

BAB V

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Pada bab ini peneliti akan memberikan paparan mengenai pembahasan hasil penelitian, kesimpulan dan saran saat peneliti melakukan penelitian di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

5.1 Pembahasan Hasil Penelitian

Dari hasil analisa dan data hasil rumusan masalah didapatkan bahwa terdapat pengaruh antara *adversity quotient* terhadap kecemasan. Hasil uji parsial menyatakan bahwa hipotesis pertama (H_{a1}) memiliki nilai Sig. Uji T $0,000 < 0,05$ yang artinya H_{a1} diterima, dan H_{01} ditolak, sehingga terdapat pengaruh antara *adversity quotient* terhadap kecemasan. Hasil tersebut sejalan dengan pernyataan teori Aryono, dkk (2017) bahwa apabila individu memiliki kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi segala tantangan, maka individu mampu menghindari diri dari hal-hal yang dapat membuatnya merasa tertekan. Apabila dikaitkan dengan kecemasan yang timbul akibat adanya hambatan dalam dunia kerja, maka individu yang memiliki *adversity quotient* akan berusaha mencari jalan keluar untuk mengatasi kecemasan yang dialami (Upadianti & Indrawati, 2018). Dengan demikian bahwa *adversity quotient* sangatlah penting untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang menghadapi dunia kerja.

Hasil uji T (parsial) menyatakan bahwa hipotesis kedua (H_{a2}) memiliki nilai Sig. Uji T $0,000 < 0,05$ yang artinya H_{a2} diterima dan H_{02} ditolak, sehingga terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan. Hal ini sesuai dengan Bastaman (Tentama, 2014) menyatakan dukungan sosial merupakan hadirnya

orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluar ketika individu mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah guna mencapai tujuan. Teori tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wicaksono (2016) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial, maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin tinggi.

Hasil uji regresi linear berganda secara simultan menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap variabel kecemasan. Berdasarkan hasil tersebut maka menjawab uji simultan yaitu H_{a3} diterima dan H_{03} ditolak. Hasil dari analisis data uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa pengaruh yang disumbangkan oleh *adversity quotient* dan dukungan sosial terhadap kecemasan adalah sebesar 36,9% dan selebihnya 63,1% dipengaruhi oleh variabel lain yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

Selanjutnya hasil uji kategorisasi pada variabel *adversity quotient* mendapatkan hasil responden yang memiliki *adversity quotient* dalam kategori rendah sebanyak 33 orang dengan persentase sebesar 12,9%, dan subjek dengan kategori tinggi terdapat 37 orang dengan persentase sebesar 14,5%. Sedangkan kategori yang mendominasi adalah kategori sedang sebanyak 185 orang dengan persentase sebesar 72,5%. Menurut Puspitasari (dalam Rachmady dan Aprilia,

2018) menjelaskan tingkat *adversity quotient* tinggi yang dimiliki oleh individu akan menyebabkan individu mampu bertahan mengatasi kecemasan sehingga mereka yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi akan lebih terdorong untuk dapat mengerjakan sesuatu dengan baik.

Hasil uji kategorisasi selanjutnya pada variabel dukungan sosial mendapatkan hasil responden yang memiliki dukungan sosial dalam kategori rendah sebanyak 36 orang dengan persentase sebesar 14,1%, dan subjek dengan kategori tinggi terdapat 42 orang dengan persentase sebesar 16,5%. Sedangkan kategori yang mendominasi adalah kategori sedang sebanyak 177 orang dengan persentase sebesar 69,4%. Menurut Rook dan Smet (dalam Kumalasari & Ahyani, 2012) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah.

Kemudian hasil uji kategorisasi pada variabel kecemasan menunjukkan variabel responden yang memiliki Kecemasan dalam kategori rendah sebanyak 41 orang dengan persentase sebesar 16,1%, dan subjek dengan kategori tinggi terdapat 43 orang dengan persentase sebesar 16,9%. Sedangkan kategori yang mendominasi adalah kategori sedang sebanyak 171 orang dengan persentase sebesar 67,1%. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Beiter, dkk (2014) yang menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki kecemasan yang lebih tinggi

akan rencana setelah lulus dari perguruan tinggi dan mencari pekerjaan setelah lulus dari perguruan tinggi dibandingkan mahasiswa yang berada di tingkat bawahnya. Menurut Saidah (2013) Rasa cemas dalam menghadapi dunia kerja karena kurang yakin dengan kompetensi yang dimiliki menjadi salah satu faktor penyebab munculnya rasa takut, khawatir, dan cemas pada mahasiswa tingkat akhir terhadap kemungkinan mereka mendapatkan pekerjaan. Berdasarkan fakta, mahasiswa semester akhir mengalami kecemasan karena kurang yakin dengan kompetensi yang dimiliki, merasa khawatir akan gagal pada seleksi kerja. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa semester akhir yang menghadapi dunia kerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang memiliki *adversity quotient* yang sedang, mendapatkan dukungan sosial yang sedang, dan juga memiliki kecemasan yang sedang.

5.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh antara *adversity quotient* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan nilai Sig. Uji t $0,000 < 0,05$.
2. Terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan nilai Sig. Uji t $0,000 < 0,05$.
3. Terdapat pengaruh antara *adversity quotient* dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di

Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan nilai Sig. F hitung 0,000 < 0,05.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa semester akhir yang akan menghadapi dunia kerja dapat meningkatkan *adversity quotient* (daya juang) nya dan saling memberikan dukungan terhadap teman-teman mahasiswa lainnya terlebih pada mahasiswa yang belum bekerja, sehingga mampu membantu mengatasi kecemasan menghadapi dunia kerja.

2. Bagi Universitas

Bagi pihak pengelola Universitas Buana Perjuangan Karawang, lebih tepatnya Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, memberikan dukungan bisa dalam mengenai informasi lowongan pekerjaan, dan penyaluran kerja. Selain itu juga diharapkan adanya pelatihan-pelatihan guna meningkatkan *skill* daya juang dalam menghadapi masalah, sehingga mahasiswa mampu menghadapi masalah dengan lebih tenang.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak yang perlu dievaluasi, oleh karena itu peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian tentang fenomena yang sama.

Hendaknya mengkaji, menganalisis dan memperdalam terlebih dahulu perihal fenomena yang akan diteliti, kemudian carilah variabel yang lebih mendukung. Selanjutnya untuk pengambilan data sebaiknya dilakukan secara *offline* dan lebih diperhatikan lagi responden yang dalam mengisi kuesioner penelitian, agar hasil yang didapatkan bisa lebih maksimal. Selain itu, alangkah lebih baik bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian di Universitas Buana Perjuangan Karawang untuk mengembangkan penelitian dengan variabel yang lain.

