

# HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN AKAN MASA DEPAN PADA *FRESH GRADUATE* DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Diajeng Lintar Pertapa<sup>1</sup> Panca Kursistin Handayani<sup>2</sup> Ria Wiyatfi Linsiya<sup>3</sup>

[diajenglintar99@gmail.com](mailto:diajenglintar99@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember

## INTISARI

Fase dewasa awal merupakan fase yang dimana individu dihadapkan dengan banyaknya tuntutan yang sangat beragam sehingga mengakibatkan beberapa individu mengalami kesulitan. Hal ini dirasakan oleh *fresh graduate* Universitas Muhammadiyah Jember yang baru saja menyelesaikan masa studinya. Ketidakpastian tentang bagaimana *fresh graduate* setelah lulus dari perguruan tinggi memicu timbulnya rasa cemas akan masa depan. Adapun *self efficacy* menjadi salah faktor timbulnya kecemasan akan masa depan pada *fresh graduate*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* (X) dengan kecemasan akan masa depan (Y) pada *fresh graduate* di Universitas Muhammadiyah Jember. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala kecemasan akan masa depan terdiri dari 26 item valid dengan nilai validitas rata - rata sebesar 0,318 dan reliabilitas 0,764. Skala *self efficacy* terdiri dari 27 item valid dengan nilai rata – rata sebesar 0,331 dan nilai reliabilitas 0.830. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Responden yang terlibat dalam penelitian ini yaitu 150 *fresh graduate* di Universitas Muhammadiyah Jember. Berdasarkan hasil analisa data menggunakan *correlation pearson product moment* diperoleh nilai sebesar -0,651, dengan taraf signifikansi (p) sebesar  $0,000 < 0,05$  ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan akan masa depan. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan penelitian selanjutnya dan pengembangan ilmu di bidang psikologi.

**Kata Kunci:** *Fresh graduate*, Kecemasan Akan Masa Depan, *Self Efficacy*.

---

<sup>1</sup> Peneliti

<sup>2</sup> Dosen Pembimbing I

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing II

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND ANXIETY  
ABOUT THE FUTURE IN FRESH GRADUATES AT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITY JEMBER**

**Diajeng Lintar Pertapa<sup>1</sup> Panca Kursistin Handayani<sup>2</sup> Ria Wiyatfi Linsiya<sup>3</sup>**

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

*Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Jember*

**ABSTRACT**

*The early adulthood phase is a phase where individuals are faced with many very diverse demands, resulting in some individuals experiencing difficulties. This was felt by fresh graduates of Muhammadiyah University of Jember who had just completed their studies. Uncertainty about how fresh graduates will fare after graduating from college triggers feelings of anxiety about the future. Self-efficacy is one of the factors causing anxiety about the future in fresh graduates. This research aims to determine the relationship between self-efficacy (X) and anxiety about the future (Y) in fresh graduates at the Muhammadiyah University of Jember. The research method used is quantitative correlational. The measuring instrument in this study used an anxiety scale about the future consisting of 26 valid items with an average validity value of 0.318 and reliability of 0.764. The self-efficacy scale consists of 27 valid items with an average value of 0.331 and a reliability value of 0.830. The sampling technique used in this research is non-probability sampling with a purposive sampling method. The respondents involved in this research were 150 fresh graduates at Muhammadiyah University of Jember. Based on the results of data analysis using the Pearson product moment correlation, a value of -0.651 was obtained, with a significance level (p) of 0.000 < 0.05 (p < 0.05), so it can be concluded that there is a significant negative relationship between self-efficacy and anxiety about the future. The results of this research can be a reference source for further research and development of knowledge in the field of psychology.*

**Keywords: Anxiety about the Future, Fresh graduate, Self Efficacy.**

---

<sup>1</sup> Research

<sup>2</sup> First Supervisor

<sup>3</sup> Second Supervisor