

# HUBUNGAN EFIKASI DIRI AKADEMIK DAN MINAT MENGIKUTI PROGRAM MBKM DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA

Ryzky Mega Safytri

*Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*

[ryzkymega@gmail.com](mailto:ryzkymega@gmail.com)

**Abstrak:** Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji hubungan antara efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh hubungan yang negatif. Hal ini ditunjukkan dengan skor korelasi variabel efikasi diri akademik dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar  $-0.454$  dan variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar  $-0.162$ . Dapat diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM, maka semakin rendah mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaliknya jika semakin rendah efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja.

**Kata kunci:** Mahasiswa, Efikasi Diri Akademik, Minat Mengikuti Program MBKM, Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.

## PENDAHULUAN

Menurut data yang dirilis Badan Pusat Statistik (2022) ada peningkatan pengangguran terdidik lulusan universitas yaitu dari bulan agustus 2021 sebanyak 848657 pada bulan februari 2022 menjadi sebanyak 884769. Data yang dirilis oleh BPS tersebut menunjukkan pengangguran terdidik lulusan universitas masih sangat tinggi. Memiliki gelar sarja bukan satu-satunya jaminan untuk bisa memiliki pekerjaan.

Menurut UU No. 13 tahun 2003 Bab I pasal I ayat 2 disebutkan bahwa tenaga kerja adalah setiap orang yang mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang dan jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun untuk masyarakat. Mahasiswa diminta memiliki kemampuan yang semakin tinggi dan dapat diunggulkan. Hal ini membuat mahasiswa memunculkan perasaan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Menurut intriana dan sekarina (2018) perasaan cemas menghadapi dunia kerja dikarenakan individu tidak menerima informasi yang cukup, merasa kurang berpengalaman, dan tidak memiliki keahlian khusus, kurang yakin dengan kemampuan yang ada ketika berhadapan dengan dunia kerja.

Menurut usianya mahasiswa berkisar diusia antara 18 tahun sampai 25 tahun dimana umur tersebut tergolong fase dewasa awal. Pada dewasa awal ada beberapa tugas perkembangan yang harus dilalui salah satunya adalah tugas memperoleh pekerjaan. Bukan hal yang mudah memasuki dunia kerja dengan memperoleh pekerjaan sesuai dengan minat dan bakat. Menurut Hanifa (2017) kecemasan menghadapi dunia kerja dapat muncul dikarenakan adanya faktor kognitif seperti persepsi negatif yang diliputi rasa kekhawatiran bahwa tidak mampu mengatasi masalah pekerjaan, faktor emosional yaitu

rasa tegang akan kondisi menakutkan di masa yang akan datang, dan faktor tuntutan sosial seperti standar keberhasilan atau ekspektasi orang-orang di sekitarnya yang terlalu tinggi.

Menurut Scarvanovi Dan Putri (2020) kecemasan menghadapi dunia kerja adalah penilaian diri seseorang terhadap sesuatu yang belum pasti dan tidak dapat diramalkan mengenai bagaimana pencapaian tujuan dalam dunia kerja. Hal ini yang mengakibatkan konflik pada individu dan pola pikir individu tersebut seperti kehadiran perasaan takut dan khawatir mengenai dunia kerja serta perilaku menghindari segala sesuatu yang berkaitan dengan dunia kerja.

Kini pemerintah melalui Menteri Pendidikan dan Kebudayaan telah meluncurkan program baru yaitu Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM) yang diharapkan berguna bagi mahasiswa mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja. Program MBKM merupakan kebijakan baru dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan yang mulai diterapkan oleh perguruan tinggi pada tahun 2020. Melalui program MBKM ini, universitas diharapkan mampu mengakomodasi kebutuhan lulusan yang profesional dan kompeten yang diperlukan dalam berbagai industri.

Program MBKM diimplementasikan untuk menghadapi kemajuan di bidang teknologi, perubahan sosial budaya, dinamika ekonomi dan politik, dan sebagainya. Melalui program MBKM mahasiswa diberi kesempatan meningkatkan kemampuan baik softskills ataupun hardskills agar lebih siap dan sinkron dengan kebutuhan zaman. Mahasiswa didorong untuk mampu menguasai berbagai ilmu dan teknologi yang berguna untuk mencari dan menemukan pengalaman sehingga mahasiswa siap memasuki dunia kerja. Kebijakan Mendikbud tersebut berkaitan dengan pemberian kebebasan bagi mahasiswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran selama maksimum tiga semester belajar di luar program studi dan kampusnya dengan tujuan untuk mendapatkan pengalaman belajar yang lebih luas dan kompetensi baru.

Setiap mahasiswa perlu yakin dengan kemampuan dan kompetensinya agar individu siap masuk dalam dunia kerja. Keyakinan kemampuan dan kompetensi atau keyakinan akademik pada diri individu dapat membantu mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja. Keyakinan diri akademik disebut sebagai efikasi diri akademik. Pada penelitian yang dilakukan Sari & Astuti (2014) yang mengemukakan bahwa individu yang memahami diri sendiri dan memiliki kemampuan yang dibutuhkan dalam karir, mempunyai cukup informasi dan akses informasi yang memadai terkait karir, serta manajemen diri yang baik maka dapat mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Keyakinan diri akademik akan mempengaruhi mahasiswa dalam kemandirian dan tanggungjawab, dengan efikasi diri akademik yang tinggi pada mahasiswa akan lebih siap menghadapi berbagai kendala dan tantangan karena individu merasa yakin bahwa mampu menjalaninya serta akan berani dalam menentukan tujuan yang ingin dicapai berdasarkan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki. Menurut Fitri dan Kustanti (2018) efikasi diri akademik dapat diartikan sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya melaksanakan dan mengorganisasikan suatu kegiatan tertentu dengan baik. Sedangkan efikasi akademik yang rendah pada mahasiswa dapat menyebabkan kurangnya tanggung jawab individu bahkan meninggalkan kuliahnya.

Dibutuhkan keyakinan diri akademik agar mahasiswa mampu meraih keberhasilan dalam menghadapi dunia kerja. Diharapkan program MBKM bisa menghilangkan gap antara dunia pendidikan dengan realitas dunia kerja. Dengan semua kebijakan MBKM membuat daya tarik bagi mahasiswa untuk berpartisipasi dalam mengikuti program MBKM. Berdasar wawancara pada mahasiswa yang telah mengikuti program MBKM, mahasiswa yang mengikuti program MBKM memperoleh kesempatan untuk beradaptasi di lingkungan baru dan memecahkan masalah secara langsung di luar kampus.

Berdasarkan apa yang sudah dijelaskan diatas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri akademik salah satu tingkah laku positif yang wajib dimiliki oleh mahasiswa. Sedangkan minat mengikuti program MBKM berguna untuk mempersiapkan diri memasuki dunia kerja bagi mahasiswa. Peneliti tertarik untuk

meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa.

## **METODE**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif. Pendekatan kuantitatif menekankan analisis dengan data numerical diolah dengan menggunakan metode statistika. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian adalah pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasional. Penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidak terdapatnya hubungan antara efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pada penelitian ini populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian adalah mahasiswa angkatan tahun 2019 jurusan Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang mengikuti program MBKM yang berjumlah 248. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 orang.

Pengumpulan data menggunakan metode skala pengukuran atau kuesioner yang dibagikan kepada partisipan dengan menggunakan sarana *google form*. Pengambilan data menggunakan *google form* yang disebar dengan cara mengirimkan pesan ke grup angkatan dan mengirim pesan satu persatu kepada mahasiswa yang mengikuti program MBKM melalui media *whatsapp*. Kuesioner disebar pada 248 mahasiswa angkatan 2019 yang mengikuti program MBKM di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2022 hingga 27 Juni 2022 mendapatkan sebanyak 40 responden. Pada tanggal 5 Juli 2022 melakukan penambahan responden. Selama kuesioner penelitian disebar terhitung 9 hari jumlah responden yang didapatkan sebanyak 50 responden.

Skala pengukuran atau kuisisioner berisi pernyataan-pernyataan yang dibagi menjadi dua yaitu *Favorable* dan *Unfavorable*. Skala pengukuran atau kuisisioner berisi lima kategori jawaban yaitu; Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala pengukuran atau kuisisioner mengacu pada aspek yang dikemukakan para tokoh untuk acuan atas dasar adanya penjabaran yang lebih mudah dipahami dan spesifik. Sehingga tidak menimbulkan kerancuan bagi peneliti. Aspek kecemasan menghadapi dunia kerja yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky (1995) sebagai acuan dalam penelitian ini. Aspek efikasi diri akademik dari Bandura (1997) digunakan sebagai acuan dalam penelitian ini. Aspek minat mengikuti program MBKM yang dikemukakan oleh Suryabrata (2007) sebagai acuan dalam penelitian ini.

## **HASIL**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat uji normalitas dan uji linieritas. Tidak tercapainya uji linieritas pada variabel minat mengikuti program MBKM oleh karena itu peneliti menggunakan teknik analisis *Product Moment* dan *Spearman's Rho* untuk mempermudah menguji korelasinya dibantu program *IBM Statistical for Science (SPSS)*.

Nilai yang diperoleh setelah melakukan uji normalitas pada semua variabel lebih dari 0.05 ( $p > 0.05$ ), dapat diartikan bahwa penelitian ini data berdistribusi normal. Setelah itu dilakukan uji linieritas pada variabel efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Variabel efikasi diri akademik dengan kecemasan menghadapi dunia kerja

memiliki nilai signifikansi sebesar 0.399 ( $p > 0.05$ ). Sementara variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki nilai signifikansi sebesar 0.004 ( $p < 0.05$ ). Hal ini mengartikan bahwa dalam penelitian ini variabel efikasi diri akademik memiliki hubungan yang linier dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sedangkan variabel minat mengikuti program MBKM tidak memiliki hubungan yang linier dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Setelah melakukan uji prasyarat didapati bahwa data dalam penelitian ini dari uji normalitas berdistribusi normal. Sedangkan dari hasil uji linieritas pada variabel efikasi diri akademik dengan menghadapi dunia kerja memiliki hubungan linier, maka teknik analisis data yang digunakan Korelasi *Product Moment*. Namun pada variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja tidak memiliki hubungan linier sehingga data dianalisis menggunakan teknik *Spearman's's Rho* untuk menguji korelasinya.

Variabel	Sig. (2 tailed)	Correlation Coefficient
Efikasi diri akademik	0.001	-0.454
Minat mengikuti program MBKM	0.260	-0.162

Tabel 1 Hasil Uji Korelasi

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis data menggunakan Korelasi dengan menggunakan Uji *Product Moment* pada variabel efikasi diri akademik dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh skor korelasi sebesar -0.454 dengan signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ), artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri akademik dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Sedangkan uji korelasi dengan menggunakan Uji *Spearman's's Rho* pada variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh skor korelasi -0.162 dengan signifikansi  $p = 0.260$  ( $P > 0.05$ ), artinya tidak memiliki hubungan yang signifikan antara variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja

Analisis data yang dilakukan selanjutnya adalah analisis sumbangan efektif (SE) yang bertujuan untuk melihat seberapa besar variabel efikasi diri akademik (X1) dan minat mengikuti program MBKM (X2) dalam mempengaruhi variabel kecemasan menghadapi dunia kerja (Y).

Variabel	Correlation Coefficient	(R <sup>2</sup> ) R Squared
Efikasi diri akademik	-0.454	0.206
Minat mengikuti program MBKM	-0.162	0.026

Tabel 1 Hasil Analisa Sumbangan Efektif (SE)

Berdasarkan analisis sumbangan efektif (SE) pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri akademik memiliki pengaruh sebesar 20.6% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Selanjutnya variabel minat mengikuti program MBKM memiliki pengaruh sebesar 2.6% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Untuk mengetahui tingkat rendah, sedang, dan tinggi pada subjek penelitian maka perlu diketahui jumlah rata-rata (*mean*) hipotetik masing-masing variabel.

Variabel	Mean Teoritis	Mean Empirik	Keterangan
Efikasi Diri Akademik	30	39.74	Tinggi
Minat Mengikuti Program MBKM	78	100.00	Tinggi

Tabel 2 Data Mean Teoritis dan Mean Empirik

Berdasarkan dari hasil perbandingan mean empirik dan mean teoritik yang didapatkan yaitu hasil mean empirik efikasi diri akademik menunjuka skor 39.74 dan mean teoritik dengan skor sebesar 30, artinya rata-rata data efikasi diri akademik dalam penelitian ini adalah tinggi. Selanjutnya hasil perhitungan mean empirik minat mengikuti program MBKM sebesar 100.00 dan mean teoritik 78, artinya rata-rata data minat mengikuti program MBKM dalam penelitian ini adalah tinggi. Sedangkan hasil perhitungan mean empirik kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 76.16 dan mean teoritik 90, artinya rata-rata data kecemasan menghadapi dunia kerja pada penelitian ini adalah rendah.

## DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan Korelasi *Product Moment* dan Uji *Sperman Rho* pada variabel efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh hubungan yang negatif. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM, maka semakin rendah mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaliknya jika semakin rendah efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja.

Pada hasil uji korelasi *Product Moment* variabel efikasi diri akademik diperoleh skor korelasi sebesar -0.454 dengan signifikansi  $p=0.001$  ( $p<0.05$ ), artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri akademik dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Dapat diartikan semakin tinggi efikasi diri akademik maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaliknya jika semakin rendah efikasi diri akademik maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja.

Hal ini bersesuaian dengan penelitian yang dilakukan Fitri dan Kustanti (2018) yang mengartikan efikasi diri akademik sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya melaksanakan dan mengorganisasikan suatu kegiatan tertentu dengan baik. Sedangkan efikasi akademik yang rendah pada mahasiswa dapat menyebabkan kurangnya tanggung jawab individu bahkan meninggalkan kuliahnya. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan merasa yakin mampu menyelesaikan tugas sesuai target, memiliki kemampuan tetap bertahan untuk mengerjakan tugas, individu merasa yakin menyelesaikan tugas sesuai target, individu merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki dalam kegiatan akademik, dan individu merasa yakin bahwa individu mampu sukses menjalaninya dengan baik. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri positif mengenai kemampuannya akan lebih mudah mengurangi kecemasan yang dialami, maka individu akan memunculkan kepercayaan diri dan penyesuaian diri ketika berada di dunia kerja.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah akan menganggap remeh dirinya sendiri serta selalu membayangkan kegagalan disetiap usaha yang akan dilakukan, ketidak mampuan individu dalam menghadapi hambatan dalam menyelesaikan tugas, mudah menyerah dalam mengerjakan tugas, pesimis tidak bisa menyelesaikan tugas sesuai target, tidak yakin dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi, dan menganggap segala sesuatu sebagai sebuah ancaman yang harus dihindari. Semakin rendah efikasi diri akademik pada mahasiswa maka kecemasan menghadapi dunia kerja akan semakin tinggi.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan merasa yakin terhadap kemampuan dalam melaksanakan kegiatan akademiknya. Bersesuaian dengan mahasiswa yang

mengikuti program MBKM yang memiliki keinginan dan hasrat untuk memusatkan tenaganya untuk mengikuti program MBKM. Mahasiswa yang mengikuti program MBKM akan mendapatkan pengalaman baru karena terjun langsung di dunia kerja.

Pada hasil uji korelasi *Statistic Non Parametric Uji Sperman Rho* variabel minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki hubungan negatif namun tidak signifikan dengan memperoleh skor korelasi  $-0.162$ , dan hasil signifikansi  $p=0.260$  ( $p>0.05$ ). Dapat diartikan bahwa tingginya minat mengikuti program MBKM tidak bisa menurunkan kecemasan menghadapi dunia secara signifikan. Namun dengan tingginya minat mengikuti program MBKM mahasiswa mendapatkan pengalaman baru terjun langsung di dunia kerja. Mahasiswa yang minat mengikuti program MBKM paham bahwa program MBKM penting sebagai bekal menghadapi dunia kerja. Hal ini bersesuaian dengan kebijakan menteri pendidikan dan kebudayaan yang diimplementasikan untuk menghadapi kemajuan di bidang teknologi, perubahan sosial budaya, dinamika ekonomi dan politik, dan sebagainya. Mahasiswa yang minat mengikuti program MBKM adalah suatu sikap yang didahului pengetahuan dan informasi, kemudian disertai rasa senang dan timbulnya perhatian, yaitu hasrat dan keinginan dalam melakukan kegiatan yang dilakukan dalam program MBKM. Melalui program MBKM mahasiswa diberi kesempatan meningkatkan kemampuan baik softskills ataupun hardskills agar lebih siap dan sinkron dengan kebutuhan zaman. Mahasiswa didorong untuk mampu menguasai berbagai ilmu dan teknologi yang berguna untuk mencari dan menemukan pengalaman sehingga mahasiswa siap memasuki dunia kerja. Kebijakan MBKM bisa menghilangkan gap antara dunia pendidikan dengan realitas dunia kerja.

Lebih lanjut, berdasarkan nilai determinasi (*R square*) yang diperoleh pengaruh dari variabel efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM sebesar 23.2%. Dimana kedua variabel memiliki sumbangan efektif yang berbeda. Variabel efikasi diri akademik memiliki pengaruh sebesar 20.6% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Sementara itu variabel minat mengikuti program MBKM memiliki pengaruh sebesar 2.6%. Dengan kata lain variabel efikasi diri akademik lebih besar dari pada minat mengikuti program MBKM atas pengaruhnya pada kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil perbandingan mean empirik dan mean teoritik yang didapatkan nilai mean empiric lebih tinggi daripada mean teoritis pada variabel efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM. Dengan hasil mean empirik variabel efikasi diri akademik menunjuka skor 39.74 dan mean teoritik dengan skor sebesar 30, sementara hasil perhitungan mean empirik variabel minat mengikuti program MBKM sebesar 100.00 dan mean teoritik 78. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kedua nilai mean, yang dapat ditemukan bahwa efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM pada mahasiswa cenderung lebih tinggi. Sedangkan variabel kecemasan menghadapi dunia kerja mendapatkan skor mean empirik yaitu sebesar 76.16 dan mean teoritik 90, yang dapat dinyatakan bahwa terjadinya kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa cenderung lebih rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwasannya tingginya efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM pada mahasiswa angkatan 2019 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang mengikuti program MBKM. Pada penelitian ini kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa angkatan 2019 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang mengikuti program MBKM rendah. Peningkatan efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM ini mampu membuat mahasiswa memiliki keyakinan dalam menghadapi atau menyelesaikan aktivitas akademiknya, yaitu mahasiswa berani terlibat dalam kegiatan akademik dan mampu untuk mewujudkan harapan akademik dengan baik.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan anatara efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa yang telah dilakukan peneliti didapatkan hasil bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM, maka semakin rendah mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja. Sebaliknya jika semakin rendah efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja. Kemudian sumbangan efektif kedua variabel efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM sebesar 23.2%. Dimana kedua variabel memiliki sumbangan efektif yang berbeda. Variabel efikasi diri akademik memiliki sumbangan efektif sebesar 20.6% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. sementara itu variabel minat mengikuti program MBKM memiliki sumbangan efektif sebesar 2.6%. Sumbangan efektif yang diberikan efikasi diri akademik lebih besar dari pada minat mengikuti program MBKM atas pengaruhnya pada kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa.

## **SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, berikut ini adalah beberapa saran yang akan diberikan peneliti bagi mahasiswa yaitu diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja dengan cara meningkatkan efikasi diri akademik pada mahasiswa. Efikasi diri akademik ini perlu dimiliki oleh mahasiswa agar ketika sudah lulus kuliah tidak mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja dan akan lebih siap untuk menghadapi dunia kerja. Dan diharapkan mahasiswa agar mengikuti program MBKM yang bertujuan untuk mendapatkan pengalaman baru karena terjun langsung di dunia kerja. Hal ini bersesuaian dengan kebijakan baru dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan yang mulai diterapkan oleh perguruan tinggi pada tahun 2020 yang meluncurkan program baru yaitu program MBKM dengan tujuan mendorong mahasiswa menguasai berbagai keilmuan yang berguna untuk memasuki dunia kerja. Bagi peneliti selanjutnya Diharapkan dalam pemilihan variabel X dan subjek atau responden lebih bervariasi. Melihat dari hasil dari sumbangan efektif penelitian (SE) yang mana efikasi diri akademik dan minat mengikuti program MBKM berperan sebesar 23.2% terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja. Sehingga peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan faktor-faktor atau aspek-aspek yang mempengaruhi mahasiswa mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai variabel Y pada penelitian.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggadini, S. D., Rahayu, S. K., Komala, A. R., Puspitawati, L., & Astuti, W. A. (2022). Persepsi Mahasiswa Atas Kegiatan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (Mbkm) Di Lingkungan Prodi Akuntansi Unikom. *Jurnal Pendidikan*, 23(1), 64-77.
- Astuti, M. O., Syamwil, S., & Susanti, D. (2019). Analisis Faktor Minat Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Untuk Menjadi Guru Melalui Program Pendidikan Profesi Guru.
- Azwar, S. (2014). Metode Penelitian (Edisi 1 Ce). Pustaka Belajar.

- Bandura, A. (2001). Social Cognitive theory: an agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.
- Baharuddin, M. R. (2021). Adaptasi Kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka (Fokus: Model MBKM Program Studi). *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*, Vol. 4, No. 1.
- Badan Pusat Statistik. (2022). Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 884769 orang lulusan universitas menjadi pengangguran. Diunduh dari <https://www.bps.go.id/>
- Fauziyah, F, K, & Ariati, J. (2015). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan KEcemasan Dalam Menghadapi dunia Kerja pada mahasiswa S1 Tingkat akhir. *Jurnal empati*, vol. 4(4)
- Fitri, R., & Kustanti, E. R., (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaiaan Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 66-77
- Fransinata, A., & Marsudi, I. (2013). Analisis Minat Mahasiswa dalam Mengikuti Kegiatan UKM Renang Universitas Negeri Surabaya (Studi pada Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2011). *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Greenberger, D & Padesky, A.C. (1995). *Manajemen Pikiran*. Bandung : Kaifa.
- Hanifa, Y. (2017). Emotional Quotient Dan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 43-55.
- Hardani, Andriani, H., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Istiqomah, R. R., Fardani, R. A.,
- Haryati & Hasanah, N. (2019). Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah Menghadapi Dunia Kerja. *Journal for Religious-Innovation Studies*, Vol. XIX, No. 2
- Johnson, A., K, Blackstone, S., R., Ashley Skelly, A & Simmons, W (2020) The Relationship Between Depression, Anxiety, and Burnout Among Physician Assistant Students: A Multi-Institutional Study.
- Khotimah, R., Radjah, C. and Handarini, D. (2016). 'Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang', *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), pp. 60–67. doi: 10.17977/um001v1i22016p060.
- Lauster, Peter. 1988. *Tes Kepribadian* (Terjemahan: D.H Gulo). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Lena, M. S., Netriwati, & Aini, N. R. (2014). *Metode Penelitian*. In Gunawan. Cakti Indra (Ed.), Cv Irdh (Pertama, Issue September 2019). Cv Irdh.
- Mamesah, T., S., & Kusumiati, R. Y. E. (2019). Hubungan Antara Efikasi DIri Akademik Dengan Penyusuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Provinsi NTT Yang Merantau Di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, Vol. 14, No. 1
- Misbahuddin, I. . (2013). *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Bumi Aksara.



- Muslikh. (2020). Landasan Filosofis Dan Analisis Terhadap Kebijakan Merdeka Belajar Dan Kampus Merdeka. *Jurnal Syntax Transformation*, Vol. 1, No. 3.
- Mustari, M., & Rahman, M. T. (2012). *Pengantar Metode Penelitian* (1st Ed., Issue January). Laksbang.
- Ningrum, M., N., W., Bupu, J. M., Pandina, S., & Halim, A. (2021). IMPLEMENTASI MERDEKA BELAJAR KAMPUS MERDEKA: MINAT DAN KENDALA MBKM PERTUKARAN PELAJAR MAHASISWA PROGRAM STUDI TEKNIK SIPIL UNIVERSITAS WIDYAGAMA MALANG. In *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH)* (pp. 1033-1038).
- Ningtyas, S., A., P. (2021). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
- Nugroho, F., W., & Karyono. (2014). Hubungan Antara Hardiness dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Empati*.
- Panjaitan, M., Rini, A. D., Agusalm, L., Abdullah, Z., Purwandaya, B., & Pasaribu, B. (2022). Persepsi Mahasiswa Program Studi Ekonomi Pembangunan Universitas Trilogi Terhadap Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM). *Islamic Banking: Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Perbankan Syariah*, 7(2), 351-362.
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif* (T. Chandra (Ed.); Edisi Revi). Zifatama Publishiing.
- Rizqi, F., D., N., & Ediati, A. (2020). Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Empati*, Vol. 8, No. 4
- Rizvi, A., Prawitasari, J. E., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat kendali dan efikasi diri sebagai prediktor terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologika*, 2(3), 51-67.
- Roslani, N., & Ariati, J. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Pengurus Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia (ILMPI). *Jurnal Empati*, 5(4), 744-749
- Salviana, E. (2021). Efikasi diri akademik dalam menghadapi tuntutan perkuliahan pada mahasiswa. *Journal of Behavior and Mental Health*, Vol. 2, No.2
- Sari, D., Y., & Astuti, T., P. (2014). Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Konsep Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Empati*, 3(4), 131-142.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
- Sekarina, D., P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII SMK Yudya Karya Magelang. *Jurnal Empati*, 7 (1), 381-386
- Siregar, N., Sahirah, R., & Harahap, A., A. (2020). Konsep Kampus Merdeka Belajar Di Era Revolusi Industri 4.0. *Fitrah: Journal of Islamic Education (FJIE)*, Vol. 1, No. 1.

- Slameto. (2010). Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D) (Cetakan Ke). Alfabeta.
- Sukmana, D. J., & Auliya, N. H. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (H. Abadi (Ed.); I, Issue March). Pustaka Ilmu
- Sumarto. (2020). Kampus Merdeka ; Realitas Pembelajaran Online, Riset dan Pengembangan Wirausaha. Jurnal Literasiologi, Vol. 4, No. 2.
- Suryabrata, S. (2007). Psikologi Pendidikan. Jakarta : PT. Grafindo Persada
- Upadianti, L., P., S., & Indrawati, E., S. (2018). 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), 111-120
- Wijaksono, D., R. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK. Universitas Sanata Dharma
- Wijaya, B, D. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Akademik, Resiliensi, Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Akademik Mahasantri Uin Walisongo Semarang. Universitas Islam Negeri Walisongo
- Wulandari, P. (2015). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Minat Mahasiswa Mengikuti Pendidikan Profesi Guru Di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta
- Yuliasari, I., Zubaedah, I. & Permatasi, M. A. (2022). Pola Interaksi Dosen Dan Mahasiswa Dalam Sosialisasi Dan Implementasi Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka Di Universitas Jayabaya. Jurnal Citra Fikom Jayabaya, Vol. 10, No. 1