian ini melakukan uji tambahan daya beda variabel *self-efficacy* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Makassar berdasarkan jenis kelamin, angkatan, dan fakultas.

a. Perbedaan berdasarkan angkatan

Tabel 6. Uji Perbedaan Self-Efficacy Berdasarkan Angkatan

Variabel	Angkatan	N	Mean	p
<i>Self-Efficacy</i>	2015	47	101,44	0,000
	2016	118	85,06	
	2017	201	88,33	

Hasil uji *One Way ANOVA* pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) $> 0,05$ ($p = 0,000$) yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara efikasi diri berdasarkan angkatan. Angkatan yang memiliki *mean rank* tinggi pada variabel *self-efficacy* yaitu angkatan 2015 dengan jumlah 101,44.

Tabel 7. Uji Perbedaan Kecemasan Berdasarkan Angkatan

Variabel	Angkatan	N	Mean	p
Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	2015	47	33,42	0,004
	2016	118	38,96	
	2017	201	37,49	

Hasil uji *One Way ANOVA* pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) $> 0,05$ ($p = 0,004$) yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berdasarkan angkatan. Angkatan yang memiliki *mean rank* tinggi pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu angkatan 2016 dengan jumlah 38,96.

c. Perbedaan berdasarkan fakultas

Tabel 8. Uji Perbedaan Self-Efficacy Berdasarkan Fakultas

Variabel	Fakultas	N	Mean	p
<i>Self-Efficacy</i>	Mipa	52	100,82	0,000
	Seni dan Desain	18	82,00	
	Teknik	59	86,74	
	Bahasa dan Sastra	36	82,47	
	Ekonomi dan Bisnis	33	89,60	
	Ilmu Sosial dan Hukum	44	87,27	

	Ilmu Keolahragaan	45	85,93	
	Ilmu Pendidikan	58	88,63	
	Psikologi	21	92,90	

Hasil uji *One Way ANOVA* pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p)>0,05 ($p=0,000$). Dari uji beda di atas ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-efficacy* berdasarkan fakultas. Fakultas yang memiliki *mean rank* tinggi pada variabel *self-efficacy* yaitu fakultas Mipa dengan jumlah 100,82.

Tabel 9. Uji Perbedaan Kecemasan Berdasarkan Fakultas

Variabel	Fakultas	N	Mean	<i>p</i>
Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	Mipa	52	33,32	0,001
	Seni dan Desain	18	42,33	
	Teknik	59	37,00	
	Bahasa dan Sastra	36	41,41	
	Ekonomi dan Bisnis	33	37,60	
	Ilmu Sosial dan Hukum	44	36,25	
	Ilmu Keolahragaan	45	39,64	
	Ilmu Pendidikan	58	37,81	
	Psikologi	21	34,47	

Hasil uji *One Way ANOVA* pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p)>0,05 ($p=0,001$) yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berdasarkan fakultas. Fakultas yang memiliki *mean rank* tinggi pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu fakultas Seni dan Desain dengan jumlah 42,33.

Pembahasan

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dan kecemasan menghadapi dunia kerja. Dalam hal ini, H_0 ditolak dan H_a diterima karena nilai $p < 0,05$ berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan analisis korelasi rank sparmen. Ini menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dipengaruhi oleh *self-efficacy*.

Terdapat korelasi yang bersifat lemah antara *self-efficacy* serta kecemasan menghadapi dunia kerja yang disebabkan oleh beberapa elemen termasuk perbedaan angkatan, tingkat *self-efficacy* dan tingkat kecemasan pada individu. Menurut penelitian ini, perbedaan angkatan memiliki dampak pada kecemasan menghadapi dunia kerja. Yang menyiratkan bahwa jenis kelamin adalah variabel yang mungkin berdampak pada tinggi rendahnya *self-efficacy*. *Self-efficacy* responden penelitian yang termasuk dalam kategori tinggi kemudian ditentukan oleh analisis persentase skor kategorisasi. Skor persentase hubungan antara *self-efficacy* dan kecemasan menghadapi dunia kerja mungkin meningkat jika hasil penelitian menunjukkan *self-efficacy* kategori rendah atau sedang.

Waqiati, Hardjajani, dan Nugroho (2012) menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, penelitian tersebut merupakan hasil penelitian terhadap 64 responden. *Self-efficacy* yang tinggi menunjukkan ketidakcemasan, memiliki sikap lebih teguh dalam menghadapi suatu kondisi. Sedangkan, *self-efficacy* yang rendah tidak memiliki keyakinan atas kemampuannya dan takut akan kegagalan, sehingga perasaan cemas akan menjadi meningkat (Kasih & Sudarji, 2012).

Dalam penelitian ini, *self-efficacy* masih merupakan salah satu elemen yang memengaruhi perasaan cemas individu dalam menghadapi dunia kerja. Jendra dan Sugiyo (2020) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* sedang cukup mampu menunjukkan kemampuan serta

memotivasi dalam rangka menyelesaikan tugas yang akan dihadapi. Kristiyani (2016) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan memandang tugas yang sulit sebagai suatu tantangan untuk diselesaikan, bukan sebagai rintangan yang harus dihindari. *Self-efficacy* tinggi dapat menetapkan tujuan yang menantang dan mampu menjaga komitmen. Sebaliknya, *self-efficacy* yang rendah akan menghadapi kesulitan dengan cara menghindar, memiliki keraguan atas kemampuan diri, dan membentuk komitmen yang lemah.

Berdasarkan temuan tambahan dalam penelitian ini bahwa secara signifikan terdapat perbedaan antara kecemasan menghadapi dunia kerja secara angkatan. Berdasarkan hasil analisis *Independent Sample t-test*, bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada angkatan 2015 lebih rendah daripada kecemasan menghadapi dunia kerja angkatan 2016 dan 2017. Hal ini disebabkan karena tingkat kecemasan tiap angkatan dalam mengatasi masalah berbeda-beda. Bandura (1997) mengemukakan bahwa kemampuan individu diukur dengan melihat tingkat kesulitan tugas yang diberikan apakah sederhana, cukup sulit, dan paling berat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian atau uji hipotesis, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Hubungan negatif dalam penelitian ini adalah skor *self-efficacy* mahasiswa tinggi maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja rendah. Sebaliknya, skor *self-efficacy* mahasiswa rendah maka kecemasan dalam menghadapi dunia kerja tinggi.

Peneliti memberikan beberapa saran berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat mempelajari *self-efficacy* apa saja yang dibutuhkan untuk menghadapi dunia kerja kecemasan yang dirasakan sebelum menghadapi dunia kerja kelak.
2. Bagi peneliti selanjutnya, memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Melakukan penelitian secara luring agar memudahkan untuk wawancara terkait gambaran kecemasan menghadapi masa dunia kerja maupun *self-efficacy* mahasiswa yang bertujuan untuk memperkuat data penelitian
3. Bagi *Career Development Center* UNM, diharapkan dapat memberikan sumbangsih untuk intervensi kepada mahasiswa sebelum memasuki dunia kerja.

DAFTAR REFERENSI

- Ardian, R. I. (2021). Hubungan antara kematangan vokasional dan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja freshgraduate program studi pgsd. (*Skripsi diterbitkan*). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azhari, T. R., & Mirza. (2016). Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Mediapsi*, 2(2), 23-29. doi:org/10.21776/ub.mps.2016.002.02.4.
- Badan Pusat Statistik (2021). Jumlah pengangguran di Indonesia. Diakses pada tanggal 6 November 2021, from <http://sulsel.bps.go.id>.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy - The Exercise of Control*. Fifth Printing, 2002. New York: W.H. Freeman & Compan.
- Duffy, K. G., Atwater, E. (2009). *Psychology For Living*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Greenberger, D., & Padesky, A.C. (2015). *Mind Over Mood: Change How Your Feel By Changing The Way You Think*. Second edition. New York: The Guilford Press
- Jendra, A. F., & Sugiyo. (2020). Pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan presentasi siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *Journal of Guidance and Counseling*, 4(1).
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2012). Hubungan self efficacy terhadap kecemasan berbicara di depan
-

-
- umum pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Bunda Mulia. *Jurnal Psibernetika*, 5(2), 47.
- Kasyfillah, A. M., & Susilarini, T. (2021). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dan self-efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. *Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(3).
- Kristiyani, T. (2016). *Self Regulated Learning*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Erlangga.
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta: Kencana
- Suyanti & Albadri. (2021). Self-efficacy dan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. *Psycomedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Waqiati, H. A., Hardjajani, T., & Nugroho, A. A. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada penyandang tuna daksa. *Jurnal Candra Jiwa*, 1(1). 45-56.
-