

**PENGARUH CAREER PLANNING CONFIDENCE TERHADAP
KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA AKHIR DI JAKARTA**



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

NAZWA SEPTIANA

1801621007

PSIKOLOGI

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

**PENGARUH *CAREER PLANNING CONFIDENCE* TERHADAP
KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA AKHIR DI JAKARTA**



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

NAZWA SEPTIANA

1801621007

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

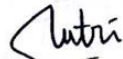
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

PENGARUH *CAREER PLANNING CONFIDENCE* TERHADAP KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA AKHIR DI JAKARTA

Nama Mahasiswa : Nazwa Septiana
NIM : 1801621007
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 3 Juli 2025

Pembimbing I



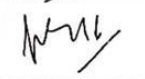
Fildzah Rudyah Putri, M.Si
NIP. 199205132022032013

Pembimbing II



Mauna, M.Psi, Psikolog
NIP. 198410142015042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggung Jawab)		15/7 2025
Mira Aryani Ph.D. Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab**		21/7/2025
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog (Ketua Penguji)***		21 Juli 2025
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Dosen Penguji I)****		8 Juli 2025
Nazir Utama A., M.A (Dosen Penguji II)		21/7 25

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nazwa Septiana

NIM : 1801621007

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*Pengaruh Career Planning Confidence Terhadap Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Akhir di Jakarta*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 30 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan



Nazwa Septiana

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nazwa Septiana
NIM : 1801621007
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi / Psikologi
Alamat email : nazwaseq05@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Career Planning Confidence Terhadap Kecemasan Karir Pada
Mahasiswa Akhir di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 11 Agustus 2025



(Nazwa Septiana)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Start where you are. Use what you have. Do what you can”

Arthur Ashe

“Believe you can and you’re halfway there”

Theodore Rossevelt

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua dan keluarga tercinta. Terima kasih atas semua doa yang selalu senantiasa membersamai dalam proses perjalanan penulis, selalu memberikan semangat dan dukungan tanpa kenal lelah. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen pembimbing yang telah membimbing dengan tulus hingga penulis bisa sampai di titik ini. Skripsi ini dipersembahkan kepada penulis sendiri, atas semua bukti setiap proses yang tidak mudah untuk bisa penulis lewati.

NAZWA SEPTIANA

PENGARUH *CAREER PLANNING CONFIDENCE* TERHADAP
KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA AKHIR DI JAKARTA

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Kecemasan karir kerap kali dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir, berbagai tantangan ketidakpastian dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja dan tuntutan yang harus dihadapi dalam menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *career planning confidence* terhadap kecemasan karir pada mahasiswa akhir di Jakarta. Pengumpulan data menggunakan instrumen *career planning confidence scale* oleh McAuliffe et al., (2006) dan *career anxiety scale* oleh Tsai et al., (2017). Sampel berjumlah 163 responden mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi atau Tugas Akhir di Jakarta dengan metode pendekatan kuantitatif. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara *career planning confidence* terhadap kecemasan karir pada mahasiswa akhir di Jakarta. Artinya semakin tinggi *career planning confidence* semakin rendah kecemasan karir pada mahasiswa akhir di Jakarta.

Kata kunci: kecemasan karir, *career planning confidence*, mahasiswa akhir

NAZWA SEPTIANA

THE INFLUENCE OF CAREER PLANNING CONFIDENCE ON
CAREER ANXIETY IN FINAL YEAR STUDENTS IN JAKARTA

Thesis

Jakarta: Mayor of Psychology

Faculty of Psychology, Jakarta State University

2025

ABSTRACT

Career anxiety is often felt by final year students, various challenges of uncertainty in facing the transition to the world of work and the demands that must be faced in completing a thesis as a graduation requirement. This study aims to determine the effect of career planning confidence on career anxiety in final year students in Jakarta. Data collection used the career planning confidence scale instrument by McAuliffe et al., (2006) and the career anxiety scale by Tsai et al., (2017). The sample amounted to 163 respondents of final year students who were working on their thesis or Final Project in Jakarta with a quantitative approach method. Data analysis was carried out using simple linear regression. The results of this study indicate that there is a negative influence between career planning confidence on career anxiety in final year students in Jakarta. This means that the higher the career planning confidence, the lower the career anxiety of final students in Jakarta.

Keywords: *career anxiety, career planning confidence, final year students*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat, rahmat, dan karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Career Planning Confidence Terhadap Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Akhir Di Jakarta” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, Program Studi S1 Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini banyak rintangan dan hambatan, akan tetapi tanpa bantuan, dukungan serta motivasi dari orang-orang terdekat dan dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani Ph.D., selaku Wakil Dekan I Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Bapak Herdiyan Maulana, PhD, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si, selaku koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Fildzah Rudyah Putri, M,Si, selaku dosen pembimbing 1 yang telah membagi waktu untuk memberikan ilmu, arahan dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Mauna, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing 2 yang telah membagi waktu untuk memberikan ilmu, arahan dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, S.Psi., M.psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang membimbing dan membantu selama menjalani proses perkuliahan.

9. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen dan Staf Administrasi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu proses pembelajaran di perkuliahan.
10. Teristimewa kedua orang tua tercinta, Ibu dan ayah terima kasih atas setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, nasehat, dukungan dan doa yang selalu menemani penulis hingga saat ini. Terimakasih untuk selalu berada di sisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi hingga selesai.
11. Tete tersayang, Nita Astriana terima kasih selalu memberikan doa, bantuan, dukungan dan semangat kepada penulis, selalu menemani setiap proses perjalanan penulis. Kedua adik laki-laki Ihsan dan Ahwaz terima kasih selalu menjadi sumber penyemangat penulis dalam proses perjalanan ini.
12. Moh. Taqiyudin Ramdani, seseorang yang selalu hadir di saat suka dan duka dalam proses perjalanan penulis. Penulis menyampaikan terima kasih atas kehadiran, dukungan, dan meyakinkan penulis untuk tidak berhenti menyerah hingga penyusunan skripsi ini selesai.
13. Shirly, Syarla, Mitha, Maulin dan Nopal, teman dekat penulis selama perkuliahan dari awal hingga saat ini. Terima kasih atas kebersamaannya, canda tawa, sedih dan senang, dan tidak berhenti untuk memberikan dukungan satu sama lain.
14. Miera, selaku sahabat penulis sejak SMP. Terima kasih atas semua dukungan dan semangat yang tulus diberikan kepada penulis, selalu menjadi tempat bercerita yang baik bagi penulis. Lulu dan Nadia, selaku sahabat penulis sejak SMA. Terima kasih selalu menjadi tempat berkeluh kesah suka dan duka selalu bersama hingga saat ini.
15. Risti dan Dewi, selaku teman dekat sekaligus teman kos penulis dari awal semester. Terima kasih atas bantuan, kebersamaan, dan dukungan yang telah menjadi bagian perjalanan selama perkuliahan penulis.

16. Mba Runi, Pak Suraji, Mas Reza dan seluruh tim SDM PLN NPC terima kasih telah kebersamai perjalanan penulis dalam proses skripsi. Pengalaman dan pembelajaran yang sangat berharga bagi penulis selama proses *internship*.
17. Kepada seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021 yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Namun, tetap memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis.
18. Seluruh responden yang terlibat dan membantu untuk meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
19. Dan yang terakhir, untuk penulis sendiri yang sudah tetap hidup, bertahan, berjuang tanpa henti hingga sampai pada tahap ini. Terima kasih untuk selalu kuat menjadi seorang anak perempuan yang berani dan mandiri. Proses ini masih panjang semoga selalu kuat dalam setiap perjalanan ke depan.

Jakarta, 30 Juni 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Perumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Kecemasan Karir	9
2.1.1. Definisi Kecemasan Karir.....	9
2.1.2. Dimensi Kecemasan Karir	10
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Karir	11
2.1.4. Dampak Kecemasan Karir	13
2.1.5. Upaya Mengatasi Kecemasan Karir	13
2.2. <i>Career Planning Confidence</i>	14
2.2.1. Definisi <i>Career Planning Confidence</i>	14
2.2.2. Dimensi <i>Career Planning Confidence</i>	15
2.2.3. Upaya Melakukan <i>Career Planning Confidence</i>	18
2.3. Mahasiswa	19

2.4. Hubungan Antar Variabel <i>Career Planning Confidence</i> Terhadap Kecemasan Karir	20
2.5. Kerangka Konseptual	21
2.6. Hipotesis Penelitian	23
2.7. Hasil Penelitian Yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1. Tipe Penelitian	27
3.2. Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	27
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	30
3.4.1. Instrumen Penelitian	30
3.4.1.1. Instrumen Kecemasan Karir	30
3.4.1.2. Instrumen <i>Career Planning Confidence</i>	33
3.5. Uji Coba Instrumen	35
3.5.1. Uji Validitas	36
3.5.2. Uji Reliabilitas	38
3.6. Analisis Data.....	40
3.6.1. Analisis Deskriptif	40
3.6.2. Uji Normalitas.....	40
3.6.3. Uji Linearitas	40
3.6.4. Uji Korelasi.....	40
3.6.5. Uji Analisis Regresi	41
3.7. Perumusan Hipotesis	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
4.1. Gambaran Partisipan Penelitian	42
4.2. Prosedur Penelitian.....	50
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	50
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	51
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian	52
4.3.1. Data Deskriptif Variabel Kecemasan Karir	52
4.3.2. Data Deskriptif Variabel <i>Career Planning Confidence</i>	53
4.4.1. Hasil Uji Asumsi	55
4.4.2. Hasil Uji Hipotesis.....	56
4.4.3. Hasil Uji Tambahan	58

4.4. Pembahasan	63
4.5. Keterbatasan Penelitian	66
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	67
5.1. Kesimpulan.....	67
5.2. Implikasi.....	67
5.3. Saran dan Rekomendasi	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	76
RIWAYAT HIDUP	97



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Instrumen <i>Career Anxiety</i>	31
Tabel 3. 2 Blueprint <i>Career Anxiety</i>	32
Tabel 3. 3 Skala Instrumen <i>Career Planning Confidence</i>	34
Tabel 3. 4 Blueprint <i>Career Planning Confidence</i>	34
Tabel 3. 5 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Career Anxiety Scale</i>	36
Tabel 3. 6 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Career Planning Confidence Scale</i>	37
Tabel 3. 7 Reliabilitas Menurut Guilford (1942)	39
Tabel 3. 8 Hasil Uji Coba Reliabilitas <i>Career Anxiety Scale</i>	39
Tabel 3. 9 Hasil Uji Coba Reliabilitas <i>Career Planning Confidence Scale</i>	39
Tabel 3. 10 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	40
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	42
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan	44
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	45
Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Semester.....	46
Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Perguruan Tinggi.....	47
Tabel 4. 7 Gambaran Responden Berdasarkan Pengalaman Magang.....	48
Tabel 4. 8 Gambaran Responden Yang Telah Membuat Rencana Karir	49
Tabel 4. 9 Gambaran Responden Berdasarkan Pelatihan.....	49
Tabel 4. 10 Gambaran Responden Berdasarkan Tujuan Mengikuti Pelatihan.....	50
Tabel 4. 11 Data Deskriptif Kecemasan Karir	52
Tabel 4. 12 Kategorisasi Kecemasan Karir	53
Tabel 4. 13 Data Deskriptif <i>Career Planning Confidence</i>	54
Tabel 4. 14 Kategorisasi <i>Career Planning Confidence</i>	54
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas	55
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi.....	56
Tabel 4. 17 Hasil Uji Hipotesis	57
Tabel 4. 18 Uji Regresi.....	57
Tabel 4. 19 Hasil Persamaan Regresi	58
Tabel 4. 20 <i>Group Statistics</i> Jenis Kelamin	58
Tabel 4. 21 Uji T-Test Jenis Kelamin dengan Kecemasan Karir.....	59
Tabel 4. 22 <i>Group Statistics</i> Jenjang Pendidikan	59
Tabel 4. 23 Uji T-Test Jenjang Pendidikan dengan Kecemasan Karir	60
Tabel 4. 24 <i>Group Statistics</i> Pengalaman Magang	60
Tabel 4. 25 Uji T-Test Pengalaman Magang dengan Kecemasan Karir.....	61
Tabel 4. 26 <i>Group Statistics</i> Pelatihan	61
Tabel 4. 27 Uji T-Test Pelatihan dengan Kecemasan Karir.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	23
Gambar 4. 1 Diagram Persebaran Usia Responden	43
Gambar 4. 2 Diagram Persebaran Jenis Kelamin Responden.....	44
Gambar 4. 3 Diagram Persebaran Pendidikan Responden.....	45
Gambar 4. 4 Diagram Persebaran Domisili Responden.....	46
Gambar 4. 5 Diagram Persebaran Semester Responden	47
Gambar 4. 6 Diagram Persebaran Perguruan Tinggi Responden	48



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Coba Instrumen	76
Lampiran 2 Hasil Analisis Deskriptif.....	78
Lampiran 3 Hasil Analisis Data	79
Lampiran 4 Hasil Analisis Gambaran Partisipan	80
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian.....	82
Lampiran 6 Data Demografi	92
Lampiran 7 Hasil Kategorisasi Skor	94
Lampiran 8 Hasil Uji T-Test.....	95

