

Pengaruh Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Adaptabilitas Karir terhadap Kecemasan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Jehan Nailla Ghita¹, Despinur Dara², Christian Wiradendi Wolor³

^{1,2,3}Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
E-mail: jehan_1795622029@mhs.unj.ac.id

Article History:

Received: 05 Maret 2026

Revised: 30 Maret 2026

Accepted: 05 April 2026

Keywords: *self-efficacy, social support, career adaptability, career anxiety, final-year students*

Abstract: *Career anxiety is one of the psychological issues commonly experienced by final-year students, particularly when facing an uncertain labor market and transitioning from higher education to the workforce. This study aims to analyze the effects of self-efficacy, social support and career adaptability on career anxiety among final-year students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Jakarta. A quantitative survey approach was used with 155 respondents from Management and Digital Business programs (class of 2022) selected through probability sampling. Data were analyzed using Structural Equation Modeling-Partial Least Squares (SEM-PLS) via SmartPLS 4. Results indicate that self-efficacy and social support each have a negative and significant effect on career anxiety, while career adaptability shows a negative but non-significant effect. The R-square value indicates that the three variables explain 87.2% of career anxiety variance. This study recommends that universities strengthen self-efficacy development, optimize social support, and provide integrated and applicable career development services.*

PENDAHULUAN

Perubahan struktur ketenagakerjaan Indonesia menyulitkan lulusan perguruan tinggi untuk beralih ke dunia kerja (Badan Pusat Statistik, 2025). Laporan BPS (2025) menunjukkan bahwa Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) lulusan diploma dan sarjana meningkat signifikan dari 9,43% pada Februari 2023 menjadi 13,89% pada Februari 2025. Hal ini membuktikan bahwa gelar sarjana bukan lagi jaminan kemudahan mendapatkan pekerjaan dan memicu tekanan psikologis bagi generasi muda akibat ketidakpastian masa depan karir (Noviyanti, 2021). Masalah ini diperparah oleh ketimpangan antara peningkatan jumlah lulusan dan terbatasnya daya serap pasar kerja (Prabawaningrum, Nurdianto, & Putri, 2023).

Kondisi tersebut terlihat nyata dalam data penelusuran lulusan FEB UNJ. Laporan *Tracer Study* Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta (FEB UNJ) (2024) menunjukkan bahwa dari 440 alumni yang mengikuti survei, sebanyak 206 lulusan masih aktif mencari pekerjaan. Gambaran ini memperlihatkan pentingnya kesiapan mental, kemampuan beradaptasi dan rasa percaya diri agar mahasiswa mampu bersaing setelah lulus (Jin & Yu, 2023). Pra-survei

yang dilakukan peneliti terhadap 10 lulusan FEB UNJ tahun 2025 menunjukkan 90% mengalami kecemasan karir berupa ketakutan gagal, sulit tidur dan kekhawatiran terhadap masa depan. Temuan ini sejalan dengan Prabawaningrum, Nurdianto, dan Putri (2023) yang menyatakan bahwa ketidakpastian rekrutmen merupakan pemicu utama kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir.

Berbagai faktor dinilai memengaruhi kecemasan karir, di antaranya efikasi diri, dukungan sosial dan adaptabilitas karir. Surya, Sofiah, dan Farhanindya (2025) menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir di Indonesia. Kwak, Kim, dan Chae (2025) juga membuktikan bahwa dukungan sosial menjadi mediator penting dalam menurunkan kecemasan pencarian kerja. Adapun Febrianti, Monika, dan Tasdin (2023) menegaskan perlunya kajian lebih lanjut tentang peran adaptabilitas karir terhadap kecemasan karir dalam mahasiswa Indonesia. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh efikasi diri, dukungan sosial dan adaptabilitas karir terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir FEB UNJ.

LANDASAN TEORI

Kecemasan Karir

Kecemasan karir merupakan kondisi psikologis berupa respons emosional negatif yang ditandai oleh rasa khawatir, takut gagal, dan ketidakpastian individu terhadap masa depan pekerjaan (Agung, Aini, & Wibowo, 2024). Kondisi ini muncul akibat ketidaksiapan kompetensi, rendahnya kepercayaan diri, tekanan lingkungan, dan dinamika pasar kerja yang berubah cepat (Jannah & Cahyawulan, 2023). Ibrahim et al. (2025) menegaskan bahwa kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir dapat diukur melalui dimensi ketakutan terhadap penilaian sosial, kekhawatiran kompetensi diri dan ketidakpastian pengambilan keputusan karir. Muqarrama, Razak, dan Hamid (2022) menambahkan bahwa kecemasan karir semakin meningkat di era disrupsi yang menuntut kompetensi digital tinggi.

Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu tentang kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian tertentu (Mufidah, Pravesti, & Farid, 2022). Irsyad dan Widyastuti (2025) menemukan hubungan positif antara efikasi diri dan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir yang menunjukkan peran efikasi diri sebagai landasan psikologis dalam menghadapi transisi karir. Seran, Noviekayati, dan Rina (2023) menegaskan bahwa efikasi diri berperan signifikan dalam menurunkan kecemasan menghadapi dunia kerja. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memandang tantangan karir sebagai sesuatu yang dapat diatasi dan memiliki kesiapan kerja yang lebih tinggi (Widjaja & Prapunoto, 2025).

Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap ketersediaan dan kualitas bantuan dari orang-orang di sekitarnya yang mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan (Sarafino & Smith, 2014). Dewi dan Nefianto (2025) membuktikan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup dan adaptabilitas karir mahasiswa tingkat akhir Indonesia. Kwak, Kim, dan Chae (2025) menemukan bahwa dukungan sosial secara serial memediasi hubungan antara kecemasan pencarian kerja dan kesejahteraan mahasiswa. Laksmiwati dan Tondok (2023) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial yang

dipersepsikan berhubungan negatif dengan kecemasan melalui mediasi efikasi diri akademik.

Adaptabilitas Karir

Adaptabilitas karir adalah sumber daya psikososial yang digunakan individu untuk mengelola tugas perkembangan karir, transisi pekerjaan dan trauma yang terjadi (Dewani, 2024). Konstruk ini diukur melalui empat dimensi: *career concern*, *career control*, *career curiosity* dan *career confidence* (Savickas, 2013). Hidayat et al. (2021) menemukan bahwa mahasiswa UNJ memiliki tingkat adaptabilitas karir yang beragam selama masa transisi. Ichwan dan Handaru (2025) membuktikan bahwa adaptabilitas karir berpengaruh positif terhadap kesiapan kerja mahasiswa manajemen tingkat akhir. Sementara Febrianti, Monika, dan Tasdin (2023) menemukan bahwa hubungan adaptabilitas karir dengan kecemasan karir tidak selalu bersifat langsung dan membutuhkan faktor mediator.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei. Pendekatan ini sesuai untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antarvariabel secara terukur dan dianalisis secara statistik (Creswell & Creswell, 2018). Populasi penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir S1 Manajemen dan S1 Bisnis Digital FEB UNJ angkatan 2022, berjumlah 345 mahasiswa (176 mahasiswa Manajemen dan 169 mahasiswa Bisnis Digital).

Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Berdasarkan perhitungan, ditetapkan 45% dari total populasi sebagai sampel, sehingga diperoleh 155 responden (79 mahasiswa Manajemen dan 76 mahasiswa Bisnis Digital). Jumlah ini memadai untuk analisis SEM-PLS sebagaimana direkomendasikan Hair dan Alamer (2022). Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup menggunakan skala *Likert* 4 poin yang dikembangkan berdasarkan dimensi dan indikator masing-masing variabel.

Analisis data menggunakan SEM-PLS dengan SmartPLS 4, meliputi pengujian *outer model* (*measurement model*) dan *inner model* (*structural model*). Uji hipotesis menggunakan metode *bootstrapping* yang mana hipotesis diterima bila *t-statistics* > 1,96 dan *p-values* < 0,05 (Hair & Alamer, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Profil Responden

Berdasarkan profil responden diketahui bahwa seluruh 155 responden merupakan mahasiswa tingkat akhir FEB UNJ angkatan 2022 yang sedang menempuh tugas akhir atau skripsi. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 88 orang (57%), dengan komposisi laki-laki sebanyak 67 orang (43%). Berdasarkan program studi, responden terbanyak berasal dari S1 Manajemen yaitu sebanyak 79 orang (51%), diikuti S1 Bisnis Digital sebanyak 76 orang (49%). Berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada rentang usia 21–22 tahun sebanyak 122 orang (79%). Berdasarkan rencana karir setelah lulus, sebagian besar responden berencana bekerja sebanyak 68 orang (44%), diikuti yang belum memutuskan rencana karir sebanyak 31 orang (20%), berwirausaha 29 orang (19%), dan melanjutkan studi 27 orang (17%). Profil responden ini menunjukkan bahwa responden berada pada fase transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja, sehingga relevan dengan tujuan penelitian.

Hasil Uji Instrumen

Pengujian instrumen penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas kuesioner yang digunakan. Hasil uji validitas konvergen menunjukkan bahwa seluruh indikator pada masing-masing variabel memiliki nilai *outer loading* di atas 0,70. Nilai terendah terdapat pada indikator AK3 sebesar 0,716 dan nilai tertinggi pada DS3 sebesar 0,837. Selain itu, hasil uji reliabilitas konstruk menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* masing-masing variabel berada di atas 0,70 dan nilai *Composite Reliability* (ρ_c) di atas 0,90, sehingga seluruh instrumen penelitian dinyatakan valid dan reliabel (Hair & Alamer, 2022).

Tabel 1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Variabel	Butir	Range Outer Loading	Cronbach's Alpha	Keterangan
Efikasi Diri	10	0,749 – 0,834	0,928	Valid & Reliabel
Dukungan Sosial	12	0,728 – 0,837	0,944	Valid & Reliabel
Adaptabilitas Karir	12	0,716 – 0,819	0,936	Valid & Reliabel
Kecemasan Karir	12	0,726 – 0,813	0,941	Valid & Reliabel

Sumber: *Output SmartPLS 4*, Data diolah oleh Peneliti (2026)

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran umum persepsi responden terhadap masing-masing variabel penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel efikasi diri, dukungan sosial, dan adaptabilitas karir berada pada kategori sangat tinggi. Sementara itu, variabel kecemasan karir berada pada kategori tinggi dengan nilai *mean* 3,24. Kecemasan karir paling tinggi terdapat pada dimensi *irrational beliefs about employment* (*mean* = 3,30) yang menunjukkan adanya keyakinan irasional mahasiswa tentang ketidaksiapan menghadapi dunia kerja. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki persepsi positif terhadap efikasi diri, dukungan sosial dan kesiapan karir, namun tetap mengalami kecemasan karir yang cukup tinggi.

Tabel 2. Analisis Deskriptif Variabel

Variabel	Butir	Rentang Mean	Mean	Kategori
Efikasi Diri	10	3,25 – 3,33	3,30	Sangat Tinggi
Dukungan Sosial	12	3,21 – 3,36	3,27	Sangat Tinggi
Adaptabilitas Karir	12	3,21 – 3,43	3,32	Sangat Tinggi
Kecemasan Karir	12	3,10 – 3,33	3,24	Tinggi

Sumber: *Output SmartPLS 4*, Data diolah oleh Peneliti (2026)

Hasil Uji Model Struktural (*Inner Model*)

Uji R-square

Hasil uji R-square menunjukkan nilai sebesar 0,872 dengan R-square *adjusted* sebesar 0,869. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri, dukungan sosial dan adaptabilitas karir secara bersama-sama mampu menjelaskan 87,2% variasi kecemasan karir, sedangkan sisanya 12,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Nilai R-square yang tinggi ini mengindikasikan bahwa model struktural yang dibangun memiliki kemampuan prediksi yang kuat.

Tabel 3. Nilai R-square

Variabel	R-square	R-square Adjusted
----------	----------	-------------------

Kecemasan Karir	0,872	0,869
-----------------	-------	-------

Sumber: *Output SmartPLS 4*, Data diolah oleh Peneliti (2026)

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis dilakukan menggunakan metode *bootstrapping* pada model PLS-SEM dengan memperhatikan nilai *t-statistics* dan *p-values*. Suatu hipotesis dinyatakan diterima apabila nilai *t-statistics* lebih besar dari 1,96 dan *p-values* lebih kecil dari 0,05.

Tabel 4. Uji Hipotesis

Variabel	<i>Original Sample (O)</i>	<i>Sample Mean (M)</i>	<i>Std. Dev (STDEV)</i>	<i>T Statistics</i>	<i>P Values</i>	Ket.
Efikasi Diri → Kecemasan Karir	-0,381	-0,374	0,102	3,738	0,000	Diterima
Dukungan Sosial → Kecemasan Karir	-0,417	-0,417	0,087	4,781	0,000	Diterima
Adaptabilitas Karir → Kecemasan Karir	-0,174	-0,183	0,133	1,313	0,189	Ditolak

Sumber: *Output SmartPLS 4*, Data diolah oleh Peneliti (2026)

PEMBAHASAN

Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Karir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir FEB UNJ. Penelitian ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah kecemasan karir yang dirasakan. Mahasiswa yang memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuannya cenderung melihat proses transisi ke dunia kerja sebagai tantangan yang mudah diatasi, bukan sebagai sumber tekanan yang menimbulkan kecemasan berlebihan (Widjaja & Prapunoto, 2025).

Efikasi diri berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa mengelola tekanan psikologis selama proses persiapan karir. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Surya, Sofiah, dan Farhanindya (2025) yang membuktikan bahwa efikasi diri berpengaruh negatif signifikan terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir di Indonesia. Seran, Noviekayati, dan Rina (2023) juga menegaskan bahwa efikasi diri merupakan prediktor signifikan kecemasan menghadapi dunia kerja. Mahasiswa dengan keyakinan diri tinggi tidak mudah terjebak dalam pola pikir negatif mengenai prospek karir dan lebih aktif dalam mengeksplorasi pilihan karir yang tersedia (Irsyad & Widyastuti, 2025).

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Karir

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir. Penelitian ini mengonfirmasi bahwa semakin tinggi dukungan yang diterima mahasiswa dari keluarga, teman dan orang terdekat, semakin rendah kecemasan karir yang dirasakan. Dukungan sosial berperan sebagai sumber kekuatan psikologis yang membantu mahasiswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi ketidakpastian dunia kerja (Dewi & Nefianto, 2025).

Dalam penelitian ini, dukungan sosial merupakan variabel yang memiliki pengaruh terbesar terhadap kecemasan karir dibandingkan variabel lainnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kwak, Kim, dan Chae (2025) yang membuktikan bahwa dukungan sosial secara serial memediasi hubungan antara kecemasan pencarian kerja dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Laksmiwati dan Tondok (2023) juga menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berhubungan

negatif dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. Keberadaan dukungan emosional, instrumental, informasional, dan jaringan sosial memberikan kontribusi nyata dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan psikologis selama masa transisi menuju dunia kerja.

Pengaruh Adaptabilitas Karir terhadap Kecemasan Karir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptabilitas karir berpengaruh negatif namun tidak signifikan terhadap kecemasan karir. Meskipun arah koefisien negatif menunjukkan kecenderungan bahwa adaptabilitas yang lebih tinggi berhubungan dengan kecemasan yang lebih rendah, pengaruh tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk dinyatakan signifikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Febrianti, Monika, dan Tasdin (2023) yang menemukan bahwa *career adaptability* tidak selalu berhubungan langsung dengan *career anxiety* dan membutuhkan faktor mediator. Antonio dan Chiesa (2024) menjelaskan bahwa sumber daya karir seperti adaptabilitas lebih efektif dalam mengatasi ketidakamanan karir ketika didukung oleh pengalaman kerja nyata dan kondisi lingkungan yang kondusif. Jiang, Chen, dan Gao (2024) juga menegaskan bahwa adaptabilitas karir lebih berkontribusi pada peningkatan *employability* jangka panjang daripada pengurangan kecemasan karir secara langsung.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh efikasi diri, dukungan sosial, dan adaptabilitas karir terhadap kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir FEB UNJ. Berdasarkan hasil analisis SEM-PLS, terdapat tiga kesimpulan utama. Pertama, efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir ($\beta = -0,381$; $t = 3,738$; $p = 0,000$). Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan diri mampu mengelola kecemasan karir dengan lebih baik dan memandang tantangan secara lebih realistis (Surya, Sofiah, & Farhanindya, 2025). Kedua, dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir ($\beta = -0,417$; $t = 4,781$; $p = 0,000$), menjadikannya faktor paling dominan dalam penelitian ini. Dukungan emosional, instrumental dan informasional dari keluarga serta teman membuat mahasiswa merasa tidak sendirian dalam proses transisi menuju dunia kerja (Kwak, Kim, & Chae, 2025). Ketiga, adaptabilitas karir berpengaruh negatif namun tidak signifikan ($\beta = -0,174$; $t = 1,313$; $p = 0,189$), mengindikasikan bahwa kesiapan adaptif kognitif belum cukup menurunkan kecemasan tanpa pengalaman praktis dan kondisi eksternal yang mendukung (Febrianti, Monika, & Tasdin, 2023).

Model penelitian memiliki *R-square* 0,872, artinya 87,2% variasi kecemasan karir dapat dijelaskan oleh ketiga variabel tersebut. Penelitian ini merekomendasikan agar perguruan tinggi memperkuat pengembangan efikasi diri melalui program *mentoring* dan pelatihan, mengoptimalkan dukungan sosial melalui komunitas mahasiswa dan layanan konseling, serta menyediakan layanan pengembangan karir yang terintegrasi dan aplikatif, termasuk program magang dan simulasi lingkungan kerja nyata.

DAFTAR REFERENSI

- Agung, Q. A., Aini, S. N., & Wibowo, D. S. (2024). Kecemasan Karir Mahasiswa Sarjana dan Mahasiswa Vokasi. *Jurnal Psikologi*, 1-7.
- Antonio, A. A., & Chiesa, R. (2024). Exploring University Students' Career Resources Profiles to Cope with Career Insecurity and Promote Employability. *Social Sciences*, 01-18.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Keadaan Tenaga Kerja Indonesia Februari 2025*. Jakarta: BPS

RI.

- Creswell, J., & Creswell, J. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Los Angeles: Sage.
- Dewani, Y. R. (2024). Does Social Support Contribute To Career Adaptability? Study at The Final Year Student. *Indonesian Journal of Social Technology*, 969-981.
- Dewi, D. N., & Nefianto, T. (2025). Pengaruh Social Support, Self Efficacy terhadap Kepuasan Hidup dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Maeswara: Jurnal Riset Ilmu Manajemen dan Kewirausahaan* , 16-37.
- Febrianti, S., Monika, & Tasdin, W. (2023). Peran Career Adaptability Terhadap Career Anxiety Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*.
- Hair, J., & Alamer, A. (2022). Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) in second language and education research: Guidelines using an applied example. *Research Methods in Applied Linguistics*, 1-16.
- Hidayat, D. R., Amalia, A. A., Ramadhani, D., Nurfatima, D. A., Amatullah, N. W., & Adawiyah, R. (2021). Adaptabilitas Karir Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 108-120.
- Ibrahim, I. D., Cahyaningrum, D., Hasany, T. D., Safitri, D., & Asri, N. A. (2025). Level of Anxiety over Future Employment for Final Year Students: A Literature Review. *Journal of Business Management and Economic Development*, 716-725.
- Ichwan, L. K., & Handaru, A. W. (2025). Pengaruh Career Adaptability dan Parental Career-related Behaviors terhadap Kesiapan Kerja terhadap Mahasiswa Manajemen Tingkat Akhir. *Ekopedia: Jurnal Ilmiah Ekonomi*, 608-622.
- Irsyad, A., & Widyastuti. (2025). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmu Komunikasi dan Media Kontemporer*, 1-11.
- Jannah, F. N., & Cahyawulan, W. (2023). Gambaran Kecemasan Karier Mahasiswa Tingkat Akhir di Masa Pandemi COVID-19. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 45-57.
- Jiang, Z., Chen, B., & Gao, R. (2024). Exploring the Relationship between Student Engagement and Role of Career Adaptability to Enhance Employability of University Graduates. *International Journal of Management Thinking*, 20-44.
- Jin, Q., & Yu, K. (2023). Adaptation and validation of the university-to-work success scale among Chinese university graduates. *Frontiers in Psychology*, 01-13.
- Kwak, Y., Kim, Y., & Chae, H. (2025). Job search anxiety and flourishing among university students: the serial mediating effects of social support and strengths use. *BMC Psychology*, 01-11.
- Laksmiwati, E. D., & Tondok, M. S. (2023). Perceived Social Support, Academic Self-Efficacy, and Anxiety among Final Year Undergraduate Students: A Mediation Analysis. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* , 173-182.
- Mufidah, E., Pravesti, C., & Farid, D. A. (2022). URGENSI EFIKASI DIRI: TINJAUAN TEORI BANDURA. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling*, 30-35.
- Muqarrama, R., Razak, A., & Hamid, H. (2022). Fenomena Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0. *Sultra Educational Journal (Seduj)*, 28-33.
- Noviyanti, A. (2021). DINAMIKA KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Bimbingan dan Konseling, Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 46-59.
- Prabawaningrum, A. B., Nurdianto, F., & Putri, A. B. (2023). Student career anxiety during the COVID-19 pandemic: A phenomenological exploration. *Humanitas: Indonesian*

- Psychological Journal* , 159-173.
- Sarafino, E., & Smith, T. (2014). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (8th ed.)*. John Wiley & Sons.
- Savickas, M. (2013). Career Construction Theory and Practice. In S. Brown, & R. Lent, *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (pp. 147-183). John Wiley & Sons.
- Seran, M. E., Noviekayati, I., & Rina , A. P. (2023). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa: Adakah peranan self-efficacy? *INNER: Journal of Psychological Research*, 200-207.
- Surya, A., Sofiah, D., & Farhanindya, H. H. (2025). Efikasi diri dan kecemasan karir mahasiswa tingkat akhir. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi* , 11-19.
- Widjaja, P. S., & Prapunoto, S. (2025). SELF EFFICACY DAN FUTURE CAREER ANXIETY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA. *Jurnal Kajian Ilmu Psikologi*, 12-19.