

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era modern saat ini, ketika teknologi mengalami perkembangan pesat, perubahan ekonomi global yang cepat, serta krisis ekonomi, menjadikan tuntutan dunia menjadi semakin keras. Situasi ini diperparah oleh pertumbuhan penduduk yang pesat, kesenjangan dalam pendidikan, pertumbuhan ekonomi yang tidak merata, dan keterbatasan keterampilan. Menjadikan pendidikan menjadi bagian penting dalam aspek kehidupan. Pendidikan berfungsi sebagai bekal untuk membentuk insan yang cerdas dan berkualitas. Sesuai yang tertera dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Republik Indonesia pada No. 20 Tahun 2002 Bab II Pasal 3 yang berbunyi “pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.¹ Hal ini berarti masa pendidikan memiliki peran dalam hal mengembangkan dan mendidik siswa untuk menjadi pribadi yang mandiri serta kreatif. Indonesia juga telah menetapkan program wajib belajar 12 tahun yang terdiri dari SD 6 tahun, SLTP/ sederajat 3 tahun, dan SLTA/ sederajat selama 3 tahun.²

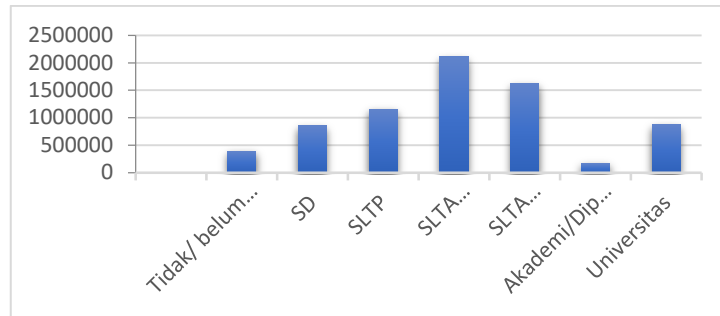
¹ Sekretariat Kabinet Republik Indonesia, "Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2002 Bab II Pasal 3", <https://jdih.setkab.go.id/PUUdoc/7308/UU0202003.htm>, diakses pada 17 Oktober 2024.

² Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, <https://pauddikdasmen.kemdikbud.go.id/media-berita/wajib-belajar-12-tahun-mulai-juni-2015>, diakses pada 17 Oktober 2024.

Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) merupakan pendidikan lanjutan yang ditempuh setelah pendidikan Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP). Di Indonesia, SLTA umumnya terdiri dari SMA (Sekolah Menengah Atas), SMK (Sekolah Menengah Kejuruan), dan MA (Madrasah Aliyah). Pendidikan tingkat ini merupakan pendidikan yang ditempuh oleh anak usia remaja, dimana masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke usia dewasa, dan pada masa ini sebagian remaja mengalami peralihan dari pendidikan ke dunia kerja atau karir, sehingga menjadi salah satu masa yang krusial dan penuh tantangan psikologis dan emosional. Pendidikan di tingkat SLTA menjadi pondasi penting bagi siswa untuk membangun karir di masa depan. Namun, tantangan bagi lulusan SLTA, baik SMA, SMK, maupun MA cukup besar, terutama dalam memasuki dunia kerja.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), tingkat pengangguran terbuka di Indonesia masih tergolong tinggi, terutama pada lulusan SLTA dan SMK, yang mencapai persentase cukup tinggi dibandingkan dengan lulusan pendidikan lainnya. Badan Pusat Statistik (BPS) menjelaskan bahwa tingkat pengangguran tertinggi di Indonesia pada februari 2024 sebesar 6,84 persen pada jenjang pendidikan menengah kejuruan (SMK).³

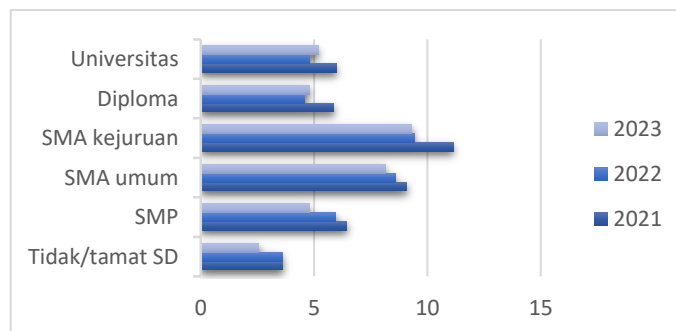
³Badan Pusat Statistik, “Tingkat pengangguran Terbuka (TPT)”, <https://sulteng.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/1304/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--februari-2024-sebesar-3-15-persen--tingkat-partisipasi-angkatan-kerja--tpak--februari-2024-sebesar-68-53-persen.html>, 6 Mei 2024, diakses pada 15 Oktober 2024.



Gambar 1.1 Jumlah Pengangguran Terbuka menurut Pendidikan Tertinggi yang Ditamatkan Februari 2024

Sumber: BPS (diolah 2024)

Dalam grafik pada gambar 1.1 menunjukkan bahwa tingkat pengangguran terbuka berdasarkan tingkat pendidikan yang tertinggi di Indonesia terjadi pada lulusan SLTA/ sederajat yakni pada angka 2.107.781 jiwa untuk tingkat SLTA umum, dan 1.621.672 jiwa pada lulusan SLTA kejuruan/ SMK. Angka ini menunjukkan bahwa lulusan SLTA umumnya menghadapi kesulitan lebih besar dalam menemukan pekerjaan yang sesuai, yang juga berimplikasi pada tingkat kecemasan karir mereka.



Gambar 1.2 Jumlah Pengangguran Terbuka Berdasarkan Tingkat Pendidikan yang Ditamatkan Tahun 2021-2023

Sumber: BPS, diolah (2024)

Data pada gambar 1.2 juga menunjukkan bahwa dalam tiga tahun belakangan lulusan SLTA/ sederajat masih menduduki pengangguran dengan jumlah tinggi, untuk SLTA umum pada tahun 2021 sebesar 9.09, 2022 sebesar

8.57, dan 8.15 pada tahun 2023. Pada SLTA kejuruan/SMK pada tahun 2021 sebesar 11.13, tahun 2022 sebesar 9.42, dan pada tahun 2023 sebesar 9.31.⁴

Sebagai lulusan SLTA yang baru memasuki dunia kerja, siswa seringkali dihadapkan pada tantangan nyata dalam mencari pekerjaan yang sesuai dengan minat dan keahlian mereka. Kondisi ini tentunya tidak terlepas dari tingkat pengangguran yang cukup tinggi di kalangan lulusan SLTA, seperti yang ditampilkan pada data terbaru dari Badan Pusat Statistik (BPS). Sehingga turut mempengaruhi munculnya kecemasan terkait karir di kalangan siswa pada tingkat SLTA. Terlebih pada siswa yang telah menduduki kelas 12, dimana pada kelas ini merupakan masa dimana mereka harus menentukan dengan pertimbangan yang matang akan jenjang pendidikan atau karir yang akan mereka pilih. Hal ini pasti menjadi kecemasan nyata, dimana setelah lulus sekolah mereka akan benar-benar dihadapkan dengan dunia nyata.

Kartini Kartono mendefinisikan kecemasan merupakan suatu bentuk emosi yang didasarkan oleh simbol, kewaspadaan, dan unsur yang tidak pasti. Kecemasan juga dipandang sebagai kondisi di mana individu mengekspresikan keadaan emosionalnya melalui perilaku yang didasarkan pada perasaan dan pikiran yang tidak menyenangkan⁵. Menurut Mohammad Muspawi, karir adalah suatu keseluruhan hidup seseorang dalam upaya mewujudkan dirinya untuk menjalani hidup dan mencapai tujuan. Untuk mencapai tujuan hidup tersebut, seorang harus memiliki kemampuan dalam menguasai aspek-aspek

⁴ Badan Pusat Statistik, “Survei Angkatan Kerja Nasional (sakernas) 2024”, <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/Njc0IzI=/pengangguran-terbuka-menurut-pendidikan-tertinggi-yang-ditamatkan--orang-.html>, 18 Juli 2024, diakses pada 15 oktober 2024.

⁵ Kartono Kartini, *Penyebab Kecemasan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006, hlm. 42

tertentu yang dapat mendukung keberhasilan karir.⁶ Kecemasan terhadap karir merupakan perasaan takut, khawatir, dan ragu akan kemampuan seseorang untuk menggapai tujuan karir. Kecemasan ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti kekurangan keterampilan, prospek kerja yang tidak pasti, serta tekanan dari lingkungan sosial dan keluarga.⁷ Pada masa kini, karir dianggap sebagai menjadi salah satu hal yang sangat penting, bahkan karir juga menjadi identitas bahkan harga diri bagi sebagian orang.⁸ Pada usia remaja, terutama siswa tingkat akhir sekolah menengah seperti Madrasah Aliyah, atau Sekolah Menengah Atas, kecemasan karir menjadi sangat nyata karena mereka berada pada ambang keputusan besar terkait jalur pendidikan atau profesi yang akan diambil.

Madrasah Aliyah Al-Asy'ari di Keras, Diwek merupakan lembaga pendidikan berbasis agama Islam, lembaga ini memiliki visi “Teguh Dalam Imtaq, Tangguh dalam Iptek, Berdaya Saing, Terampil, dan Berakhlakul Karimah”. Lembaga ini memiliki tujuan membentuk kepribadian siswa yang tidak hanya unggul dalam intelektual dan spiritual namun juga dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. MA Al-Asy'ari juga memiliki program unggulan seperti tata busana, multimedia, dan tataboga, gunanya untuk menambah kemampuan dan keterampilan siswa.⁹ MA Al-Asy'ari juga bekerja sama dengan Balai Latihan Kerja (BLK) kabupaten Jombang, sehingga siswa mendapatkan sertifikat pelatihan. Selain itu MA Al-Asy'ari juga memiliki

⁶ Mohamma Muspawi, “Menata Pengembangan Karir Sumber Daya Manusia Organisasi”, *Jurnal Ilmiah*, 2017. Vo. 17, hlm. 115

⁷ Ardiansyah dkk, “Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud.” *Jurnal Kependidikan*, (2022), Vol. 7(1).

⁸ Aris P. Zebua, “Harga diri dan Pekerjaan”, *kompasiana.com*, <https://www.kompasiana.com/satyaaris/59cc4f580e3f0b6fa92cfd82/harga-diri-dan-pekerjaan>, 28 September, diakses pada 15 Oktober 2024.

⁹ Observasi, di MA Al Asy'ari, 20 September 2024.

program pendidikan sistem ganda (PSG) yakni pendidikan dan pelatihan keahlian kejuruan yang memadukan secara sistematis antara program pendidikan di sekolah dan program penguasaan kerja. Program ini tentunya bertujuan untuk mempersiapkan dan membekali siswa untuk kedepannya. Program ini tentunya bertujuan untuk mempersiapkan dan membekali siswa untuk kedepannya.¹⁰

Meskipun dengan adanya program unggulan yang dapat membekali siswa dalam menghadapi jenjang karir yang lebih lanjut, namun kecemasan karir yang dialami oleh siswa tetap terjadi. Peneliti melakukan wawancara pada AA dan PR yang merupakan siswa kelas XII di Madrasah Aliyah Al Asy'ari. AA merupakan salah satu siswa yang mengambil peminatan di Tata Busana dan menjalani Praktik Sistem Ganda (PSG) di bidang desain grafis. Di luar jam sekolah, AA juga bekerja, dan ia menuturkan bahwa banyak ilmu serta pengalaman yang diperolehnya sebagai bekal masa depan. AA juga berencana membuka usaha setelah lulus nanti yang merupakan keinginan dari kedua orangtuanya. Meski begitu, AA masih merasakan kecemasan terkait karirnya. Kecemasan yang dialami oleh AA muncul dalam bentuk keraguan mengenai kemampuannya menghadapi dunia kerja. Selain itu, AA sering merasa gelisah, sedih, bahkan sering melamun memikirkan masa depannya.¹¹ Hal serupa dialami oleh PR, siswa kelas XII yang mengambil peminatan Tata Boga dan menjalani PSG di bidang Multimedia pada program desain grafis. PR berencana untuk bekerja setelah lulus. Akan tetapi, ia juga mengalami kecemasan terkait karirnya. Kecemasan yang dialami oleh PR berupa

¹⁰ Observasi, di MA Al Asy'ari, 20 September 2024.

¹¹ AA & PTR, Siswa Kelas XII MA al Asy'ari, 28 Oktober 2024.

kekhawatiran akan penentuan karir, serta rasa takut tidak mendapatkan pekerjaan sesuai dengan keahlian dan harapannya.¹² Kedua siswa, baik AA maupun PR, meskipun telah mendapatkan ilmu dan pengalaman selama pendidikan serta memiliki bekal atau rencana kerja setelah lulus, tetap mengalami kecemasan karir. Bentuk kecemasan yang dialami berupa keraguan akan kemampuan beradaptasi di dunia kerja serta kekhawatiran tidak mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keahlian dan harapan mereka. Selain hal internal, hal eksternal juga semakin mempengaruhi kecemasan akan karir, seperti harapan orang tua mengenai karir anaknya yang sudah lulus.

Faktor lain yang turut mempengaruhi timbulnya kecemasan karir pada siswa kelas XII adalah persepsi terhadap keunggulan sekolah. Hasil wawancara yang peneliti lakukan menunjukkan adanya kecenderungan siswa dalam memilih sekolah unggulan di kota daripada di pedesaan. Hal ini ditunjukkan dengan meskipun MA al-Asy'ari telah memiliki kerja sama dengan MTSN 15 Jombang, hanya sedikit siswa MTSN 15 yang melanjutkan ke MA al-Asy'ari. Persepsi masyarakat tentang sekolah di kota memiliki peluang dan reputasi yang lebih baik menjadi alasan utama. Berdasarkan hasil observasi, jumlah siswa hanya berkisar 19-22 siswa perkelas, bahkan terus mengalami penurunan. Selain itu, hanya sedikit siswa yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi karena banyak dari mereka lebih memilih bekerja setelah lulus sekolah.¹³ Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah dilakukan, meskipun telah dibekali dengan berbagai program unggulan, pada kenyataannya siswa kelas XII masih mengalami kecemasan karir. Kecemasan karir tersebut

¹² AA & PTR, Siswa Kelas XII MA al Asy'ari, 28 Oktober 2024.

¹³ Observasi, di MA Al-Asy'ari, 28 September 2024

terlihat dalam berbagai bentuk, seperti keraguan terhadap kemampuan diri untuk menghadapi dunia kerja, kekhawatiran tidak mendapatkan pekerjaan sesuai dengan keahlian, serta perasaan gelisah, sedih, bahkan terganggunya kegiatan sehari-hari karena terlalu memikirkan masa depan.

Oleh karena itu, dalam menghadapi kecemasan karir yang dialami oleh siswa, penting bagi mereka untuk mampu bertahan dalam menghadapi permasalahan tersebut. Kemampuan yang dimaksud, dapat berupa kemampuan untuk selalu berpikir positif, dan kemampuan untuk senantiasa menjaga ketenangan batin. Dalam Islam hal ini disebut dengan tawakal yang berarti sikap berserah diri kepada Allah setelah melakukan usaha yang maksimal, dapat membantu siswa untuk mengurangi tekanan emosional seperti kekhawatiran dan ketakutan akan hal yang ada di masa depan karir mereka, serta mental yang muncul ketika dihadapkan dengan ketidakpastian tentang masa depan karir. Menurut Amin Syukur, sikap tawakal tidak hanya memberikan ketenangan batin, namun juga membantu seseorang agar tetap fokus pada upaya yang dijalani tanpa perlu terbebani oleh hasil akhirnya.¹⁴ Sehingga, dalam konteks siswa kelas XII yang dimana mereka berada pada masa peralihan menuju ke dunia kerja atau pendidikan yang lebih tinggi, tawakal mampu menjadi kontrol dan penyeimbang emosi supaya siswa dapat tetap fokus pada usaha yang dilakukan dan dapat berpikir jernih dalam pengambilan keputusan.¹⁵

¹⁴ Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2014), 23.

¹⁵ Sulaiman, "Konsep tawakal Menurut Imam Al Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin", *Ameena Journal*, (2023), Vol.1 No.1,

Selain tawakal, husnuzan juga dinilai mampu untuk mengurangi kecemasan karir yang dialami oleh siswa. Siswa yang mengalami kecemasan seringkali merasa gelisah sehingga berdampak pada pikiran negatif akan usaha dan harapannya yang menyebabkan kecemasan yang dialami semakin tinggi. Husnuzan memungkinkan siswa untuk dapat memandang bahwa setiap peristiwa, baik itu kegagalan ataupun kesulitan sebagai bagian dari rencana baik Allah. Menurut konsep Islam, husnuzan kepada Allah adalah sikap mental yang mempercayai bahwa segala sesuatu yang terjadi memiliki hikmah dan manfaat. Dalam hadis qudsi, Allah berfirman: *"Aku sesuai dengan prasangka hamba-Ku kepada-Ku, maka hendaklah ia berprasangka kepada-Ku dengan prasangka yang baik"* (HR. Bukhari dan Muslim). Maka dari itu, sikap husnuzan ini mendorong individu untuk optimis, tenang, dan percaya bahwa usaha mereka akan memberikan hasil terbaik yang ditentukan oleh Allah.¹⁶ Haidarotul mila menjelaskan bahwa individu dengan rasa husnuzan akan cenderung lebih optimis dan mampu mengelola kecemasan dengan lebih baik karena mereka percaya bahwa segala sesuatu yang terjadi pasti memiliki hikmah dan manfaat tersendiri.¹⁷ Dengan kata lain, husnuzan mampu membantu siswa untuk selalu percaya diri terhadap kemampuan mereka dan untuk tetap fokus pada usaha yang dilakukan.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tawakal, husnuzan dan kecemasan. Seperti pada Bobi Januar Iskandar yang dalam penelitiannya menjelaskan bahwa

¹⁶ Abu Salma Al Atsary, *Husnudzon yang Menakjubkan: Menjemput Kesuksesan dengan Berpikir Positif* (Yogyakarta: Media Qudsi 2015), h. 143

¹⁷ Haidarotul Milla, "Hubungan Tawakal dengan Kecemasan Pada Jamaah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang", Skripsi. Semarang :Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo, 2015.

tawakal dapat mengurangi tingkat kecemasan karir.¹⁸ Serta, penelitian lain seperti yang dilakukan oleh Denan Alifia menemukan bahwa husnuzan memiliki peran penting dalam meningkatkan ketenangan dan membantu individu menghadapi permasalahan psikologisnya.¹⁹ Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor seseorang mengalami kecemasan karir adalah kurangnya penerapan tawakal dan husnuzan dalam kehidupan.

Berdasarkan pemaparan fenomena yang telah disebutkan di atas, penelitian ini menjadi penting karena kecemasan karir kerap dialami oleh siswa khususnya siswa kelas XII atau akhir sebelum mereka menuju dunia kerja atau pendidikan yang lebih tinggi. Kecemasan yang mereka alami diharapkan dapat diminimalisir melalui penguatan aspek spiritual seperti tawakal dan husnuzan. Maka, peneliti mencoba untuk melakukan penelitian dengan judul: “Korelasi Antara Tawakal dan Husnuzan dengan Kecemasan terhadap Karir pada Siswa Madrasah Aliyah Al-Asy’ari di Keras, Diwek.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi pendidik dan orang tua mengenai pentingnya penguatan spiritual tawakal dan husnuzan dengan persiapan karir. Sehingga siswa dapat menghadapi masa depan dengan lebih percaya diri dan penuh ketenangan.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat korelasi negatif antara tawakal dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy’ari di Keras, Diwek?

¹⁸ Bobi Januar Iskandar, “Sikap Tawakal dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada siswa Kelas XII Madrasah Aliyah di Kota Palembang”, *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2018, vol. 4, h. 17-26.

¹⁹ Denan Alifia, “Hubungan antara Husnuzan dan Kecemasan pada Mahasiswa” *Jurnal Psikologi Islam*, (2018), vol. 5, h. 69-74.

2. Apakah terdapat korelasi negatif antara husnuzan dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy'ari di Keras, Diwek?
3. Apakah terdapat korelasi negatif secara simultan (bersama-sama) antara tawakal, husnuzan dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy'ari di Keras, Diwek?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi negatif antara tawakal dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy'ari di Keras, Diwek.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi negatif antara husnuzan dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy'ari di Keras, Diwek.
3. Untuk mengetahui korelasi negatif secara simultan antara tawakal, husnuzan dan kecemasan karir pada siswa kelas XII MA Al Asy'ari di Keras, Diwek.

D. Manfaat Penelitian

Berikut adalah Manfaat penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai kajian untuk penelitian selanjutnya, baik dari segi teori, rasa tawakal, husnuzan, dan kecemasan karir, sehingga menambah khazanah keilmuan tasawuf dan psikoterapi. Serta siswa Madrasah Aliyah. Sehingga diharapkan nantinya akan semakin banyak dilakukan penelitian yang membahas variabel tersebut, dan dapat digunakan sebagai sumber rujukan atau literasi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan guna untuk menambah wawasan tentang rasa tawakal, husnuzan dan kecemasan karir. Khususnya dalam hal menghadapi persiapan masa depan dan pilihan karir, agar dapat mengurangi adanya kecemasan secara lebih efektif

b) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dikembangkan lebih dalam lagi supaya menjadi sebuah referensi yang relevan dan bermanfaat bagi penelitian selanjutnya.

c) Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai tingkat kecemasan karir yang dialami oleh siswa, sehingga lembaga dapat mengembangkan strategi pendampingan yang efektif dan tentunya sesuai dengan kebutuhan emosional serta spiritual siswa.

E. Penelitian Terdahulu

1. Jurnal: Pada penelitian yang dilakukan oleh oleh Ningsih, Wijayanti., Igaa, Noviekayati., Amherstia, Pasca, Rina pada tahun 2023, dengan judul “Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peran orientasi masa depan?” yang memiliki tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara orientasi masa depan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir pada mahasiswa tingkat akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pendekatan

dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif teknik korelasi non parametrik dan diperoleh nilai $r_{xy} = -0,269$ dengan $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Artinya, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.²⁰

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel yang dikaji, yaitu kecemasan menghadapi dunia kerja, serta pada pendekatan yang digunakan, yakni metode kuantitatif korelasional. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian, dimana pada penelitian terdahulu subjek yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir, sedangkan dalam penelitian ini, subjeknya adalah siswa kelas XII.

2. Jurnal: Pada penelitian yang dilakukan oleh Bobi Januar Iskandar, Muhammad Noupal dan Kiki Cahaya Setiawan dengan judul “Sikap tawakal dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa kelas XII Madrasah Aliyah Kota Palembang” pada tahun 2018, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif analisis *pearson product moment*. Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan antara sikap tawakal dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. Hasil penelitian adalah $r = -0,596$; $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara sikap tawakal dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII.²¹

²⁰ Ni Luh Gede Ira Wijayanti, dkk, “Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peran Orientasi Masa Depan?”, *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, (2022), vol. 3 No. 2, h. 132-142.

²¹ Bobi Januar, dkk, “Sikap Tawakal dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Kelas XII Madrasah Aliyah di Kota Palembang”, *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, (Vol. 4, 2018), h. 17-26.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah terletak pada variabel yang dikaji, yaitu kecemasan, serta pada subjek penelitian, yaitu siswa. Adapun perbedaan antara penelitian ini dan penelitian terdahulu terdapat pada variabel kedua, yakni dalam penelitian terdahulu variabel yang diteliti adalah Ujian Nasional, sedangkan dalam penelitian ini variabel yang dikaji adalah kecemasan karir.

3. Jurnal: Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wan Mariah, Yusmami, dan Rizky Andana Pohan dengan judul “Analisis Tingkat kecemasan Karir Siswa” pada tahun 2022, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data dengan kuesioner. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat kecemasan karir yang terjadi pada siswa kelas X dan XII SMA Negeri 1 Seruwai Aceh. Hasil penelitian yang dilakukan adalah menunjukkan secara keseluruhan rata-rata nilai 41,01 yang diperoleh 68,01% sehingga menunjukkan bahwa kecemasan karir secara keseluruhan berada pada kategori tinggi.²²

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel kecemasan, metode penelitian kuantitatif dan subjek penelitiannya berupa siswa. Adapun perbedaan antara penelitian terdahulu dan penelitian ini terletak pada tujuan, variabel tambahan, dan metode analisis. Penelitian terdahulu bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan karir siswa dan menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sedangkan penelitian ini tidak hanya mengukur tingkat kecemasan karir, tetapi juga mengukur korelasi antara tingkat kecemasan karir dan variabel tawakal.

²² Wan Mariah, dkk, "Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa", *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, (2020), Vol. 7, h. 60-69.

Selain itu metode yang digunakan adalah metode analisis korelasional, sehingga bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel.

4. Jurnal: Pada penelitian yang dilakukan oleh Refi Efrida, Andhita Dyorita Kh., S.Psi., M.Psi., Psikolog yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK” pada tahun 2022, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dan teknik yang digunakan adalah *random sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa SMK. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan kecemasan dengan memperoleh taraf signifikan $0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan, yang diasumsikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan karir yang dialami.²³

Persamaan antara penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terletak pada metode penelitian yang keduanya menggunakan metode kuantitatif korelasional. Selain itu, penelitian kedua penelitian ini meneliti variabel kecemasan karir pada siswa dan menggunakan siswa sebagai subjek penelitian. Perbedaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu ada pada variabel tambahan yang dikaji. Pada penelitian ini, variabel tambahan adalah tawakal sedangkan penelitian terdahulu variabel yang dikaji adalah dukungan sosial.

²³ Refi Efrida, “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK”, *Proyeksi*, (2022), Vol. 17, h. 29-40.

5. Skripsi: Pada penelitian yang dilakukan oleh Rizky Nawwar Aqilah, dengan judul “Pengaruh Konsep Diri, Tawakal, dan Faktor Demografis terhadap Kecemasan Menghadapi Pengangguran pada *Fresh Graduate*”, pada tahun 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari pengaruh konsep diri (pengetahuan diri, harapan diri, penilaian diri), tawakal (keyakinan kuasa Allah, tidak khawatir, beribadah), dan faktor demografis (jenis kelamin dan masa tunggu mencari kerja) terhadap kecemasan pengangguran pada *fresh graduate*. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan data menggunakan *non-probability sampling*. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan konsep diri, tawakal, dan faktor demografis dalam kecemasan pengangguran pada *fresh graduate*, yaitu sebesar 24.7%. Adapun variabel yang secara signifikan berpengaruh adalah pengetahuan diri dan penilaian diri pada variabel konsep diri. Pada variabel tawakal dimensi yang signifikan berpengaruh adalah dimensi keyakinan atas kuasa Allah dan yang terakhir adalah dimensi jenis kelamin dalam variabel faktor geografis.²⁴

Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel yang dikaji, yaitu tawakal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terdapat pada variabel kedua yang diteliti, pada penelitian terdahulu variabel yang diteliti adalah *quarter life crisis*, sedangkan dalam penelitian ini, variabel yang dikaji adalah kecemasan karir. Selain itu, terdapat perbedaan pada subjek penelitian, pada penelitian

²⁴ Rizky Nawwar A, “Pengaruh Konsep Diri, Tawakal, dan Faktor Demografis terhadap Kecemasan Menghadapi Pengangguran Pada *Fresh Graduate*”, Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah, (2021).

terdahulu meneliti alumni mahasiswa, sedangkan penelitian ini, subjeknya adalah siswa kelas XII. Metode penelitian yang digunakan juga berbeda, yaitu metode kualitatif pada penelitian terdahulu, dan metode kuantitatif korelasional pada penelitian ini.

6. Jurnal: Pada penelitian yang dilakukan oleh Agus Mulyana dengan judul “Tawakal dan Kecemasan Mahasiswa pada Mata Kuliah Praktikum” pada tahun 2015, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengumpulan data dengan angket. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tawakal dan kecemasan pada mahasiswa pada mata kuliah praktikum. Hasil penelitian menunjukkan dari 32 subjek, diperoleh 4 orang mengalami kecemasan tinggi, 18 orang tawakal tinggi dan kecemasan sedang, 6 orang tawakal tinggi dengan kecemasan rendah, dan 1 orang tawakal sedang dan kecemasan tinggi, 3 mahasiswa tawakal dan kecemasan sedang.²⁵

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabel yakni tawakal dan kecemasan, selain itu juga terletak pada metode penelitian yaitu kuantitatif. Adapun perbedaan penelitian saat ini dan terdahulu ada pada subjek penelitian, yakni pada penelitian saat ini subjeknya siswa kelas XII dan penelitian terdahulu subjeknya mahasiswa. Selain itu, pada penelitian ini tidak hanya mengukur tawakal dan kecemasan, namun juga mengukur tingkat husnuzan.

7. Jurnal: Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sri Andri Astuti dengan judul “Pengaruh Sikap Tawakal terhadap Kestabilan Emosi Siswa

²⁵ Agus Mulyana, “Tawakal dan Kecemasan Mahasiswa pada Mata Kuliah Praktikum”, *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, (2015), Vol. 2, h. 17-24.

Madrasah Aliyah Negeri 1 Metro” pada tahun 2018, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh sikap tawakal terhadap kestabilan emosi siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan angket. Hasil dari penelitian ini diperoleh $r_{hitung} = 0,676 > r_{tabel} = 2,29$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh sikap tawakal terhadap kestabilan emosi siswa.²⁶

Persamaan penelitian saat ini dan penelitian terdahulu adalah pada variabel tawakal, subjek penelitian berupa siswa, dan metode penelitian kuantitatif. Adapun perbedaannya terletak pada variabel dependennya yakni kestabilan emosi, selain itu perbedaan juga terdapat pada tujuan penelitian, pada penelitian saat ini bertujuan untuk mengetahui hubungan, sedangkan penelitian sebelumnya bertujuan untuk melihat pengaruh.

8. Jurnal: Pada penelitian yang dilakukan oleh Denan Alifia, Diandra Aryandari, dan Masyita Purwadi dengan judul “Hubungan Antara Husnuzan dan Kecemasan Pada Mahasiswa” pada tahun 2018, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara husnuzan dan kecemasan terhadap mahasiswa FPSB Universitas Islam Indonesia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengumpulan data dengan angket/kuesioner. Hasil penelitian ini diperoleh korelasi dengan $r = -0,334$ dan signifikansi sebesar $P = 0,018$ ($P < 0,01$) yang berarti terdapat korelasi negatif antara husnuzan dan kecemasan, dimana

²⁶ Sri Andri Astuti, “Pengaruh Sikap Tawakal terhadap Kestabilan Emosi Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Metro”, *Jurnal At-Tajdid*, (2018), vol. 02, h. 3-15.

semakin tinggi husnuzan maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya.²⁷

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel husnuzan dan kecemasan, serta pada metode penelitian dan tujuan penelitian. Sedangkan, perbedaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu adalah pada subjek penelitian, yakni pada penelitian saat ini subjek penelitian adalah siswa, dan pada penelitian terdahulu subjek penelitian adalah mahasiswa.

9. Jurnal: pada penelitian yang dilakukan oleh Marsya agnita, Shabrina Luthfiyati, Sitti 'Aisyah dengan judul “Hubungan Antara Husnuzan dan Ketenangan Hati pada Gen Z Menurut Perspektif Islam” pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara husnuzan dan ketenangan hati pada gen Z. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data dengan kuesioner. Hasil dari penelitian ini menunjukkan $r = 0,704$; $n = 75$; $p < 0,01$ yang berarti H_a diterima. Sehingga hasilnya adalah variabel berarah positif, yakni semakin tinggi seseorang husnuzan maka akan semakin tinggi pula tingkat ketenangan hati yang dirasakan.²⁸

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terdapat pada variabel husnuzan dan metode penelitian yang berupa kuantitatif korelasi. Sedangkan perbedaan penelitian terdapat pada variabel dependen dan subjek penelitian.

²⁷ Denan dkk, “Hubungan Antara Husnuzan dan Kecemasan Pada Mahasiswa”, *Jurnal Psikologi Islam*, (2018), vol. 5, h. 69-74.

²⁸ Marsya dkk, “Hubungan Antara Husnuzan dan Ketenangan Hati pada Gen Z Menurut Perspektif Islam”, *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, (2024), Vol. 1, h. 1-10.

10. Skripsi: Pada penelitian yang dilakukan oleh Putri Cahyani dengan judul “Pengaruh efikasi diri, husnuzan, dan dukungan sosial terhadap Kecemasan Masa Depan pada Mahasiswa UIN Jakarta” pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri, husnuzan, dan dukungan sosial terhadap kecemasan masa depan pada mahasiswa UIN Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan kuantitatif dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari efikasi diri, husnuzan, dan dukungan sosial terhadap kecemasan masa depan sebesar 39,8%.²⁹

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel husnuzan dan kecemasan masa depan, selain itu perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan tujuan penelitian.

F. Definisi Operasional

1. Kecemasan Karir

Kecemasan karir adalah perasaan takut, khawatir, dan rasa tidak percaya diri terhadap kemampuan seseorang dalam mencapai tujuan karirnya. Kecemasan ini dapat muncul akibat ketidakpastian masa depan, persaingan kerja, kurangnya kepercayaan diri, atau tekanan untuk memenuhi ekspektasi tertentu.

2. Tawakal

Tawakal adalah sifat dan sikap menyandarkan diri kepada Allah SWT, dalam perkara menghadapi berbagai kesulitan. Tawakal bukan hanya sekedar pasrah dan berserah, namun juga merupakan hasil dari keyakinan

²⁹ Putri Cahyani, “Pengaruh efikasi diri, husnuzan, dan dukungan sosial terhadap Kecemasan Masa Depan pada Mahasiswa UIN Jakarta”, Skripsi, Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2024.

kepada Allah yang melibatkan penyerahan segala urusan, ikhtiar atau usaha yang dilakukan secara maksimal.

3. Husnuzan

Husnuzan adalah berpikir positif yang bebas dari kerumitan, prasangka buruk, dan emosi negatif. Husnuzan mampu mengubah pandangan hidup seseorang dengan selalu berbaik sangka terhadap keputusan Allah. Sehingga mendatangkan kebahagiaan dan kebaikan, menjadikan seseorang menyadari bahwa hidupnya adalah suatu hal yang indah dan menyenangkan dengan didasari oleh emosi yang positif kepada Allah.