

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

4.1 Orientasi Kancah dan Persiapan

4.1.1. Orientasi Kancah

Penelitian ini dilaksanakan di Indonesia dengan ketentuan karakteristik subjek yaitu generasi Z, lahir dengan rentang tahun 1995 – 2012, dan sedang atau akan mencari pekerjaan. Penelitian ini dilakukan oleh peneliti pada tanggal 9 Agustus hingga 12 Agustus 2023 secara *online* dengan melalui *google form*. yang berisi pernyataan kesediaan, identitas responden, skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dan skala efikasi diri. Penyebaran data dilakukan melalui media sosial seperti *whatsApp*, *telegram* dan *instagram*.

Penyebaran melalui media sosial *whatsApp* dilakukan dengan cara menyebarkan link *google form* ke grup kerabat serta *chat personal* dengan menyesuaikan ketentuan karakteristik subjek penelitian, untuk media sosial *telegram* dilakukan dengan cara menyebarkan link *google form* ke grup responden penelitian dengan menyesuaikan ketentuan karakteristik subjek penelitian, dan media sosial *instagram* dilakukan dengan cara membuat templates yang berisi karakteristik, petunjuk pernyataan, serta link *google form* untuk mengakses pengisian skala penelitian.

4.1.2. Persiapan Penelitian

Tahap pertama yang diperlukan sebelum pengambilan data, Peneliti telah melakukan berbagai persiapan, seperti:

a. Persiapan Administasi

Persiapan administrasi penelitian ini yaitu diawali dengan menetapkan karakteristik subjek, adapun karakteristiknya generasi Z dengan rentang lahir tahun 1995-2012 dan generasi Z yang sedang atau akan mencari pekerjaan. Pengambilan data dilakukan secara daring dengan bantuan *google form* yang disebarakan melalui media sosial *whatsapp* dan *instagram*. Proses pengambilan data pada penelitian ini menyesuaikan berdasarkan kode etik penelitian dengan menggunakan *informed consent*, pernyataan ketersediaan dilampirkan di section pertama dalam *google form* sebagai bentuk ketersediaan subjek dalam mengisi skala tanpa adanya paksaan.

b. Persiapan Alat ukur

Pada penelitian ini menggunakan skala pengukuran skala *likert* yang telah dimodifikasi peneliti dengan berdasarkan teori serta aspek yang digunakan. Adapun alat ukur yang digunakan yaitu Skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja dan Skala Efikasi Diri. Skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada penelitian ini menggunakan skala yang telah modifikasi peneliti oleh Nadziri (2018), modifikasi ini dilakukan pada rentang pilihan respon yang

semula SS (sangat sering), S (sering), J (jarang), TP (tidak pernah) menjadi SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Peneliti juga memodifikasi keseluruhan pernyataan aitem. Sedangkan untuk skala efikasi diri dimodifikasi peneliti oleh Nadziri (2018), modifikasi ini dilakukan pada rentang pilihan respon yang semula SS (sangat setuju), S (setuju), STS (sangat tidak setuju) menjadi SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Peneliti juga memodifikasi keseluruhan pernyataan aitem.

Modifikasi skala dilakukan dengan mengubah spesifikasi aitem yang bertujuan agar dapat menyesuaikan indikator perilaku yang menyesuaikan kondisi (Azwar, 2022). Sesudah menyusun aitem yang akan digunakan pada skala, peneliti melanjutkan untuk ke tahap selanjutnya yaitu validitas aitem dengan menggunakan *expert judgement* terhadap 9 orang. *Expert judgement* yang disebar akan mendapatkan beberapa saran/masukkan, selanjutnya peneliti melakukan uji coba skala sebanyak 65 responden. Adapun hasil dari data yang didapatkan akan digunakan sebagai data awal dalam melaksanakan uji validitas.

1) Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja merupakan modifikasi skala Nadziri (2018). Skala ini terdiri dari empat aspek dan terdapat 24 aitem dengan aspek *Physical*

Symptoms sebanyak 6 aitem, Aspek *Thought* sebanyak 5 aitem, Aspek Behavior sebanyak 5 aitem, dan aspek *feelings* sebanyak 3 aitem. Pada penelitian ini membedakan jenis aitem menjadi 2 yaitu aitem *favorabel* dan *unfavorabel*. Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai) dengan skor 4, S (Sesuai) dengan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dengan skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 1. Skor tersebut juga berlaku pada pernyataan *unfavorable*.

2) Skala Efikasi Diri

Pada penelitian ini merupakan modifikasi skala efikasi diri dari Adelina (2018). Skala ini terdiri dari 3 dan 23 aitem, yaitu 8 aitem untuk aspek tingkat (*magnitude/level*), 7 aitem untuk aspek kekuatan (*Strength*), 8 aitem untuk aspek generalisasi (*generality*). Pada penelitian ini dalam membedakan jenis aitem menjadi 2 yaitu *favorabel* dan *unfavorabel*. Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai) dengan skor 4, S (Sesuai) dengan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dengan skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 1. Skor tersebut juga berlaku pada pernyataan *unfavorable*.

c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Pada tahap ini merupakan pengambilan data (try out) dilakukan sebelum dilakukan pengambilan data penelitian. Adapun uji coba pada penelitian dilakukan untuk menguji validitas dan

reliabilitas dari skala yang digunakan dalam penelitian. Pengambilan data (try out) dilaksanakan pada tanggal 6 agustus – 8 agustus 2023. Pada pengambilan data tersebut diperoleh 67 responden, dimana terdapat 2 responden dieliminasi karena tidak sesuai dengan karakteristik penelitian sehingga tersisa 65 responden sesuai dengan karakteristik penelitian dan hasil pengambilan data try out kemudian akan dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas dengan menggunakan analisis SPSS *for windows* ver 26.

a) Uji Validitas

Azwar (2011) Uji validitas isi merupakan validitas estimasi dengan lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi skala dengan melalui analisis rasional dari panel yang berkompeten atau *expert judgment*. Pada uji validitas dilakukan dengan cara menggunakan bantuan dari 9 *expert judgement* yang ahli dalam bidang psikologi. Dari uji coba validitas kedua skala, didapatkan hasil:

1) Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Uji validitas dilakukan terhadap 9 *expert judgement*, Berdasarkan dari hasil analisis dengan menggunakan *Aiken's-V* didapatkan hasil bahwa dari 24 aitem pernyataan berada pada rentang 0,51 hingga 0,88. Hasil analisis pada skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja yaitu didapatkan dinyatakan relevan dan layak digunakan.

2) Skala Efikasi Diri

Validitas dilakukan terhadap 9 *expert judgement*, berdasarkan dari hasil analisis dengan menggunakan *Aiken's-V* didapatkan hasil bahwa dari 23 aitem pernyataan berada pada rentang 0,74 hingga 0,92. Hasil analisis pada skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu didapatkan dinyatakan relevan dan layak digunakan.

b) Uji Reliabilitas

Setelah melakukan uji validitas untuk langkah selanjutnya yaitu melakukan uji reliabilitas. Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan formula alpha dengan bantuan *software* SPSS versi 26. Uji reliabilitas dilakukan bertujuan untuk melihat konsistensi aitem pada alat ukur skala yang digunakan. Skala dapat dikatakan reliabel jika mendapatkan nilai koefisien reliabilitas sebesar $\geq 0,70$ (Azwar,2022). Pengujian ini dilakukan sebanyak 65 responden dan data tersebut kemudian di analisis dengan menggunakan bantuan SPSS versi 26. Pada uji reliabilitas kedua skala ini, didapatkan hasil bahwa:

1) Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Hasil yang didapatkan dari analisis reliabilitas skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, didapatkan hasil koefisien reliabilitas alpha tahap 2 sebesar 0, 869. Koefisien reliabilitas alpha tersebut memenuhi syarat reliabilitas sehingga

dapat diberi kesimpulan bahwa skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan pada penelitian ini.

2) Skala Efikasi Diri

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari analisis reliabilitas skala efikasi diri, didapatkan hasil koefisien reliabilitas alpha tahap 2 sebesar 0,864. Koefisien reliabilitas alpha tersebut memenuhi syarat reliabilitas sehingga dapat diberi kesimpulan bahwa skala efikasi diri dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan pada penelitian ini.

C) Uji Daya Diskriminasi Aitem

Pada uji daya diskriminasi aitem di lakukan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan individu yang memiliki atau tidak memiliki atribut yang diukur. Daya diskriminasi aitem dilakukan dengan bantuan SPSS versi 26 dengan melihat *item-total statistic* pada tabel *corrected item-total correlation*. Daya diskriminasi aitem dapat dinyatakan layak digunakan apabila memiliki *corrected item-total correlation* $\geq 0,30$. Adapun daya diskriminasi aitem dari kedua skala yang digunakan, didapatkan hasil:

1) Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Hasil pengujian daya diskriminasi aitem pada lampiran terdapat 9 aitem yang gugur yaitu diantaranya pada aitem nomor 3 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,214, Aitem nomor 4

untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,180, Aitem nomor 5 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,258, Aitem nomor 9 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,222, Aitem nomor 14 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,171, Aitem nomor 16 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya -0,040, Aitem nomor 17 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya 0,094, Aitem nomor 22 untuk koefisien korelasi aitemnya hanya -0,141, Dan aitem nomor 24 untuk koefisien korelasi aitemnya -0,340. Dari 24 aitem yang ada hanya ada tersisa 15 aitem yang tidak layak digunakan pada penelitian ini. Blueprint skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang dapat digunakan terlihat pada tabel:

Tabel 4 1. *Blueprint* Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja setelah *try out*

Aspek	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
1. <i>Physical Symptoms</i>	2, 11.	2	1, 3, 9.	3
2. <i>Thought</i>	5, 10.	2	7, 13.	2
3. <i>Behavior</i>	4.	1		
4. <i>Feelings</i>	8, 12, 15.	3	6, 14.	2
Total		8		7

2) Skala Efikasi Diri

Berdasarkan hasil pengujian daya diskriminasi aitem pada lampiran terdapat 9 aitem yang gugur yaitu diantaranya pada aitem nomor 3 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,109, aitem nomor 4 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,281, aitem nomor 9 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,188, Aitem nomor 11 untuk koefisien korelasi aitemnya -0,030, Aitem nomor 13 untuk

koefisien korelasi aitemnya 0,040, Aitem nomor 18 untuk koefisien korelasi aitemnya -0,010, Aitem nomor 19 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,027 ,Aitem nomor 21 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,176 , Dan aitem nomor 23 untuk koefisien korelasi aitemnya 0,243. Blueprint skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang dapat digunakan terlihat pada tabel:

Tabel 4 2 . *Blueprint* Skala Efikasi Diri setelah *try out*

Aspek	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
<i>Maghnitude</i>	6	1	2, 4, 5, 8, 13	5
<i>Generality</i>	10	1	12, 14	2
<i>Strength</i>	1	1	3, 7, 9, 11	4
Total		3		11

4.2 Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 9 agustus hingga 12 agustus 2023. Pada pengambilan data dilakukan secara daring dengan menggunakan *google form*. Adapun isi *google form* pada penelitian ini terdiri dari *informed consent*, identitas responden, skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dan skala efikasi diri. Peneliti menyebarkan link *google form* dengan menggunakan media sosial dengan menyesuaikan karakteristik subjek generasi Z yang terlahir dengan rentang tahun 1995-2012, sedang atau akan mencari pekerjaan.

Google form yang digunakan oleh peneliti terdapat cara untuk pengerjaan dalam memilih pilihan jawaban pernyataan, selain itu juga peneliti mencantumkan pernyataan ketersediaan subjek untuk berpartisipasi sehingga dalam pengisian skala berlangsung tidak ada unsur paksaan. Peneliti juga

mengatur pada *section* pernyataan sedang atau akan mencari pekerjaan dengan pilihan Ya dan Tidak, jika responden memilih tidak maka formulir akan langsung terkirim sehingga tidak perlu untuk mengisi skala pada halaman berikutnya.

Peneliti selalu mengontrol serta menyebarkan link formulir untuk mendapatkan responden yang sesuai dengan ketentuan karakteristik penelitian. Pengambilan data yang dilakukan penelitian ini mendapatkan 110 responden yang sesuai karakteristik.

4.3 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada generasi Z, Penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan skala efikasi diri dan skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja terhadap 110 responden dengan kriteria rentang tahun kelahiran 1995-2012 dan sedang atau akan mencari pekerjaan. Setelah mendapatkan data yang diperlukan, data diolah dengan bantuan software SPSS versi 26 bertujuan agar bisa melakukan analisis data. Analisis data yang dilakukan mencakup uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis.

4.3.1. Deskripsi Data Penelitian

Pada deskripsi data penelitian dilakukan untuk mengetahui gambaran terkait data yang diperoleh pada penelitian, hal tersebut dapat memudahkan peneliti untuk menafsirkan data penelitian.

Tabel 4 3. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja	15	60	38	8	16	46	33,5	6
Efikasi Diri	14	56	35	7	23	52	35,8	7

Keterangan:

Uji Hipotetik : diperoleh dari skala

Uji Empirik : diperoleh dari hasil penelitian

Berdasarkan hasil data yang ada diatas, pada skor hipotetik didapatkan dari setiap masing-masing variabel lalu dilanjutkan dengan pemberian kategorisasi. Azwar (2018) menyatakan bahwa pemberian kategorisasi memiliki tujuan agar dapat membagi setiap kelompok data berdasarkan jenjang dari suatu kontinum atribut yang diukur. adapun kategorisasi dapat ditentukan dengan berdasarkan rumus sesuai norma berikut:

Tabel 4 4. Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1	Sangat Rendah	$x < M - 1,8\delta$
2	Rendah	$M - 1,8\delta \leq x < M - 0,6\delta$
3	Sedang	$M - 0,6\delta \leq x < M + 0,6\delta$
4	Tinggi	$M + 0,6\delta \leq x < M + 1,8\delta$
5	Sangat Tinggi	$x > M + 1,8\delta$

keterangan:

X : Skor total

M : Mean

δ : Standar Deviasi

Rumusan norma diatas, maka selanjutnya yaitu mengkategorisasikan keseluruhan responden ke dalam lima kategoriasasi yang sesuai dengan norma diatas, sehingga didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4 5. Kategorisasi Data penelitian Tiap Variabel

Kategori	Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	Efikasi Diri
Sangat Rendah	$x < 22$	$x < 22$
Rendah	$22 \leq x < 30$	$22 \leq x < 31$
Sedang	$30 \leq x < 37$	$31 \leq x < 40$
Tinggi	$37 \leq x < 44$	$40 \leq x < 49$
Sangat Tinggi	$x > 44$	$x > 49$

Tabel 4 6. Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja		Efikasi Diri	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	3	3%	0	0%
Rendah	27	24%	26	24%
Sedang	71	65%	62	56%
Tinggi	8	7%	17	15%
Sangat Tinggi	1	1%	5	5%
Total	110	100%	110	100%

4.3.2. Uji Asumsi

a. Uji normalitas

Pada uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil data analisis dinyatakan terdistribusi normal jika memiliki nilai signifikansi (2-tailed) lebih besar dari 0,05.

Tabel 4 7. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig.	Interpretasi
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja	0,001	Tidak Normal
Efikasi Diri	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan tabel, diperoleh hasil bahwa pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja memiliki signifikansi sebesar 0,001, dan pada variabel efikasi diri memiliki signifikansi

sebesar 0,000. Nilai signifikansi dari kedua variabel tersebut tidak memenuhi syarat normalitas, karena kedua variabel tidak normal dengan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi tidak normal.

b. Uji linearitas

Pada uji linearitas menggunakan uji *F Anova*, Hasil data analisis dinyatakan berhubungan linear jika memiliki nilai signifikansi p lebih besar dari 0,05.

Tabel 4 8. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Interpretasi
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Dan Efikasi Diri	1,106	0,355	Linear

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas menunjukkan bahwa adanya hubungan linear antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi p sebesar 0,355 dengan *Deviation From Linearity* lebih besar dari 0,05 ($P > 0,05$).

c. Uji hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan *Nonparametric Correlations* dengan teknik *Rank Spearman* untuk menguji ada atau tidaknya hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, Menurut Prastania dan

santoso (2021) uji korelasi *Rank Spearman* memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat adanya hubungan atau pengaruh antara dua skala ordinal yakni variabel terikat dan variabel bebas. Hasil uji normalitas diatas ditemukan bahwa kedua data tersebut tidak terdistribusi secara normal sehingga analisis hipotesis menggunakan *Non Parametric Rank Spearman*. Hipotesis dapat diterima apabila nilai p lebih kecil dari 0,05.

Menurut Sugiyono (2014) tingkat kekuatan hubungan antara dua variabel dapat ditentukan berdasarkan pedoman pada nilai koefisien korelasi hasil dari *output* SPSS dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 4 9. Pedoman interval koefisien korelasi

Interval koefisien	Tingkat hubungan
Hubungan sangat kuat	0,80 - 1,000
Hubungan kuat	0,60 – 0,799
Hubungan sedang	0,40 – 0,599
Hubungan rendah	0,20 – 0,399
Hubungan sangat rendah	0,00 – 0,199

Berdasarkan data penelitian yang telah diperoleh dan dianalisis dihasilkan nilai sebagai berikut:

Tabel 4 10. Hasil Uji Rank Spearman

Variabel	r	P	Interpretasi
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja dan Efikasi Diri	1,106	0,355	Ada Hubungan Negatif

Tabel 4 11. Hasil Uji Determinasi

Variabel	R	R Square	Eta	Eta Square
Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Efikasi diri	, -725	,526	,806	,649

Hipotesis diterima, yaitu dapat dilihat dari nilai korelasi r yang diperoleh sebesar $-0,693^{**}$. Berdasarkan nilai koefisien korelasi dapat disimpulkan bahwa $-0,693^{**}$ termasuk dalam hubungan kuat. Hasil analisis uji hipotesis dalam penelitian ini menghasilkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kedua variabel. Artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin rendah kecemasan begitupun sebaliknya, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi kecemasan terhadap individu tersebut. Nilai signifikansi p tersebut memenuhi syarat linear karena kedua variabel linear dengan nilai signifikansi p lebih dari $0,05$ dan sumbangan efektif dari efikasi diri terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar $52,6\%$. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti ini dapat diterima dapat dilihat dari nilai r^2 sebesar $0,526$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear.

4.4 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah adanya hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z. Hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan negatif pada efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z. Semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri, semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hasil.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azmi dan Suprihatin (2021) pada 201 siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang, menunjukkan hasil bahwa ada hubungan signifikan efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Wijayanti, Noviekayanti, dan Rina (2022) Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah perasaan khawatir yang muncul karena penilaian individu mengenai tujuannya menghadapi dunia kerja, salah satu penyebabnya yaitu belum memiliki persiapan yang dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam bersaing di dunia kerja. Adapun salah satu cara untuk mengatasi tersebut yaitu memiliki efikasi diri yang baik. Hal tersebut didukung Penelitian dari Kolo, Jaafar, dan Ahmad (2017) menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan merasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi tantangan, bertahan dalam kesulitan, dan mengeluarkan segala upaya agar menghadapi tantangan yang dialami sehingga mampu dalam mengatasi kecemasan.

Kesuksesan seseorang pada saat disituasi yang menyulitkan tergantung kepada keyakinan seseorang terhadap keberhasilan untuk mengakhirinya. Hal tersebut didukung oleh penelitian Djayanti dan Rahmatika (2015) menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan dengan korelasi negatif antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Generasi Z memiliki keyakinan terhadap dirinya bahwa mampu berhasil dalam mengatasi faktor-faktor yang memicu terjadinya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, sehingga perasaan tersebut akan dapat ditangani.

Individu dengan efikasi diri yang tinggi tentunya memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuannya dalam menghadapi dunia kerja sehingga dapat mengurangi kecemasan yang sedang dihadapinya.

Menurut Iqbal dan Aulia (2018) tingginya efikasi diri yang dipersepsikan memotivasi individu secara kognitif dalam bertindak ke arah yang tepat, terutama terhadap tujuan yang ingin dicapai dengan tujuan yang jelas. Sedangkan individu dengan tingkat efikasi diri yang rendah akan kecenderungan ragu akan kemampuan yang dimilikinya, selalu menghindari masalah yang sulit, memiliki keyakinan bahwa situasi sulit selalu berada diluar kemampuannya, selalu terbayang kegagalan pribadi dan hasil yang negatif. Lebih lanjut Bandura (1997) menegaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri tinggi menganggap suatu kegagalan sebagai kurangnya usaha, pengetahuan dan keterampilan. Individu yang mempunyai efikasi diri lebih menyukai cenderung menyukai tantangan dan gigih terhadap permasalahannya, sehingga mereka dapat bangkit kembali dan menganggap bahwa kegagalan yang dialami adalah suatu hal yang harus dihadapi bukan dihindari.

Generasi Z merupakan generasi yang tumbuh dengan perkembangan teknologi dan memiliki karakteristik unik serta terdapat beberapa ciri-ciri efikasi diri yang memiliki hubungan dengan ciri-ciri kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Pada generasi Z memiliki kelebihan pada kecakapan teknologi yang tinggi dan mampu beradaptasi dengan cepat pada perkembangan teknologi, generasi Z meyakini bahwa dapat menggunakan

teknologi dengan efektif di dunia kerja seperti dapat menguasai media *platform* digital yang relevan. Generasi Z cenderung berpikir kreatif dan inovatif sehingga mereka merasa yakin dapat menciptakan solusi dan kontribusi di dunia kerja agar berkembang.

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z pada kategori sedang, yang ditunjukkan dari banyaknya jumlah responden penelitian yang berada pada kategori sedang yaitu sebesar 65%. Diikuti oleh responden yang berada pada kategori tinggi sebesar 7%, kategori tinggi sebesar 1%. Responden pada kategori rendah sebesar 24 %, dan kategori sangat rendah 3%. Rendahnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah efikasi diri. Hal ini ditinjau dari koefisien determinasi pada penelitian ini menunjukkan hasil R *square* pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 0,526. Artinya bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 52,6% terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z.

Faktor lain yang mempengaruhi rendahnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z yaitu pengalaman dari kerja praktek atau kegiatan magang yang wajib dilaksanakan di sekolah atau perguruan tinggi. Dengan adanya kegiatan tersebut, Generasi Z yang sedang atau akan mencari pekerjaan dapat mendapatkan gambaran serta memperoleh informasi-informasi hal apa saja yang mempengaruhi kesiapan

dalam menghadapi dunia kerja. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Sukorim (2016) terdapat adanya hubungan positif antara pengalaman praktek kerja dengan kesiapan kerja. Generasi Z merupakan generasi yang terlahir dengan usai muda yang diantaranya akan memasuki dunia kerja sehingga mereka membutuhkan informasi terkait dunia kerja agar dapat mempersiapkan yang diperlukan lebih matang. Berdasarkan pengalaman tersebut tentunya akan memberikan pengaruh dalam kesiapan kerja bagi kalangan generasi Z sehingga dapat memberikan gambaran yang nyata pada dunia kerja yang sebenarnya dan generasi Z dapat berlatih.

Penelitian ini terdapat kekurangan dan keterbatasan selama dalam proses pelaksanaan penelitian berlangsung seperti minimnya pendampingan terhadap responden pada saat mengerjakan pengisian skala penelitian, dampaknya peneliti tidak mengetahui faktor-faktor lain yang terdapat hubungan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja selain efikasi diri dan tidak mengetahui apakah selama proses pengisian skala berlangsung responden mengisi sesuai kondisi atau tidak asal-asalan, sehingga diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat meningkatkan kontrol pada saat proses pengambilan data berlangsung dengan melakukan pendampingan serta mengobservasi responden ketika proses pengisian skala secara *face to face*.