

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selaku anggota komunitas akademis di universitas, mahasiswa diharapkan untuk menyelesaikan semua tahapan pendidikan dengan cara yang mandiri dan bertanggung jawab. Ini juga mencakup penyelesaian studi dan tugas akhir sesuai dengan aturan yang telah ditentukan agar keberhasilan akademis dapat dicapai tepat waktu sesuai dengan periode studi yang telah direncanakan (Gustina et al., 2023). Syarat pendidikan yang perlu dipenuhi oleh mahasiswa meliputi keikutsertaan dalam kelas dan praktik kerja, serta dapat menyelesaikan proses penelitian sebagai bentuk tugas akhir yang menjadi persyaratan kelulusan yang sangat krusial, terutama pada mahasiswa yang sedang ditahap akhir perkuliahan (Maghfiroh & Dewi, 2023).

Pada tahap ini, mahasiswa semester akhir sedang mengalami dan menghadapi serangkaian tuntutan akademik untuk menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan, namun tetap mempersiapkan untuk memasuki dunia kerja. (Sitio & Roswiyani, 2023). Hal tersebut menjadikan mahasiswa yang ada di semester akhir sedang mengalami fase yang penuh dengan tuntutan dan tanggung jawab, dimulai dari aspek akademik ataupun persiapan memasuki dunia kerja setelah lulus kuliah.

Mahasiswa semester akhir termasuk dalam kelompok individu yang memasuki tahap perkembangan menuju masa dewasa (*emerging adulthood*), yaitu tahap perkembangan yang ditandai oleh ketidakstabilan, meningkatnya optimisme, kebutuhan akan kebebasan, orientasi pada pengembangan diri, serta harapan dan ekspektasi yang besar terhadap masa depan (Arnett, 2023). Pada usia *emerging adulthood*, mahasiswa semester akhir umumnya termasuk pada usia 21-25 tahun. Periode ini merupakan masa peralihan untuk menuju kehidupan dewasa secara utuh, ketika individu mulai menghadapi sejumlah tuntutan untuk mempersiapkan diri menghadapi kehidupan personal maupun profesional (Super, dalam Maghfiroh & Dewi, 2023).

Sebagai calon lulusan perguruan tinggi, mahasiswa akan mulai menghadapi proses transisi yang mana mahasiswa akan segera memasuki dunia kerja. Di fase ini, mahasiswa mulai memikirkan masa depan karier, khususnya pekerjaan yang sesuai dengan bidang keilmuan yang sudah ditekuninya ketika sedang menempuh pendidikan. Sesudah menuntaskan pendidikan di perguruan tinggi, individu diharapkan sudah memiliki bekal kompetensi yang sesuai dengan bidang keahliannya. Selain itu, kemampuan untuk meningkatkan keterampilan, memperkaya wawasan, dan beradaptasi dengan perkembangan yang terjadi menjadi aspek penting supaya bisa bersaing pada pasar kerja yang kian kompetitif (Baiti, 2017). Hal ini menunjukkan pada tahap akhir perkuliahan, mahasiswa mulai menghadapi berbagai tuntutan baru, dimana memerlukan kesiapan yang matang dalam menentukan maupun merencanakan pilihan karier menjadi hal yang sangat penting.

Santrock (dalam, Wulandari & Diah Fridari, 2024), menjelaskan bahwa pekerjaan berperan sebagai usaha yang dilakukan seseorang untuk mencapai kehidupan yang layak dan sejahtera. Oleh sebab itu, pengembangan perencanaan karier secara matang juga terarah menjadi langkah penting dalam mewujudkan tujuan tersebut. Pendidikan yang ditempuh sejak sekolah dasar sampai tingkat universitas menjadi bagian penting dalam mencapai karier yang diharapkan. Namun, proses pencapaian karier menjadi semakin kompleks ketika individu memasuki tahap dewasa awal, karena pada fase ini individu dituntut untuk mengambil keputusan secara mandiri terkait karier, sistem nilai, relasi sosial, keluarga, serta gaya hidup yang akan dijalani.

Mahasiswa semester akhir juga dihadapkan pada dinamika dunia kerja yang terus berkembang. Salah satu perubahan signifikan yang ditandai berkembangnya era Revolusi Industri 4.0 yang membawa perubahan serta menekankan kolaborasi antara kecerdasan buatan (*artificial intelligence*) dan peran manusia. Kondisi ini menuntut individu untuk mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi, sehingga menghadirkan berbagai tantangan, baik dalam memperoleh maupun mempertahankan pekerjaan. Tantangan tersebut semakin diperkuat oleh ketatnya persaingan di pasar kerja serta tuntutan bagi individu untuk bersikap fleksibel dan

inovatif di tengah perubahan yang berlangsung cepat. Selain itu, dominasi penduduk usia produktif di Indonesia turut meningkatkan tingkat persaingan, sehingga mahasiswa semester akhir perlu mempersiapkan perencanaan karier secara optimal sehingga dapat bersaing di dunia kerja (Tamba, 2024).

Di sisi lain, realitas dunia kerja menunjukkan bahwa jumlah kesempatan kerja yang tersedia setiap tahunnya belum mampu mengimbangi peningkatan jumlah lulusan sarjana di Indonesia. Berdasarkan data yang dilaporkan dalam salah satu jurnal perguruan tinggi, kapasitas penyerapan tenaga kerja setiap tahunnya masih relatif terbatas, yaitu sekitar 300-400 ribu kesempatan kerja, sedangkan lulusan baru yang siap memasuki dunia kerja jumlahnya menembus lebih dari satu juta orang (Wijayanti et al., 2022). Ketimpangan antara jumlah lulusan dan ketersediaan lapangan kerja tersebut berdampak dari meningkatnya angka pengangguran.

Sejalan dengan kondisi tersebut, Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan adanya pertumbuhan angka pengangguran yang belum terserap lapangan pekerjaan, sebagaimana dirilis pada Senin, 5 Mei 2025. Apabila merujuk pada periode yang identik di tahun 2024, jumlah pengangguran menunjukkan tren kenaikan. Peningkatan ini juga terjadi pada kelompok lulusan perguruan tinggi, mulai dari jenjang Diploma IV (D4) hingga Strata 3 (S3), dengan tingkat pengangguran yang tercatat sebesar 6,23 persen. Nilai tersebut jika dibandingkan dengan Februari 2024, terjadi kenaikan dari 5,25 persen menjadi 6,23 persen (Zulfikar, 2025).

Fenomena tersebut juga tercermin di tingkat regional, salah satunya di Surabaya. Berdasarkan BPS Jatim, 2025, tingkat pengangguran terbuka di Kota Surabaya tercatat sebesar 4,84 persen. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketersediaan kesempatan kerja masih belum mengimbangi jumlah lulusan baru secara optimal. Data Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) mengindikasikan bahwa pengangguran, termasuk pengangguran terdidik, masih menjadi permasalahan yang serius, meskipun Indonesia sedang berada dalam periode bonus demografi. Situasi tersebut menegaskan bahwa tingginya populasi pada usia yang produktif masiih belum diikuti dengan ketersediaan lapangan kerja bagi kelompok usia tersebut, khususnya bagi lulusan perguruan tinggi (BPS Surabaya, 2026)

Surabaya dikenal sebagai salah satu pusat pertumbuhan utama di Indonesia. Di Provinsi Jawa Timur, kota ini menjadi lokasi berkembangnya berbagai aktivitas ekonomi, mulai dari dunia usaha dan perdagangan hingga sektor industri dan pendidikan. (Wardhana, 2022) Pemerintah Provinsi Jawa Timur menyoroti pesatnya perkembangan sektor pendidikan di Surabaya, yang hingga kini menjadi kota dengan konsentrasi perguruan tinggi terbanyak di provinsi tersebut. Dengan total 52 perguruan tinggi yang berdiri di wilayahnya, Surabaya menempati posisi teratas sebagai pusat pendidikan dan menarik minat pelajar dari berbagai wilayah. Hal ini karena institusi tidak hanya menunjukkan kapasitas Surabaya dalam menyediakan akses pendidikan tinggi yang luas, tetapi juga mencerminkan perannya sebagai pusat pembentukan sumber daya manusia yang kompetitif (Open Data Jatim, 2025)

Perkembangan pendidikan tinggi tersebut turut memberikan dampak terhadap sistem sosial dan kebudayaan masyarakat, khususnya dalam bidang pendidikan. Surabaya menjadi salah satu kota tujuan utama bagi mahasiswa untuk menempuh pendidikan tinggi, baik di perguruan tinggi negeri maupun swasta. Beberapa perguruan tinggi negeri ternama yang ada di Surabaya yakni Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS), Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA), Universitas Airlangga (UNAIR), Universitas Negeri Surabaya (UNESA), serta Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur (UPN Jatim). Selain perguruan tinggi negeri, Surabaya juga memiliki berbagai perguruan tinggi swasta yang dikenal luas dan diminati oleh calon mahasiswa (Satu Data Surabaya, 2022)

Hal tersebut berdampak pada tingginya jumlah lulusan perguruan tinggi yang dihasilkan setiap tahunnya. Lima perguruan tinggi negeri yang berada di Surabaya tercatat meluluskan ribuan mahasiswa. Pada tahun 2021, Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS) meluluskan sebanyak 4.754 mahasiswa, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA) sebanyak 1.299 mahasiswa, Universitas Airlangga (UNAIR) sebanyak 3.675 mahasiswa, Universitas Negeri Surabaya (UNESA) sebanyak 6.006 mahasiswa, serta Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur (UPN Jatim) sebanyak

1.824 mahasiswa (Satu Data Surabaya, 2022). Kelima institusi ini setiap tahunnya meluluskan ribuan mahasiswa yang kemudian akan masuk ke dalam persaingan pasar kerja di wilayah Kota Surabaya maupun nasional.

Berdasarkan hasil pencatatan kependudukan yang diselenggarakan oleh Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) (dalam, Fadhlurrahman, 2025) menunjukkan bahwa jumlah penduduk Kota Surabaya, Jawa Timur, berada pada sekitar 3,02 juta jiwa pada tahun 2024. Dari jumlah tersebut, penduduk dengan lulusan tingkat pendidikan Strata 1 (S1) tercatat sebanyak sekitar 301,32 ribu penduduk yang mencakup 9,98 persen dari data yang tercatat. Kondisi ini menjadikan lulusan perguruan tinggi terus bertambah di Surabaya berpotensi meningkatkan persaingan antar lulusan dalam memasuki dunia kerja.

Kondisi tersebut diperkuat oleh data Dinas Tenaga Kerja Kota Surabaya (2025) yang mencatat hanya terdapat 484 perusahaan dengan total 2.167 lowongan pekerjaan aktif. Apabila dibandingkan dengan jumlah angkatan kerja dengan jumlah yang berada di atas satu juta jiwa, keadaan ini menggambarkan peluang kerja yang tersedia masih sangat terbatas, sehingga lulusan perguruan tinggi menghadapi persaingan yang tinggi untuk memperoleh pekerjaan.

Persaingan kerja yang semakin tinggi serta terbatasnya kesempatan untuk memperoleh pekerjaan dapat menimbulkan kekhawatiran pada setiap mahasiswa. Nantinya akan semakin banyak mahasiswa yang mulai memikirkan peluang mencari pekerjaan yang tersedia. Kondisi tersebut dapat menjadikan mahasiswa merasa cemas terhadap prospek karier yang akan dijalani setelah lulus karena tingginya tingkat kompetisi, serta keterbatasan lapangan kerja (Jannah & Cahyawulan, 2023).

Kecemasan ini merupakan reaksi psikologis yang muncul akibat ketidakpastian mengenai masa depan setelah menyelesaikan studi. Bentuk kecemasan yang diartikan sebagai bentuk kecemasan terkait dunia kerja, ketika seseorang belum memiliki kejelasan mengenai arah karier atau kesempatan kerja setelah lulus (Khairunnisak, 2019). Ada cukup banyak mahasiswa mengaku belum merasa yakin dengan kompetensi dirinya untuk menjalani tahapan rekrutmen, merasa belum memiliki pengalaman yang memadai dan menilai bahwa

pengetahuan teoretis yang diperoleh selama perkuliahan tidak selalu relevan atau dapat diterapkan secara langsung dalam dunia kerja (Hanim & Ahlas, 2020).

Dengan demikian, mahasiswa yang sudah menyelesaikan perkuliahan, akan masuk pada proses peralihan dari lingkungan akademik menuju profesional yang disertai berbagai tantangan, dimana yang sering muncul adalah kekhawatiran mengenai prospek karier dan kematangan melawan dunia kerja di masa depan. Kondisi ini sejalan dengan hasil penelitian Putri et al. (2024) berjudul “*Kecemasan Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Adakah Peranan Internal Locus of Control?*”. Penelitian ini menunjukkan dari 321 mahasiswa tingkat akhir di Surabaya, sebagian besar ada di golongan kecemasan masa depan sedang, yakni sebanyak 202 mahasiswa (62,9%). Tidak hanya itu, sebanyak 66 mahasiswa (20,6%) ada di golongan kecemasan masa depan rendah, dan 53 mahasiswa (16,5%) termasuk dalam kategori kecemasan masa depan tinggi. Lebih lanjut, penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa sumber kecemasan mahasiswa tingkat akhir paling dominan berkaitan dengan aspek karier (45%), diikuti oleh harapan-harapan yang belum digapai (27,5%), keluarga (10%), kondisi finansial atau keuangan (7,5%), keadaan lingkungan di masa depan (5%), penyelesaian skripsi (2,5%), serta relasi sosial (2,5%). Hasil tersebut mengindikasikan bilamana sebagian besar mahasiswa tingkat akhir di Surabaya mengalami kecemasan masa depan pada tingkat sedang, dengan aspek karier sebagai sumber kecemasan utama.

Selain menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat, mahasiswa perguruan tinggi negeri di Surabaya juga telah memperoleh dukungan dari kampus melalui berbagai layanan pengembangan karier. Seluruh perguruan tinggi negeri di Surabaya, seperti Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS), Universitas Airlangga (UNAIR), Universitas Negeri Surabaya (UNESA), Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur (UPNVJT), dan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA), telah memiliki *Career Development Center* (CDC) atau pusat pengembangan karier yang menyediakan berbagai layanan, seperti konseling karier, pelatihan, job fair, *campus hiring*, pengembangan *soft skills*, dan *tracer study*. Keberadaan CDC juga didukung oleh Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi yang menegaskan bahwa CDC berperan sebagai

penghubung antara dunia pendidikan dan dunia kerja dalam meningkatkan kesiapan kerja lulusan (Kemdiktisaintek, 2026). Namun demikian, meskipun berbagai layanan pengembangan karier telah tersedia, penelitian Putri et al. (2024) menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir di Surabaya masih mengalami kecemasan dengan aspek karier sebagai sumber kecemasan terbesar.

Menurut Nevid et al.,(2018), *anxiety* atau kecemasan merupakan kondisi yang dapat dipahami sebagai respon psikologis yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman atau takut. Namun, kala seseorang mengalami kecemasan dan tidak bisa mengatasinya, kecemasan tersebut dapat memicu perilaku menghindar terhadap situasi yang berhubungan dengan persiapan karir. Kondisi ini kemudian menghambat fokus, menurunkan kepercayaan diri, serta membuat proses pengambilan keputusan karir menjadi kurang efektif, sehingga performa mereka saat memasuki dunia kerja berpotensi tidak optimal (Rachmat & Rusmawati, 2018). Rasa khawatir dapat berdampak pada menurunnya kinerja, bahkan berpotensi menimbulkan konsekuensi yang lebih serius. Keadaan tersebut berpotensi menimbulkan ketidakberanian untuk menyampaikan pendapat di hadapan banyak orang, menghindari komunikasi dengan orang lain di tempat kerja, merasa kurang yakin ketika menghadapi tugas baru, serta menunjukkan tanda-tanda kegelisahan dan kecemasan (Jones, 2020).

Perasaan cemas pada mahasiswa tingkat akhir berkaitan erat dengan keputusan-keputusan penting yang harus mereka ambil pada masa kini serta dampaknya terhadap masa depan karier. Kekhawatiran tersebut sering kali muncul terkait dengan pertanyaan apakah karier yang akan dijalani kelak dapat memberikan makna, tujuan, dan rasa pemenuhan diri (S. L. Alexander et al., 2025).

Menurut Greenberger & Padesky (dalam Cahyani & Putrianti, 2022) kecemasan merupakan kondisi ketika individu merasakan kekhawatiran berlebihan disertai rasa gugup atau rasa takut saat menghadapi situasi yang menantang atau di luar kemampuan seseorang, dan munculnya pikiran negatif mengenai peristiwa yang tidak diinginkan. Pada konteks tempat kerja, kecemasan dipahami sebagai kondisi psikologis yang ditandai dengan kekhawatiran, kegelisahan, dan

ketidakpastian mengenai berbagai situasi terkait pekerjaan di masa depan (Cahyani & Putrianti, 2022)

Lilyana (2022) menjelaskan munculnya kecemasan terhadap dunia kerja berkaitan dengan cara individu mengevaluasi peluang pencapaian karier masih belum pasti kedepannya. Kondisi ini berkaitan pada temuan Sekarina & Indriana (2020) yang menyebutkan bahwa kecemasan pada mahasiswa dapat timbul karena kurangnya informasi mengenai dunia profesional, terbatasnya pengalaman kerja atau magang, serta rendahnya penguasaan keterampilan yang dibutuhkan. Pratiwi & Irawati (dalam Zulfahmi, 2021) juga menambahkan bahwa eksplorasi karier dan pertimbangan dalam menentukan arah karier berpengaruh terhadap tingkat kecemasan tersebut. Individu yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai pilihan karier dan potensi diri lebih rentan mengalami kebingungan dalam mengambil keputusan, sehingga memunculkan kecemasan terhadap masa depan kariernya dan menuntut adanya eksplorasi karier yang lebih aktif.

Lebih lanjut, perasaan cemas terkait karier dan pekerjaan dapat dipicu beberapa aspek. Dimulai dari aspek kognitif, perasaan cemas muncul akibat persepsi negatif dan kekhawatiran individu terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tuntutan pekerjaan. Dari aspek emosional, kecemasan ditandai oleh perasaan tegang dan takut akan situasi yang tidak menyenangkan di masa depan. Dari aspek sosial, kecemasan dapat diperbesar oleh tuntutan keberhasilan dan ekspektasi lingkungan yang tinggi (Hanifa, 2017). Kombinasi faktor tersebut memperkuat kurangnya kesiapan menghadapi persaingan kerja dapat menyebabkan mahasiswa yang sedang ada di masa peralihan dari lingkungan akademik ke dunia profesional lebih rentan mengalami kekhawatiran mengenai perkembangan karier.

Kondisi kecemasan karir dapat diminimalkan ketika mahasiswa telah mempunyai tingkat kesiapan karir yang optimal. Kematangan karir merupakan keadaan di mana individu memiliki kemampuan untuk merencanakan serta menggambarkan arah masa depannya secara jelas dan realistis (M. A. Alexander & Arini, 2023). Menurut Super & Kidd (1979) kematangan karier (*career maturity*) dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan seseorang dalam menjalani tahapan perkembangan kariernya. Hal ini mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi

minat dan potensi diri, merencanakan arah karier, dan juga melaksanakan tujuan dari karier tersebut. Tidak hanya itu, kematangan karier juga berfungsi sebagai landasan penting dalam proses memutuskan karier yang dirasa efektif. Individu yang menunjukkan kematangan karier yang baik mempunyai kesadaran secara optimal terhadap pilihan kariernya serta mampu mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan alternatif dan peluang yang realistis, yang disesuaikan dengan kemampuan, minat, dan kondisi dirinya (Jatmika & Linda, 2015)

Menurut Romadhon (dalam Indasari et al., 2023), mahasiswa memiliki peran, tanggung jawab, dan tugas penting dalam mencapai prestasi akademik, sekaligus dituntut untuk mengeksplorasi kehidupan agar berkembang menjadi individu yang lebih dewasa. Dengan demikian, memiliki kematangan karir menjadi hal yang esensial dalam membantu mahasiswa mewujudkan harapan pasca kelulusan, mengurangi kebingungan terhadap ketidakpastian dunia kerja, serta mempersiapkan diri menghadapi berbagai tantangan karier di masa depan. Kematangan karir memungkinkan mahasiswa untuk menyusun langkah-langkah strategis setelah menyelesaikan studi sarjana, sehingga dapat menekan rasa cemas dan meningkatkan kesiapan mereka dalam memasuki dunia kerja (Indasari et al., 2023). Karena rendahnya tingkat kematangan karir pada individu dapat mengakibatkan kesalahan dalam menentukan pilihan pekerjaan yang sesuai, yang pada akhirnya berpotensi memengaruhi kualitas kinerja mereka di masa mendatang (Romadhon, 2022)

Hal ini menunjukkan kesamaan dengan peneltian (Manurung & Aritonang (2023) *fresh graduate* Universitas HKBP Nommensen Medan, yang menampilkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kematangan karier serta kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan koefisien korelasi sebesar $r = -0,987$ dan $p = 0,000 (< 0,05)$. Dapat disimpulkan jika kematangan karier memiliki kontribusi terhadap penyesuaian psikologis individu dalam menghadapi perubahan peran setelah menyelesaikan pendidikan tinggi. Individu yang telah memiliki perencanaan dan orientasi karier yang jelas cenderung lebih matang melawan tuntutan dunia kerja sehingga tingkat kekhawatiran terhadap pekerjaan menjadi lebih rendah.

Namun, pada kenyataannya banyak mahasiswa belum sepenuhnya mencapai tahap kematangan ini. Mereka sering kali ragu menentukan pilihan karier, memiliki keterbatasan informasi yang berkaitan lingkungan kerja, juga kurang memiliki pengalaman praktis yang memadai supaya dapat membuat keputusan karier yang matang. Hal tersebut selaras dengan penelitian Maimuna (2025), diketahui sebanyak 45% responden menyatakan telah mengenali minat dan potensi dirinya secara jelas, sedangkan lebih dari separuh responden (55%) masih mengalami keraguan terkait hal tersebut. Hasil ini menampilkan bilamana kebanyakan mahasiswa belum memegang orientasi karier yang terarah setelah lulus. Rendahnya pemahaman terhadap minat dan bakat diri dapat berdampak pada ketidakmampuan mahasiswa dalam mengambil keputusan karier secara realistis, sehingga meningkatkan risiko munculnya kecemasan terhadap dunia kerja (Maimuna, 2025).

Mahasiswa yang mampu menetapkan tujuan dan pilihan karier yang sesuai menunjukkan adanya kesiapan karier yang baik. Tingkat kematangan karier yang memadai umumnya memiliki keyakinan dengan potensi yang dimilikinya serta merasa mampu mengelola berbagai keputusan kedepannya. Kepercayaan terhadap kemampuan diri tersebut menjadi karakteristik kematangan karier. disertai dengan kesediaan untuk bertanggung jawab atas keberhasilan maupun kegagalan yang dialami dalam perjalanan karirnya (Indasari et al., 2023). Sejalan dengan hal tersebut, menurut Kamisa & Mirza (2021) menyatakan bahwa kematangan karier yang baik pada individu ditandai oleh beberapa karakteristik, antara lain memiliki rasa tanggung jawab, kemampuan menilai diri secara realistis, serta kemampuan untuk menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh secara tepat. Selain itu, individu yang matang secara karier juga memiliki pemahaman yang baik mengenai konsep pemilihan pekerjaan yang sesuai dengan dirinya, serta menunjukkan kemauan kuat untuk mengambil keputusan karier secara tepat.

Penelitian terdahulu juga mendukung adanya korelasi antara kematangan karir serta kecemasan dalam melawan dunia kerja. Penelitian yang dilakukan Permatasari et al., (2024) berjudul *“The Relationship between Career Maturity and Anxiety in Facing the World of Work in Final Year Students at University”* dengan

pendekatan kuantitatif dan metode korelasional yang melibatkan 103 responden menampilkan bilamana ada hubungan negatif antara kematangan karir serta kecemasan menghadapi dunia kerja dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,617. Hasil penelitian itu menampilkan kian tinggi tingkat kematangan karir individu, maka kian rendah tingkat kecemasannya dalam melawan dunia kerja. Individu dengan tingkat kematangan karier yang lebih baik kerap memegang kecemasan yang lebih rendah ketika menyiapkan diri memasuki lingkungan kerja, begitupula sebaliknya. Tidak hanya itu, penelitian ini mengungkap bahwa berbagai faktor seperti dukungan sosial, pengalaman kerja, serta tingkat pendidikan memegang andil penting pada pembentukan kematangan karier sekaligus memengaruhi tingkat kecemasan individu.

Riset yang dilaksanakan oleh Assabiqa (2022) dengan judul “Pengaruh *Adversity Quotient* dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Politeknik Negeri Lhokseumawe” Riset ini didasari oleh fenomena kecemasan yang muncul ketika lulusan baru memasuki dunia pekerjaan. Riset ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan analisa regresi linear berganda, serta menggunakan dua instrumen skala psikologi guna menaksir variable yang diteliti. Hasil riset menampilkan bilamana *adversity quotient* di sebagian besar responden ada di golongan sedang. (73,7%) dan tingkat kecemasan terhadap dunia kerja juga ada di golongan sedang (84,9%). Analisis regresi menghasilkan koefisien determinasi sebesar 40,9% serta nilai signifikansi 0,00 ($< 0,05$), yang menegaskan bahwa *adversity quotient* berpengaruh signifikan pada kecemasan melawan dunia kerja. Semakin rendah kemahiran individu dalam mengatasi kesusahan (*adversity quotient*), kian tinggi fase kecemasan yang didapati.

Riset lain yang relevan dilaksanakan oleh Maharani et al., (2024) dengan judul “Pengaruh Kematangan Karir dan Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII Di SMK Poncol Jakarta Pusat” Sebuah penelitian kuantitatif korelasional dilakukan pada 183 siswa kelas XII di SMK Poncol Jakarta Pusat untuk mengetahui efek kematangan karir serta efikasi diri pada kecemasan melawan dunia kerja. Pengambilan sampel memakai teknik *purposive sampling*, sementara pengumpulan data dilakukan melalui skala

kecemasan, kematangan karir, serta efikasi diri. Analisis data memakai regresi linear berganda melalui SPSS versi 25. Hasil riset menampilkan bilamana kematangan karir serta efikasi diri ber efek signifikan pada kecemasan melawan dunia kerja, dengan nilai Fhitung 14.993 serta signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Kedua variabel tersebut secara simultan mampu menjabarkan kecemasan melawan dunia kerja sebesar 14,3%. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik kematangan karir dan efikasi diri seseorang, maka tingkat kecemasan dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja semakin rendah.

Kondisi kecemasan mahasiswa tingkat akhir tersebut menunjukkan bahwa proses transisi menuju dunia kerja bukan hanya persoalan akademik, tapi pula melibatkan aspek psikologis yang utuh. Apabila kecemasan ini tidak mampu diatasi, hal tersebut dapat menimbulkan perilaku menghindar, menurunkan fokus, serta menghambat kemampuan pengambilan keputusan karier (Rachmat & Rusmawati, 2018). Dalam jangka panjang, kecemasan yang tidak tertangani juga berpotensi menurunkan performa individu ketika memasuki dunia kerja dan mempengaruhi kemampuan mereka beradaptasi dengan tuntutan profesional (Jones, 2020).

Di sisi lain, berbagai penelitian mengindikasikan bahwa kematangan karier berkontribusi signifikan dalam menurunkan kecemasan terkait dunia kerja. Kala seseorang mempunyai kematangan karir yang tinggi, maka seseorang itu akan memiliki pemahaman pada dirinya, mampu membuat keputusan karir secara lebih terarah juga kesiapan untuk menghadapi proses seleksi kerja (S. L. Alexander et al., 2025; Pratiwi & Irawati dalam Zulfahmi, 2021). Namun demikian, temuan penelitian sebelumnya masih menunjukkan variasi hasil dan sebagian besar dilakukan pada konteks institusi maupun wilayah berbeda, sehingga dibutuhkan kajian yang lebih relevan dengan kondisi lokal, khususnya di Surabaya. Kesenjangan penelitian tersebut semakin penting mengingat selaku kota metropolitan terbesar kedua di Indonesia, Surabaya memegang populasi dalam jumlah yang signifikan dengan perguruan tinggi terbanyak di Jawa Timur serta meluluskan puluhan ribu mahasiswa setiap tahun. Dalam situasi tersebut, persaingan kerja menjadi semakin ketat sementara jumlah ketersediaan lapangan

kerja belum mampu mengimbangi peningkatan jumlah pencari kerja (Disnaker Surabaya, 2025).

Berdasarkan fenomena tersebut, menunjukkan perlunya kajian lebih mendalam mengenai peran kematangan karier dalam memengaruhi kecemasan terkait dunia kerja, terutama pada mahasiswa yang ada di tahap akhir perkuliahan. Oleh karena itu, riset ini diorientasikan bisa membagikan gambaran empiris terkait bagaimana kematangan karir berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Kota Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada riset ini ialah “Apakah terdapat pengaruh antara kematangan karir terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai pada riset ini adalah “Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara kematangan karir terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir”

1.4 Manfaat Penelitian

Sejalan dengan tujuan yang sudah dirumuskan, diharapkan riset ini mampu membagikan kontribusi bermakna, dari segi teoretis atau praktis. Adapun manfaat yang diharapkan penelitian ini, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Pendidikan dan Psikologi Industri dan Organisasi, mengenai pengaruh kematangan karir terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja maupun variabel lain yang berhubungan dengan kesiapan karir mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa mengenai pentingnya kematangan karir dalam menurunkan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga mahasiswa terdorong untuk mengembangkan aspek-aspek kematangan karir, seperti perencanaan karir, eksplorasi karir, pencarian informasi, dan pengambilan keputusan karir.

b. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi dalam meningkatkan kematangan karir mahasiswa untuk mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja dan meningkatkan kesiapan mahasiswa memasuki dunia kerja

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya kematangan karir sehingga dapat mengurangi kecemasan menghadapi dunia kerja.