

<b>NOMOR SKRIPSI</b>
<b>4942/BKI-D/SD-S1/2021</b>

**KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA *FRESH GRADUATE* UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI TANJUNG PINANG DI DESA SENAYANG KECAMATAN SENAYANG KABUPATEN LINGGA**



Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata (SI) Bimbingan Konseling Islam (S.Sos)

Oleh:

**SYUKRI HAMDALA**

**NIM. 11542105352**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNUKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
1443 H/2021 M**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

كلية الدعوة و الاتصال

FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No. 155 Tuah Madani Tampan - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp. 0761-562051  
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@Pekanbaru-indo.net.id

PENGESAHAN UJIAN MUNAQASYAH

Yang bertandatangan dibawah ini adalah Penguji Pada Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini:

Nama : Syukri Hamdala  
NIM : 11542105352  
Judul : Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang Di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga


Telah dimunaqasyahkan pada Pada Sidang Ujian Sarjana Fakultas Dakwah dan Komunikasi pada:

Hari : Jum'at  
Tanggal : 08 Oktober 2021

Dapat diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan komunikasi UIN Sultan Syarif kasim Riau.

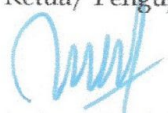
Pekanbaru, 21 Oktober 2021

Dekan,

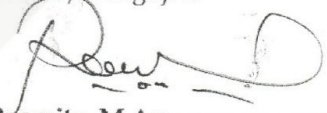
  
Imron Rosidi, Spd., MA., Ph.D  
NIP. 19811118200901 1 006

Tim Penguji

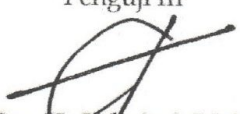
Ketua/ Penguji I

  
Zul Amri, M. Ag  
NIP. 19740702 200801 1 009

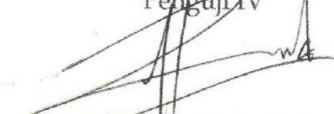
Sekretaris/ Penguji II

  
Rosmita, M.Ag  
NIP. 19741113 200501 2 005

Penguji III

  
Drs. H. Suhaimi, M.Ag  
NIP. 19620403 199703 1 002

Penguji IV

  
Rahmad, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19781212 201101 1 006

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Cipta Dilindungi Undang-Undang

hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



**PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI**

*Assalamu'alaikum Wr Wb*

Setelah melakukan bimbingan, arahan, koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap penulis skripsi saudara:

Nama : Syukri Hamdala

Nim : 11542105352

Judul Skripsi : **Kecemasan *Fresh Graduate* dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Lulusan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.**

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana BimbinganKonseling Islam( S.Sos ).

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian persetujuan ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum.*

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam

Pembimbing Skripsi

**Zul Amri, M.A**  
NIP: 197407022008011009

**Dra. Silawati, M.Pd**  
NIP.196909021995032001

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran Surat :  
 Nomor : Nomor 25/2021  
 Tanggal : 10 September 2021

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : SYUKRI HAMDALA  
 NIM : 11542105352  
 Tempat/Tgl. Lahir : SENAYANG, 11 AGUSTUS 1997  
 Fakultas/Pascasarjana : DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
 Prodi : BIMBINGAN KONSELING ISLAM

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*:

KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA FRESH GRADUATE  
UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI DI DESA SENAYANG, KECAMATAN  
SENAYANG KABUPATEN LINGGA.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)\* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 09 NOVEMBER 2021

Yang membuat pernyataan

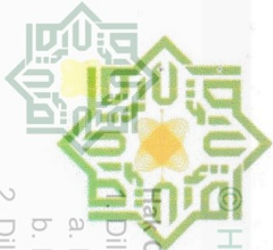


I. HAMDALA

NIM: 11542105352

\*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**كلية الدعوة و علم الاتصال**  
**FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION**

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.18 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box. 1004 Telp. 0761-562223  
 Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@pekanbaru-indo.net.id

**PENGESAHAN**

**Nama** : SYUKRI HAMDALA

**NIM** : 11542105352

**Judul** : **“KECEMASAN SARJANA *FRESH GRADUATE* DALAM MENGHADAPI DUNIA PEKERJAAN ( STUDI DI UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI TANJUNG PINANG )”**

**Telah diseminarkan pada :**

**Hari** : **Senin**

**Tanggal** : **25 Juni 2019**

Dan dapat diterima untuk penulisan skripsi. Selanjutnya sebagai salah satu syarat mencapai gelar sarjana (S1) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau.

Pekanbaru, 25 Juni 2019

Penguji

**M. Fahli Zatrachadi, M.Pd**

**NIK. 130417083**

Fahli Zatrachadi, M.Pd

NIK. 130417083

UIN SUSKA RIAU

Himpunan Ciptaan Ilmiah UIN Suska Riau  
 Diindungi Undang-Undang  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
 كلية الدعوة و الاتصال  
 FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Dra. Silawati, M. Pd**

Pekanbaru, 29 Desember 2020

Dosen Pembimbing Skripsi

Nomor : Nota Dinas

Kepada Yth,

Lampiran : 5 (Eksemplar) Skripsi

Dekan

Hal : Pengajuan Ujian Skripsi

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

A.n Syukri Hamdala

Di Pekanbaru

***Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.***

Setelah kami melakukan pemeriksaan, dan perubahan seperlunya guna kesempurnaan skripsi ini, maka kami sebagai pembimbing skripsi saudara **Syukri Hamdala NIM. 11542105352** dengan judul "**Kecemasan Sarjana Fresh Graduate dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Lulusan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang**" telah dapat diajukan untuk mengikuti ujian munaqasah guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian surat pengajuan ini kami buat, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih

***Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.***

Pembimbing

**Dra. Silawati, M.Pd**  
**NIP.196909021995032001**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

**Nama** : Syukri Hamdala  
**Judul Penelitian** : Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh persoalan lulusan perguruan tinggi yang merasa dirinya belum siap dan mampu dalam melangkah untuk memasuki dunia kerja, terutama pada lulusan baru (*fresh graduate*) di desa Senayang. Begitu banyaknya pengangguran dan lapangan pekerjaan yang sempit, menimbulkan fenomena kecemasan pada *fresh graduate*. Kecemasan ini merupakan dampak psikologis dari ketidakjelasan nasib mereka setelah lulus. Kecemasan seperti ini dikenal dengan istilah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui indikasi-indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami oleh *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji di desa Senayang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa indikasi-indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di desa Senayang diantaranya mengalami gangguan tidur (*insomnia*), jantung berdetak kencang, dan badan merasa lemas, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, mudah bingung dan takut tidak mampu menyelesaikan masalah.

**Kata Kunci:** Kecemasan, Dunia Kerja, *Fresh Graduate*

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRACT

**Name** : Syukri Hamdala

**Title** : **Anxiety Facing the World of Work on the Fresh Graduates of Maritime University of Raja Ali Haji Tanjung Pinang in Senayang Village, Senayang District, Lingga Regency**

This research was driven by the problem of university graduates who assume they are not ready or able to enter the workforce, particularly fresh graduates in Senayang village. With far too many unemployed people and limited job opportunities, fresh graduates are experiencing anxiety. This anxiety is a psychological reaction to the uncertainty of their future. Anxiety like this is referred to as anxiety in the workplace. The aim of this research is to identify the signs of anxiety that fresh graduates of the Maritime University of Raja Ali Haji in Senayang village experience when entering the workforce. The research method employed is qualitative, with a descriptive approach. Interviews, observation, and documentation were used to collect data. According to the findings of this research, there are several indicators of anxiety in fresh graduates of the Maritime University of Raja Ali Haji Tanjung Pinang in Senayang village, such as having sleep disorders (insomnia), heart beating fast and feeling weak, difficulty concentrating, easy forgetting, easily confused, and fear of not being able to solve problems.

**Keywords:** Anxiety, Workforce, Fresh Graduate





## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga.”**. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shalallaahu Alaihi wa Sallam yang telah membimbing umat-Nya dari masa jahiliyah ke masa yang penuh ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana strata (SI) Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Dengan keterbatasan penulis maka dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bimbingan, saran-saran, serta motivasi dari berbagai pihak sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis dengan setulus hati mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Kedua Orangtua, Ibunda Mintan, Ayahanda Muhsin, Adik tercinta Muhammad Afwa Alhakimi dan nenek tersayang Asiah yang selalu mendo'akan, memberikan motivasi, kasih sayang dan mengorbankan jiwa dan raga untuk kesuksesan anak-anaknya.
2. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Raiab, M.Ag Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Imron Rosidi. S.Pd, MA. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi.
4. Bapak Dr. Masduki, M.Ag. Selaku Dekan I, Pada Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Fakultas Dakwah Dan Komunikasi.
5. Bapak Dr. Toni Hartono, M.Si. Selaku Dekan II, Pada Bidang Administrasi Umum dan Perencanaan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi.
6. Bapak Dr. Drs. Arwan, M.Ag. Selaku Dekan III, Pada Bidang Kemahasiswaan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan Kerjasama Fakultas Dakwah Dan Komunikasi.

7. Bapak Zul Amri, M.A.,Selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
8. Ibu Rosmita, M.Ag., SelakuSekretaris Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
9. Ibu Dra. Silawati, M.Pd SelakuPembimbing skripsi yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan dan pengarahan serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsiini.
10. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan pada penulis dalam menyelesaikan studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif KasimRiau.
11. Karyawan/I Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan pelayanan yang baik dan kemudahan dalamadministrasi.
12. Teman-teman seperjuangan Bimbingan Konseling Islam.
13. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga semua bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung akan menjadi amal ibadah dan mendapat pahala dari AllahSWT.

Pekanbaru, 28 September 2021

Penulis

**SYUKRI HAMDALA**  
**NIM.11542105352**

UIN SUSKA RIAU



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....		i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....		iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....		v
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....		vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....		viii
<b>BAB I</b>	<b>PENDAHULUAN</b>	
	A. Latar Belakang .....	1
	B. Penegasan Istilah .....	5
	C. Rumusan masalah .....	6
	D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	7
	E. Sistematika Penulisan .....	8
<b>BAB II</b>	<b>KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR</b>	
	A. Kajian Teori.....	10
	B. Kajian Terdahulu .....	26
	C. Kerangka Pikir .....	27
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN</b>	
	A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	29
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
	C. Sumber Data .....	29
	D. Informan Penelitian .....	30
	E. Teknik Pengumpulan Data .....	30
	F. Validitas Data .....	31
	G. Teknik Analisis Data .....	31
<b>BAB IV</b>	<b>GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN</b>	
	A. Letak Geografis dan Struktur Desa Senayang.....	33
	B. Struktur Desa Senayang .....	35
	C. Visi Misi dan Tujuan.....	35
	D. Kondisi Desa Senayang.....	37

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**BAB V**

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	39
1. Latar Belakang Timbulnya Kecemasan .....	39
2. Keyakinan Diri .....	41
3. Dukungan Sosial .....	42
4. Gejala Fisik .....	42
5. Gejala behavioral.....	43
6. Gejala Kognitif .....	43
7. Coping .....	44
B. Pembahasan.....	45
1. Latar Belakang Timbulnya Kecemasan .....	45
2. Keyakinan Diri .....	46
3. Dukungan Sosial .....	47
4. Gejala Fisik .....	48
5. Gejala behavioral.....	48
6. Gejala Kognitif .....	49
7. Coping .....	50

**BAB IV PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	52

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel. 2.1.....	3
Tabel 4.1.....	35
Tabel 4.2.....	37
Tabel 4.3.....	38
Tabel 4.4.....	38



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.....	27
-----------------	----



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Pedoman Wawancara
Lampiran II	: Transkrip Wawancara
Lampiran II	: Dokumentasi



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Dunia kerja di desa senayang pada masa ini terjadi persaingan dan tantangan yang semakin kompleks. Dalam menghadapi dunia pekerjaan para fresh graduate lulusan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang yang berada di desa Senayang haruslah meningkatkan kinerja, kemampuan dan mempunyai rencana yang baik dan matang bagi masa depannya.

Setiap mahasiswa yang baru lulus menjadi sarjana harapannya adalah bekerja sesuai dengan bidang atau keahlian yang dimiliki. Namun harapan tidak selalu sesuai dengan kenyataan dimana sulitnya mendapat pekerjaan karena sempitnya lapangan pekerjaan di desa senayang menimbulkan kecemasan pada alumni yang baru lulus dikarenakan tingkat persaingan dan tuntutan biaya hidup yang semakin tinggi.

Apalagi jika tidak mempunyai kemampuan atau skill yang memadai dan sesuai dengan permintaan bidang pekerjaan yang ada. Sempitnya lapangan pekerjaan ini tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja yang menuntut para pencari kerja untuk lebih ahli dibidangnya.

Salah satu tujuan bekerja adalah karena adanya sesuatu yang ingin dicapai dan adanya harapan bahwa dengan bekerja akan membawa pada suatu keadaan yang lebih baik dari keadaan sebelumnya. Akan tetapi untuk memperoleh pekerjaan yang diinginkan bukanlah hal yang mudah karena jumlah lapangan yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah pencari kerja.

Menurut Fadlila (dalam Hadi, 2011) di Indonesia, mencari pekerjaan bukanlah hal yang mudah. Persaingan yang ketat, membuat masing-masing individu berusaha meningkatkan kualitas diri terutama kualitas pendidikan yang dimiliki. Semakin tingginya tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin luas pula kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan. Lapangan kerja yang semakin menyempit yang tidak berbanding lurus dengan jumlah kelulusan setiap tahunnya pada akhirnya dapat menempatkan para pencari



kerja pada posisi yang kurang menguntungkan karena perusahaan akan semakin ketat dalam menyeleksi calon karyawan.

Kompetisi yang semakin meningkat dan jumlah ketersediaan lapangan pekerjaan yang tidak berbanding lurus dengan jumlah kelulusan dari tahun ketahun menjadikan persaingan dalam mendapatkan pekerjaan menjadi lebih sulit karena tantangan yang dihadapi semakin tinggi (Adhyaksa & Rusgiyono, 2010).

Tidak sedikit lulusan perguruan tinggi yang memiliki nilai bagus bingung terhadap apa yang harus mereka lakukan ketika kembali kemasyarakat. Terdapat juga lulusan perguruan tinggi yang merasa dirinya belum siap dan mampu dalam melangkah untuk memasuki dunia kerja, terutama pada lulusan baru (fresh graduate). Mencermati ketatnya persaingan dunia kerja pada saat sekarang ini, tidak hanya perguruan tinggi yang dituntut untuk mampu mendidik mahasiswa dengan tepat dan benar sesuai dengan perkembangan zaman, para mahasiswa dan calon mahasiswa pun diharuskan mampu untuk dapat mempersiapkan diri dengan baik, agar nantinya ketika lulus mereka merupakan lulusan yang berkualitas, 3 berdaya saing, dan mampu menghadapi perkembangan zaman yang cepat berubah (Adhyaksa & Rusgoyono, 2010).

Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan pada bulan Agustus 2020 diIndonesia ada 9,5 persen (688.660 orang) dari total pengangur yang merupakan alumni perguruan tinggi. Mereka memiliki ijazah diploma tiga atau izasah strata satu. Dari jumlah itu jumlah penganggur paling tinggi 495.143 orang, merupakan lulusan universitas yang bergelar sarjana dan tentu saja persentase penganguran tersebut meningkat tajam setiap tahunnya dilihat dari banyaknya kampus baru yang bermunculan yang akan mendorong tingginya persen penganguran.<sup>1</sup>

<sup>1</sup><https://Journal.Unnes.Ac.Id/Nji/Index.Php/Intuisi/Article/Viewfile/13345/7401>, Diakses Pada Tanggal 08 November 2019 Pukul 19.47.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Data Himpunan Mahasiswa Dan Pemuda Senayang (HIMPAS) lulusan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di desa Senayang Tahun 2019.

**Tabel. 1.1. Data Kelulusan Mahasiswa UMRAH 2019 di Desa Senayang**

No	Nama	Jurusan
1.	Andika Saputra	Pendidikan Agama
2.	Asrul Zeni	Manajemen Ekonomi
3	Azmi Adam	Ilmu Hukum
4	Azminar Yuliana	Budidaya Kelautan Dan Perikanan
5	Candra Karnain	Budidaya Kelautan Dan Perikanan
6	Dedi Setiawan	Pendidikan Matematika
7	Elsa Putri Pamalayu	Pendidikan Biologi
8	Hanifah Febriani	Pendidikan Bahasa Inggris
9	Iko Pratama	Pendidikan Agama
10	Izhar Syafawi	Pendidikan Ekonomi
11	Muhammad Marqozi	Pendidikan Matematika
12	M. Raiz Nur Illahi	Administrasi Negara
13	Sandri Gustiansyah	Ilmu Pemerintahan
14	Sapitriyana	Ilmu Pemerintahan
15	Sigit Priosembodo	Budidaya Kelautan Dan Perikanan
16	Soeryanto	Ilmu Hukum
17	Wiwin Haryadi	Pendidikan Ekonomi
18	Zuliandi	Pendidikan Agama

Kecemasan yang merupakan salah satu dari emosi manusia yang mendasar dapat dipandang melalui berbagai definisi. Menurut webster's dictionary kecemasan dapat diartikan sebagai suatu perasaan khawatir akan masa depan yang belum pasti dan perasaan takut serta khawatir ini biasanya berasal dari keinginan untuk mengantisipasi situasi yang mengancam serta nyata maupun khayalan. Keadaan ini seringkali mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis seseorang.

Menurut Atkinson, kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut. Perasaan cemas mencul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan mengancam dirinya, serta tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian, rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

oleh diri sendiri yang dapat ditandai dengan selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.<sup>2</sup>

Menurut Sigmund Freud kecemasan disebabkan akan dua hal yaitu bahaya yang berasal dari dunia nyata dan kesadaran akan datangnya hukuman yang berkaitan dengan pelampiasan dorongan seperti seksual, agresi dan tindakan amoral lainnya yang dasarnya dilarang oleh norma budaya.<sup>3</sup>

Kecemasan yang dialami oleh *fresh graduate* dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat dan pengangguran semakin banyak, pengalaman yang sedikit dan dibutuhkannya kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku. Alumni yang baru lulus tersebut akhir nantinya akan menghadapi persaingan dalam mencari pekerjaan, dimana banyak kemungkinan-kemungkinan didalamnya, seperti mendapat pekerjaan atau menjadi pengangguran. Terutama jika melihat perkembangan yang terjadi dalam dunia kerja saat ini, dimana pengalaman lebih diutamakan. Sedangkan rata-rata lulusan perguruan tinggi lebih minim pengalaman kerja. Setiap orang memiliki gambaran yang mengenai dunia kerja. Banyak yang beranggapan bahwa persaingan dalam dunia kerja adalah sesuatu yang menantang, tapi tidak sedikit pula yang berpendapat bahwa persaingan tersebut adalah hal yang menakutkan dan menjadi masalah yang serius.

Penulis melakukan wawancara awal pada beberapa mahasiswa di lingkungan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di desa Senayang. Berikut hasil wawancaranya:

“Sebenarnya saya tidak ingin kuliah di jurusan ini dikarenakan tidak lulus di jurusan yang saya suka dari pada saya nganggur saya terima saja jurusan yang lulus walaupun bukan minat saya di situ. Dalam menghadapi dunia kerja sebenarnya saya takut karena saya merasa ini bukan skill saya dan saya berfikir kalau ini bukan skill saya gimana nanti saya mencari kerja

<sup>2</sup>Tiantoro Dan Nofran Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), Hal.29.

<sup>3</sup>Linda L. Davidof, *Psikologi Suatu Pengantar*, Cet. Ke 2, (Jakarta: Erlangga:1991), Hal.62



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sedangkan saya kurang mampu dalam bidang ini (ES)”. “Mulai sekarang saya sudah berfikir, sekarang lowongan kerja semakin sempit sedangkan lulusan banyak, disitu akan terjadi persaingan yang sangat ketat. Apakah saya bisa bersaing dengan mereka dan bisa mendapatkan pekerjaan yang layak (CN)”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa tersebut dapat di simpulkan bahwa mereka mengalami beberapa masalah dalam menghadapi dunia kerja seperti ketidakberanian dalam menghadapi dunia kerja dikarenakan salah jurusan dan menganggap itu bukan skill mereka dan ketidaksiapan untuk bersaing. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja yaitu pikiran yang tidak rasional atau disebut juga buah pikiran yang keliru, meliputi kegagalan katastrofik yaitu adanya asumsi dalam diri seseorang bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan.

Semakin banyaknya tantangan dan persaingan dalam dunia kerja tidak dapat dipungkiri akan menambah kecemasan mahasiswa menghadapi masa depan karirnya yang pada akhirnya juga akan menambah jumlah pengangguran akademik di Indonesia. Hal ini terjadi di karenakan banyaknya kasus di kalangan mahasiswa yang minat kerjanya tidak sesuai dengan bakat dan minat yang mereka miliki.

Terdapat banyak mahasiswa yang masih bingung tentang apa yang akan di kerjakan dalam hidupnya setelah tamat dari perguruan tinggi. Kondisi yang suram ini di sebabkan oleh kurangnya bekal ilmu, keterampilan dan pengalaman yang dimiliki oleh mahasiswa ketika ia akan memasuki dunia kerja. ada beberapa faktor penyebab lulusan universitas banyak yang menganggur, karena rendahnya soft skill, melamar pekerjaan yang tidak sesuai dengan latar pendidikan dan kemampuan diri, relasi dan tingkat ekonomi orang tua. Beberapa pengangguran menikmati keadaannya yang menganggur dan memiliki keyakinan akan mampu merubah situasi menjadi lebih baik. Namun, sebagian besar pengangguran mengalami depresi, sering melamun atau merenung, mereka putus asa dan mengalami kecemasan.

Persoalan yang dihadapi oleh *fresh graduate* tersebut memang beraneka ragam, adakalanya masalah itu ringan, tapi adakalanya begitu sulit dipecahkan sehingga sering menimbulkan kecemasan. Nevid Jeffrey S, Spencer A, & Greene Beverly mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

1. Gejala Fisik

Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.

2. Gejala Behavioral

Gejala behavioral dari kecemasan yaitu berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen

3. Gejala Kognitif

Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.<sup>4</sup>

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut dan mengangkat permasalahan ini dalam sebuah karya ilmiah yang berjudul **“Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga. ”**

## B. Penegasan Istilah

Dalam penelitian yang berjudul “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang”. Penulis perlu mempertegas beberapa istilah dalam judul, terutama pada beberapa kata kunci yang penulis anggap penting. Maksudnya

---

<sup>4</sup>M. Nur Ghufroon Dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jakarta: Ar-Ruzz Media, 2010). Hal. 144

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk menghindari kesalah pahaman terhadap istilah yang terdapat dalam judul penelitian, maka penulis perlu memberikan penegasan pada istilah kecemasan.

### 1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja dapat diartikan sebagai bentuk respon negatif yang meliputi perasaan ketakutan dan kekhawatiran terhadap ketersediaan lapangan pekerjaan yang dapat menghambat terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan yang bertujuan untuk mengubah keadaan hidup yang lebih baik.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang ketika menghadapi atau memasuki dunia kerja. Kecemasan dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat dan pengangguran semakin banyak, pengalaman yang sedikit dan dibutuhkannya kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku.<sup>5</sup>

### 2. *Fresh Graduate*

Mahasiswa pasca wisuda biasa disebut juga dengan *fresh graduate*. Definisi *fresh graduate* di Indonesia yaitu seseorang yang telah lulus dari sebuah perguruan tinggi baik di jenjang diploma ataupun sarjana yang baru lulus yaitu dari penerimaan ijazah sampai dengan 6 bulan setelah wisuda. Rata-rata usia *fresh graduate* di Indonesia berkisar 20-25 tahun.<sup>6</sup>

## C. Rumusan Masalah

Dari uraian latar yang dijelaskan pada latar belakang, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apa saja Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga” ?

<sup>5</sup>Repository.uma.ac.id. 12860...PDF BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1. Kecemasan dalam menghadapi...

<sup>6</sup>Iskandik. (Karyawanesia,2018, Juli 27) Retrieved Juni 22, 2020, from Karyawanesia: <https://www.karyawanesia.com/fresh-graduate-adalah>

## D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pokok permasalahan yang telah disebutkan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Indikasi-Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

### 2. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian dapat dikemukakan sebagai berikut:

#### a. Kegunaan Teoritis

- 1) Penelitian ini berguna sebagai tambahan referensi terkait dengan bentuk kecemasan yang dialami *fresh graduate* dalam menghadapi dunia kerja sehingga menjadi rujukan jika nantinya ada yang melakukan penelitian serupa.
- 2) Memperkaya khazanah ilmu Bimbingan Konseling Islam, khususnya yang berhubungan dengan bentuk kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate*.
- 3) Sebagai bahan bacaan jurusan Bimbingan Konseling Islam dan Komunikasi Universitas Islam Sultan Syarif Kasim Riau.

#### b. Kegunaan Praktis

- 1) Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengkajian dan pembelajaran pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran untuk mengetahui bentuk kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami *fresh graduate*.
- 3) Dapat bermanfaat bagi pengetahuan penulis dan pembaca, sekaligus sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (SI) dan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## E. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pembaca dalam memahami serta menelaah penelitian ini, skripsi ini ditulis dengan sistematika sebagai berikut:

### **BAB I : PENDAHULUAN**

Pada bab ini penulis mengemukakan tentang Latar Belakang, Penegasan Istilah, Rumusan masalah, Tujuan dan kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.

### **BAB II : KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR**

Pada bab ini berisikan tentang Kajian Teori, Kajian Terdahulu, Kerangka Pikir.

### **BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

Pada bab ini berisikan tentang Jenis dan Pendekatan Penelitian, Lokasi dan Waktu Penelitian, Sumber Data, Informan Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Validitas Data, Teknik Analisis Data.

### **BAB IV : GAMBARAN UMUM (SUBYEK PENELITIAN)**

Pada bab ini penulis mengemukakan tentang Sejarah Desa Senayang, Letak Geografis Desa Senayang dan Visi Misi Desa Senayang.

### **BAB V : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini penulis mengemukakan hasil penelitian dan pembahasan dari hasil wawancara yang telah dilakukan dan data-data mengenai Indikasi-indikasi kecemasan *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang dalam menghadapi dunia pekerjaan di Desa Senayang.

### **BAB VI : PENUTUP**

Pada bab ini penulis mengemukakan kesimpulan dari hasil penelitian dan saran-saran kepada *fresh graduate* lulusan Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### KAJIAN TERORI DAN KERANGKA PIKIR

#### A. Kajian Teori

##### 1. Kecemasan

###### a. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan (Anxiety), dalam Psikologi didefinisikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut serta bersifat individual.<sup>7</sup>

Deskripsi umum akan kecemasan yaitu perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan. Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasamual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang, hingga banyak manusia yang melarikan diri ke alam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara.<sup>8</sup>

Pada umumnya kecemasan bersifat subjektif yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut, dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernapasan dan tekanan darah.<sup>9</sup>

Sementara itu menurut Hanna Djumhana mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan terhadap hal-hal yang belum terjadi,. Perasaan cemas muncul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan mengancam dirinya, serta tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri, yang ditandai dengan

<sup>7</sup>James Drever, *Kamus Psikologi, Ter, Nanci Simanjuntak*. (Jakarta: Bina Aksara, 2008), Hal.19.

<sup>8</sup>Said Az-Zahroni, Musfir. *Konseling Terapi*. (Jakarta: Gema Insani, 2005), Hal. 512

<sup>9</sup>Hartono Dan Boy Soedmardji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana Media Grup, 2012), Hal.84.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.<sup>10</sup>

Dalam teori kecemasan yang diungkapkan oleh Ghufron, M. Nur dan Risnawati S. Rini, kecemasan merupakan pengalaman subyektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu yang (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu permasalahan atau objek tertentu. Hal tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang ketika menghadapi atau memasuki dunia kerja. Kecemasan dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat dan pengangguran semakin banyak, pengalaman yang sedikit dan dibutuhkannya kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku. Alumni yang baru lulus (Fresh Graduate ) nantinya akan menghadapi persaingan dalam mencari pekerjaan, dimana banyak kemungkinan-kemungkinan didalamnya, seperti mendapat pekerjaan atau menjadi pengangguran. Terutama jika melihat perkembangan yang terjadi dalam dunia kerja saat ini, dimana pengalaman lebih diutamakan. Sedangkan rata-rata lulusan perguruan tinggi lebih minim pengalaman kerja.

Setiap orang memiliki gambaran yang mengenai dunia kerja. Banyak yang beranggapan bahwa persaingan dalam dunia kerja adalah sesuatu yang menantang, tapi tidak sedikit pula yang berpendapat bahwa persaingan tersebut adalah hal yang menakutkan.

<sup>10</sup>Hannha Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam, Menuju Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offest, 2001). Hal.156.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah adanya rasa khawatir mengenai masa depan, yang tidak dapat diramalkan dan mengandung kekaburan.

Menurut Kaplan dan Sadock, 2010 ada beberapa teori kecemasan diantaranya:

## 1) Teori Genetik

Pada seagian manusia yang menunjukkan kecemasan, riwayat hidup dan riwayat keluarga merupakan predisposisi untuk berperilaku cemas. Sejak kanak-kanak mereka merasa risau takut dan merasa tidak pasti tentang sesuatu yang bersifat sehari-hari.

## 2) Teori Katekolamin

Situasi-situasi yang ditandai oleh sesuatu yang baru, ketidakpastian perubahan lingkungan, biasanya menimbulkan peningkatan sekresi adrenalin yang berkaitan dengan intensitas reaksi-reaksi yang subjektif yang ditimbulkan oleh kondisi yang merangsangnya. Teori ini menyatakan bahwa reaksi cemas berkaitan dengan kadar katekolamin yang beredar dalam badan.

## 3) Teori James-Lange

Kecemasan adalah jawaban terhadap rangsangan fisik perifer, seperti peningkatan denyut jantung dan pernapasan.

## 4) Teori Psikoanalisa

Kecemasan berasal dari *implus anxiety*, ketakutan berpisah (*separation anxiety*), kecemasan kastrisi (*castration anxiety*), dan ketakutan terhadap perasaan berdosa yang menyiksa (*superego anxiety*).

## 5) Teori Perilaku atau Teori Belajar

Teori ini menyatakan bahwa kecemasan dapat dipandang sebagai sesuatu yang dikondisikan oleh ketakutan terhadap rangsangan lingkungan yang spesifik. Kecemasan ini dipandang sebagai suatu respon yang terkondisi atau respon yang dilalui melalui proses belajar.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 6) Teori Perilaku Kognitif

Kecemasan adalah bentuk penderitaan yang berasal dari pola pikir maladaptif.

## 7) Teori Belajar Sosial

Kecemasan dapat dibentuk oleh pengaruh tokoh-tokoh penting masa kanak-kanak.

## 8) Teori Sosial

Kecemasan sebagai suatu respon terhadap stressor lingkungan, seperti pengalaman hidup yang penuh dengan ketegangan.

## 9) Teori Eksistensi

Kecemasan sebagai suatu ketakutan terhadap ketidakberdayaan dirinya dan respon terhadap kehidupan yang hampa dan tidak berarti.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang.

### b. Kecemasan dalam Perspektif Islam

Islam mengajarkan pada umatnya agar tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi apapun termasuk pada waktu pertama kali bersosialisasi dengan teman-temannya. Kecemasan dapat diatasi salah satunya dengan cara selalu bersikap *positive thinking*. Banyak langkah yang ditempuh untuk membangun jiwa menuju pola pikir yang *positive thinking* dan pikiran yang bersih berdasarkan hati nurani yang fitrah. Dimulai dengan mengubah paradigma dan meluruskan tekad dan niat yang tulus untuk meraih perubahan. Tidak berpikiran statis (*jumud*), tak angkuh, aniaya, egoisme, menjadi sosok yang berbeda, teguh dalam prinsip, istiqomah serta ridho dalam menerima takdir Allah SWT.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berikut ini akan diuraikan beberapa ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan kecemasan, adapun ayat-ayat tersebut adalah:

1) Al-An'am :48

وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: *“Dan tidaklah kami mengutus para Rasul itu melainkan untuk memberikan kabar gembira dan memberi peringatan. barangsiapa yang beriman dan mengadakan perbaikan, Maka tak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati.”*

2) Al-Baqarah : 112

مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: *“(Tidak demikian) bahkan barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, Maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”*

3) Al-Baqarah :155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: *“Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah- buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”*

4) Yunus : 44

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنفُسُهُمْ يَظْلِمُونَ

Artinya : *“Sesungguhnya Allah tidak berbuat aniaya kepada manusia sedikit pun, akan tetapi manusia itu sendiri berbuat aniaya kepada diri mereka sendiri.”*

5) Ar-Ra'd :28

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Artinya: *“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”*

Sesungguhnya perasaan cemas lebih dikarenakan akibat perasaan pesimis. Contohnya rasa cemas ketika bersosialisasi dengan orang lain dikarenakan pesimis jika dirinya akan diterima oleh teman-temannya. Minder dan takut apabila hanya menjadi olok-olokkan teman-temannya. Kecemasan inilah yang terkadang dapat membuat seseorang tidak dapat berfikir jernih.

#### c. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Aspek-aspek kecemasan menghadapi dunia kerja mengacu pada aspek-aspek kecemasan Menurut Fortinash Worent & Maher (dalam Waqiati, H. dkk 2012) yaitu:

##### 1) Aspek Kognitif (Berpikir)

Seseorang yang mengalami kecemasan biasanya memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada dan khawatir serta berpikir tentang hal yang buruk. Seseorang yang mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja memiliki pemikiran negatif mengenai mampu tidaknya ia menghadapi dunia kerja dan biasanya pikiran ini menetap dalam waktu lama tanpa ada usaha dari individu tersebut untuk mengubahnya menjadi sesuatu yang lebih positif. Tapi ada keuntungan dari berpikir negative yakni akan menuntut agar lebih berprestasi karena ketakutannya akan kegagalan. Dan ternyata ada efek negative dari pemikiran positif ini yakni kurang tepat jika diterapkan pada situasi menuntut untuk berprestasi. Bila dihubungkan dengan kemampuan seseorang akan menimbulkan akibat yang negative, karena ketika berhadapan dengan pekerjaan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tertentu yang memerlukan kemampuan tertentu maka dituntut adalah kemampuan riil(nyata). Dengan berpikir positif terhadap kemampuan seseorang dapat menyebabkan orang tersebut selalu menilai diri, lebih overestimate terhadap kemampuan dan tidak peduli dengan kekurangan yang dimiliki yang akhirnya akan menimbulkan perasaan cemas karena kurang dapat berprestasi. Jadi aspek kognitif ini dapat berupa perasaan tidak mampu, merasa tidak memiliki keahlian, tidak dapat berprestasi dan juga tidak tau tujuan hidup.

#### 2) Aspek Emosional ( Suasana hati)

Suasana hati orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi perasaan gugup, jengkel, cemas dan panik. Suasana hati juga dapat berubah secara tiba-tiba ketika Ia dihadapkan pada kondisi yang memunculkan kecemasan tersebut. Perasaan gugup dan panik dapat memunculkan kesulitan dalam memutuskan sesuatu misalnya dalam hal keinginan atau minat. Perasaan gugup dan panik dapat memunculkan kesulitan dalam memutuskan sesuatu. Misalnya dalam hal keinginan dan minat. Jadi aspek emosional ini dapat berupa perasaan atau suasana hati yang berubah-ubah dan tidak mampu membuat keputusan.

#### 3) Aspek Fisiologis

Reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar-debar (berdegup kencang), pipi merona, pusing-pusing dan sulit bernafas. Kondisi ini biasanya terjadi pada saat seseorang yang cemas terhadap dunia kerja tersebut melihat berita di televisi atau media massa mengenai berbagai macam problema dalam dunia kerja. Reaksi fisik ini dapat berlangsung lama maupun sebentar tergantung pada lama tidaknya situasi yang dihadapinya. Ada kemungkinan, setelah selesai melihat berita tentang dunia kerja tersebut, reaksi fisik yang ada pun menjadi



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hilang. Dan hal ini dapat terjadi kembali manakala individu tersebut melihat berita serupa. Jadi aspek-aspek kecemasan menghadapi dunia kerja adalah berpikir, suasana hati dan reaksi fisik.

#### d. Jenis-jenis Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan dapat dibedakan menjadi dua menurut Gilmer, yaitu kecemasan normal dan kecemasan abnormal.

##### 1) Kecemasan Normal

Kecemasan normal adalah suatu kecemasan yang derajatnya masih ringan, dan merupakan suatu reaksi yang dapat mendorong konseli untuk bertindak, seperti menunjukkan kurang percaya diri, dan juga dapat melakukan mekanisme pertahanan ego. Contohnya memberikan suatu alasan yang rasional atas kegagalan yang dialaminya.

##### 2) Kecemasan *Abnormal*

Kecemasan *abnormal* adalah suatu kecemasan yang sudah kronis, adanya kecemasan tersebut dapat menimbulkan perasaan dan tingkah laku yang tidak efisien. Misalnya mahasiswa harus mengulang ujian, karena ujian pertama belum lulus.

Adapun Lazarus dan Spielberger yang dikutip Kendall juga membedakan kecemasan menjadi dua, yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*.

##### 1) Kecemasan *state anxiety*

Suatu kecemasan disebut *state anxiety* bila gejala kecemasan yang timbul dianggap sebagai situasi yang mengancam individu. Misalnya konseli merasa terancam atas kemungkinan kegagalan yang pernah dialaminya pada tahun yang lalu.

##### 2) Kecemasan *trait anxiety*

Kecemasan *trait anxiety* merupakan kecemasan sebagai keadaan yang menetap pada individu. Kecemasan ini berhubungan dengan kepribadian individu yang mengalaminya. Konseli yang





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mempunyai *trait anxiety* tinggi cenderung untuk menerima situasi sebagai bahaya atau ancaman dibandingkan konseli yang menderita *trait anxiety* rendah, sehingga mereka akan merespon situasi yang mengancam dengan kecemasan yang lebih besar intensitasnya.<sup>11</sup>

#### e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Menurut Adler dan Rodman (dalam Ghufron, 2010) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan yakni pengalaman yang negative pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

##### 1) Pengalaman negative pada masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila seseorang menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnay pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan seseorang dalam menghadapi tes.

##### 2) Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karna suatu kejadian, melainkan dari pemikiran dan keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan. Ellis (dalam Ghufron, 2010) memberi daftar kepercayaan kecemasan adalah contoh dari pikiran yang tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yakni kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat.

<sup>11</sup>Hartono Dan Boy Soedmardji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana Media Grup, 2012), Hal.86.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a) Kegagalan katastrofik Kegagalan katastrofik yakni adanya asumsi dari dalam diri seseorang bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan.
- b) Kesempurnaan Setiap orang menginginkan kesempurnaan, individu ini mengharapkan dirinya berperilaku sempurna dan tidak cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi setiap orang. Apabila target ukuran kesempurnaan itu tidak tercapai, orang tersebut akan mengalami kecemasan.
- c) Persetujuan Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan, melainkan juga untuk mencapai persetujuan dari orang lain.
- d) Generalisasi tidak tepat Keadaan ini juga memberi istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang yang mempunyai sedikit pengalaman. (Dalam Ghufroon,2010) menjelaskan bahwa secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, rasa pesimistis, takut gagal, pengalaman negative masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan faktor eksternal adalah seperti kurangnya dukungan sosial.

Ghufroon (2010) menjelaskan bahwa secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, rasa pesimistis, takut gagal, pengalaman negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan faktor eksternal adalah seperti kurangnya dukungan sosial.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Greenberger dan Padesky menyatakan bahwa kecemasan berasal dari dua faktor, yaitu faktor kognitif dan faktor kepanikan yang terjadi pada seseorang, di antaranya adalah:

- 1) Faktor kognitif, meliputi:
  - a) Kecemasan disertai dengan persepsi bahwa seseorang sedang berada dalam bahaya atau terancam atau rentan dalam hal tertentu, sehingga gejala fisik kecemasan membuat seseorang siap merespon bahaya atau ancaman yang menurutnya akan terjadi. Ancaman tersebut bersifat fisik, mental atau sosial.
  - b) Persepsi ancaman berbeda-beda untuk setiap orang.
  - c) Sebagian orang, karena pengalaman mereka bisa terancam dengan mudahnya dan akan lebih sering cemas. Pemikiran tentang kecemasan berorientasi pada masa depan dan seringkali memprediksi malapetaka.
- 2) Faktor Kepanikan

Panik merupakan perasaan cemas atau takut yang ekstrem. Rasa panic terdiri atas kombinasi emosi dan gejala fisik yang berbeda. Seringkali rasa panic ditandai dengan adanya perubahan sensasi fisik atau mental, dalam diri seseorang yang akan menderita gangguan panik, terjadi lingkaran setan saat gejala-gejala fisik, emosi, dan pemikiran saling berinteraksi dan meningkat secara cepat. Pemikiran ini menimbulkan ketakutan dan kecemasan serta merangsang keluarnya adrenalin. Pemikiran yang katastrofik dan reaksi fisik serta emosional yang lebih intens yang terjadi bias menimbulkan dihindarinya aktifitas atau situasi saat kepanikan telah terjadi sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yang lebih komprehensif yaitu faktor yang dikemukakan oleh Greenberger

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan Padesky (1995) terbagi kedalam dua faktor, yaitu: faktor kognitif dan faktor kepanikan.

#### f. Gejala- Gejala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengalami gangguan mental. Lebih jelas lagi bagi individu yang mengidap penyakit mental yang parah.

Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah : ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan (Siti Sundari, 2004:62).

Kecemasan juga memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Gejala-gejala kecemasan yang muncul dapat berbeda pada masing-masing orang.

Kaplan, Sadock, & Grebb (Fitri Fauziah & Julianti Widury, 2007:74) menyebutkan bahwa takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya suatu bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu.

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kholil Lur Rochman, (2010:103) mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain :

- 1) Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- 2) Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan exited (heboh) yang memuncak, sangat irritable, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
- 3) Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan delusion of persecution (delusi yang dikejar-kejar).
- 4) Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare.
- 5) Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.<sup>12</sup>

Nevid Jeffrey S, Spencer A, & Greene Beverly mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis, diantaranya yaitu :

- 1) Gejala Fisik  
Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, anggota tubuh bergetar, gangguan tidur, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- 2) Gejala Behavioral  
Gejala behavioral dari kecemasan yaitu berperilaku menghindar, terguncang, firasat buruk dan dependen.
- 3) Gejala Kognitif  
Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi

<sup>12</sup><https://eprints.uny.ac.id/9709/2/BAB%20%20-07104244004.pdf>. Diakses Pada Tanggal 06 Februari 00.45



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.<sup>13</sup>

#### g. Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Cara yang terbaik untuk menghilangkan kecemasan ialah dengan cara menghilangkan sebab-sebabnya. Menurut Zakiyah Daradjat, adapun cara-cara yang dapat dilakukan antara lain.

##### 1) Pembelaan

Usaha yang dilakukan untuk mencari alasan-alasan yang masuk akal bagi tindakan yang sesungguhnya tidak masuk akal, dinamakan pembelaan. Pembelaan ini tidak dimaksudkan agar tindakan yang tidak masuk akal itu dijadikan masuk akal, akan tetapi membelanya, sehingga terlihat masuk akal. Pembelaan ini tidak dimaksudkan untuk membujuk atau membohongi orang lain, akan tetapi membujuk dirinya untuk membujuk atau membohongi orang lain, akan tetapi membujuk dirinya sendiri, supaya tindakan yang tidak bisa diterima itu masih tetap dalam batas-batas yang diinginkan oleh dirinya.

##### 2) Proyeksi

Proyeksi adalah menimpakan sesuatu yang terasa dalam dirinya kepada orang lain, terutama tindakan, pikiran atau dorongan-dorongan yang tidak masuk akal sehingga dapat diterima dan kelihatannya masuk akal.

##### 3) Identifikasi

Identifikasi adalah kebalikan dari proyeksi, dimana orang turut merasakan sebagian dari tindakan atau sukses yang telah dicapai oleh orang lain. Apabila ia melihat orang berhasil dalam usahanya

<sup>13</sup>*ibid hal.3*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ia gembira seolah-olah ia sukses dan apabila ia melihat orang kecewa ia juga ikut merasa sedih.

#### 4) Hilang hubungan

Seharusnya perbuatan, pikiran dan perasaan orang berhubungan satu sama lain. Apabila orang merasa bahwa ada seseorang yang dengan sengaja menyinggung perasaannya, maka ia akan marah dan menghadapinya dengan balasan yang sama. Dalam hal ini perasaan, pikiran dan tindakannya adalah saling berhubungan dengan harmonis. Akan tetapi keharmonisan mungkin hilang akibat pengalaman-pengalaman pahit dulu dilalui di waktu kecil.

#### 5) Represi

Represi adalah tekanan untuk melupakan hal-hal, dan keinginan yang tidak disetujui oleh hati nuraninya. Semacam usaha untuk memelihara diri supaya jangan terasa dorongan-dorongan yang tidak sesuai dengan hatinya. Proses itu terjadi secara tidak disadari.

#### 6) Substitusi

Adalah cara pembelaan diri yang paling baik diantara cara-cara yang tidak disadari dalam menghadapi kesukaran. Dalam substitusi orang melakukan sesuatu, karena tujuan-tujuan yang baik. Yang berbeda sama sekali dari tujuan asli yang mudah dapat diterima, dan berusaha mencapai sukses dalam usaha tersebut.<sup>14</sup>

Dalam Islam telah diuraikan bagaimana seseorang dalam menyikapi kecemasan.

#### a. Memanfaatkan waktu

Yang paling berharga dalam hidup manusia adalah waktu. Jika manusia mampu mengendalikan diri dengan memanfaatkan waktu semaksimal mungkin, serta mampu menghadapi kegetiran hidup tanpa menanti uluran tangan orang lain (hanya bergantung pada Allah), maka ia akan mampu meraih cita-cita yang menjadi impiannya. Dalam

<sup>14</sup><https://www.google.com/search?q=kecemasan+teori&oq=kecemasan++teori&aqs=chrome..69i57j0l7.9306j0j8&sourceid=chrome&ie=utf-8> Diakses Pada Tanggal 01 Februari 00.45

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pandangan Allah tidak ada yang sia-sia, jika seseorang melakukan segala sesuatu walaupun sedikit pasti akan dihitung. Dalam surat Al-Zalzalah ayat 7-8:

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ  
وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

Artinya: “Barangsiapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrahpun, niscaya dia akan melihat (balasan)nya. Dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan sebesar dzarrahpun, niscaya dia akan melihat (balasan)nya pula.”

## b. Introspeksidiri

Hal ini perlu dilakukan untuk mengetahui kekurangan dan kesalahan yang dilakukan di masa lalu, sehingga bisa diperbaiki.

## c. Mendekatkan diri padaAllah

Orang yang menjauhkan diri pada Allah, maka sama saja menciptakan penderitaan dan bencana untuk diri sendiri. Menjauhkan diri hanya akan menambah penderitaan dan bencana. Segala nikmat yang diberikan kepada seorang manusia semua akan berubah menjadi bencana jika melepaskan diri dari taufik dan tidak mendekati diri kepada Allah. Hal ini telah diterangkan dalam surat Adz-Zariyat ayat 50-51:

فَفِرُّوا إِلَى اللَّهِ إِنِّي لَكُم مِّنْهُ نَذِيرٌ مُّبِينٌ

Artinya: “Maka

*segeralah kembalikepada(mentaati)Allah.Sesungguhnya Aku seorang pemberi peringatan yangnyatadari Allah untukmu. Dan janganlah kamu mengadakan Tuhan yang lain disamping Allah. Sesungguhnya Aku seorang pemberi peringatan yang nyata dari Allah untukmu.”(Depag RI,2005).*





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- d. Hari ini milik Anda

Orang-orang yang telah mengukir prestasi, mereka tidak terpaku pada hari esok yang belum pasti, yang mereka lihat adalah hari ini.

- e. Jangan menyesali nasi yang sudah menjadi bubur

Selalu melihat dan memikirkan hal-hal yang telah lalu adalah suatu kebodohan, seseorang harus melihat ke depan. Dalam hidup ini harus mempunyai visi, cita-cita ke depan tetapi jangan berangan-angan yang kosong dan jangan terlalu cemas dengan masa depan, karena itu merupakan sumber penyakit (stress).

## B. Kajian Terdahulu

Kajian Relevan adalah suatu penelitian terdahulu, yang dipandang relevan dengan judul yang akan diteliti oleh penulis saat ini, pentingnya memuat penelitian yang relevan yakni untuk menghindari terjadinya penggulangan penelitian pada permasalahan yang sama. Adapun penelitian yang terdahulu yang menurut penulis relevan dengan judul penelitian yang kan dilakukan oleh penulis saat ini adalah:

Pertama, skripsi Nikmah Sari yang berjudul *Kecemasan Pengangguran Terdidik Lulusan Universitas*. Hasil menunjukkan bahwa pengangguran terdidik lulusan universitas tidak mengalami kecemasan dalam menghayati keadaannya sebagai pengangguran. Hal ini berdasarkan hasil persentase yang menunjukkan bahwa 94% pengangguran terdidik lulusan universitas tidak mengalami kecemasan, 6% untuk kategori agak cemas, 0% cemas tinggi dan 0% sangat cemas.<sup>15</sup>

Kedua, skripsi Irma Sekar Widianti yang berjudul *Coping Stress Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik*. Hasil analisis menunjukkan status pengangguran tenaga kerja terdidik merupakan pengalaman hidup yang negatif sehingga membawa dampak negatif pada subjek. Kesamaan

<sup>15</sup>Nikmah Sari Nur Isnaini Dan Rini Lestari, *Kecemasan Pengangguran Lulusan Terdidik Lulusan Universitas Pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyahsurakarta, Skripsi*.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pengalaman hidup yakni menganggur dan samanya *coping* yang dilakukan memberikan keluaran yang berbeda pada setiap subjek dan keberhasilan subjek dalam melakukan *coping* dipengaruhi oleh perbedaan individual yang ada pada masing-masing subjek.<sup>16</sup>

Ketiga, skripsi Voni Agustin yang berjudul Kompetensi Lulusan Sarjana Strata 1 Psikologi Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi “X”. hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa masih perlu dibekali dengan kompetensi hard skill dan soft skill yang relevan dengan kompetensi lulusan sarjana strata 1 psikologi yang memakai rumusan kompetensi menurut HIMPSI dan DIKTI.<sup>17</sup>

<sup>16</sup>Irmania Sekar Widiarti, Endang Sri Indrawati Dan Dini Rati Desiningrum, *Coping Stress Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Skripsi.

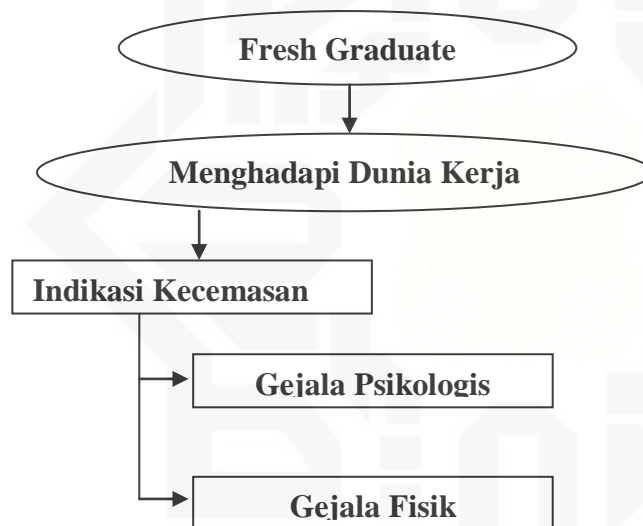
<sup>17</sup>Voni Agustin. Universitas Surabaya, *Kompetensi Lulusan Sarjana Strata S1 Psikologi Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi “X”*, Skripsi.

### C. Kerangka Pikir

Kerangka berpikir merupakan uraian ringkas tentang teori yang digunakan dan cara menggunakan teori tersebut dalam menjawab pertanyaan penelitian. Kerangka berpikir dapat berupa kerangka teori dan dapat pula berupa kerangka penalaran logis.

Adapun tujuannya adalah untuk mengetahui bagaimana indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja yang terjadi pada *fresh graduate* Univeersitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang Di Desa Senayang.

**Tabel. 2.1. Kerangka Fikir**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, yaitu mengumpulkan informasi dan membuat deskriptif tentang suatu fenomena menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yakni data yang diperoleh digambarkan dengan kata-kata atau kalimat secara sistematis, faktual, akurat mengenai fenomena-fenomena yang diangkat dalam penelitian, kemudian data-data tersebut dianalisa untuk memperoleh kesimpulan.

### B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Dalam melakukan penelitian, penulis mengambil lokasi di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga yang dilakukan pada tanggal 11 November 2019.

### C. Sumber Data

Sumber data merupakan sesuatu yang sangat penting untuk digunakan dalam penelitian guna menjelaskan valid atau tidaknya suatu penelitian. Adapun sumber data dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi dua yaitu:

1. Sumber data primer

Data primer adalah data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian.<sup>18</sup>

2. Sumber data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitian. Data sekunder

---

<sup>18</sup>Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik Dan Ilmu Sosial Lainnya*(Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2005), 132.

biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia.<sup>19</sup>

#### D. Informan Penelitian

Informan penelitian adalah subjek dari sebuah penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 orang *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang yang berada di desa Senayang.

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

##### 1. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang dilakukan secara langsung.<sup>20</sup> Proses wawancara dilakukan untuk mendapatkan data dari informan tentang “Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.”. Dalam hal ini peneliti mengajukan pertanyaan kepada informan, terkait dengan penelitian yang dilakukan. Sedangkan informan bertugas untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pewawancara. Meskipun demikian, informan berhak untuk tidak menjawab pertanyaan yang menurutnya *privasi* atau rahasia.

##### 2. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja pancaindra mata serta dibantu dengan panca indra lainnya.<sup>21</sup>

##### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pengumpulan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen berupa buku, catatan, arsip, surat-surat, majalah, surat kabar, jurnal, laporan penelitian, dan lain-lain.<sup>22</sup>

<sup>19</sup> Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 91.

<sup>20</sup> Dewi Sadiyah, *Metode Penelitian Dakwah Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*, (Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya, 2015), 88.

<sup>21</sup> Burhan Bungin, Op. Cit. 143.

## F. Validitas Data

Untuk menjaga keabsahan data dan hasil penelitian kualitatif, digunakan uji validitas data dengan menggunakan model triangulasi metode. Triangulasi metode dilakukan untuk melakukan pengecekan terhadap penggunaan metode pengumpulan data, apakah informasi yang didapat dengan metode wawancara sama dengan metode observasi atau apakah hasil observasi sesuai dengan informasi yang diberikan ketika diwawancarai dan saat melihat dokumentasi yang ada.<sup>23</sup>

## G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian yang amat penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisislah data tersebut dapat diberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian.<sup>24</sup> Teknik Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara deskriptif kualitatif, dapat ditempuh melalui tiga cara yaitu :

### 1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemulihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan pengabstraksian, serta proses penstransformasian data-dat kasar yang didapat dari catatan tertulis dilokasi penelitian. Reduksi data dilakukan dengan cara membuat ringkasan, membuat kode-kode yang diperlukan, menelusuri tema, dan membuat gugus-gugus yang selanjutnya dilakukan penelitian lapangan sampai penyusunan akhir laporan.

### 2. Penyajian Data

Penyajian data adalah penyampaian informasi berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari informan, catatan pengamatan pada waktu mengamati. Penyajian data dalam penelitian ini disuguhkan dalam bentuk

<sup>22</sup>Dewi Sadiyah, *Metode Penelitian Dakwah Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*, 91.

<sup>23</sup>M. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik Dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), 257.

<sup>24</sup>Bagong Suyanto, *Metode Penelitian Sosial* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), 87.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

deskripsi-narasi tentang Indikasi-Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja *Fresh Graduate*.

3. Menarik Kesimpulan ( *Verifikasi*)

Verifikasi merupakan langkah peninjauan ulang terhadap catatan-catatan lapangan dengan cara menelaah kembali dan dengan bertukar pikiran, untuk mengembangkan kesepakatan inter subjektif atau upaya yang luas untuk menetapkan suatu temuan dalam seperangkat data yang lain. Atau dengan kata lain, verifikasi merupakan usaha memunculkan makna-makna dari data yang harus diuji kebenarannya, kekokohan, dan kecocokannya dengan validitas penelitian.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif yaitu menggambarkan atau memaparkan fenomena-fenomena dengan kata-kata atau kalimat berdasarkan fakta, secara sistematis, memberi analisis secara cermat, kritis dan mendalam terhadap objek kajian dengan mempertimbangkan kemaslahatan.<sup>25</sup> Sehingga diharapkan dengan metode ini penulis dapat mendeskripsikan bagaimana indikasi-indikasi kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* di desa Senayang.

<sup>25</sup>Nawawi Hadrawi, *Metotologi Penelitian Bidang Sosial*, (Semarang: Gaja Mada University, 1999), 30.

## BAB IV

### GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN

#### A. Letak Geografis dan Struktur Desa Senayang

Desa Senayang merupakan salah satu desa dalam wilayah Kabupaten Lingga berada disebelah Utara Ibu Kota Kabupaten Lingga dan terletak antara 0 derajat 02 menit 25 detik Lintang Utara dan 104 derajat 39 menit 07 detik Bujur Timur, dengan batas-batas wilayahnya sebagai berikut :

1. Sebelah Utara : Kota Batam dan Kota Tanjung Pinang
2. Sebelah Timur : Laut Natuna
3. Sebelah Selatan : Kecamatan Lingga Utara
4. Sebelah Barat : Selat Ketaman Kabupaten Indragiri Hilir

Luas kecamatan Senayang mencakup 27.892 Km<sup>2</sup> dengan rincian, luas daratan mencapai 396,11 Km<sup>2</sup> dan lautan mencapai kurang lebih 27.496 Km<sup>2</sup>. Kecamatan Senayang terdiri dari 369 pulau-pulau yang tersebar baik pulau besar maupun pulau kecil , 59 buah pulau diantaranya sudah berpenghuni sedangkan 310 buah pulau belum berpenghuni. Luas wilayah laut desa Senayang mencapai 98,9 % dari luas daratannya. Secara administrasi Kecamatan Senayang terdiri dari 10 Desa, 1 Kelurahan, 27 Dusun, 61 Rukun Warga (RW) dan 147 Rukun Tetangga (RT) dan salah satunya yaitu Desa Senayang. Jumlah penduduk desa Senayang tercatat sebanyak 3.120 jiwa dengan penduduk Laki-laki 1.182 jiwa dan Perempuan: 1.211 jiwa serta Rumah Tangga : 727 KK2.

Wilayah desa Senayang memiliki topografi yang bervariasi, dari dataran hingga berbukit dan lembah. Wilayah dengan topografi dataran pada umumnya diusahakan untuk lahan perkebunan dan pertanian seperti Kelapa, Karet, Cengkeh dan tanaman muda lainnya. Sedangkan wilayah laut Kecamatan Senayang sangat kaya akan hasil laut yang mengandung berbagai jenis ikan seperti Kerapu, Sonu, Tongkol, Tenggiri, Bilis, Kepiting, Udang dan masih banyak lagi jenis-jenis hewan laut lainnya yang bisa di jual ke pasar lokal maupun ekspor, namun itu semua belum diberdayakan semaksimal





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

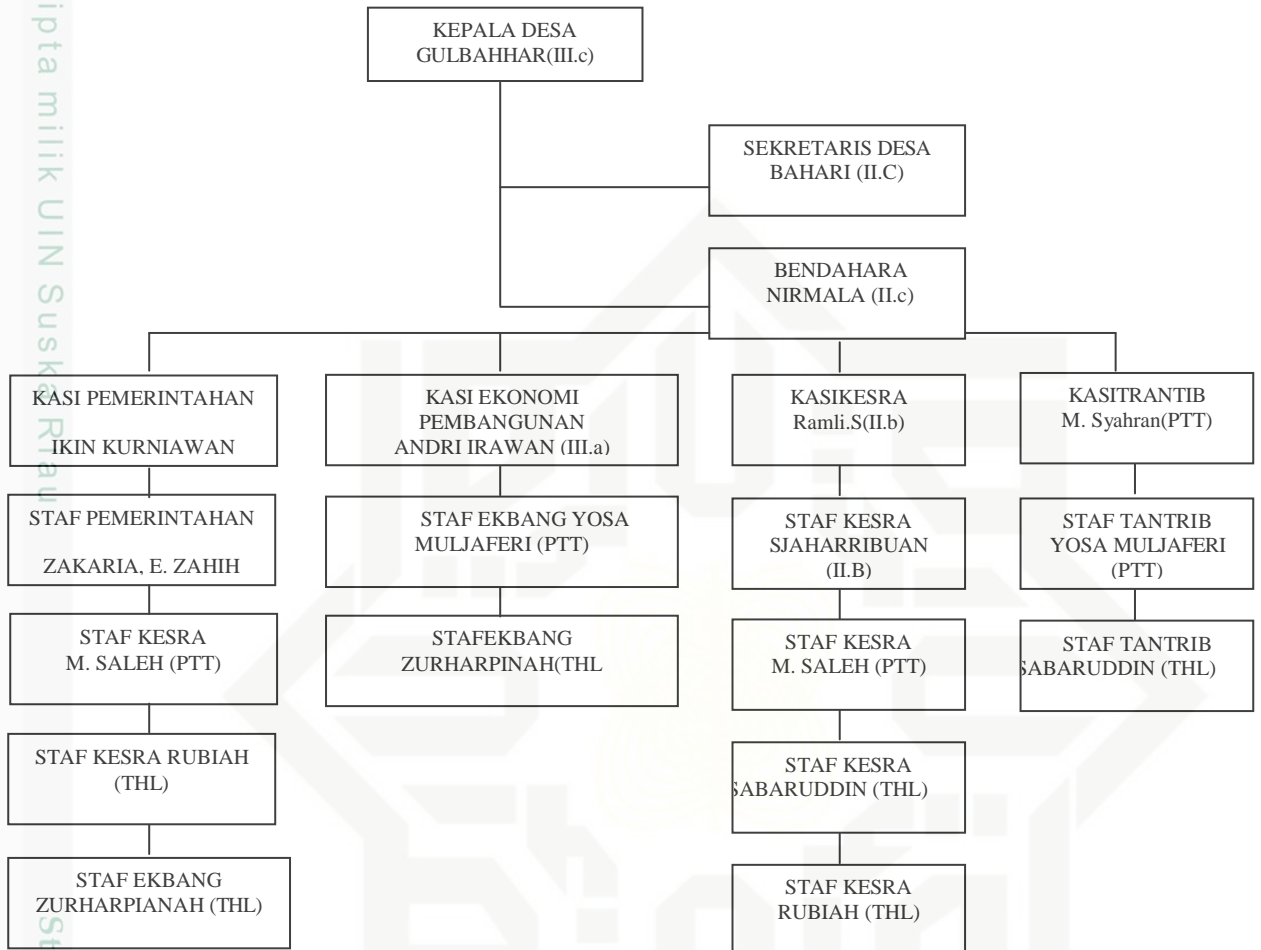
mungkin oleh masyarakat yang hanya mengandalkan alat tangkap serta cara yang masih tradisional.

Umumnya iklim laut di desa Senayang beriklim tropis dan musim kemarau yang dipengaruhi oleh angin musim. Sebagian besar tanah di desa Senayang merupakan kawasan hutan dan Perkebunan masyarakat, selebihnya merupakan tanah perkarangan / bangunan perumahan.

Letak desa Senayang berdekatan dengan Kota Tanjung Pinang, dengan jarak tempuh  $\pm 2$  jam perjalanan laut yang ditempuh dengan menggunakan speed regular (penumpang) yang melayari rute Tanjung Pinang – Pancur (Lingga Utara ) dari Pulau Bukit Desa Benan. Secara geografis Kecamatan Senayang cukup strategis karena berdekatan dengan Tanjung Pinang yang nota bene adalah pelabuhan transit internasional di pelabuhan Sri Bintang Pura. Disamping itu desa Senayang merupakan wilayah yang sangat berpotensi dibidang Kelautan dan Wisata Pemancingan yang sangat bagus di Provinsi Kepulauan Riau karena mempunyai daya tarik tersendiri berupa terumbu karang yang masih asri serta bisa dijadikan wisata penyelaman dengan keindahan alam bawah laut.

## B. Struktur Desa Senayang

Tabel. 4.1. Struktur Desa Senayang



## C. Visi Misi dan Tujuan

### 1. Visi Desa Senayang

Mengacu pada konsepsi Visi Kabupaten Lingga yaitu “Terwujudnya Kabupaten Lingga sebagai Bunda Tanah Melayu yang Agamis, Berbudaya, Demokratis, dan Mampu Bersaing Untuk Menuju Masyarakat Sejahtera”. Untuk melaksanakan tugas pokok dan fungsi, serta menjawab berbagai tuntutan yang berkembang baik di lingkungan pemerintahan maupun di lingkungan masyarakat, maka desa Senayang diharapkan mempunyai Visi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Visi merupakan cara pandang jauh kedepan tentang kemana dan bagaimana desa Senayang harus dibawa dan berkarya secara konsisten dan dapat eksis, antisipatif, inovatif serta produktif.

Visi yang ditetapkan diharapkan dapat memberikan motivasi kepada seluruh Pegawai desa Senayang untuk meningkatkan kinerjanya dalam rangka mewujudkan visi Pemerintah Kabupaten Lingga serta mengekspresikan bagaimana kondisi yang diinginkan desa Senayang sebagai suatu unit organisasi dimasa depan.

Visi instansi perlu ditanamkan pada setiap unsur organisasi sehingga menjadi visi bersama (*shared vision*) yang mampu mengarahkan dan menggerakkan segala sumber daya instansi. Dalam merumuskan suatu visi hendaknya harus didasarkan pada kedudukan tugas pokok dan fungsi organisasi tersebut.

Adapun visi yang ditetapkan Pemerintah Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga sebagai berikut:

“Menjadikan Pemerintah Kecamatan Senayang Sebagai Pelayanan Prima Menuju Masyarakat Maju Dan Sejahtera“

#### 2. Misi Kecamatan Senayang

Misi adalah pernyataan tentang apa yang harus dilakukan daerah sebagai upaya untuk mewujudkan Visi. Untuk mewujudkan Visi Kecamatan Senayang tersebut, ditetapkan 2 (dua) Misi sebagai berikut :

- a. Meningkatkan Pelayanan Aparatur Pemerintah Secara Efektif, Efisien dan Transparan.
- b. Meningkatkan Kualitas Aparatur dan Sumber Daya Manusia Menuju Masyarakat Maju dan Sejahtera.<sup>26</sup>

<sup>26</sup>Data Unit Pelayanan Teknis Derah Pemuda dan Olahraga Kec. Senayang Tahun

## D. Kondisi Desa Senayang

### 1. Kondisi pendidikan

Pendidikan merupakan proses dasar dari perkembangan manusia, karena dengan adanya pendidikan ang mmanusia dapat berkembelakukan perubahan-perubahan pada dirinya. Demi mencapai tujuan untuk mencerdaskan bangsa, maka pemerintah senantiasa memperhatikan lembaga pendidikan, bahkan sampai ada dipelosok desa, sehingga masyarakat mendapat kesempatan untuk belajar atau memperoleh pengetahuan, baik melalui lembaga formal maupun non formal.

Adapun tingkat pendidikan yang terdapat di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga Kepulauan Riau yaitu sebagai berikut:

**Tabel. 4.2**  
**Kondisi Sosial Pendidikan**

Nama Lembaga Pendidikan	Jumlah Murid	Jumlah Guru	Jumlah Total
TK	33	3	36
SDN 002	129	10	139
SDN 007	99	9	108
MI Darul – Qalam	66	5	71
SMPN 01	137	14	151
MTS Darul – Qalam	56	5	61
SMAN 01	182	15	197
SMKN	51	12	63

### 2. Kondisi SosialKeagamaan

Berdasarkan data sekunder, agama yang tersebar di Indonesia terdapat 5 agama, yaitu :

- a. Islam
- b. KristenKatolik
- c. KristenProtestan
- d. Hindu
- e. Budha

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari jumlah penduduk di Desa Senayang yang berjumlah 3.120 jiwa, klarifikasi penduduk menurut agama dapat dilihat pada tabel berikut ini:<sup>4</sup>

**Tabel 4.3**  
**Keadaan Penduduk Berdasarkan Agama Yang Dianut:**

No	Nama Agama	Jumlah
1	Islam	2.796
2	Kristen	31
3	Katolik	41
4	Hindu	–
5	Budha	252

3. Kondisi Ekonomi

Wilayah Desa Senayang memiliki topografi yang bervariasi, dari daratan hingga berbukit dan lembah. Wilayah dengan topografi daratan umumnya diusahakan untuk lahan perkebunan dan pertanian seperti kelapa, karet, cengkeh dan tanaman muda lainnya. Sedangkan wilayah laut Desa Senayang sangat kaya akan hasil laut seperti ikan, udang, dan lain-lain.<sup>27</sup>

Dilihat dari bentuk aktifitas yang ada pada masyarakat Desa Senayang, maka dapat diketahui beberapa bentuk mata pencaharian, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.4**  
**Mata Pencaharian di Desa Senayang:**

No	Jenis Pekerjaan	Jumlah (Orang)
1	Nelayan	331
2	Buruh	43
3	Pegawai Negeri Sipil	64
4	Swasta	70
5	Pensiunan	12
6	Pedagang	62
Jumlah		528

<sup>27</sup>Data Penduduk Kecamatan Senayang Tahun 2020

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang telah diperoleh melalui wawancara, observasi, dokumentasi yang dilakukan terhadap *fresh graduate* dan dilakukan analisis, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di desa Senayang kecamatan Senayang kabupaten Lingga terdapat beberapa indikasi kecemasan yang terjadi pada *fresh graduate* yang terjadi, diantaranya:

1. Gejala fisik  
Mengalami gangguan tidur (*insomnia*), jantung berdetak kencang, dan badan merasa lemas.
2. Gejala psikologis  
Sulit berkonsentrasi, mudah lupa, mudah bingung dan takut tidak mampu menyelesaikan masalah.

#### B. Saran

Adapun saran penulis tentang bagaimana Menghadapi Dunia Kerja pada *fresh graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di desa Senayang kecamatan Senayang kabupaten Lingga adalah sebagai berikut:

1. Ada baiknya seorang sarjana mempersiapkan bekal dan kemampuan baik didalam dan diluar kampus, demi mencapai target pekerjaan yang diinginkan.
2. Kecemasan dalam menghadapi dunia pekerjaan dapat diatasi dengan mengoptimalkkan usaha, percaya akan kemampuan dan bersyukur kepada Allah.
3. Melakukan diskusi kelompok untuk menemukan titik terang dalam menghadapi dunia kerja.



## DAFTAR PUSTAKA

- A. Wiramihardja, Sutarfjo. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Pt. Refika Aditama.
- Agustin, Voni. 2012. *Kompetensi Lulusan Sarjana Strata S1 Psikologi Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi "X", Skripsi*. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Anoraga, Panji. 2014. *Psikologi Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Az-Zahroni, Said, Musfir. 2005. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Bungin, Burhan. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group..
- Burhan Bungin, Muhammad. 2007. *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Djumhana Bastaman, Hannha. 2001. *Integrasi Psikologi Dengan Islam, Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offest.
- Drever, James. 2008. *Kamus Psikologi, Ter, Nanci Simanjuntak*. Jakarta: Bina Aksara
- Hal. 849 <https://www.google.com/search?q=kecemasan+teori&oq=kecemasan++teori&aqs=chrome..69i57j0l7.9306j0j8&sourceid=chrome&ie=utf-8>  
Diakses Pada Tanggal 01 Februari 00.45
- Hartono Dan Boy Soedmardji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Media Grup.
- [Http://Kajianpsikologi.Blogspot.Com/2012/01/Faktor-Faktor-Yang-Mempengaruhi Kecemasan.html](http://Kajianpsikologi.Blogspot.Com/2012/01/Faktor-Faktor-Yang-Mempengaruhi-Kecemasan.html), Di Akses 30 Januari 2019
- [Https://Umrah.Ac.Id.Profil](https://Umrah.Ac.Id.Profil), Diakses Pada Tanggal 04 Oktober 2019
- [Https://Journal.Unnes.Ac.Id/Nji/Index.Php/Intuisi/Article/Viewfile/13345/7401](https://Journal.Unnes.Ac.Id/Nji/Index.Php/Intuisi/Article/Viewfile/13345/7401), Di akses Pada Tanggal 08 November 2019
- Kartono, Kartini. 2002. *Patologi Sosial 3, Gangguan-Gangguan Kejiwaan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- L. Davidof, Linda. 2007. *Psikologi Suatu Pengantar*, Cet. Ke 2. Jakarta: Erlangga
- Nikmah Sari Nur Isnaini Dan Rini Lestari. 2015. *Kecemasan Pengangguran Lulusan Terdidik Lulusan Universitas*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nur Ghufron, M., Dan Rini Risnawati S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sadiyah, Dewi. 2015. *Metode Penelitian Dakwah Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*. Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya.
- Sekar Widiarti, Irmania, Endang Sri Indrawati Dan Dini Rati Desiningrum. 2015. *Coping Stress Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Suyanto, Bagong. 2010. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Tiantoro Dan Nofran Eka Saputra. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wawancara Dengan Andika Saputra S.Pd.
- Wawancara Dengan Asrul Zeni, S.E
- Wawancara Dengan Azmi Adam, S.H
- Wawancara Dengan Dedi Setiawan, S.Pd.
- Wawancara Dengan Wiwin Haryadi, S.E.





## Pedoman Wawancara

**Nama** : Syukri Hamdala  
**Nim** : 11542105352  
**Jurusan/Fakultas** : Bimbingan Konseling Islam  
**Judul Penelitian** : Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang Di Desa Senayang.

### A. Latar belakang timbulnya kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

1. Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
2. Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?

### B. Keyakinan diri menghadapi dunia kerja

1. Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
2. Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?

### C. Penilaian sosial menghadapi dunia kerja

1. Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
2. Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda menyelesaikan kuliah?
3. Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?

### D. Gejala-gejala kecemasan menghadapi dunia kerja

1. Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**E. Gejala psikologis menghadapi dunia kerja**

1. Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
2. Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
3. Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?

**F. Gejala fisik menghadapi dunia kerja**

1. Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
2. Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
3. Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?

## TRANSKRIP WAWANCARA

Nama Informan : Wiwin Haryadi, S.E  
 Tanggal : Tanggal 01 Maret 2020, Pukul:08.00 WIB  
 Topik Wawancara : Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Materi Wawancara
Peneliti	Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
Informan	Pekerjaan adalah sesuatu yang amat penting setelah menamatkan masa belajar namun pekerjaan terbaik adalah pekerjaan yang dilakukan dengan rasa ikhlas demi mendapatkan rasa nyaman
Peneliti	Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?
Informan	Perasaan cemas terus menerus menekan adakah mendapatkan pekerjaan dan bekerja secara optimal. Kerja itu sesungguhnya adalah suatu kegiatan sosial. Dahulu orang beranggapan bahwa satu-satunya perangsang untuk bekerja hanyalah uang atau takut menganggur.
Peneliti	Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
Informan	Secepatnya, apapun pekerjaannya
Peneliti	Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Inshaallah, yang penting dapat menyelamatkan diri sendiri tanpa menyusahkan orang tua
Peneliti	Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sangat bangga, namun ada tekanan lain, ya harus dapat pekerjaan
Peneliti	Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	menyelesaikan kuliah?
Informan	Sama seperti keluarga
Peneliti	Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?
Informan	Tidak, namun sebagai anak tentunya ingin membahagiakan mereka
Peneliti	Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?
Informan	Sedikit khawatir
Peneliti	Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Saya merasa minder dan sedih
Peneliti	Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak sama sekali
Peneliti	Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?
Informan	Tidak terlalu, tetapi terus kepikiran
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
Informan	Kadang-kadang sakit kepala
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
Informan	Iya, saya Susah tidur
Peneliti	Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?
Informan	Saya juga merasa kalau Jantung saya berdebar-debar



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### TRANSKRIP WAWANCARA

Nama Informan : Azmi Adam, S.H.  
 Tanggal : Tanggal 01 Maret 2020, Pukul:10.23 WIB.  
 Topik Wawancara : Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

	Materi Wawancara
Peneliti	Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
Informan	Pekerjaan bukanlah semata-mata demi memenuhi kebutuhan akan materi namun hidup bersosialisasi juga menjamin kebahagiaan dalam bekerja. Seperti petuah lama mengatakan uang dapat dicari namun kehidupan yang baik bukan seperti mengejar uang
Peneliti	Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?
Informan	Alhamdulillah, sangat bahagia namun juga bercampur kegelisahan karena menamatkan kuliah bukan berarti berhenti untuk membahagikan orang tua
Peneliti	Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
Informan	Tidak, namun akan terus mencari pekerjaan
Peneliti	Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Insyaallah, yang penting dapat menyelamatkan diri sendiri tanpa menyusahkan orang tua
Peneliti	Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sangat bangga, namun harus dapat pekerjaan agar tidak menyusahkan mereka
Peneliti	Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	menyelesaikan kuliah?
Informan	Sama seperti keluarga
Peneliti	Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?
Informan	Tidak, namun sebagai anak tentunya ingin membahagiakan mereka
Peneliti	Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?
Informan	Merasa sedikit khawatir tentang masa depan namun tetap optimis
Peneliti	Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak sama sekali
Peneliti	Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak juga
Peneliti	Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?
Informan	Kadang-kadang saja
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
Informan	Sakit kepala sesekali
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
Informan	Tidak
Peneliti	Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?
Informan	Jantung saja berdebar-debar kalau teringat harus segera dapat kerja

## TRANSKRIP WAWANCARA

Nama Informan : Andika Saputra S.Pd  
 Tanggal : Tanggal 02 Maret 2020, Pukul:10.43 WIB  
 Topik Wawancara : Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Pada *Fresh Graduate* Kerja Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Materi Wawancara
Peneliti	Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
Informan	Dunia kerja adalah bagian dari kehidupan yang paling mendasar, jika tidak bekerja tidak makan. Dunia kerja adalah sebanyak mana kita dapat menghasilkan uang demi memenuhi kebutuhan sehari-hari
Peneliti	Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?
Informan	Alhamdulillah, kebahagiaan yang tidak dapat dihitungkan nilainya namun dibalik itu semua, rasa khawatir terus menghantui karena dunia kerja telah menanti.
Peneliti	Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
Informan	Tentu punya, dalam kurun waktu secepatnya saya harus punya kerja
Peneliti	Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Yakin, hidup harus positif
Peneliti	Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	sangat senang dan bersyukur
Peneliti	Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda menyelesaikan kuliah?



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Informan	Sama seperti keluarga, mereka juga memberi semangat agar segera dapat kerja.
Peneliti	Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?
Informan	Ada, harus segera bekerja
Peneliti	Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?
Informan	Banyak yang saya rasakan
Peneliti	Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Minder, sedih, dan kadang-kadang stress
Peneliti	Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Sulit berkonsentrasi
Peneliti	Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?
Informan	Yaa ketika mau tidur
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
Informan	Sakit kepala, dan otot leher kaku
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
Informan	Insomnia
Peneliti	Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?
Informan	Jantung berdebar-debar





## TRANSKRIP WAWANCARA

Nama Informan : Dedi Setiawan, S.Pd.,  
 Tanggal : 02 Maret 2020, Pukul:08.14 WIB.  
 Topik Wawancara : Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

	Materi Wawancara
Peneliti	Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
Informan	Dunia kerja adalah dunia yang penuh dengan tanggung jawab, diaman skill menjadi salah satu faktor dalam bekerja dan mendapatkan pekerjaan. Dunia kerja adalah sebanyak mana kita dapat menghasilkan uang demi memenuhi kebutuhan sehari-hari.
Peneliti	Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?
Informan	Sangat bahagia, tapi juga telintas akan menjadi pengangguran.
Peneliti	Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
Informan	Iya, karena hidup ada tujuan.
Peneliti	Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Insyallah, harus yakin pada diri sendiri itu adalah yang utama
Peneliti	Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sangat bahagia,
Peneliti	Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sama seperti keluarga, juga senang.
Peneliti	Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Informan	Tidak, tapi saya harus segera mendapatkan pekerjaan
Peneliti	Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?
Informan	Ada senangnya dan sedihnya, senangnya karena kalau sudah bekerja, beban orang tua sedikit berkurang, tapi kenyataannya sampai sekarang masih kerja serabutan, hasilnya tidak tentu.
Peneliti	Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak, resiko harus dihadapi
Peneliti	Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak sama sekali
Peneliti	Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?
Informan	Sedikit, apabila teringat
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
Informan	Tidak juga
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
Informan	Tidak juga, saya memang sering begadang
Peneliti	Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?
Informan	Tidak



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**TRANSKRIP WAWANCARA**

Nama Informan : Asrul Zeni, S.E.  
 Tanggal : 02 Maret 2020, Pukul:08.15 WIB.  
 Topik Wawancara : Indikasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada *Fresh Graduate* Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang di Desa Senayang.

	Materi Wawancara
Peneliti	Bagaimana gambaran anda tentang dunia kerja?
Informan	Dunia kerja adalah tempat dimana orang-orang melakukan kegiatan bekerja untuk memenuhi kebutuhannya, dalam dunia kerja tentunya dituntut untuk profesional.
Peneliti	Bagaimana perasaan anda ketika menjadi sarjana?
Informan	Alhamdulillah, kebahagiaan yang tidak dapat dihitungkan nilainya namun
Peneliti	Apakah anda mempunyai target waktu untuk mendapatkan pekerjaan?
Informan	Tentu punya.
Peneliti	Apakah anda yakin dengan kemampuan anda dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Yakin, setiap niat baik pasti ada jalan
Peneliti	Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sangat bangga
Peneliti	Bagaimana tanggapan teman-teman anda ketika anda menyelesaikan kuliah?
Informan	Sama seperti keluarga
Peneliti	Apakah ada tuntutan dari orang tua agar anda segera mendapatkan pekerjaan?



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Informan	Tidak, tetapi mereka tentu menginginkan yang terbaik untuk anaknya
Peneliti	Apa yang anda rasakan setiap kali memikirkan dunia kerja?
Informan	Biasa saja
Peneliti	Apakah anda mudah tersinggung, merasa tidak mampu, minder, depresi dan sedih apabila anda mengalami hambatan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Tidak
Peneliti	Apakah anda sulit berkonsentrasi dan susah mengambil keputusan dalam menghadapi dunia kerja?
Informan	Sulit berkonsentrasi
Peneliti	Apakah anda merasa tidak tenang setiap kali memikirkan tentang dunia kerja?
Informan	Tak tenang
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, otot leher kaku, diare dan sering buang air kecil?
Informan	Sakit kepala sesekali
Peneliti	Apakah anda mengalami gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk?
Informan	Gangguan tidur
Peneliti	Apakah anda merasa jantung berdebar-debar, keringat berlebih, tekanan darah tinggi dan sulit bernafas?
Informan	Tidak sama sekali

## FOTO DOKUMENTASI



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Nomor : B-7820/Un.04/PP.00.9/10/2020  
Sifat : Biasa  
Lampiran : 1 Berkas  
Hal : Penggantian Pembimbing  
a.n. Syukri Hamdalah

Pekanbaru, 19 Oktober 2020

Kepada Yth.  
**Dra. Silawati, M.Pd**  
Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Suska Riau

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Dengan hormat,

Berdasarkan keputusan pimpinan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang penetapan judul dan pembimbing skripsi mahasiswa a.n. **Syukri Hamdalah** NIM. 11542105352 dengan judul **"Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Pengembangan Karir Karyawan di PT. Wahana Desa Sei Rumbia Kecamatan Bangko Pusako Kabupaten Rokan Hilir"** saudara menjadi pembimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut.

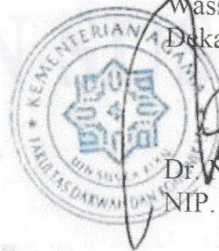
Bimbingan yang saudara berikan meliputi :

1. Materi / Isi skripsi
2. Metodologi Penelitian

Kami tambahkan bahwa saudara dapat mengarahkan atau mengubah judul di atas bersama mahasiswa bersangkutan, sejauh tidak mengubah tema atau masalah pokoknya. Kami harapkan bimbingan tersebut dapat selesai dalam waktu **6 (enam) bulan.**

Atas kesediaan & perhatian saudara diucapkan terima kasih.

Wassalam  
Dekan,



Dr. Nurdin, MA  
NIP. 19660620 200604 1 015

Tembusan :

1. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# PEMERINTAH PROVINSI RIAU

## DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I & II Komp. Kantor Gubernur Riau  
 Jl. Jenderal Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39119 Fax. (0761) 39117, PEKANBARU  
 Email : dpmpstp@riau.go.id

Kode Pos : 28126



032010

### REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISSET/29238  
 TENTANG

#### PELAKSANAAN KEGIATAN RISSET/PRA RISSET DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.IV/PP.00.9/4940/2019 Tanggal 22 November 2019**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

- |                      |   |   |
|----------------------|---|---|
| 1. Nama              | : | SYUKRI HAMDALA  |
| 2. NIM / KTP         | : | 11542105352   |
| 3. Program Studi     | : | BIMBINGAN KONSELING ISLAM   |
| 4. Jenjang           | : | S1  |
| 5. Alamat            | : | PEKANBARU   |
| 6. Judul Penelitian  | : | KECEMASAN SARJANA FRESH GRADUATE DALAM MENGHADAPI DUNIA PEKERJAAN (STUDI DI UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI TANJUNG PINANG) |
| 7. Lokasi Penelitian | : | UNIVERSITAS MARITIM RAJA ALI HAJI TANJUNG PINANG)   |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.

Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.

Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
 Pada Tanggal : 27 Desember 2019



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
 Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 PROVINSI RIAU

#### Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Gubernur Kepulauan Riau  
 Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Tanjung Pinang
3. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yana Bersanakutan

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 Dilindungi Undang-Undang



## RIWAYAT HIDUP PENULIS

**Syukri Hamdalah** dilahirkan di Desa Pulau Senayang pada tanggal 11 Agustus 1997. Anak pertama dari dua bersaudara. Buah kasih dari Ibunda Mintan dan Ayahanda Muhsin. Tahun 2003, penulis memulai Pendidikan Dasar di SDN 007 Senayang dan selesai pada tahun 2009. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMPN 01 Senayang dan selesai pada tahun 2012. Melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMAN 01 Senayang dan selesai pada tahun 2015.

Setelah menyelesaikan pendidikan di Sekolah Menengah Atas penulis melanjutkan Pendidikan di Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang tercatat sebagai mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Atas izin Allah SWT dan usaha dari penulis, serta doa dari orang tua, keluarga dan teman-teman penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjung Pinang Di Desa Senayang Kecamatan Senayang Kabupaten Lingga” pada tanggal 08 Oktober 2021 penulis dinyatakan “LULUS” dan menyandang gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.