

**PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN KARIR  
MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI)



**RURI RISMAYANTI**

**NIM. 2008306033**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYEKH NURJATI CIREBON  
TAHUN 1446 H/ 2024M**

**PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN KARIR  
MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI)



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYEKH NURJATI CIREBON  
TAHUN 1446 H/ 2024M**

## ABSTRAK

### **PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN KARIR MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM IAIN SYEKH NURJATI CIREBON. RURI RISMAYANTI. 2008306033.**

Permasalahan mengenai karir dirasakan oleh mahasiswa yaitu merasa takut gagal, bingung menentukan karir, hingga tidak bisa memutuskan pilihan karir sendiri. Salah satunya dikarenakan, kecemasan yang dirasakan mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan profil umum kecemasan, memaparkan profil umum kematangan karir, serta menjelaskan pengaruh variabel penelitian. Subjek populasi penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon sebanyak 58 mahasiswa dan menggunakan teknik sampling jenuh. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisioner kecemasan dan kuisioner kematangan karir. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif, metode asosiatif dan design penelitian kausalitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon berimbang antara sangat rendah dan rendah dengan sangat tinggi dan tinggi sebanyak 48% pada kategori sangat rendah dan rendah serta 52% pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Pada variabel kematangan karir diperoleh hasil berimbang pula antara sangat rendah dan rendah dengan sangat tinggi dan tinggi sebanyak 53% pada kategori sangat rendah dan rendah serta 47% berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Kemudian terdapat pengaruh pada kecemasan terhadap kematangan karir mahasiswa dengan nilai  $t$  hitung sebesar 27,708, nilai  $P$  value: 0,000, nilai korelasi  $R$  sebesar 0,545, dan koefisiensi determinas ( $R$  Square) sebesar 0,297 atau 29,7%. Kemudian hasil uji persamaan regresi linier sederhana  $y = -142192 + 0.05369X$ . Dari persamaan tersebut dapat disimpulkan bahwa konstanta dengan nilai sebesar -142192, yang dapat dimaknai sebagai nilai konstanta variabel tingkat kecemasan sebesar -142192. Koefisiensi regresi  $X$  sebesar 0,05369 menyatakan bahwa setiap nilai kecemasan bertambah 1% maka tingkat kematangan karir dapat bertambah sebesar 0,05369.

**Kata Kunci: Kecemasan, kematangan karir, mahasiswa.**

## **ABSTRACT**

### ***THE INFLUENCE OF ANXIETY ON THE CAREER MATURITY OF ISLAMIC COUNSELING STUDENTS AT IAIN SYEKH NURJATI CIREBON. RURI RISMAYANTI. 2008306033.***

*Students experience problems regarding careers, namely feeling afraid of failure, being confused about choosing a career, and not being able to decide on their own career choice. One of them is due to the anxiety felt by students. This research aims to describe the general profile of anxiety, explain the general profile of career maturity, and explain the influence of research variables. The population subjects of this research were 58 Islamic Counseling Guidance students at IAIN Syekh Nurjati Cirebon and used a saturated sampling technique. The data collection method in this research used an anxiety questionnaire and a career maturity questionnaire. The methods used are quantitative methods, associative methods and causality research designs. The results of the study showed that the anxiety of Islamic Counseling Guidance students at IAIN Syekh Nurjati Cirebon was balanced between very low and low and very high and high at 48% in the very low and low categories and 52% in the high and very high categories. In the career maturity variable, balanced results were also obtained between very low and low and very high and high, with 53% in the very low and low categories and 47% in the high and very high categories. Then there is an influence on anxiety on student career maturity with a calculated t value of 27.708, P value: 0.000, R correlation value of 0.545, and coefficient of determination (R Square) of 0.297 or 29.7%. Then the results of the simple linear regression equation test are  $y = -142192 + 0.05369X$ . From this equation it can be concluded that the constant value is -142192, which can be interpreted as the constant value of the anxiety level variable of -142192. The X regression coefficient of 0.05369 states that every time the anxiety value increases by 1%, the level of career maturity can increase by 0.05369.*

**Keywords:** *Anxiety, career maturity, student.*



**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN KARIR  
MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

Disusun Oleh:

**Ruri Rismayanti  
NIM.2008306033**

Menyetujui:

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag., M.Pd**  
NIP. 19731009 199703 2 003

**Eha Julaecha, M.A**  
NIP.19721215 2014112 001

Mengetahui:

**Ketua Jurusan BKI**

**Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I**  
NIP. 198307052011011014

## NOTA DINAS

Kepada  
Yth. Ketua Jurusan Bimbingan  
Konseling Islam  
IAIN Syekh Nurjati Cirebon  
Di Cirebon

**Assalamu'alaikum Wr. Wb**

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Ruri Rismayanti

NIM : 2008306033

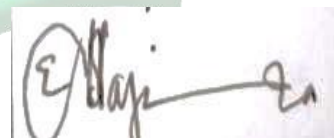
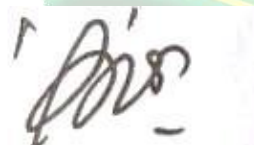
Judul : **PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN  
KARIR MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqosahkan.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

Pembimbing I

Pembimbing II



**Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag., M.Pd**  
NIP. 19731009 199703 2 003

**Eha Julaeha, MA**  
NIP.19721215 2014112 001

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

### *Bismillahirrahmanirrahim*

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Ruri Rismayanti

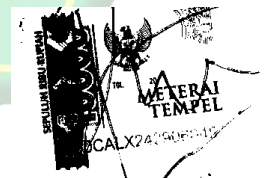
NIM : 2008306033

Judul : **PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KEMATANGAN KARIR MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Program S1 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Semua sumber yang penulis gunakan dalam penelitian skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman karya tulis ilmiah.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini sebagian maupun keseluruhan isinya merupakan karya plagiat, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Cirebon, Mei 2024





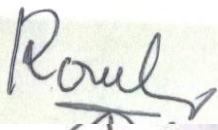

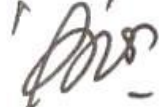
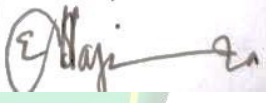
Ruri Rismayanti

NIM.2008306033

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecemasan Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Bimbingan Konseing Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon”. Oleh Ruri Rismayanti, NIM 2008306033 telah dimunaqosahkan pada tanggal 12 Juni 2024, di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
<b>Ketua Jurusan</b> Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	22-7-2024	
<b>Sekretaris Jurusan</b> Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	19-7-2024	
<b>Penguji I</b> Rina Kurnia, M.Pd NIP. 19900517 201903 2 011	19-7-2024	
<b>Penguji II</b> Herman Beni, M.A NIP.19780430 201101 1 004	16-7-2024	
<b>Pembimbing I</b> Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag., M.Pd NIP. 19731009 199703 2 003	17-7-2024	
<b>Pembimbing 2</b> Eha Julaeha, M.A NIP.19721215 2014112 001	17-7-2024	

Mengetahui  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



**Dr. Siti Fatimah, M.Hum**  
**NIP. 196509141998032001**



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap Ruri Rismayanti, biasa dipanggil Ruri, lahir di Cirebon pada 26 Juli 2002. Penulis adalah anak pertama dari dua bersaudara. Lahir dari Ibu Laksmi Resmiyati dan Alm. Bapak Ruaedi. Alamat lengkap Desa Setu Wetan Blok Bandung RT.011, TW.004 Kecamatan Weru Kabupaten Cirebon.

Adapun Riwayat Pendidikan Formal yang penulis tempuh adalah:

1. TK Batik Trusmi, lulus tahun 2008
2. SDN 1 Panembahan, lulus tahun 2014
3. SMPN 1 Plered, lulus tahun 2017
4. SMAN 1 Plumbon, lulus tahun 2020
5. IAIN Syekh Nurjati Cirebon, lulus tahun 2024



## MOTTO

Setiap orang tumbuh selangkah demi selangkah, mereka tumbuh bahkan ketika mereka merasakan sakit, dan mereka tumbuh bahkan ketika mereka berada dalam kesulitan.

*( Do Kyungsoo, EXO )*

*Don't be afraid to fail. Be afraid to not try.*

*( Lee Haechan, NCT )*

Tetaplah berdoa dan berusaha semampumu, untuk hasilnya biarkan Allah menjalankan skenarionya.

*(Ruri Rismayanti)*



## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan Ridho-Nya serta juga kesempatan yang diberikan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan segala kekurangan. Sholawat Serta Salam semoga selalu terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, keluarganya, dan sahabatnya serta kita selaku umatnya hingga akhir zaman. Tidak terlewatkan juga segala bentuk syukur saya ucapkan kepada-Mu Ya Rabb karna telah menghadirkan orang-orang baik serta berarti dalam kehidupan saya. Orang-orang yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, dan doa-doanya, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini saya persembahkan untuk:

1. Alm. Bapak Ruaedi dan Ibu Laksmi Resmiyati, selaku orang tua tercinta atas doa, dukungan, dan kasih sayang yang tak terhingga selama perjalanan penulisan skripsi ini.
2. Nazarudin Ilham selaku adik tercinta yang selalu memberi dukungan dan semangat dalam selama penulisan skripsi ini.
3. Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag., M.Pd dan Eha Julaeha, M.A atas bimbingan, arahan, dan ilmu yang telah diberikan selama proses penulisan skripsi.
4. Kepada seluruh Dosen dan Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam
5. Kepada member EXO, NCT, BTS dan grup kpop lainnya yang telah menyalurkan semangat serta motivasi kepada saya melalui karya musik yang indah serta menghibur saya dihari yang lelah.
6. Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020, terutama kelas A.
7. Teman-teman KKN Desa Kalikoa, Ridaan dan Sufi yang telah memberi semangat serta menaruhkan cerita baru di dunia perkuliaha.
8. Teman SMA saya Nur Cholifah dan Ade Marini Rosalinda yang telah kebersamai saya dari masa putih abu-abu hingga saat ini.
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan selama penulisan skripsi.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Tuhan Semesta Alam, atas berkat, rahmat dan hidayahNya penulis telah menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Kecemasan Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam”**.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan serta bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak penulis. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih setulus tulusnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag, selaku Rektor IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Ibu Dr. Siti Fatimah, M.Hum, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bapak Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I, selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
4. Bapak Bambang Setiawan, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
5. Dosen pembimbing skripsi saya Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag., M.Pd dan Eha Julaeha, M.A yang dengan penuh kesadaran, ketelitian, serta memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis pada saat proses penulisan skripsi.
6. Rina Kurnia, M.Pd dan Bapak Bambang Setiawan M.Pd sebagai dosen ahli yang berkenan meluangkan waktunya untuk menjadi profesional judgment dalam mengoreksi kuesioner penelitian ini.
7. Dosen-dosen dan staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu, arahan, serta bantuannya kepada penulis selama proses perkuliahan sampai penulisan skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya masih terdapat kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Penulis menerima saran dan kritik yang konstruktif guna menyempurnakan skripsi ini. Semoga amal baik Bapak/Ibu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini mendapat pahala dari Allah SWT.

Cirebon, Mei 2024



( Ruri Rismayanti )



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI</b> .....	<b>viii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>x</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>xi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xx</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xxii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xxiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Perumusan Masalah</b> .....	<b>6</b>
1. Identifikasi Masalah .....	6
2. Pembatasan Masalah .....	7
3. Pertanyaan Penelitian .....	7
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>7</b>
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>8</b>
1. Manfaat Teoritis .....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
<b>E. Sistematika Penulisan</b> .....	<b>8</b>
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>10</b>
<b>A. Kecemasan</b> .....	<b>10</b>
1. Pengertian Kecemasan .....	10
2. <b>Jenis-jenis Kecemasan</b> .....	11
3. <b>Faktor Kecemasan</b> .....	12

4. Aspek Kecemasan .....	14
5. Tingkat Kecemasan .....	14
6. Kecemasan Karir .....	15
<b>B. Kematangan Karir .....</b>	<b>16</b>
1. Pengertian Kematangan Karir .....	16
2. Aspek-aspek Kematangan Karir .....	17
3. Faktor-faktor Kematangan Karir .....	20
<b>C. Penelitian Terdahulu .....</b>	<b>22</b>
<b>D. Kerangka Pemikiran .....</b>	<b>27</b>
<b>E. Hipotesis Teoritis .....</b>	<b>28</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
<b>A. Metode dan Pendekatan Penelitian .....</b>	<b>29</b>
<b>B. Tempat dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>29</b>
<b>C. Populasi dan Sampel .....</b>	<b>30</b>
<b>E. Definisi Operasional .....</b>	<b>31</b>
1. Variabel Kecemasan .....	31
2. Variabel Kematangan Karir .....	32
<b>F. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>32</b>
1. Kuesioner .....	32
2. Wawancara .....	32
<b>G. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>33</b>
<b>H. Validitas dan Reliabilitas .....</b>	<b>33</b>
1. Validitas .....	33
2. Reliabilitas .....	37
<b>I. Teknik Analisis data .....</b>	<b>39</b>
1. Analisis Deskriptif .....	39
2. Uji Hipotesis .....	43
<b>J. Hipotesis Statistik .....</b>	<b>46</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
<b>A. Hasil Penelitian .....</b>	<b>47</b>
1. Profil Umum Kecemasan .....	47
2. Profil Umum Kematangan Karir .....	49
3. Pengaruh Kecemasan Terhadap Kematangan Karir .....	52
<b>B. Pembahasan .....</b>	<b>56</b>

1. Profil Umum Kecemasan .....	56
2. Profil Umum Kematangan Karir .....	60
3. Pengaruh Kecemasan Terhadap Kematangan Karir .....	65
<b>C. Keterbatasan Penelitian .....</b>	<b>67</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>68</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>69</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>73</b>





## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu</b> .....	25
<b>Tabel 3. 1 Populasi Penelitian</b> .....	<b>30</b>
<b>Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban Skala Likert</b> .....	33
<b>Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Kecemasan</b> .....	34
<b>Tabel 3. 4 Validitas Variabel Kecemasan</b> .....	35
<b>Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitsa Kecemasan Karir</b> .....	36
<b>Tabel 3. 6 Validitas Variabel Kematanga Karir</b> .....	36
<b>Tabel 3. 7 Kriteria Koefisien Reliabilitas</b> .....	37
<b>Tabel 3. 8 Hail Uji Reliabilitas Kecemasan</b> .....	38
<b>Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan</b> .....	38
<b>Tabel 3. 10 Rumus Analisis Deskriptif</b> .....	39
<b>Tabel 3. 11 Rumus Kategorisasi 4 Internal</b> .....	40
<b>Tabel 3. 12 Kategorisasi Kecemasan</b> .....	40
<b>Tabel 3. 13 Kategorisasi Kematangan Karir</b> .....	40
<b>Tabel 3. 14 Profil Umum Kategorisasi Kecemasan</b> .....	40
<b>Tabel 3. 15 Profil Umu Kategori Kematangan Karir</b> .....	42
<b>Tabel 3. 16 Interpretasi Koefisien Korelasi</b> .....	45
<b>Tabel 4.1 Profil Umum Kecemasan</b> .....	<b>46</b>
<b>Tabel 4.2 Profil Umum Fisik</b> .....	48
<b>Tabel 4.3 Profil umum Perilaku</b> .....	48
<b>Tabel 4.4 Profil Umum Kongnitif</b> .....	49
<b>Tabel 4.5 Profil Kematangan Karir</b> .....	49
<b>Tabel 4.6 Profil Umum Pengetahuan Tentang Diri</b> .....	50
<b>Tabel 4.7 Profil Umum Pengambilan Keputusan</b> .....	51
<b>Tabel 4.8 Profil Umum Informasi Karir</b> .....	51
<b>Tabel 4.9 Profil Integrasi Pengetahuan Diri dan Karir</b> .....	51
<b>Tabel 4.10 Profil Umum Perencanaan Karir</b> .....	52
<b>Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas</b> .....	52

**Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas ..... 53**

**Tabel 4.13 Hasil Regresi Linier Sederhana ..... 55**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir ..... 27



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Kuisisioner Kecemasan
- Lampiran 2: Kuisisioner Kematangan Karir
- Lampiran 3: Data Variabel Kecemasan (X)
- Lampiran 4: Data Variabel Kematangan Karir (Y)
- Lampiran 5: Hasil Validitas Variabel Kecemasan (X)
- Lampiran 6: Hasil Variabel Kematangan Karir (Y)
- Lampiran 7: Profesional Judgment
- Lampiran 8: Dokumentasi Google From
- Lampiran 9: Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10: Surat Keterangan Pembimbing
- Lampiran 11: Kartu Bimbingan
- Lampiran 12: Hasil Plagiasi
- Lampiran 13: Surat Balasan

