

**PERAN *SELF DETERMINATION* DAN *OPTIMISM*  
TERHADAP *SELF EFFICACY* PADA *FRESH*  
*GRADUATE* YANG SEDANG MENCARI PEKERJAAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai persyaratan gelar**

**Sarjana Psikologi**

**OLEH:**

**FITRIYANI MARDHATILLAH**

**04041381924043**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDERALAYA**

**2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**PERAN *SELF DETERMINATION* DAN *OPTIMISM***  
**TERHADAP *SELF EFFICACY* PADA *FRESH GRADUATE***  
**YANG SEDANG MENCARI PEKERJAAN**

**SKRIPSI**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**FITRIYANI MARDHATILLAH**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 17 Februari 2023

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I



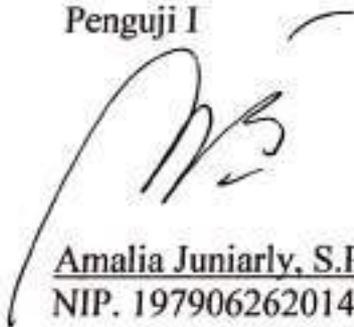
Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198703192019032010

Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Penguji I



Amalia Juniarty, S.Psi., M.A., Psikolog  
NIP. 197906262014062201

Penguji II



Angeline Hosana Z. T., S.Psi., M.Psi  
NIP. 198704152018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar sarjana  
Tanggal, 17 Februari 2023



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

## LEMBAR PERSETUJUAN

### UJIAN SKRIPSI

Nama : Fitriyani Mardhatillah  
NIM : 04041381924043  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Kedokteran  
Judul Proposal Penelitian : Peran *Self Determination* dan *Optimism* terhadap *Self Efficacy* Pada *Fresh Graduate* yang Sedang Mencari Pekerjaan

Indralaya, 17 Februari 2023

Menyetujui,

Pembimbing I



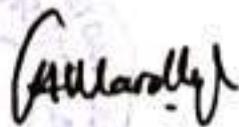
Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198703192019032010

Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Mengetahui,  
Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, *Fitriyani Mardhatillah*, dengan disaksikan oleh tim dosen penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi persyaratan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Inderalaya, 17 Februari 2023

Yang Menyatakan,



Fitriyani Mardhatillah  
NIM. 04041381924043

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT, yang memberikan keberkahan dan nikmat kasih sayangnya.
2. Diri sendiri, terimakasih telah kuat dan sabar melewati berbagai rintangan selama proses pengerjaan skripsi ini walaupun penuh dengan tawa dan air mata, tetapi saya bangga dan berterimakasih karena telah kuat melewati semua ini dengan hebat.
3. Terimakasih papa, mama dan adik-adikku Puput dan Tia yang selalu memberikkan dukungan dan canda tawa tiada henti, sehingga mampu membuat saya lebih kuat dan yakin bahwa bisa melewati skripsi ini dengan baik. Terimakasih atas doa-doa yang telah kalian berikan sepanjang waktu, tanpa doa kalian semua tidak mungkin saya bisa melewati skripsi ini dengan kuat dan sabar. Semoga dengan selesainya skripsi ini, dapat menjadi bukti bahwa orang tua saya telah berhasil menyekolahkan anaknya hingga mendapatkan gelar sarjana.
4. Saudara, sahabat hingga teman seperjuangan saya. Terimakasih saya ucapkan kepada Dhanillo Djulian yang selalu membantu, menemani, *mensupport* dan mendengarkan keluh kesah saya selama ini. Terimakasih untuk sahabat-sahabat saya Mia, Ria, Shafa, Itot, Umi Fitri, Anisa, Deva, Dewi, Deaci dan Duwi yang selalu memberikan kekuatan, bantuan dan canda tawa hingga skripsi ini selesai. Terimakasih kepada kak Danila yang selalu *mensupport*, menguatkan dan membantu saya selalu selama proses pengerjaan skripsi ini.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-nyalah sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Peran *Self Determination* dan *Optimism* terhadap *Self Efficacy* pada *Fresh Graduate* yang Sedang Mencari Pekerjaan”**.

Dalam menyusun skripsi ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang peneliti alami, namun berkat dukungan, dorongan dan semangat dari orang terdekat, sehingga peneliti mampu menyelesaikannya dengan baik. Oleh karena itu peneliti pada kesempatan ini mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku ketua bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikolog Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing I dalam penyusunan skripsi yang mendukung, mendengarkan dan menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan serta pengarahan yang baik dan berguna.

6. Bapak Indra Prpto Nugroho, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing II dalam penyusunan skripsi yang membimbing dan memberikan arahan kepada peneliti.
7. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
8. Teman-teman kelas A dan Owlster Master yang sudah sama-sama berjuang dan selalu mengisi hari-hari selama perkuliahan ini menjadi penuh kenangan.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman. Meskipun demikian hal ini merupakan pengalaman yang sangat berharga untuk menuju yang lebih baik. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan dan pengembangan lebih lanjut. Akhir kata, semoga penelitian skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi tiap orang yang membaca.

Inderalaya, 17 Februari 2023

Fitriyani Mardhatillah  
NIM 04041381924043

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	2
1. Manfaat Teoritis .....	2
2. Manfaat Praktis.....	2
E. Keaslian Penelitian .....	3
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>21</b>
A. <i>Self Efficacy</i> .....	21
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	21
1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> .....	22
3. Dimensi <i>Self Efficacy</i> .....	23
B. <i>Self Determination</i> .....	24
1. Pengertian <i>Self Determination</i> .....	24

2.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Determination</i> .....	25
3.	Dimensi <i>Self Determination</i> .....	27
C.	<i>Optimism</i> .....	28
1.	Pengertian <i>Optimism</i> .....	28
2.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Optimism</i> .....	28
3.	Dimensi <i>Optimism</i> .....	30
D.	Peran <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> terhadap <i>Self Efficacy</i> .....	31
E.	Kerangka Berpikir .....	31
F.	Hipotesis .....	34
	<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>50</b>
A.	Identifikasi Variabel .....	50
B.	Definisi operasional Variabel .....	50
1.	<i>Self Efficacy</i> .....	50
2.	<i>Self Determination</i> .....	52
3.	<i>Optimism</i> .....	52
C.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	52
1.	Populasi Penelitian .....	53
2.	Sampel Penelitian .....	53
D.	Metode Pengumpulan Data .....	55
1.	Skala Psikologis .....	55
E.	Validitas dan Reliabilitas .....	58
1.	Validitas .....	58
2.	Reliabilitas .....	58
F.	Metode Analisis Data .....	59
1.	Uji Asumsi .....	59
2.	Uji Hipotesis .....	60
	<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>66</b>
A.	Orientasi Kancas Penelitian .....	66
B.	Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	69
1.	Persiapan Administrasi .....	69

2. Persiapan Alat Ukur .....	69
3. Pelaksanaan Penelitian .....	78
C. Hasil Penelitian.....	75
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	75
2. Deskripsi Data Penelitian .....	78
3. Uji Analisis Data Penelitian .....	79
D. Hasil Analisis Tambahan.....	96
1. Hasil Uji Beda <i>Self efficacy</i> , <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	96
2. Hasil Uji Beda <i>Self efficacy</i> , <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Berdasarkan Usia .....	97
3. Hasil Uji Beda <i>Self efficacy</i> , <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	83
4. Hasil Uji Beda <i>Self efficacy</i> , <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Berdasarkan Asal Perguruan Tinggi .....	100
5. Hasil Uji Beda <i>Self efficacy</i> , <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Berdasarkan IPK .....	85
6. Sumbangan Efektif .....	85
7. Uji Mean <i>Self Efficacy</i> .....	86
8. Uji Mean <i>Self Determination</i> .....	87
9. Uji Mean <i>Optimism</i> .....	87
E. Pembahasan .....	87
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>117</b>
A. Kesimpulan.....	117
B. Saran.....	117
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>121</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>135</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	48
------------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Aitem Skala Penelitian.....	56
Tabel 3.2 Tabel Item Perencanaan Skala <i>Self Efficacy</i> .....	56
Tabel 3.3 Tabel Item Perencanaan Skala <i>Self Determination</i> .....	57
Tabel 3.4 Tabel Item Perencanaan Skala <i>Optimism</i> .....	58
Tabel 4.1 Distribusi Skala <i>Self Efficacy</i> Aitem Valid dan Tidak Valid .....	72
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran baru Skala <i>Self Efficacy</i> .....	73
Tabel 4.3 Distribusi Skala <i>Self Determination</i> Aitem Valid dan Tidak Valid .....	70
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran baru Skala <i>Self Determination</i> .....	71
Tabel 4.5 Distribusi Skala <i>Optimism</i> Aitem Valid dan Tidak Valid.....	77
Tabel 4.6 Distribusi Penomoran baru Skala <i>Optimism</i> .....	78
Tabel 4.7 Penyebaran Skala <i>Try Out</i> .....	74
Tabel 4.8 Penyebaran Skala Penelitian.....	75
Tabel 4.9 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....	76
Tabel 4.10 Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	76
Tabel 4.11 Deskripsi Domisili Subjek Penelitian .....	85
Tabel 4.12 Deskripsi Pendidikan Terakhir.....	85
Tabel 4.13 Deskripsi Asal Perguruan Tinggi Subjek Penelitian .....	85
Tabel 4.14 Deskripsi IPK Subjek Penelitian .....	86
Tabel 4.15 Data Deskriptif Subjek Penelitian .....	86
Tabel 4.16 Formulasi Kategorisasi .....	87
Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi <i>Self Efficacy</i> Subjek Penelitian .....	87
Tabel 4.18 Deskripsi Kategorisasi <i>Self Determination</i> Subjek Penelitian.....	88

Tabel 4.19 Deskripsi Kategorisasi <i>Optimism</i> Subjek Penelitian .....	88
Tabel 4.20 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	79
Tabel 4.21 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian .....	80
Tabel 4.22 Hasil Uji Multikolinearitas Variabel Penelitian .....	80
Tabel 4.23 Hasil Uji Heteroskedastisitas Variabel Penelitian.....	81
Tabel 4.24 Hasil Uji Hipotesis .....	81
Tabel 4.25 Hasil Uji Hipotesis Minor <sub>1</sub> .....	95
Tabel 4.26 Hasil Uji Hipotesis Minor <sub>2</sub> .....	95
Tabel 4.27 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin .....	96
Tabel 4.28 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek Penelitian.....	98
Tabel 4.29 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Pendidikan Terakhir .....	99
Tabel 4.30 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Perguruan Tinggi.....	84
Tabel 4.31 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan IPK Subjek Penelitian .....	85
Tabel 4.32 Deskripsi Data Sumbangan Efektif <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism Terhadap Self Efficacy</i> .....	85
Tabel 4.33 Deskripsi Sumbangan Efektif <i>Self Determination</i> dan <i>Optimism</i> Terhadap <i>Self Efficacy</i> .....	86
Tabel 4.34 Hasil Uji <i>Mean Self Efficacy</i> .....	86
Tabel 4.35 Hasil Uji <i>Mean Self Determination</i> .....	87
Tabel 4.36 Hasil Uji <i>Mean Optimism</i> .....	87

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>LAMPIRAN A</b> .....	<b>134</b>
<b>LAMPIRAN B</b> .....	<b>149</b>
<b>LAMPIRAN C</b> .....	<b>159</b>
<b>LAMPIRAN D</b> .....	<b>193</b>
<b>LAMPIRAN E</b> .....	<b>200</b>
<b>LAMPIRAN F</b> .....	<b>202</b>
<b>LAMPIRAN G</b> .....	<b>202</b>

**PERAN *SELF DETERMINATION* DAN *OPTIMISM* TERHADAP *SELF EFFICACY* PADA *FRESH GRADUATE* YANG SEDANG Mencari PEKERJAAN.**

**Fitriyani Mardhatillah<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy*.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden dalam penelitian sebanyak 158 responden *fresh graduate* yang telah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi tidak lebih dari enam bulan, berusia 20-25 tahun, belum memiliki pengalaman kerja dan sedang mencari pekerjaan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *self determination* yang mengacu pada dimensi Ryan dan Deci (2017), skala *optimism* mengacu pada dimensi Seligman (2006) dan skala *self efficacy* mengacu pada dimensi Bandura (1997). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *multiple regression*.

Hasil analisis menunjukkan hasil bahwa nilai *R square* antara *self determination* dan *optimism* secara bersamaan terhadap *self efficacy* sebesar 0,627, nilai *F* sebesar 130,429 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *self determination* dan *optimism* memiliki peran yang signifikan terhadap *self efficacy*, dengan demikian hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.

**Kata Kunci : *Self Determination, Optimism, Self Efficacy***

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

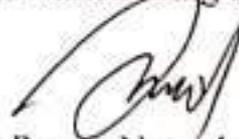
<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Mengetahui,  
Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

# THE ROLE OF SELF DETERMINATION AND OPTIMISM ON SELF EFFICACY OF FRESH GRADUATE LOOKING FOR JOB

Fitriyani Mardhatillah<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>

## ABSTRACT

The study aims to determine the role of self determination and optimism on self efficacy in fresh graduates who are looking for work. The hypothesis in this study is that there is a role for self determination and optimism for self efficacy.

The research was conducted using a quantitative method with the number of respondents in the study as many as 158 fresh graduates who has completed their education in tertiary institutions for no more than six months, aged 20-25 years, had no work experience and were looking for work. The sampling technique used was purposive sampling. The measurement tool used is the self determination scale which refers to the Ryan and Deci dimension (2017), the optimism scale refers to the Seligman dimension (2006) and the self efficacy scale refers to the Bandura dimension (1997). Data analysis in this study was carried out using multiple regression techniques.

The results of the analysis show that the R square value between self determination and optimism simultaneously on self efficacy is 0.527, the F value is 130.429 and a significance value is 0,000 ( $p < 0,005$ ). This shows that self determination and optimism have a significant role in self efficacy, thus the hypothesis put forward in this study can be accepted.

**Keywords:** Self determination, Optimism, Self Efficacy

<sup>1</sup>Student at Psychology Department of Medical Facult, Sriwijaya University

<sup>2</sup>Lecture at Psychology Department of Medical Facult, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



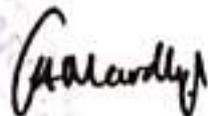
Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Mengetahui,  
Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Lulusan baru atau *fresh graduate* yang telah menyelesaikan pendidikannya berarti telah memasuki fase kehidupan yang sebenarnya dimana mereka akan dihadapkan dengan berbagai permasalahan dalam dunia kerja seperti ketatnya persaingan di dunia kerja (Firmansyah, Dwi & Saifudin, 2022). Lulusan baru atau *fresh graduate* yang telah menyelesaikan pendidikannya dan lulus dari bangku perkuliahan akan membutuhkan dan mencari informasi mengenai pekerjaan (Nabila & Irhandayaningsih, 2022). Selain itu, *fresh graduate* juga dituntut untuk mendapatkan pekerjaan di tengah persaingan yang sangat ketat dan mengharuskan mereka berkompetisi tidak hanya dengan sesama *fresh graduate*, tetapi juga dengan para pencari kerja yang sudah berpengalaman yang pada akhirnya mendapatkan pekerjaan merupakan suatu hal yang sulit (Nastiti, Koroy, Rusvitawati, Krismanti & Hermaniar, 2021).

Permasalahan yang biasanya akan dihadapi oleh *fresh graduate* seperti saat memasuki dunia pekerjaan *fresh graduate* dihadapkan dengan kenyataan bahwa lulusan baru tetap akan berkompetisi dengan pencari kerja lainnya (Noviyanti, 2021). *Fresh graduate* juga mengalami kegelisahan dalam menentukan karir dan apa yang akan mereka lakukan setelah mendapatkan karir (Novitasari, 2019). *Fresh graduate* juga merasa kurang *soft skill*, kurang

informasi mengenai pekerjaan, dan kurang percaya dengan kemampuan yang dimilikinya (Nurjanah, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Monica (2018) didapatkan hasil bahwa *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan masih merasa ragu dan tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. *Fresh graduate* juga masih merasa bahwa dirinya masih belum memiliki kemampuan yang sesuai dengan yang diinginkan oleh perusahaan, merasa belum memiliki kemampuan yang cukup dalam mencari pekerjaan, tidak memiliki pengalaman kerja, dan merasa bingung apakah *skill* dan kemampuan yang dimiliki sudah sesuai dengan yang dibutuhkan di dunia kerja.

Hal yang sama disampaikan oleh Zwagery (2020) dari hasil studi yang dilakukannya kepada dua orang perwakilan *fresh graduate* dan didapatkan hasil bahwa mereka merasa ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, apalagi ditambah dengan lapangan pekerjaan saat ini semakin sedikit tetapi jumlah pesaing kerja semakin meningkat. Dijelaskan lebih lanjut oleh Zwagery (2020) bahwa *self efficacy* yang rendah disebabkan karena individu merasa orang lain memiliki kemampuan yang lebih banyak dibandingkan dirinya dan belum memiliki pengalaman kerja. Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa terdapat permasalahan *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya.

Menurut Bandura (1997) *self efficacy* merupakan keyakinan atau penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan yang dipandang memiliki dampak pada kehidupan. *Self efficacy* terdiri

dari tiga dimensi yaitu *level* (tingkatan), *generality* (generalisasi) dan *strength* (kekuatan). Rendahnya *self efficacy* yang dimiliki orang individu diasumsikan dengan rendahnya kemampuan seseorang dalam mengontrol perilaku atau kemampuan dalam mencapai target yang diinginkan (Lestari, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Develos-Sacdalan dan Bozkus (2018) didapatkan hasil bahwa *self-determination* merupakan hal penting yang dapat meningkatkan *self efficacy* pada diri seseorang. *Self determination* merupakan dorongan yang dimiliki individu untuk mampu bertindak sesuai dengan kemauannya sendiri dan merasa dirinya lah yang dapat menentukan nasib kedepannya (Ryan & Deci 2017). *Self-determination* terdiri dari tiga dimensi yaitu *autonomy*, *relatedness* dan *competence*.

Seseorang dengan determinasi diri yang tinggi memiliki kompetensi yang baik dalam memilih karir dan memiliki hubungan baik dengan orang lain, sedangkan seseorang yang memiliki determinasi diri yang rendah merasa kesulitan dalam menentukan karirnya (Dharmasatya & Wilani, 2020). Terdapat faktor lain yang juga dapat mempengaruhi *self efficacy*, salah satunya yaitu *optimism*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Adityawarman (2019) didapatkan bahwa optimisme berpengaruh signifikan terhadap efikasi diri individu.

*Optimism* diartikan sebagai keyakinan individu bahwa peristiwa buruk hanya sebagai kemunduran atau kekalahan sementara dan individu tersebut yakin bahwa peristiwa buruk itu bukan sepenuhnya disebabkan oleh dirinya melainkan oleh orang lain, lingkungan maupun nasib buruk yang kemudian ketika individu

dihadapkan pada peristiwa buruk individu menganggapnya sebagai tantangan dan berusaha lebih keras (Seligman, 2006). Menurut Seligman (2006), *optimism* terdiri dari tiga dimensi, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*.

Rasa optimisme yang tinggi juga mampu membuat individu merasa lebih yakin dengan kemampuan dirinya dan dapat membuat ia lebih percaya diri dan yakin dapat berusaha lebih maksimal untuk mendapatkan pekerjaan (Hariyati & Dewi, 2021). Dijelaskan lebih lanjut oleh Hariyati dan Dewi (2021) lulusan baru yang optimis mempunyai keinginan serta pandangan baik yang dapat membuat individu lebih fokus dalam menyelesaikan masalah, yakin akan mendapatkan pekerjaan dan dapat meminimalisir diri dari pikiran-pikiran negatif.

Dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti “Peran *self-determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan sebagai berikut

1. Apakah ada peran *self determination* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan?
2. Apakah ada peran *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan?
3. Apakah ada peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dari penjelasan diatas, maka tujuan yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui peran *self determination* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.
2. Untuk mengetahui peran *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.
3. Untuk mengetahui peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat menjadi sumbangsih yang berguna bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya terkait dengan psikologi sosial dan psikologi positif.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan-masukan praktis:

##### **a. Bagi Responden penelitian**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat maupun informasi bagi orang-orang *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan mengenai pentingnya *self determination* dan *optimism* untuk meningkatkan *self efficacy*.

### **b. Bagi Perguruan Tinggi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi-informasi mengenai *self efficacy*, *self determination* maupun *optimism* pada pihak perguruan tinggi agar lebih mampu memfasilitasi para mahasiswa maupun mahasiswi dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja.

### **E. Keaslian Penelitian**

Terdapat beberapa penelitian mengenai *self determination*, *optimism* dan *self efficacy*. Penelitian tersebut dijabarkan sebagai berikut.

Penelitian pertama yang dilakukan oleh Nina Zulida Situmorang (2017) dengan judul “Kesejahteraan Subjektif Perempuan Pemimpin Ditinjau dari Peran Optimisme dan Efikasi diri”. Penelitian tersebut bertujuan untuk menguji peran optimisme dan efikasi diri terhadap kesejahteraan subjektif perempuan pemimpin. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 87 subjek perempuan pemimpin di DI Yogyakarta. Variabel yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu variabel terikat kesejahteraan subjektif dan variabel bebas optimisme dan efikasi diri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat korelasi positif antara optimisme dan efikasi diri terhadap kesejahteraan subjektif perempuan pemimpin.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Nina Zulida Situmorang (2017) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas, variabel terikat dan subjek penelitian. Penelitian tersebut menggunakan dua variabel bebas yaitu optimisme dan efikasi diri, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self*

*determination* dan *optimism*. Perbedaan selanjutnya terletak pada variabel terikat. Penelitian tersebut menggunakan variabel terikat kesejahteraan subjektif, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel terikat *self efficacy*. Perbedaan terakhir terletak pada subjek. Subjek dalam penelitian tersebut adalah perempuan pekerja yang memimpin dalam suatu unit kerja yang tinggal di Yogyakarta dan berusia 26 hingga 56 tahun. Sedangkan penelitian ini memakai responden lulusan baru yang mencari pekerjaan.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Lara, Vázquez, Ogallar, dan Godoy-Izquierdo (2020) dengan judul “*Optimism and social support moderate the indirect relationship between self-efficacy and happiness through mental health in the elderly*”. Penelitian tersebut bertujuan untuk menjelaskan pengaruh dari *optimism*, *self-efficacy* dan *social support* pada *happiness* di usia tua. Penelitian tersebut melibatkan 154 subjek dengan rentang usia 65-96 untuk wanita dan 65-91 untuk pria. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah *optimism*, *self-efficacy* dan *social support*. Sedangkan variabel terikat menggunakan *happiness*. Hasil yang didapatkan yaitu terdapat pengaruh *self-efficacy* melalui kesehatan mental yang dirasakan dan dimoderasi oleh *social support* dan *optimism* yang dapat memprediksi *happiness*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Lara, Vázquez, Ogallar, dan Godoy-Izquierdo (2020) dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel dan subjek. Penelitian tersebut menggunakan variabel bebas *optimism*, *self-efficacy* dan *social support* dan variabel terikat yaitu *happiness*. Sedangkan pada penelitian ini akan menggunakan variabel bebas yaitu *self-determination* dan

*optimism*, dan variabel terikat menggunakan *self-efficacy*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Dalam penelitian tersebut menggunakan subjek usia tua atau lansia dengan rentang usia 65-96 pada wanita dan 65-91 pada pria. Sedangkan pada penelitian ini peneliti akan menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian ketiga oleh Merida, Rifayanti, dan Putri (2021) dengan judul “Efikasi diri dengan kesiapan kerja pada dewasa awal di kota samarinda”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kesiapan kerja pada dewasa awal di kota samarinda. Penelitian tersebut melibatkan 3.461 orang pencari kerja di samarinda. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kesiapan kerja dan variabel bebas menggunakan efikasi diri. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan kesiapan kerja.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Merida, Rifayanti, dan Putri (2021) terletak pada variabel dan subjek. Penelitian tersebut menggunakan variabel terikat yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kesiapan kerja dan variabel bebas menggunakan efikasi diri. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan variabel terikat *self-efficacy* dan variabel bebas yaitu *self-determination* dan *optimism*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek pencari kerja di kota samarinda. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian keempat yang dilakukan oleh Develos-Sacdalan dan Bozkus (2018) dengan judul “*The mediator role of resilience between self-determination and self-efficacy*”. Penelitian tersebut bertujuan untuk menguji model *structural* yang mengasumsikan *resilience* sebagai mediator potensial dari hubungan antara *self-determination* dan *self-efficacy*. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 59.458 mahasiswa dari universitas yang terdaftar di Filipina dengan rentang akademik 2016-2017. Variabel independe pada penelitian tersebut adalah *self-determination*, variabel mediator ialah *resilience* dan variabel terikat yaitu *self-efficacy*. Berdasarkan penelitian tersebut didapatkan bahwa *self-determination* dapat meningkatkan *self-efficacy* yang dimediasi oleh *resilience*.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek. Penelitian tersebut menggunakan variabel Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu *self-determination*, variabel mediator yaitu *resilience* dan variabel terikat yaitu *self-efficacy*. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self-determination* dan *optimism*, dan variabel terikat menggunakan *self-efficacy*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek mahasiswa di Filipina dengan tahun akademik 2016-2017. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian kelima yang dilakukan oleh Mpondo, Ruitter, van den Borne, dan Reddy (2015) dengan judul “*self-determination and gender-power relations as predictors of condom use self-efficacy among South African women*”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengidentifikasi *korelasi self-efficacy*

pengguna kondom menggunakan konsep dari *self-determinations* dan *gender-power*. Penelitian tersebut melibatkan 238 subjek berjenis kelamin wanita dengan usia antara 18-35 tahun. Variabel terikat yang digunakan adalah *self-efficacy*, variabel bebas yaitu *self determination* dan *gender-power*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa *gender-power* berhubungan positif dengan *self-efficacy*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Mpondo, Ruitter, van den Borne, dan Reddy (2015) dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas dan subjek. Pada penelitian tersebut menggunakan variabel bebas *gender-power*, sedangkan dalam penelitian ini akan menggunakan variabel *optimism*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek wanita dengan usia 18-35 tahun. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian keenam dilakukan oleh Leli Nailul Muna (2015) dengan judul “Pengaruh peran ayah (*fathering*) terhadap determinasi diri (*self-determination*) remaja”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah peran ayah (*fathering*) berpengaruh terhadap determinasi diri (*self-determination*) pada remaja di kelas X di SMAN 3 Malang. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 108 orang dengan 54 orang laki-laki dan 54 perempuan di kelas X SMAN 3 Malang. Variabel bebas yang digunakan adalah peran ayah (*fathering*), variabel terikatnya adalah determinasi diri (*self-determination*). Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara peran ayah dengan determinasi diri.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Leli Nailul Muna (2015) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat, serta pada subjek. Dalam penelitian tersebut variabel bebas yang digunakan adalah peran ayah (*fathering*), variabel terikatnya adalah determinasi diri (*self-determination*). Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self-determination* dan *optimism* serta variabel terikat yaitu *self-efficacy*. Perbedaan selanjutnya pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek remaja kelas X di SMAN 3 Malang, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian ketujuh yang dilakukan oleh Dionigi, Casu, dan Gremigni (2020) dengan judul “*Associations of Self-Efficacy, Optimism, and Empathy with Psychological Health in Healthcare Volunteers*”. Penelitian tersebut bertujuan untuk menguji apakah *self-efficacy* dan *optimism* berhubungan positif dengan *psychological health* pada sukarelawan dan apakah *emphaty* juga berhubungan dengan *psychological health* dan *psychological subjektif*. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 160 dokter yang menjadi sukarelawan di berbagai rumah sakit. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah *psychological health* and *psychological subjektif*, sedangkan variabel bebas menggunakan *self-efficacy*, *optimism* dan *empathy*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa *self-efficacy* dan *optimism* berhubungan dengan *psychology health* dan *empathy*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Dionigi, Casu, dan Gremigni (2020) dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek. Variabel terikat

yang digunakan dalam penelitian ini adalah *psychological health* and *psychological subjektif*, sedangkan variabel bebas menggunakan *self-efficacy*, *optimism* dan *empathy*. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self-determination* dan *optimism* serta variabel terikat yaitu *self-efficacy* yang hanya mempunyai kesamaan pada salah satu variabel bebas yaitu *optimism*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek dokter sukarelawan yang bekerja di rumah sakit, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan responden lulusan baru yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian kedelapan yang dilakukan oleh Koç dan Pepe (2018) dengan judul “*The investigation of the relationship between happiness levels of the faculty of sports sciences and the levels of life satisfaction and optimism*”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat *happiness* mahasiswa dengan tingkat *life satisfaction* dan *optimism*. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 318 mahasiswa baru, mahasiswa tahun kedua, junior dan senior dari departemen pendidikan jasmani dan olahraga, pendidikan kepelatihan, manajemen olahraga dan pendidikan rekreasi fakultas ilmu keolahragaan Universitas Erciyes, Turki. Variabel independen dalam penelitian tersebut ialah *happiness*, sedangkan variabel dependen ialah *life satisfaction* dan *optimism*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa *happiness* ditemukan memiliki hubungan positif dengan tingkat tinggi dengan *life satisfaction* dan *optimism*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Koc dan Pepe (2018) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas, variabel terikat dan subjek. Dalam penelitian tersebut menggunakan variabel bebas *happiness* dan variabel terikat yaitu *life satisfaction* dan *optimism*. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self-determination* dan *optimism* serta variabel terikat yaitu *self-efficacy*. Dari hal tersebut terlihat bahwa variabel *optimism* yang digunakan berbeda. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek mahasiswa baru pada fakultas olahraga di universitas erciyes, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

Penelitian kesembilan yang dilakukan oleh Putri (2015) dengan judul “*self esteem* dan optimisme raih kesuksesan pada *fresh graduate* fakultas teknik universitas diponegoro”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan optimisme pada *fresh graduate* fakultas teknik universitas diponegoro. Penelitian tersebut melibatkan wisudawan periode 138 Fakultas Teknik Fakultas di Universitas Diponegoro yang berjumlah 193 orang. Variabel bebas yang digunakan adalah *self esteem* dan variabel terikat menggunakan optimisme. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dengan optimisme mencapai kesuksesan karir pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel dan subjek. Pada penelitian tersebut menggunakan variabel bebas yang digunakan adalah *self esteem* dan variabel terikat menggunakan

optimisme. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas *self-determination* dan *optimism* serta variabel terikat yaitu *self-efficacy*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek wisudawan periode 138 Fakultas Teknik Fakultas di Universitas Diponegoro, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan subjek *fresh graduate*.

Penelitian kesepuluh yang dilakukan oleh Rizkyta Hariyati (2021) dengan judul “Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada *Fresh Graduate* Universitas Negeri Surabaya”. Penelitian tersebut bertujuan untuk memahami hubungan optimisme dengan *adversity quotient* pada *Fresh Graduate* Universitas Negeri Surabaya. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 212 mahasiswa Strata-1 Universitas Negeri Surabaya pada tahun 2019-2020 yang menyelesaikan pendidikan pada rentang 94-99. Variabel bebas yang digunakan adalah optimisme, sedangkan variabel terikat yaitu *adversity quotient*. Berlandaskan penelitian yang berhasil dilaksanakan didapatkan hasil bahwa optimisme merupakan bagian penting yang dapat meningkatkan *adversity quotient* pada lulusan baru sehingga dapat lebih gigih menghadapi tantangan dalam mendapatkan kerja.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek. Penelitian tersebut menggunakan variabel bebas yang digunakan adalah optimisme, sedangkan variabel terikat yaitu *adversity quotient*. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel independen *self-determination* dan *optimism* serta variabel dependen yaitu *self-efficacy*. Perbedaan

selanjutnya terletak pada subjek. Penelitian tersebut menggunakan subjek mahasiswa Strata-1 Universitas Negeri Surabaya pada tahun 2019-2020 yang menyelesaikan pendidikan pada rentang 94-99. Sedangkan dalam penelitian ini akan menggunakan subjek *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya seperti perbedaan pada variabel bebas, terikat dan subjek penelitian yang digunakan, maka penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### *A. Self Efficacy*

##### **1. Pengertian *Self Efficacy***

Menurut Bandura (1997) *Self efficacy* merupakan keyakinan atau penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan yang dianggap mempunyai pengaruh dalam kehidupannya. Sedangkan menurut Schwarzer (2014) *self efficacy* merupakan individu memiliki keyakinan yang kurang lebih kuat dalam domain fungsi yang berbeda.

Menurut Vaughan-Johnston & Jacobson (2020) *self efficacy* mengacu pada keyakinan bahwa seseorang mampu melakukan tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Sedangkan menurut Klassen (2014) *self efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk berhasil dalam tindakan tertentu. Selanjutnya menurut Maddux, J. E., & Kleiman (2016) *self efficacy* merupakan keyakinan tentang kemampuan untuk melakukan sesuatu yang dapat menghasilkan hasil yang diinginkan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi tugas-tugas dan rintangan untuk mencapai tujuan yang diinginkan yang dianggap berpengaruh dalam kehidupannya.

## 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Waaktaar dan Torgersen (2013) faktor yang dapat mempengaruhi *self efficacy* yaitu:

### a. *Genetic*

Perbedaan individu dalam hal *self efficacy* disebabkan karena faktor genetik.

### b. *Environmental*

Secara teoritis, *self efficacy* seharusnya dipelajari melalui interaksi individu dengan dirinya sendiri dan lingkungan fisik maupun lingkungan sosial.

Menurut Iwanaga, Chan, Tansey, Hoyt dan Berven (2021) *self determination* dapat mempengaruhi *self efficacy*, memperbaiki maupun meningkatkan *self efficacy* dalam diri seseorang dapat membuat individu lebih mampu membuat perubahan dalam dirinya sesuai dengan apa yang individu harapkan. Iwanaga et al., (2021) menjelaskan lebih lanjut dengan adanya *self determination* maka mampu meningkatkan *self efficacy* pada diri seseorang.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self efficacy* yaitu *genetic*, *environmental*, dan *self determination*.

### 3. Dimensi *Self Efficacy*

Dimensi *self efficacy* menurut Bandura (1997) terdapat tiga dimensi dari *self efficacy* yaitu *level* (tingkatan), *generality* (generalisasi) dan *strength* (kekuatan).

#### a. Tingkatan (*Level*)

*Level* atau tingkatan berkaitan dengan derajat atau tingkat kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu.

#### b. Generalisasi (*Generality*)

*Generality* berkaitan dengan seberapa luas keyakinan individu terhadap kemampuannya, apakah individu tersebut memiliki keyakinan kemampuannya diberbagai bidang atau hanya pada bidang tertentu saja.

#### c. Kekuatan (*Strength*)

*Strength* atau kekuatan merupakan keyakinan yang dimiliki individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi hambatan dan kesulitan.

Sedangkan menurut Kim, Anderson, DeRosia, Madison, dan Husman (2021) terdapat beberapa dimensi interpersonal dari *self efficacy*, yaitu:

#### a. *Proxy agency*

*Proxy agency* berperan dalam mengembangkan kognitif sosial seseorang.

b. *Help seeking*

*Help seeking* memainkan peran penting dalam mengembangkan *self efficacy* pada diri individu.

c. *Future orientation*

Pada dimensi ini menekankan pada pentingnya menjalin hubungan dengan orang lain, adanya ikatan sosial, ketahanan dan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi.

Berdasarkan penjabaran dimensi-dimensi diatas, maka dapat disimpulkan terdapat beberapa dimensi dari *self efficacy*, yaitu level (tingkatan), generality (generalisasi), strength (kekuatan), *Proxy agency*, *help seeking*, dan *future orientation*.

## **B. *Self Determination***

### **1. *Pengertian Self Determination***

Menurut Deci & Ryan (2000) *Self-determination* merupakan pemahaman motivasi dan kepribadian seseorang yang menitikberatkan pada pentingnya perkembangan diri dan pengaturan diri. *Self determination* juga menitikberatkan pada sejauh mana seseorang berusaha untuk dapat memenuhi kebutuhannya saat ia ingin mengejar dan mencapai apa yang diharapkan. Sedangkan menurut (Wehmeyer, 2014) *self-determination* merupakan konstruk psikologi yang menekankan pada pengaturan diri individu sendiri untuk menjadi *human agency* yang mampu bertindak untuk mengatur dirinya, mampu bertahan dalam berbagai rintangan dan berusaha keluar dari kegagalan. Menurut MA

Wen-ying & LIU Xi (2016) *self determination* merupakan penentuan nasib sendiri yang berkaitan dengan motivasi, baik itu mendorong motivasi atau bahkan mempertahankan motivasi.

Menurut Arvanitis (2017) *self determination* merupakan motivasi diri seseorang untuk dapat memahami perkembangan dirinya. Sedangkan menurut (Legault, 2020) *self determination* merupakan pemahaman kepribadian dan motivasi individu yang berkaitan dengan bagaimana individu mengatur dan berinteraksi dengan lingkungan yang menekankan pada pertumbuhan diri individu itu sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *self determination* merupakan motivasi dan kepribadian seseorang untuk menjadi *human agency* yang mampu mengembangkan diri dan mengatur dirinya sendiri dalam upaya untuk mencapai yang individu harapkan.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Determination***

Menurut Chin, Khoo, dan Low (2012) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self determination* yaitu:

### **a. *Gender differences***

*Self determination* remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan *self determination* remaja laki-laki.

### **b. *Age differences***

Usia yang lebih muda memiliki motivasi intrinsik yang lebih tinggi daripada usia yang lebih tua dan usia yang lebih muda lebih berorientasi pada tugas.

c. *Locality differences*

Individu yang berasal dari pedesaan lebih memiliki *self determination* dan orientasi tugas yang tinggi dibandingkan individu yang tinggal di perkotaan.

Menurut Wehmeyer (2014) terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi *self determination* yaitu:

a. *Self-worth*

*Self-worth* yang positif dapat disalurkan atau dapat diberikan kepada seseorang dan beri pemahaman dan habiskan waktu bersama untuk menumbuhkan *self worth* pada diri seseorang.

b. *Self-confidence*

Tekankan kepada individu bahwa setiap orang mempunyai keterbatasan masing-masing dengan itu maka dapat membuat individu menumbuhkan *self determination* dalam dirinya.

Berdasarkan penjabaran faktor-faktor yang mempengaruhi diatas, dapat disimpulkan bahwa *self determination* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu, *gender differences*, *age differences*, *locality differences*, *self-worth* dan *self-confidence*.

### 3. Dimensi *Self Determination*

Menurut Ryan dan Deci (2017) terdapat tiga dimensi dari *self determination* yaitu *autonomy*, *relatedness* dan *competence*.

#### a. *Autonomy*

*Autonomy* atau otonomi mengacu pada kemampuan individu untuk dapat mengatur dirinya sendiri berdasarkan kemauannya.

#### b. *Relatedness*

*Relatedness* atau keterikatan mengacu pada kemampuan individu untuk dapat berinteraksi, merasa terhubung, merasa terlibat dengan orang lain, merasa aman, memiliki dan terikat dengan orang lain.

#### c. *Competence*

*Competence* mengacu pada kemampuan individu untuk mampu bertindak secara efektif dalam menghadapi lingkungan maupun kehidupannya yang penuh tantangan.

Sedangkan menurut Wehmeyer (2014) terdapat satu dimensi tunggal dalam *self-determination*, yaitu:

#### a. *Support from family*

Dukungan dari keluarga selama masa perkembangan sangatlah penting untuk mengembangkan *self-determination* dalam diri seseorang. Dengan adanya dukungan dari keluarga mampu membuat individu mampu mengatur dirinya sendiri.

Berdasarkan penjelasan dimensi-dimensi diatas, dapat disimpulkan bahwa *self determination* memiliki beberapa dimensi yaitu *autonomy, relatedness, competency, support from family*.

### **C. Optimism**

#### **1. Pengertian Optimism**

Menurut Seligman (2006) menjelaskan bahwa *optimism* diartikan sebagai keyakinan individu bahwa peristiwa buruk hanya sebagai kemunduran atau kekalahan sementara dan individu tersebut yakin bahwa peristiwa buruk itu bukan sepenuhnya disebabkan oleh dirinya melainkan oleh orang lain, lingkungan maupun nasib buruk, yang kemudian ketika individu dihadapkan pada peristiwa buruk individu menganggapnya sebagai tantangan dan berusaha lebih keras.

Menurut Carver & Scheier (2014) *optimism* merupakan konstruk kognitif mengenai harapan yang akan terjadi di masa depan, jika individu optimis maka dia akan mengerahkan segala upaya sedangkan jika orang pesimis ia akan melepaskan diri. Sedangkan menurut Mens et al., (2016) *optimism* merupakan individu yang mengharapkan hal-hal positif dan baik akan terjadi didalam kehidupannya dan menggunakan ide-idenya untuk mencapai apa yang diharapkan. Menurut Tenney et al (2015) *optimism* merupakan kecenderungan individu untuk mengharapkan hasil terbaik.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *optimism* merupakan kemampuan individu untuk memandang secara positif bahwa peristiwa atau kejadian buruk yang terjadi dalam hidupnya hanyalah

kemunduran sementara dan individu yakin peristiwa buruk yang terjadi bukan disebabkan oleh dirinya melainkan oleh orang lain, lingkungan maupun nasib buruk dan individu memiliki persepsi yang positif bahwa akan terjadi hal yang baik kedepannya dan individu menganggap peristiwa tersebut sebagai sebuah tantangan dalam mencapai apa yang diinginkan.

## 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Optimism*

Menurut Gallagher et al., (2013) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *optimism*, yaitu:

### a. Usia

Usia merupakan prediktor optimisme yang terkuat dibandingkan faktor lainnya. Individu yang lebih muda melaporkan memiliki tingkat optimisme yang lebih tinggi.

### b. Jenis Kelamin

Diantara jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Didapatkan bahwa perempuan memiliki tingkat *optimism* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki

Sedangkan menurut Mens et al., (2016) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *optimism* seseorang, yaitu:

### a. *Genetics*.

Dalam kontribusi genetik tingkat optimisme individu sebagian besar diwariskan. Identifikasi gen yang tepat juga dapat mewariskan optimisme.

b. *Environments*.

Pengalaman sebelumnya dengan hasil yang positif dan negatif berperan dalam tingkat optimisme seseorang.

Berdasarkan penjabaran faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *optimism*, maka dapat disimpulkan bahwa *optimism* dapat dipengaruhi usia, jenis kelamin, dan lingkungan.

### 3. Dimensi *Optimism*

Menurut Seligman (2006) terdapat tiga dimensi dalam *optimism*, yaitu *Permanence*, *Pervasiveness*, dan *Personalization*.

a. *Permanence*

*Permanence* berkaitan dengan bagaimana seorang individu menyikapi suatu peristiwa baik maupun buruk yang terjadi pada dirinya yang berkaitan dengan waktu *temporary* ataupun *permanent*. Individu yang mudah menyerah menganggap bahwa peristiwa buruk yang menimpa bersifat menetap (*permanent*).

b. *Pervasiveness*

*Pervasiveness* menjelaskan mengenai bagaimana pengaruh peristiwa baik atau buruk terhadap kehidupan seseorang dan menjelaskan penyebabnya dengan spesifik atau universal

c. *Personalization*

*Personalization* berkaitan dengan siapa yang menjadi sumber penyebab dari suatu masalah, apakah dari sumber internal atau dari sumber eksternal. Ketika terjadi masalah atau hal buruk, individu

dapat saja menyalahkan dirinya sendiri (internal) atau bahkan menyalahkan orang lain (eksternal).

Sedangkan menurut Kleiman, Chiara, Liu, Jager-Hyman, Choi, dan Alloy (2017) terdapat empat dimensi dari *optimism*, yaitu:

a. *Positif Hope* (PE)

*Positif Hope* merupakan pandangan bahwa masa depan individu akan terjadi dengan positif dan sifat individu lebih baik daripada orang lain.

b. *Inferensial Style* (IS)

*Inferensial Style* merupakan kecenderungan individu untuk dapat menghasilkan atribusi yang bersifat internal, global, dan stabil untuk hal positif dan menjauhkan pikiran negatif tentang dirinya dan masa depan.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa *optimism* memiliki beberapa dimensi yaitu *permanence*, *pervasiveness*, *personalization*, *positive hope* (PH), dan *inferensial style* (IS).

#### **D. Peran *Self Determination* dan *Optimism* terhadap *Self Efficacy***

Pada era globalisasi seperti saat ini merupakan tantangan besar bagi para pencari kerja. Perkembangan kondisi ekonomi, sosial dan budaya yang semakin pesat mengharuskan setiap komponen dari masyarakat untuk dapat meningkatkan kompetensi mereka sehingga mampu menjawab semua tantangan zaman saat ini terkhusus para *fresh graduate* yang merasakan tantangan besar ini dalam mencari pekerjaan yang semakin sulit (Hermawan, 2017). Permasalahan lain yang terjadi

saat ini adalah keterbatasan lowongan kerja, yang sangat berdampak bagi para *fresh graduate* (Ginting, 2021).

Ketatnya persaingan dalam dunia kerja akan berdampak pada para *fresh graduate*. Lulusan baru atau *fresh graduate* dihadapi dengan tantangan bahwa para *fresh graduate* tidak hanya bersaing dengan para lulusan baru melainkan juga dengan pencari kerja lainnya yang telah memiliki banyak pengalaman kerja (Sagita et al., 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 10 *fresh graduate* didapatkan bahwa 8 dari 10 *fresh graduate* merasa kurang yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk bersaing dan mendapatkan pekerjaan (Safira, 2021).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan variabel *self efficacy* berdasarkan teori Bandura, 1997. *Self efficacy* merupakan keyakinan atau penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan yang dianggap mempunyai pengaruh dalam kehidupannya (Bandura, 1997). *Self efficacy* terdiri dari tiga dimensi yaitu *level* (tingkatan), *generality* (generalisasi) dan *strength* (kekuatan).

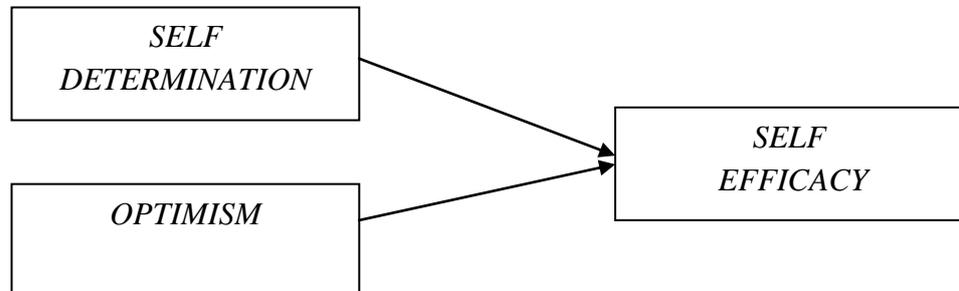
*Self determination* merupakan salah satu variabel yang dapat mempengaruhi *self efficacy*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-determination* merupakan variabel yang paling signifikan dan berpengaruh signifikan secara statistik terhadap *self efficacy* (Han, 2021). Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan *self-determination* berdasarkan teori Deci dan Ryan (2000). *Self-determination* merupakan pemahaman motivasi dan kepribadian seseorang yang menitikberatkan pada pentingnya perkembangan diri dan

pengaturan diri (Deci & Ryan, 2000). *Self-determination* terdiri dari tiga dimensi yaitu *competence*, *relatedness* dan *autonomy*.

*Optimism* juga merupakan salah satu variabel yang dapat mempengaruhi *self efficacy*. Perasaan optimis yang ada dalam diri individu berupa harapan yang positif terhadap masa depan dapat tentunya dapat menumbuhkan efikasi diri dalam diri seseorang (Situmorang, 2017). Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan *optimism* berdasarkan teori Seligman (2006). *Optimism* diartikan sebagai keyakinan individu bahwa peristiwa buruk hanya sebagai kemunduran atau kekalahan sementara dan individu tersebut yakin bahwa peristiwa buruk itu bukan sepenuhnya disebabkan oleh dirinya melainkan oleh orang lain, lingkungan maupun nasib buruk yang kemudian ketika individu dihadapkan pada peristiwa buruk individu menganggapnya sebagai tantangan dan berusaha lebih keras (Seligman, 2006). *Optimism* terdiri dari tiga dimensi, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*.

Berdasarkan fenomena dan teori diatas, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ”Peran *Self Determination* dan *Optimism* terhadap *Self Efficacy* pada *Fresh Graduate* yang Sedang Mencari Pekerjaan”.

### E. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

### F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

#### 1. Hipotesis Mayor

Ada peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

#### 2. Hipotesis Minor

- a. Ada peran *self determination* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.
- b. Ada peran *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Variabel bebas dan variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas ( $X_1$ ) : *Self Determination*
2. Variabel Bebas ( $X_2$ ) : *Optimism*
3. Variabel Terikat (Y) : *Self Efficacy*

#### **B. Definisi operasional Variabel**

Berdasarkan tiga variabel penelitian yang akan diteliti maka definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian ini yaitu sebagai berikut:

##### **1. *Self Efficacy***

*Self efficacy* merupakan keyakinan *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan terhadap kemampuan yang di milikinya dalam menghadapi tugas-tugas dan rintangan untuk mencapai tujuan yang diinginkan yang dianggap berpengaruh dalam kehidupannya.

Dalam penelitian ini, untuk mengungkapkan variabel *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan, peneliti menyusun sendiri skala *self efficacy* dengan mengacu pada dimensi-dimensi *self efficacy* berdasarkan teori Bandura (1997), yaitu *level*, *generality* dan *strenght*. Jika skor skala *self efficacy* tinggi, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *self efficacy* yang tinggi di dalam

dirinya, sedangkan jika skor skala *self efficacy* rendah, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *self efficacy* yang rendah dalam dirinya.

## **2. *Self Determination***

*Self determination* merupakan motivasi dan kepribadian *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan untuk menjadi *human agency* yang mampu mengembangkan diri dan mengatur dirinya sendiri dalam upaya untuk mencapai yang individu harapkan.

Dalam penelitian ini, untuk mengungkapkan variabel *self determination* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan, peneliti menyusun sendiri skala *self determination* dengan mengacu pada dimensi-dimensi *self determination* berdasarkan teori Deci & Ryan (2000), yaitu *competence*, *relatedness* dan *autonomy*. Jika skor skala *self determination* tinggi, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *self determination* yang tinggi di dalam dirinya, sedangkan jika skor *self determination* rendah, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *self determination* yang rendah dalam dirinya.

## **3. *Optimism***

*Optimism* merupakan kemampuan *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan untuk memandang secara positif bahwa peristiwa atau kejadian buruk yang terjadi dalam hidupnya hanyalah kemunduran sementara dan *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan yakin

peristiwa buruk yang terjadi bukan disebabkan oleh dirinya melainkan oleh orang lain, lingkungan maupun nasib buruk dan individu memiliki persepsi yang positif bahwa akan terjadi hal yang baik kedepannya dan *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan menganggap peristiwa tersebut sebagai sebuah tantangan dalam mencapai apa yang diinginkan.

Dalam penelitian ini, untuk mengungkapkan variabel *optimism* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan, peneliti menyusun sendiri skala *optimism* dengan mengacu pada dimensi-dimensi *optimism* berdasarkan teori Deci & Ryan (2000), yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*.. Jika skor skala *optimism* tinggi, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *optimism* yang tinggi di dalam dirinya, sedangkan jika skor *optimism* rendah, maka *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan memiliki *optimism* yang rendah dalam dirinya.

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau pun subjek yang memiliki kualitas serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya sekedar jumlah objek yang dipelajari, melainkan meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti menggunakan populasi *fresh graduate* yang sedang

mencari pekerjaan. Populasi *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan tidak diketahui jumlahnya.

## 2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sehingga sampel merupakan bagian dari populasi yang ada untuk pengambilan sampel harus menggunakan cara tertentu yang didasarkan oleh pertimbangan-pertimbangan yang ada (Sugiyono, 2016).

### a. Teknik Pengambilan Sampel

Pemilihan subjek yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling berupa *non-probability*. Adapun jenis teknik sampling yang digunakan oleh peneliti, yakni *purposive sampling*. Adapun karakteristik dalam pemilihan sampel dalam penelitian ini, antara lain:

#### 1. *Fresh graduate* atau sarjana lulusan baru

*Fresh graduate* merupakan seseorang yang baru mendapatkan gelar akademik (lulusan dari perguruan tinggi) baik diploma maupun sarjana (Wulan, 2021).

#### 2. Usia 21-25 tahun

Menurut Kamisa & Mirza (2021) *fresh graduate* biasanya berada pada rentang usia 21-25 tahun.

### 3. Sedang mencari pekerjaan (pencari kerja)

Pencari kerja adalah angkatan kerja atau kelompok usia produktif yang tidak bekerja dan sedang mencari pekerjaan (Hidayat, Mazid, Nursantika, Dian, Umbara, 2017).

#### **b. Jumlah Sampel Penelitian**

Total sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah sebanyak 158 orang. Peneliti juga akan melakukan proses uji coba (*try out*) sebelum alat ukur penelitian disebarkan dengan tujuan untuk mengukur nilai validitas dan reliabilitas alat ukur. Adapun jumlah sampel yang direncanakan untuk uji coba (*try out*) sebanyak 30 orang.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2016) pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting sumber dan cara. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data dapat dilakukan dengan *interview* (wawancara), kuesioner (angket), observasi (pengamatan), dan gabungan ketiganya. Dalam penelitian ini, digunakan metode pengumpulan data dengan menggunakan skala psikologis.

#### **1. Skala Psikologis**

Skala merupakan seperangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan (Azwar, 2014)

Adapun cara penilaian, berdasarkan bentuk pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable* yaitu ketika subjek menjawab pertanyaan

*favorable* dengan respon sangat setuju (SS) maka skor yang diberikan adalah 4, setuju (S) diberikan skor 3, tidak setuju (TS) diberikan skor 2 dan sangat tidak setuju (STS) diberikan skor 1. Sebaliknya untuk pertanyaan *unfavorable* ketika subjek memberikan respon sangat setuju (SS) maka skor yang diberikan adalah 1, setuju (S) diberikan skor 2, tidak setuju (TS) diberikan skor 3 dan sangat tidak setuju (STS) diberikan skor 4.

**Tabel 3.1 Skor Aitem Skala Penelitian**

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

a. Skala *Self Efficacy*

*Self efficacy* dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan item-item yang dibuat peneliti dan disesuaikan dengan dimensi-dimensi *self efficacy* berdasarkan teori Bandura (1997) yaitu *level* (tingkatan), *generality* (generalisasi) dan *strength* (kekuatan).

**Tabel 3.2 Tabel Item Perencanaan Skala *Self Efficacy***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Level</i>	6	1,7,13,19,25,31	4,10,16,22,28,34	12
<i>Generality</i>	6	2,8,14,20,26,32	5,11,17,23,29,35	12
<i>Strength</i>	6	3,9,15,21,27,33	6,12,18,24,30,36	12
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

b. Skala *Self Determination*

Skala *self determination* dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan item-item yang dibuat oleh penelitian sesuai dengan teori yang telah dipilih oleh peneliti yaitu Ryan dan Deci (2017) dengan menggunakan dimensi-dimensi *self determination* yaitu, *autonomy relatedness* dan *competence*. Skala *self determination* akan dibuat dengan model skala likert yang terdiri dari 36 aitem.

**Tabel 3.3 Tabel Item Perencanaan Skala *Self Determination***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Autonomy</i>	6	1,7,13,19,25,31	4,10,16,22,28,34	12
<i>Relatedness</i>	6	2,8,14,20,26,32	5,11,17,23,29,35	12
<i>Competence</i>	6	3,9,15,21,27,33	6,12,18,24,30,36	12
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

c. Skala *Optimism*

Skala *optimism* dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan item-item yang dibuat oleh peneliti yang disesuaikan dengan teori Seligman (2006) dengan menggunakan dimensi-dimensi *optimism*, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Skala *optimism* akan dibuat dengan menggunakan model skala likert yang terdiri dari 36 aitem.

**Tabel 3.4 Tabel Item Perencanaan Skala *Optimism***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Permanence</i>	6	1,7,13,19,25,31	4,10,16,22,28,34	12
<i>Pervasiveness</i>	6	2,8,14,20,26,32	5,11,17,23,29,35	12
<i>Personalization</i>	6	3,9,15,21,27,33	6,12,18,24,30,36	12
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

### E. Validitas dan Reliabilitas

#### 1. Validitas

Validitas merupakan derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat di laporan oleh peneliti (Sugiyono, 2016). Aitem yang mempunyai korelasi positif dengan kriteria (skor total) serta korelasi yang tinggi menunjukkan bahwa aitem tersebut mempunyai validitas yang tinggi. Koefisien korelasi antara butir instrumen dengan skor total dikatakan valid jika nilai  $r \geq 0,3$  dan dikatakan tidak valid jika  $r < 0,3$  (Sugiyono, 2016).

#### 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah kepercayaan atau konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2014). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan formula koefisien alpha karena prosedur untuk menguji koefisien reliabilitas formula alpha lebih praktis, dimana data untuk menghitung koefisien alpha dapat diperoleh

dengan satu kali penyajian skala pada sekelompok responden. Koefisien reliabilitas ( $r_{xx}$ ), berada pada rentang angka 0 sampai 1,00, jika koefisien reliabilitas alat ukur semakin mendekati 1,00, berarti reliabilitas dianggap memuaskan (Azwar, 2014).

## **F. Metode Analisis Data**

### **1. Uji Asumsi**

#### **a. Uji Normalitas**

Pengujian normalitas data dilakukan terlebih dahulu sebelum pengujian hipotesis (Sugiyono, 2016). Data tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansi berada di bawah 0,05 ( $p < 0,05$ ), sedangkan data berdistribusi normal jika nilai signifikansi berada di atas 0,05 ( $p > 0,05$ ).

#### **b. Uji Linearitas**

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan (Sugiyono, 2017). Data dikatakan linier apabila nilai signifikansi linearitas berada di bawah nilai kritis ( $p < 0,05$ ) maka hubungannya linear, sedangkan jika nilai signifikansi di atas nilai kritis ( $p > 0,05$ ) maka hubungannya bersifat tidak linear.

#### **c. Uji Multikolinearitas**

Uji multikolinearitas digunakan untuk menguji apakah dalam model regresi terdapat korelasi antara variabel bebas. Jika nilai

*tolerance value* > 0,10 atau *variance Inflation Factor* (VIF) < 10, maka dapat diartikan bahwa tidak terdapat multikolinearitas pada penelitian tersebut. Sebaliknya jika *tolerance value* < 0,10 atau *Variance Inflation Factor* (VIF) > 10, maka terjadi gangguan multikolinearitas pada penelitian tersebut (Ghozali, 2013).

#### **d. Uji Heteroskedastisitas**

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan uji Heteroskedastisitas melalui uji Glejser. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versi 16 *for windows*.

## **2. Uji Hipotesis**

Penelitian ini memiliki tiga variabel, yaitu variabel *self determination* dan *optimism* sebagai variabel bebas atau independen, dan *self efficacy* sebagai variabel terikat atau dependen. Analisis regresi berganda merupakan analisis regresi dengan satu variabel terikat dan lebih dari satu variabel bebas. Keseluruhan data yang akan dianalisis dalam penelitian ini, baik uji asumsi maupun uji hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 16.0 *for windows*.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Orientasi Kanchah Penelitian

Lokasi yang menjadi pusat penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk melakukan penyebaran skala psikologis pada penelitian ini adalah Indonesia. Wilayah Indonesia merupakan wilayah yang terdiri dari 34 Provinsi dan dijuluki sebagai Negara kepulauan. Indonesia memiliki wilayah yang terbentang luas dari Sabang sampai Merauke, yang terbagi menjadi 5 pulau besar (Sumatera, Jawa, Kalimantan, Sulawesi, Papua) dan 4 kepulauan (Kepulauan Riau, Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Nusa Tenggara, Kepulauan Maluku).

Di Indonesia, jumlah *fresh graduate* yang masuk dalam pasar kerja mengalami kenaikan, yang berawal dari 2.42 juta orang pada tahun 2019 mengalami peningkatan menjadi 2.47 juta orang pada tahun 2020. Selain itu, jumlah *fresh graduate* pada tahun 2020 juga mengalami peningkatan sebesar 11,58% dibandingkan pada tahun 2019, dari 5.605.706 menjadi 6.254.677 pada tahun 2020. Jumlah *fresh graduate* jika dilihat dari asal perguruan tinggi lebih banyak *fresh graduate* yang berasal dari perguruan tinggi swasta sebanyak 997.116 orang, sedangkan yang berasal dari perguruan tinggi negeri yaitu 524.718 orang.

Pada *social media instagram*, peneliti menemukan berbagai akun atau komunitas *fotographer* yang berisikan para *fresh graduate*. Pada komunitas tersebut banyak *fresh graduate* yang memposting momen ketika mereka telah

menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Peneliti menemukan beberapa akun atau komunitas *online* mengenai *fresh graduate* yang dapat diakses secara publik di *instagram* seperti, akun “Gladuate” yang diikuti sebanyak 2.697 member, “Renjanagraduate” yang diikuti sebanyak 212 member, dan sebagainya.

Peneliti menemukan berbagai grup atau komunitas *online* mengenai *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan yang dapat diakses secara publik di *facebook* seperti, grup “Loker Fresh Graduate” yang memiliki member sebanyak 1,3 ribu anggota, “Info Loker Fresh Graduate” yang memiliki member sebanyak 2,1 rb anggota, dan sebagainya.

## **B. Laporan Pelaksanaan Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti melaksanakan berbagai tahapan persiapan, yaitu sebagai berikut:

### **1. Persiapan Administrasi**

Data dalam penelitian ini diambil secara *online* dan disebarluaskan melalui beberapa *social media* seperti *Instagram*, *Twitter*, *Facebook* dan *WhatsApps*.

### **2. Persiapan Alat Ukur**

Peneliti menggunakan tiga alat ukur psikologis, yaitu skala *self efficacy*, skala *self determination* dan skala *optimism*.

Pada tiga skala psikologis yang telah peneliti siapkan, peneliti menggunakan jenis skala *Likert*, yang terdiri dari dua bentuk pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Sebelum peneliti melakukan proses pengambilan

data, peneliti melakukan uji coba alat ukur (*try out*) secara *online* menggunakan *google form* dengan pranala <https://bit.ly/TObantufitri> dan menghubungi melalui *WhatsApp* maupun *Instagram* ke teman-teman peneliti yang peneliti anggap sesuai dengan kriteria yang diperlukan.

Penyebaran *try out* dilakukan pada tanggal 17-18 November 2022 dengan total 30 responden yang mengisi *try out* melalui tautan *google form* <https://bit.ly/TObantufitri> yang disebarakan secara *online*.

#### **a. Skala *Self Efficacy***

Berdasarkan analisis validitas yang telah dilakukan terdapat 33 butir item yang memiliki nilai korelasi lebih dari atau sama dengan 0,30 ( $r_{ix} \geq 0,30$ ). Koefisien aitem yang valid berada pada rentang 0,346 – 0,739. Sementara itu, 3 item lainnya memiliki nilai  $r_{ix} < 0,30$  yang dianggap gugur karena tidak valid, item yang gugur yaitu nomor 4, 11 dan 29.

Peneliti kemudian mengurutkan nilai korelasi total aitem yang paling besar dan hanya mengambil 6 aitem dari setiap dimensi dengan korelasi aitem total dalam rentang 0,502 sampai 0,739 sehingga terdapat 18 aitem yang valid. 18 aitem yang valid yaitu 2, 8, 9, 10, 12, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 25, 26, 31, 32, 33, dan 34. Setelah itu peneliti memperoleh koefisien reliabilitas *alpha* ( $\alpha$ ) pada skala *self efficacy* saat diuji coba sebesar 0,936. Setelah diuji ulang dengan sebanyak 18 item, peneliti memperoleh koefisien reliabilitas *alpha* ( $\alpha$ ) sebesar 0,929. Distribusi item skala *self efficacy* yang valid dan tidak valid setelah diuji coba dijabarkan sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Distribusi Skala *Self Efficacy* Aitem Valid dan Tidak Valid**

Dimensi	Target	Aitem				Jumlah
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Level</i>	6	19,25, 31	1**, 7**, 13**	10,16, 34	4*, 22**, 28**	6
<i>Generality</i>	6	2,8,20, 26, 32	14**	23	5**, 11*, 17**, 29*, 35**	6
<i>Strength</i>	6	9, 15, 21, 33	3**, 27**	12, 18	6**, 24**, 30**, 26**	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>	<b>12</b>		<b>6</b>		<b>18</b>

Keterangan :

(\*) : Aitem gugur dengan nilai  $r < 0,30$

(\*\*) : Aitem gugur karena melebihi target aitem

Berikut merupakan distribusi penomoran baru skala *self efficacy*:

**Tabel 4.2 Distribusi Penomoran baru Skala *Self Efficacy***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Level</i>	6	19(1), 25(7), 31(12)	10(4), 16(10) ,34(15)	6
<i>Generality</i>	6	2(2), 8(8), 20(13), 26(16) ,32(18)	23(5)	6
<i>Strength</i>	6	9(3),15(9) , 21(14), 33(17)	12(6), 18(11),	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>			<b>18</b>

Keterangan : Nomor di dalam tanda kurung yaitu penomoran baru skala *self efficacy*.

### b. Skala *Self Determination*

Berdasarkan analisis validitas item skala *self determination* menunjukkan bahwa 24 butir item memiliki nilai korelasi item total lebih dari atau sama dengan 0,30 ( $r_{ix} \geq 0,30$ ). Koefisien item yang valid berada pada rentang 0,393 - 0,704. Sementara itu, 12 item lainnya dikatakan gugur karena tidak valid. 12 item yang gugur ialah 3, 4, 6, 12, 13, 14, 16, 18, 26, 28, 31 dan 36.

Distribusi item skala *self determination* yang valid dan tidak valid setelah *try out* adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.3 Distribusi Skala *Self Determination* Aitem Valid dan Tidak Valid**

Dimensi	Target	Aitem				Jumlah
		Favorable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Autonomy</i>	6	1,7,19	13*, 25**, 31*	10,22, 34	4*,16*, 28*	6
<i>Relatedness</i>	6	8,20	2**, 14*, 26*, 32**	11,17, 29,35	5**, 23**	6
<i>Competence</i>	6	9,15, 27,33	3*, 21**	24,30	6*,12*, 18*, 36*	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		<b>18</b>

Keterangan :

(\*) : Aitem dikatakan gugur dengan nilai  $r < 0,30$

(\*\*) : Aitem gugur karena melebihi target

Berikut distribusi penomoran baru skala *self determination*:

**Tabel 4.4 Distribusi Penomoran baru Skala *Self Determination***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Autonomy</i>	6	1(1), 7(7), 19(13)	10(4), 22(10), 34(15)	6
<i>Relatedness</i>	6	8(2), 20(8)	11(5), 17(11), 29(16), 35(18)	6
<i>Competence</i>	6	9(3), 15(9), 27(14), 33(17)	24(6), 30(12)	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>			<b>18</b>

Keterangan : Nomor di dalam tanda kurung yaitu penomoran baru skala *self determination*.

### c. Skala *Optimism*

Seleksi aitem yang peneliti lakukan pada skala *optimism* berlandaskan pada kriteria apabila item memiliki nilai korelasi total aitem  $r_{ix} \geq 0,30$  maka item tersebut dikatakan valid (Sugiyono, 2016). Sementara itu, item tidak valid dan akan digugurkan jika mempunyai nilai korelasi total item  $r_{ix} < 0,30$ . Setelah dilakukan analisis validitas skala *optimism* didapatkan bahwa 28 butir nilai korelasi item total lebih dari atau sama dengan 0,30 ( $r_{ix} \geq 0,30$ ). Koefisien item valid berada dalam rentang 0,309 – 0,695. Sedangkan, 8 item lainnya memiliki nilai  $r_{ix} < 0,30$  yang dianggap gugur karena tidak valid. 8 aitem yang gugur yaitu 2, 3, 11, 15, 16, 21, 24, dan 27.

Distribusi item skala *optimism* setelah diuji coba dijabarkan sebagai berikut:

**Tabel 4.5 Distribusi Skala *Optimism* Aitem Valid dan Tidak Valid**

Dimensi	Target	Aitem				Jumlah
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Permanence</i>	6	7,13, 19,31	1**, 25**	4,22	10**, 16*, 28**, 34**	6
<i>Pervasiveness</i>	6	8,20, 26,32	2*, 14**	29, 35	5**, 11*, 17**, 23**	6
<i>Personalization</i>	6	9,33	3*,15*, 21*, 27*	6,12, 18,36	24*, 30**	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>	<b>10</b>		<b>8</b>		<b>18</b>

Keterangan :

(\*) : Aitem gugur dengan nilai  $r < 0,30$

(\*\*) : Aitem gugur karena melebihi target aitem

Berikut distribusi penomoran baru skala *optimism*:

**Tabel 4.6 Distribusi Penomoran baru Skala *Optimism***

Dimensi	Target	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Permanence</i>	6	7(1), 13(7), 19(13), 31(16)	4(4), 22(10)	6
<i>Pervasiveness</i>	6	8(2), 20(8), 26(14), 32(17)	29(5), 35(11)	6
<i>Personalization</i>	6	9(3), 33(9)	6(6), 12(12), 18(15),36(18)	6
<b>Total Aitem</b>	<b>18</b>			<b>18</b>

Keterangan : Nomor di dalam tanda kurung yaitu penomoran baru skala *optimism*.

### 3. Pelaksanaan Penelitian

Terdapat beberapa tahapan yang peneliti lakukan, yaitu :

#### a. Tahap Pertama

Pertama peneliti mengamati fenomena yang terjadi dilingkungan peneliti, yang pada akhirnya akan diangkat menjadi latar belakang pada penelitian yang akan peneliti lakukan. Setelah menemukan fenomena tersebut, peneliti segera mencari beberapa kajian literatur seperti, jurnal penelitian maupun berita mengenai fenomena yang ingin diteliti agar peneliti mendapat lebih banyak informasi mengenai fenomena yang peneliti teliti.

#### b. Tahap Kedua

Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan skala *try out* melalui *google form*, yang berguna untuk memudahkan responden penelitian mengisi skala dan juga memudahkan peneliti untuk menyebarkan skala secara *online*. Dalam penyebaran skala *try out* secara *online* peneliti meminta bantuan kepada teman maupun keluarga dengan cara menghubungi satu persatu secara *personal chat* dan bertanya mengenai kriteria yang harus dipenuhi dan kesiapan setiap responden.

Setelah melakukan *try out* peneliti memeriksa semua jawaban responden, apakah sesuai kriteria penelitian atau tidak. Kemudian peneliti mengontak ulang semua responden yang mengisi skala *try out* untuk melakukan validasi mengenai jawaban yang responden berikan apakah benar sesuai dengan keadaan mereka.

**Tabel 4.7 Penyebaran Skala Try Out**

Tanggal	Sumber
	<i>Google Form</i>
17 November 2022	20 Orang
18 November 2022	10 Orang
<b>Total</b>	<b>30 Orang</b>

### c. Tahap Ketiga

Pada tahap ketiga, setelah melaksanakan pengumpulan data uji coba alat ukur (*try out*), peneliti kemudian melakukan tabulasi data. Selanjutnya peneliti mengolah data dengan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 *for windows*.

### d. Tahap Keempat

Setelah peneliti mendapatkan skala psikologis valid dan reliabel, peneliti menjalankan tahap pengambilan data untuk kepentingan penelitian. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 24 November hingga 22 Desember 2022. Peneliti menggunakan beberapa cara untuk memperoleh subjek penelitian. Skala psikologis dibuat dalam bentuk *google form* dengan pranala <https://bit.ly/skalapenelitian-fitri> untuk mempermudah responden mengisi skala penelitian.

Pada proses pengambilan data penelitian, peneliti menargetkan sebanyak 150 responden, tetapi pada proses pengambilan data penelitian, peneliti berhasil mendapatkan sebanyak 164 responden. Setelah itu, peneliti mengecek kembali semua responden yang telah mengisi *google form* untuk memastikan responden benar sesuai dengan kriteria. Setelah dilakukan konfirmasi ulang didapatkan 158 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian.

**Tabel 4.8 Penyebaran Skala Penelitian**

<b>Tanggal</b>	<b>Sumber</b> <i>Google Form</i>	<b>Subjek yang sesuai kriteria</b>
24 November 2022	32 Orang	32 Orang
25 November 2022	5 Orang	5 Orang
26 November 2022	18 Orang	18 Orang
27 November 2022	1 Orang	1 Orang
28 November 2022	14 Orang	14 Orang
29 November 2022	10 Orang	10 Orang
30 November 2022	4 Orang	4 Orang
1 Desember 2022	2 Orang	2 Orang
3 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
4 Desember 2022	7 Orang	7 Orang
5 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
6 Desember 2022	4 Orang	4 Orang
7 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
8 Desember 2022	1 Orang	1 Orang
9 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
10 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
11 Desember 2022	5 Orang	5 Orang
12 Desember 2022	7 Orang	7 Orang
13 Desember 2022	5 Orang	5 Orang
14 Desember 2022	5 Orang	5 Orang
15 Desember 2022	2 Orang	2 Orang
16 Desember 2022	3 Orang	3 Orang
18 Desember 2022	1 Orang	1 Orang
19 Desember 2022	2 Orang	2 Orang
20 Desember 2022	11 Orang	7 Orang
21 Desember 2022	1 Orang	1 Orang
22 Desember 2022	9 Orang	7 Orang
<b>Total</b>	<b>164 Orang</b>	<b>158 Orang</b>

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, responden yang digunakan sebanyak 158 *fresh graduate* yang lulus dari perguruan tinggi tidak lebih dari 6 bulan, berusia 20-25 tahun, sedang mencari pekerjaan dan belum memiliki pengalaman kerja.

**Tabel 4.9 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian**

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	20	12,7%
Perempuan	138	87,3%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas, jenis kelamin pada penelitian ini didominasi oleh perempuan dengan jumlah 138 orang dan persentase sebesar 87,3%,

**Tabel 4.10 Deskripsi Usia Subjek Penelitian**

Usia	Jumlah	Persentase
20 tahun	5	3,2%
21 tahun	28	17,7%
22 tahun	92	58,2%
23 tahun	25	15,8%
24 tahun	5	3,2%
25 tahun	3	1,9%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data diatas, usia subjek pada penelitian ini didominasi oleh subjek berusia 22 tahun, yaitu sebanyak 92 orang dengan persentase sebesar 58,2%

**Tabel 4.11 Deskripsi Domisili Subjek Penelitian**

Domisili	Jumlah	Persentase
Pulau Sumatera	66	41,8%
Pulau Jawa	57	36,1%
Pulau Kalimantan	13	8,2%
Pulau Sulawesi	9	5,7%
Pulau Papua	2	1,3%
Kepulauan Riau	3	1,9%
Kepulauan Bangka Belitung	2	1,3%
Kepulauan Nusa Tenggara	2	1,3%
Kepulauan Maluku	4	2,5%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data diatas, diperoleh kesimpulan bahwa didominasi oleh subjek yang berasal dari Pulau Sumatera sebanyak 66 orang dengan persentase 41,8%.

**Tabel 4.12 Deskripsi Pendidikan Terakhir**

<b>Pendidikan Terakhir</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Sarjana	126	79,7%
Diploma	32	20,3%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data diatas, subjek dengan jumlah pendidikan terakhir yang terbanyak yaitu subjek dari pendidikan terakhir sarjana yang berjumlah 126 orang dengan persentase 79,7%

**Tabel 4.13 Deskripsi Asal Perguruan Tinggi Subjek Penelitian**

<b>Perguruan Tinggi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Perguruan Tinggi Negeri	107	67,7%
Perguruan Tinggi Swasta	51	32,3%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data diatas, subjek dengan jumlah asal perguruan tinggi yang terbanyak yaitu subjek dari perguruan tinggi negeri yang berjumlah 107 orang dengan persentase 67,7%

**Tabel 4.14 Deskripsi IPK Subjek Penelitian**

<b>IPK</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
3,51-4,0	115	72,8%
3,01-3,50	40	25,3%
2,76-3,00	3	1,9%
2,00-2,75	0	0%
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil pengelompokkan pada tabel diatas, subjek dengan jumlah IPK yang terbanyak yaitu subjek dengan IPK 3,51-4,0 yang berjumlah 115 orang dengan persentase 72,8%, sedangkan yang terendah berasal dari subjek yang memiliki IPK 2,76-3,00 sebanyak 3 orang dengan persentase 1,9%.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

**Tabel 4.15 Data Deskriptif Subjek Penelitian**

Variabel	Data Hipotetik					Data Empiris				
	Min	Max	SD	Mean	Med	Min	Max	SD	Mean	Med
<i>Self Efficacy</i>	18	72	9	45	47	46	72	5,8	60,04	59
<i>Self Determination</i>	18	72	9	45	46	42	70	5,8	56,87	56
<i>Optimism</i>	18	72	9	45	49	46	72	5,7	59,91	60

Berikut tabel formulasi yang digunakan pada penelitian ini :

**Tabel 4.16 Formulasi Kategorisasi**

Kategori	Formulasi
Rendah	$X < \text{Median}$
Tinggi	$X \geq \text{Median}$

Berdasarkan formulasi kategori tersebut, peneliti mengkategorisasikan

tiap-tiap variabel yaitu sebagai berikut :

### a. *Self Efficacy*

Kategorisasi pada variabel *self efficacy* dapat ditentukan berdasarkan skor total subjek pada skala *self efficacy*.

**Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi *Self Efficacy* Subjek Penelitian**

Kategori	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 47$	Rendah	2	1,3 %
$X \geq 47$	Tinggi	156	98,7 %
<b>Total</b>		<b>158</b>	<b>100%</b>

### b. *Self Determination*

Berdasarkan data tersebut, dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel *self determination* sebagai berikut:

**Tabel 4.18 Deskripsi Kategorisasi *Self Determination* Subjek Penelitian**

Kategori	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 46$	Rendah	3	1,9%
$X \geq 46$	Tinggi	155	98,1 %
<b>Total</b>		<b>158</b>	<b>100%</b>

### c. *Optimism*

Berdasarkan data tersebut, dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel *optimism* sebagai berikut:

**Tabel 4.19 Deskripsi Kategorisasi *Optimism* Subjek Penelitian**

Kategori	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 49$	Rendah	1	0,6%
$X \geq 49$	Tinggi	157	99,4%
<b>Total</b>		<b>158</b>	<b>100%</b>

## 3. Uji Analisis Data Penelitian

### a. Uji Asumsi Penelitian

#### 1) Uji Normalitas

Peneliti menggunakan uji normalitas dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* yang bertujuan untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Setelah dilakukan transformasi data, peneliti menguji kembali data menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Setelah dilakukan transformasi data dan uji *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan hasil bahwa variabel *optimism* berdistribusi normal, hal ini terlihat dari angka signifikansi uji normalitas variabel *optimism* menjadi 0,051 ( $p > 0,05$ ).

**Tabel 4.20 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian**

Variabel	K-SZ	Sig	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	0,933	0,349	Normal
<i>Self Determination</i>	0,937	0,343	Normal
<i>Optimism</i>	1,355	0,051	Normal

Oleh karena itu data pada variabel *self efficacy* dapat dikatakan berdistribusi normal.

## 2) Uji Linearitas

Dalam penelitian ini, uji linearitas menggunakan teknik *Test For Linearity* melalui SPSS versi 16.0. Hubungan antar variabel dinyatakan linear jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ).

**Tabel 4.21 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian**

Variabel	Linearity		Keterangan
	F	Sig	
<i>Self Efficacy – Self Determination</i>	204.342	0,000	Linear
<i>Self Efficacy – Optimism</i>	201.197	0,000	Linear

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji linearitas pada variabel *self efficacy – self determination*, maupun *self efficacy – optimism* data dikatakan linear.

## 3) Uji Multikolinearitas

**Tabel 4.22 Hasil Uji Multikolinearitas Variabel Penelitian**

Variabel	Multikolinearitas		Keterangan
	Tolerance	VIF	
<i>Self Determination</i>	0,438	2,282	Tidak terjadi Multikolinearitas
<i>Optimism</i>	0,438	2,282	Tidak terjadi Multikolinearitas

Berdasarkan hal itu dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas pada penelitian ini.

## 4) Uji Heteroskedastisitas

Selain melakukan uji multikoleniaritas peneliti juga menggunakan uji heteroskedastisitas untuk melihat apakah model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual pengamatan satu ke pengamatan lain

**Tabel 4.23 Hasil Uji Heteroskedastisitas Variabel Penelitian**

Variabel	Heteroskedastisitas Sig	Keterangan
<i>Self Determination</i>	0,626	Tidak terjadi Heteroskedastisitas
<i>Optimism</i>	0,223	Tidak terjadi Heteroskedastisitas

## b. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini, peneliti juga melakukan uji hipotesis menggunakan teknik analisis *multiple regression*, untuk mengetahui apakah variabel independen (*self determination* dan *optimism*) berpengaruh secara terhadap variabel dependen (*self efficacy*) atau tidak.

### 1) Hipotesis Mayor

**Tabel 4.24 Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	R	R Square	F	Sig.	Keterangan
<i>Self Efficacy – Self Determination &amp; Optimism</i>	0,800	0,640	137,821	0,000	Signifikan

Hasil uji hipotesis membuktikan ada peran yang signifikan antara kedua variabel independen yaitu *self determination* ( $X_1$ ) dan *optimism* ( $X_2$ ) terhadap variabel dependen yaitu *self efficacy*.

### 2) Hipotesis Minor

#### a) Hipotesis Pertama

**Tabel 4.25 Hasil Uji Hipotesis Minor<sub>1</sub>**

Variabel	Sig	Beta	t	Keterangan
<i>Self Efficacy – Self Determination</i>	0,000	0,443	6,083	Signifikan

Berdasarkan analisis yang dilakukan, didapatkan nilai signifikansi antara variabel *self determination* dan *self efficacy* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga hipotesis penelitian ini diterima.

#### b) Hipotesis Kedua

**Tabel 4.26 Hasil Uji Hipotesis Minor<sub>2</sub>**

Variabel	Sig	Beta	t	Keterangan
<i>Self Efficacy – Optimism</i>	0,000	0,413	5,667	Signifikan

Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan, didapatkan nilai signifikansi antara variabel *optimism* dan *self efficacy* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

### D. Hasil Analisis Tambahan

#### 1. Hasil Uji Beda *Self efficacy*, *Self Determination* dan *Optimism*

##### Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.27 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek Penelitian**

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	Levene's Test	Sig	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	Laki-laki	59,90	0,864	0,906	Tidak Ada Perbedaan
	Perempuan	60,07			
<i>Self Determination</i>	Laki-laki	57,55	0,772	0,576	Tidak Ada Perbedaan
	Perempuan	56,77			
<i>Optimism</i>	Laki-laki	60,60	0,717	0,566	Tidak Ada Perbedaan
	Perempuan	59,80			

**2. Hasil Uji Beda *Self efficacy*, *Self Determination* dan *Optimism*  
Berdasarkan Usia**

**Tabel 4.28 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek Penelitian**

<b>Variabel</b>	<b>Usia</b>	<b>Mean</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Self Efficacy</i>	20 tahun	62,60	1,502	0,192	Tidak Ada Perbedaan
	21 tahun	62,07			
	22 tahun	59,20			
	23 tahun	60,60			
	24 tahun	60,80			
	25 tahun	57,00			
<i>Self Determination</i>	20 tahun	59,20	0,280	0,924	Tidak Ada Perbedaan
	21 tahun	57,25			
	22 tahun	56,76			
	23 tahun	56,72			
	24 tahun	56,40			
	25 tahun	54,67			
<i>Optimism</i>	20 tahun	61,20	1,284	0,274	Tidak Ada Perbedaan
	21 tahun	61,57			
	22 tahun	59,39			
	23 tahun	60,56			
	24 tahun	58,60			
	25 tahun	54,67			

**3. Hasil Uji Beda *Self efficacy*, *Self Determination* dan *Optimism*  
Berdasarkan Pendidikan Terakhir**

**Tabel 4.29 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Pendidikan Terakhir****Subjek Penelitian**

<b>Variabel</b>	<b>Pendidikan Terakhir</b>	<b>Mean</b>	<b>Levene's Test</b>	<b>Sig</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Self Efficacy</i>	Sarjana	60,21	0,610	0,470	Tidak Ada Perbedaan
	Diploma	59,38			
<i>Self Determination</i>	Sarjana	56,97	0,092	0,666	Tidak Ada Perbedaan
	Diploma	56,47			
<i>Optimism</i>	Sarjana	59,98	0,980	0,734	Tidak Ada Perbedaan
	Diploma	59,59			

**4. Hasil Uji Beda *Self efficacy*, *Self Determination* dan *Optimism* Berdasarkan Asal Perguruan Tinggi**

**Tabel 4.30 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan Perguruan Tinggi Subjek Penelitian**

<b>Variabel</b>	<b>Perguruan Tinggi</b>	<b>Mean</b>	<b>Levene's Test</b>	<b>Sig</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Self Efficacy</i>	Negeri	60,43	0,200	0,231	Tidak Ada Perbedaan
	Swasta	59,24			
<i>Self Determination</i>	Negeri	57,43	0,949	0,078	Tidak Ada Perbedaan
	Swasta	55,69			
<i>Optimism</i>	Negeri	60,48	0,968	0,071	Tidak Ada Perbedaan
	Swasta	58,71			

## 5. Hasil Uji Beda *Self efficacy*, *Self Determination* dan *Optimism* Berdasarkan IPK

**Tabel 4.31 Deskripsi Uji Beda Berdasarkan IPK Subjek Penelitian**

Variabel	IPK	Mean	F	Sig	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	3,51-4,0	60,49	1,710	0,184	Tidak Ada Perbedaan
	3,01-3,50	59,10			
	2,76-3,00	55,67			
	2,00-2,75	0			
<i>Self Determination</i>	3,51-4,0	57,12	0,403	0,669	Tidak Ada Perbedaan
	3,01-3,50	56,20			
	2,76-3,00	56,00			
	2,00-2,75	0			
<i>Optimism</i>	3,51-4,0	60,15	0,785	0,458	Tidak Ada Perbedaan
	3,01-3,50	59,48			
	2,76-3,00	56,33			
	2,00-2,75	0			

## 6. Sumbangan Efektif

Peneliti melakukan uji sumbangan efektif dari hasil analisis berganda yang telah dipaparkan pada tabel 4.24.

**Tabel 4.32 Deskripsi Data Sumbangan Efektif *Self Determination* dan *Optimism* Terhadap *Self Efficacy***

Variabel	B	Cross Product	Regresi	Sumbangan Efektif (R <sup>2</sup> )
<i>Self Determination</i>	0,444	4015,930	3429.947	64,0%
<i>Optimism</i>	0,418	3940,665		

Selanjutnya peneliti melakukan perhitungan manual untuk mendapatkan uji sumbangan efektif dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$SE_{xi} = \left| \frac{b_{xi} \cdot \text{crossproduct} \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

Setelah peneliti melakukan perhitungan manual, didapatkan hasil setiap variabel *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy*, pada tabel di bawah ini :

**Tabel 4.33 Deskripsi Sumbangan Efektif *Self Determination* dan *Optimism* Terhadap *Self Efficacy***

Variabel	Sumbangan Efektif (R)
<i>Self Determination</i>	33,3%
<i>Optimism</i>	30,7%
<b>Total</b>	<b>64,0%</b>

Berdasarkan hasil uji sumbangan efektif dapat disimpulkan bahwa variabel *self determination* dan *optimism* secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif pada variabel *self efficacy* sebesar 64,0%.

## 7. Uji Mean *Self Efficacy*

**Tabel 4.34 Hasil Uji Mean *Self Efficacy***

Dimensi	Mean	Standar Deviasi
<i>Level</i>	20,28	2.139
<i>Generality</i>	19,09	2.428
<i>Strength</i>	20,66	2.228

## 8. Uji Mean *Self Determination*

**Tabel 4.35 Hasil Uji Mean *Self Determination***

<b>Dimensi</b>	<b>Mean</b>	<b>Standar Deviasi</b>
<i>Autonomy</i>	18,03	2.196
<i>Relatedness</i>	18,87	2.384
<i>Competence</i>	19,97	2.377

## 9. Uji Mean *Optimism*

**Tabel 4.36 Hasil Uji Mean *Optimism***

<b>Dimensi</b>	<b>Mean</b>	<b>Standar Deviasi</b>
<i>Permanence</i>	20,80	2.027
<i>Pervasiveness</i>	20,32	2.291
<i>Personalization</i>	18,78	2.267

### E. Pembahasan

Peneliti menggunakan teknik analisis regresi berganda dalam pengujian hipotesis antara variabel *self efficacy*, *self determination* dan *optimism* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan. Hasil analisis yang diperoleh dari nilai signifikansi *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut membuktikan bahwa adanya peran *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan. Maka dari itu hipotesis mayor dalam penelitian ini dapat diterima.

Hasil uji hipotesis pada nilai *R Square* menunjukkan bahwa peran *self determination* dan *optimism* secara bersama-sama terhadap *self efficacy* sebesar

0,640. Hal tersebut menunjukkan bahwa kontribusi *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* adalah sebesar 64,0%, sedangkan sisanya sebesar 0,360 (36,0%) dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor lain yang mempengaruhi *self efficacy* diantaranya yaitu *vicarious experience* atau pengalaman orang lain merupakan variabel yang berpengaruh terhadap efikasi diri seseorang, dimana ketika individu mengamati keberhasilan orang lain, maka dapat mendorong individu merasa bahwa dirinya juga mampu berhasil seperti yang orang lain dapatkan (Shelda & Handayani, 2020).

Peneliti kemudian mengkategorikan subjek dalam penelitian ini menjadi dua kategori yaitu rendah dan tinggi. Berdasarkan hasil kategorisasi subjek, pada variabel *self efficacy*, *self determination* dan *optimism* subjek berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil pengkategorisasian pada variabel *self efficacy* didapatkan hasil pada kategori tinggi, hal ini berbeda dengan fenomena yang peneliti amati dan referensi teori yang peneliti temukan. Berdasarkan fenomena dan referensi yang didapatkan menunjukkan bahwa *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan menunjukkan tingkat *self efficacy* yang rendah, seperti tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Peneliti menduga terdapat faktor-faktor lain yang memberikan pengaruh terhadap perbedaan yang peneliti temukan ini. Salah satu faktor yang dapat berpengaruh pada tingkat *self efficacy* yaitu kecerdasan emosi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yaponi dan Suhranan (2013) menyatakan bahwa kecerdasan emosi yang tinggi mampu meningkatkan *self efficacy*, ketika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang

baik akan membuat individu tidak mudah menyerah terhadap tantangan dan segera bangkit dari kegagalan.

Kategorisasi yang dilakukan pada variabel *self determination* didapatkan pada kategori tinggi. Tingkat *self determination* pada kategori tinggi ini menandakan bahwa subjek mampu mengarahkan dirinya sesuai dengan kemauanya dan dapat mengembangkan diri. Menurut Irmawati dan Wulandari (2017) seseorang yang memiliki tingkat *self determination* yang tinggi mampu bergerak berdasarkan dorongan internal dari dalam dirinya bukan berdasarkan dorongan dari lingkungan.

Berdasarkan kategorisasi pada *optimism* juga didapatkan pada kategori tinggi. Tingkat *optimism* dengan kategorisasi tinggi menandakan bahwa individu memandang secara positif bahwa kejadian buruk hanya bersifat sementara dan bukan sepenuhnya disebabkan oleh diri sendiri dan menganggap peristiwa buruk sebagai sebuah tantangan. Individu yang memiliki tingkat *optimism* yang tinggi tidak mudah putus asa ketika menghadapi tantangan yang terjadi didalam dunia kerja (Safitri, Farida, Eva & Puspitasari, 2022).

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian yang telah dilakukan yaitu :

1. Ada peran yang signifikan antara *self determination* dan *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan
2. Ada peran yang signifikan antara *self determination* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan
3. Ada peran yang signifikan antara *optimism* terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang didapatkan, peneliti memberikan saran untuk penelitian selanjutnya, sebagai berikut :

##### **1. Bagi *Fresh Graduate***

Berdasarkan uji *mean* tersebut peneliti memberi saran bagi para *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan untuk meningkatkan *generality* melalui berbagai cara. Berdasarkan hasil uji *mean self determination* diperoleh bahwa dimensi *autonomy* merupakan dimensi yang memiliki *mean* yang paling rendah dibandingkan dimensi lainnya. Sehingga peneliti memberikan saran untuk *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan untuk meningkatkan *autonomy*

Selanjutnya berdasarkan hasil uji *mean* pada variabel *optimism* nilai *mean* pada dimensi *personalization* mendapatkan nilai yang paling rendah dibandingkan dengan dimensi lainnya pada variabel *optimism*. Berdasarkan uji *mean* tersebut peneliti memberikan saran kepada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan untuk meningkatkan *personalization* melalui berbagai cara.

## **2. Bagi Perguruan Tinggi**

Pihak perguruan tinggi dapat memberikan layanan konseling karir yang dapat diikuti oleh mahasiswa kapan saja mereka membutuhkan.

## **3. Bagi Penelitian Selanjutnya**

- a. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan berbagai variabel lain yang dapat berperan terhadap *self efficacy* pada *fresh graduate* yang sedang mencari pekerjaan.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan sampel dengan setting yang berbeda misalnya lulusan SMK/SMA, lulusan magister, maupun lulusan program pendidikan doktor untuk mendapatkan gambaran yang lebih luas mengenai *self determination*, *optimism* dan *self efficacy* dalam proses pencarian kerja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S. (2015). Hubungan Antara Self Esteem dengan Optimisme Masa Depan Pada Siswa Santri Program Tahfidz di Pondok Pesantren Al Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. *Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Adityawarman, D. (2019). Optimisme dan Dukungan Sosial terhadap Self-Efficacy Anak Jalanan. In *TAZKIYA: Journal of Psychology* (Vol. 7, Issue 2). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i2.13473>
- Agustika, Wayan Putra & Hary, P. (2012). Pengaruh Optimisme dan Empati Terhadap Efikasi Diri Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Baturetno Banguntapan Yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 3(1), 1–23.
- Agustika, I. W. P., & Hary A, T. P. (2017). Pengaruh Optimisme Dan Empati Terhadap Efikasi Diri Siswa Sekolah Sepak Bola (Ssb) Baturetno Banguntapan Yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 3(1), 52. <https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1125>
- Ah'ya, F. K. (2022). *Pengaruh Optimisme terhadap Subjective Well Being Siswa di Batulicin*. 5(3), 248–253.
- Akhtar, S., Ghayas, S., & Adil, A. (2013). Self-efficacy and optimism as predictors of organizational commitment among bank employees. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 2(2), 7. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2012.131>
- Anas, I., & Hamzah, S. R. (2022). Predicting career adaptability of fresh graduates through personal factors. *European Journal of Training and Development*, 46(3–4), 302–316. <https://doi.org/10.1108/EJTD-02-2020-0023>
- Andriyani Juli, S. hajat sari hidayati. (2022). Gambaran Determinasi Diri Pada Perempuan Di Dunia Politik (Di Kasus DPRK Kota Banda Aceh dan Kabupaten Aceh Besar). *Takammul: Jurnal Studi Gender Dan Islam Serta Perlindungan Anak*, 1–17.
- Anggraini, D., & Iswari, R. D. W. I. (2022). Optimisme dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa di Era New Normal ( College Students ' Optimism and Career Adaptability in The New Normal Era ). *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 13(1), 79–88.
- Ardiyanti, Difa, A. A. (2015). Pelatihan “PLANS” untuk Meningkatkan Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir. *Gajah Mada Journal of Professional* ..., 1(1), 1–17. <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/71106>
- Arvanitis, A. (2017). Autonomy and morality: A Self-Determination Theory discussion of ethics. *New Ideas in Psychology*, 47, 57–61.

<https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2017.06.001>

- Azkiah, F., & Sundayana, R. (2022). Kemampuan Representasi Matematis Siswa SMP Berdasarkan Self-Efficacy Siswa. *Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(2), 221–232. <https://doi.org/10.31980/plusminus.v2i2.1829>
- Azwar, S. (2014). Penyusunan skala psikologi. In *Pustaka Pelajar*. Yogyakarta (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1125>
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: the exercise of control. In *Choice Reviews Online* (Vol. 35, Issue 03, pp. 35-1826-35-1826). <https://doi.org/10.5860/choice.35-1826>
- Basten-Günther, J., Peters, M., & Lautenbacher, S. (2019). Optimism and the Experience of Pain: A Systematic Review. *Behavioral Medicine*, 45(4), 323–339. <https://doi.org/10.1080/08964289.2018.1517242>
- Bissessar, C., Black, D., & Boolaky, M. (2019). An Analysis of Intercultural Students' Self-Determination in Graduate Online Programmes: Implications for Praxis. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*, 22(1), 36–52. <https://doi.org/10.2478/eurodl-2019-0003>
- Blakeslee, J., Miller, R., & Uretsky, M. (2022). Efficacy of the Project Futures self-determination coaching model for college students with foster care backgrounds and mental health challenges. *Children and Youth Services Review*, 138(July), 1–17. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106507>
- BPS. (2021). Jumlah Perguruan Tinggi, Tenaga Pendidik dan Mahasiswa(Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Provinsi, 2021. Bps.Go.Id. [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzdz09/da\\_04/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzdz09/da_04/1)
- Brilian, N. A. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kesiapan Kerja Pada Fresh Graduate Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Cahyanita, R., Tyas, R., & Cahyadi, A. (2022). Keterkaitan kepribadian hardiness dengan optimisme dalam mencari pekerjaan pada dewasa awal the relationship of the hardiness personality with optimism in job seeking in early adult. *Psycho Idea*, 20, 118–127.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., & Eisenberg, N. (2012). Prosociality: The contribution of traits, values, and self-efficacy beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1289–1303. <https://doi.org/10.1037/a0025626>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in*

*Cognitive Sciences*, 18(6), 293–299.  
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>

- Chalid. (2021). Tingkat kompetensi mahasiswa fresh graduate dalam menghadapi persaingan dunia kerja. *Indonesian Journal of Teaching and Teacher Education*, 1, 10–13.
- Chin, N. S., Khoo, S., & Low, W. Y. (2012). Self-determination and goal orientation in track and field. *Journal of Human Kinetics*, 33(1), 151–161. <https://doi.org/10.2478/v10078-012-0054-0>
- Clet, G. M. R., & Chavez, J. C. (2021). Influence of Self-determination, Self-efficacy and Leadership on Students' Work Immersion Performance. *Academia Letters*. <https://doi.org/10.20935/al2062>
- da Motta Veiga, S. P., & Gabriel, A. S. (2016). The role of self-determined motivation in job search: A dynamic approach. *Journal of Applied Psychology*, 101(3), 350–361. <https://doi.org/10.1037/apl0000070>
- da Motta Veiga, S. P., & Turban, D. B. (2018). Insight into job search self-regulation: Effects of employment self-efficacy and perceived progress on job search intensity. *Journal of Vocational Behavior*, 108(November 2017), 57–66. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.06.010>
- Daniela Martinek, & Ulrike Kipman. (2016). Self-determination, Self-efficacy and Self-regulation in School: A Longitudinal Intervention Study With Primary School Pupils. *Sociology Study*, 6(2). <https://doi.org/10.17265/2159-5526/2016.02.005>
- Darmasnyah. (2020). *Peningkatan Kompetensi Lulusan Menuju Persaingan Global*. 1–17.
- Dawkins, S., Martin, A., Scott, J., & Sanderson, K. (2013). Building on the positives: A psychometric review and critical analysis of the construct of Psychological Capital. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86(3), 348–370. <https://doi.org/10.1111/joop.12007>
- Dena Laksmi, P. P., Suniasih, N. W., & Ngurah Wiyasa, K. (2018). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Efikasi Diri. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 23(1), 81–87. <https://doi.org/10.23887/mi.v23i1.16410>
- Develos-Sacdalan, K., & Bozkus, K. (2018a). The Mediator Role of Resilience between Self-Determination and Self-Efficacy. *Online Submission*, 4(50), 49–60.
- Develos-Sacdalan, K., & Bozkus, K. (2018b). The Mediator Role of Resilience between Self-Determination and Self-Efficacy. *Education Science and Psychology*, 4(50), 49–60. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED592762.pdf>

- Dewi, R. (2017). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kematangan Karir Pada Mahasiswa Keperawatan STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe The Relationship Of Relationship Between Self Efficacy And Social Support With Career Maturity On The Student Of Nurse Sti. *Analitika*, 9(1), 52–60.
- Dharmasatya, A., & Wilani, N. M. A. (2020). Peran determinasi diri dan dukungan sosial terhadap kematangan karier pada remaja siswa SMA kelas XII di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Mental Dan Budaya*, 2, 60–72.
- Dhatt, H. K., & Rishi, S. (2015). Study of Self-efficacy and optimism of B.Ed. students. *European Journal of Academic Essays*, 2(9), 102–106.
- Dionigi, A., Casu, G., & Gremigni, P. (2020). Associations of self-efficacy, optimism, and empathy with psychological health in healthcare volunteers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17166001>
- Djunaedi, N., Juwitaningrum, I., & Ihsan, H. (2022). Pengaruh Locus Of Control Terhadap Kematangan Karir yang Dimediasi oleh Self Efficacy Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 81.
- El Hasbi, Hairina, M. (2022). The Role of Optimism on Self-Efficacy in Memorizing the Qur ' an of Elementary School Students ' . *Journal An-Nafs*, 6–12.
- Evita. (2019). Hubungan Antara Kompetensi Dan Perencanaan Karir Alumni Freshgraduate Program Manajemen Bisnis Di Universitas Kristen Petra. *Agora*, 7(2).
- Fauzan, F. (2020). Analisis Soft Skill Dan Hard Skill Serta Pengaruhnya Terhadap Optimisme Calon Lulusan Prodi Manajemen Unihaz Bengkulu. *Creative Research Management Journal*, 3(1), 11. <https://doi.org/10.32663/crmj.v3i1.1280>
- Firmansyah, R. M., Dwi, A. T., & Saifudin, A. G. (2022). Persaingan Jobseeker Bagi Freshgraduate di Era Milenial. *Jurnal Sahmiyya*, 1, 150–156.
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107–120. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.02.002>
- Gagne, M. (2014). Work Engagement, Motivation, and Self-Determination Theory. In *Oxford Library Of Psychology*.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., & Pressman, S. D. (2013). Optimism is universal: Exploring the presence and benefits of optimism in a representative sample of the world. *Journal of Personality*, 81(5), 429–440.

<https://doi.org/10.1111/jopy.12026>

- Gannouni, K., & Ramboarison-Lalao, L. (2018). Leadership and students' academic success: mediating effects of self-efficacy and self-determination. *International Journal of Leadership in Education*, 21(1), 66–79. <https://doi.org/10.1080/13603124.2015.1123300>
- Geon, S. A. B. (2016). Hubungan antara Efikasi Diri dan Determinasi Diri Siswa Kelas X SMA Charitas. *Psiko-Edukasi*, 14(1), 28–38. <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/545/426>
- Ginting, M. L. B. (2021). Perluasan Kesempatan Kerja Bagi Freshgraduate di Masa Pandemi Covid-19, Apa Peran Pemerintah? *Jurnal Ketenagakerjaan*, 16(2). <http://journals.kemnaker.go.id/index.php/naker/article/view/106>
- Gomes, S. A. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Subjective Well-Being pada Karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 2.
- Gore, P. A., Leuwerke, W. C., & Turley, S. E. (2005). A psychometric study of the college self-efficacy inventory. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 7(3–4), 227–244. <https://doi.org/10.2190/5CQF-F3P4-2QAC-GNVJ>
- Hajek Andre, H.-H. K. (2019). The Role of Optimism, Self-esteem, and Self Efficacy in Moderating the Relation Between Health Comparisons and subjective Well-Being: Results of a Nationally Representative Longitudinal Study Among Older Adults. *British Journal of Health Psychology*, 4. <https://doi.org/DOI:10.1111/bjhp.12367>
- Han, J. (2021). Predictive Factors of Self-control in Contactless Online Learners ' Self- determination Motivation: Mediated effect of self-efficacy. *International Journal of Advanced Smart Convergence*, 10(2), 31–35.
- Hariyati, D. R., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Hariyati, R. D. & D. K. D. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Harjanto, Chrisna Tri, S. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kompetensi pemesinan siswa pada pendidikan kejuruan. *Jurnal Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan*, 17(2), 1.
- Hasbi, A. Z. El. (2022). Peran Optimisme Terhadap Efikasi Diri Dalam Menghafal Al-Qur'an Pada Siswa Kelas 5 Dan 6 SD Muhammadiyah 8 & 10 Banjarmasin. v. <http://idr.uin-antasari.ac.id/19895/>

- Hermawan, B. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan efikasi diri (Studi pada fresh graduate yang mencari pekerjaan). 2.
- Hidayat, Mazid, Nursantika, Dian, Umbara, F. R. (2017). Sistem Informasi Pencari Kerja di Kabupaten Bandung Barat. *Prosiding SNATIF*, 2011(1), 1–2.
- Holmstrom, A. J., Russell, J. C., & Clare, D. D. (2015). Assessing the Role of Job-Search Self-Efficacy in the Relationship between Esteem Support and Job-Search Behavior among Two Populations of Job Seekers. *Communication Studies*, 66(3), 277–300. <https://doi.org/10.1080/10510974.2014.991043>
- Hui, E. K. P., & Tsang, S. K. M. (2012). Self-determination as a psychological and positive youth development construct. *The Scientific World Journal*, 2012(page 105). <https://doi.org/10.1100/2012/759358>
- Imro'ah, S., Winarso, W., & Baskoro, E. P. (2019). Analisis Gender Terhadap Kecemasan Matematika Dan Self Efficacy Siswa. *Kalamatika Jurnal Pendidikan Matematika Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(1), 23–36. <https://doi.org/10.22236/kalamatika.vol4no1.2019pp23-36>
- Irmawati, I., & Wulandari Kn, A. S. (2017). Pengaruh Quality of Work Life, Self Determination, Dan Job Performance Terhadap Work Engagement Karyawan. *Jurnal Manajemen Dayasaing*, 19(1), 27–36. <https://doi.org/10.23917/dayasaing.v19i1.5103>
- Istiqomah, & Prastuti, E. (2020). Student Optimism Regarding Online Learning During the Covid-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 2020, 187–194. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8204>
- Iwanaga, K., Chan, F., Tansey, T. N., Hoyt, W. T., & Berven, N. L. (2021). Evaluation of Constructs Based on Self-Determination Theory and Self-Efficacy Theory as Predictors of Vocational Rehabilitation Engagement for People With Physical and Sensory Disabilities. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 64(3), 131–144. <https://doi.org/10.1177/0034355220942301>
- Katz, I., Eilot, K., & Nevo, N. (2014). “I’ll do it later”: Type of motivation, self-efficacy and homework procrastination. *Motivation and Emotion*, 38(1), 113–117. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9366-1>
- Khan, A. A., Mavers, S., Benjamin, D. J., & Baker, R. (2020). The Relationship Between Self-Determination and English Language Acquisition: A Case Study of Human Determination, Self-Efficacy, & Success. *Expanding Global Horizons Through Technology Enhanced Language Learning*.
- Kim, M. H., Anderson, R. C., DeRosia, N., Madison, E., & Husman, J. (2021). There are two I’s in motivation: Interpersonal dimensions of science self-efficacy among racially diverse adolescent youth. *Contemporary Educational*

*Psychology*, 66(June), 101989.  
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101989>

- Kleiman, E. M., Chiara, A. M., Liu, R. T., Jager-Hyman, S. G., Choi, J. Y., & Alloy, L. B. (2017). Optimism and well-being: a prospective multi-method and multi-dimensional examination of optimism as a resilience factor following the occurrence of stressful life events. *Cognition and Emotion*, 31(2), 269–283. <https://doi.org/10.1080/02699931.2015.1108284>
- Koç, K., & Pepe, O. (2018). The Investigation of the Relationship between Happiness Levels of the Faculty of Sports Sciences and the Levels of Life Satisfaction and Optimism. *World Journal of Education*, 8(6), 74. <https://doi.org/10.5430/wje.v8n6p74>
- Lara, R., Vázquez, M. L., Ogallar, A., & Godoy-Izquierdo, D. (2020). Optimism and social support moderate the indirect relationship between self-efficacy and happiness through mental health in the elderly. *Health Psychology Open*, 7(2). <https://doi.org/10.1177/2055102920947905>
- Legault, L. (2020). Self-Determination Theory. *Personality and Individual Differences*, June. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8>
- Lestari, I. P. K. (2014). Upaya meningkatkan self-efficacy rendah terhadap pemilihan karir dengan konseling behavior teknik modeling simbolik kelas VIII E di SMP N 6 Batang.
- MA Wen-ying, & LIU Xi. (2016). A New View on Teaching Motivation—Self-determination Theory. *Sino-US English Teaching*, 13(1), 33–39. <https://doi.org/10.17265/1539-8072/2016.01.006>
- Maddux, J. E., & Kleiman, E. M. (2016). Self-efficacy: A foundational concept for positive clinical psychology. In A. M. Wood & J. Johnson (Eds.), *The Wiley Handbook of Positive Clinical Psychology* (Pp. 89–101). Wiley Blackwell., 396–397. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118468197.ch7>
- Mamahit, H. C. (2014). Hubungan Antara Determinasi Diri Dan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 12(2), 90–100. <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/297>
- Marina, A., & Utari, P. A. (2019). Gaya Kepemimpinan Perempuan Ditinjau Dari Peran Optimisme Dan Efikasi Diri di Universitas Dharma Andalas. *Jurnal Menara Ekonomi: Penelitian Dan Kajian Ilmiah Bidang Ekonomi*, 5(3)(3), 1–11.
- Mens, M. G., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2016). Optimism. In *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (Issue March). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.24>

- Merida, D. A., Rifayanti, R., & Putri, E. T. (2021). Efikasi Diri Dengan Kesiapan Kerja Pada Dewasa Awal di Kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 900. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6842>
- Monica. (2018). Analisis pengaruh perceived employability, job search attitude terhadap job search intention (kasus pada fresh graduate di wilayah DKI Jakarta dan Banten). *Doctoral Dissertation, Universitas Multimedia Nusantara*, 1–25.
- Mpondo, F., Ruiters, R. A. C., van den Borne, B., & Reddy, P. S. (2015). Self-determination and gender–power relations as predictors of condom use self-efficacy among South African women. *Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915598676>
- Muna, L. N. (2015). Pengaruh Peran Ayah (Fathering) terhadap Determinasi Diri (self Determination) Remaja. *Psikoislamika Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, 12.
- Mustikasari, R. (2018). *efektivitas expressive writing untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa fresh graduate yang sedang mencari kerja*.
- Nabila, Y. S., & Irhandayaningsih, A. (2022). Perilaku Pencarian Informasi Fresh Graduate Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro dalam Mencari Pekerjaan. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi*, 6(1), 13–22. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/anuva/article/view/13922>
- Nastiti, R., Koroy, T. R., Rusvitawati, D., Krismanti, N., & Hermaniar, Y. (2021). Pelatihan Persiapan Menghadapi Dunia Kerja Bagi Mahasiswa Lulusan Baru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17–21.
- Nilamsari, G. A., Sugara, G. S., & Sulistiana, D. (2020). Analisis Determinasi Diri Remaja. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 4(1), 20–33. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Nindyasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role Of Citizens And Entrepreneurship Unemployment Rate In Pressing College Graduates. *Jurnal Liga Hukum*, 1(1).
- Novitasari, N. D. (2019). Hubungan Antara Presence Of Purpose Terhadap Career Indecision Making Pada Fresh Graduate Di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 3(2), 47–54.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 2003, 1–23.
- Nurjanah, A. S. (2020). Kecemasan Mahasiswa Fresh Graduate Dalam Melamar Pekerjaan. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 35–38.
- Ogbodo, E. (2012). The contributions of self-efficacy and perceived

- Organisational support when taking charge at work. *SA Journal of Industrial Psychology*, 38(1), 1–11. <https://doi.org/10.4102/sajip.v38i1.979>
- PDDikti, K. (2020). *Statistik Pendidikan Tinggi 2020*.
- Prawitowati, T., Hayam, U., & Perbanas, W. (2022). *Pemetaan Tingkat Harapan, Optimisme, Efikasi Diri, dan Resiliensi Pencari Kerja: Dasar Rancangan Program Orientasi Karyawan Baru*. 1–21.
- Prisilia, A. B., Widawati, L., & Utami, A. T. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap kesiapan kerja lulusan baru di Kota Bandung pada masa pandemi. *Psychology Science*, 1, 660–664.
- Puad, M. H. M., & Desa, H. M. (2020). Dissecting perceptions of new graduates on work orientation and self-confidence in employability skills training program. *Universal Journal of Educational Research*, 8(1 A), 70–76. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.081310>
- Putri Andi Rahmalia, F. N. (2015). Self Esteem dan Optimisme Raih Kesuksesan Karir pada Fresh Graduate Fakultas Teknik Universitas DIponegoro. *Jurnal Empati*, 4 (4)(4), 16.
- Rustanto, A. E. (2017). Kepercayaan Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Di Politeknik Lp3I Jakarta Kampus Jakarta Utara. *Jurnal Lentera Bisnis*, 5(2), 1. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v5i2.31>
- Rustika, M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://doi.org/10.22146/bps.11945>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. In *Guilford Publications*.
- Sabouripour, F., Roslan, S., & Ghiami, Z. (2017). Optimism, Social Support and Self-Efficacy Among Iranian Students. *EDULEARN17 Proceedings*, 1(July), 8628–8633. <https://doi.org/10.21125/edulearn.2017.0612>
- Safira, N. L. (2021). Hubungan Social Comparison dan Self Efficacy pada Fresh Graduate Lulusan Perguruan Tinggi yang Belum Bekerja. *Journal Psyhcology*, 10(3), 1–16.
- Safitri, N., Farida, I. A., Eva, N., & Puspitasari, D. N. (2022). Hubungan antara harga diri dan optimisme dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Jurnal Flourishing*, 2(4), 267–276. <https://doi.org/10.17977/10.17977/>
- Sagita, M. P., Hami, A. El, & Hinduan, Z. R. (2020). Development of Indonesian Work Readiness Scale on Fresh Graduate in Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 19(3), 297–314. <https://doi.org/10.14710/jp.19.3.297-314>
- Salavera, C., Usán, P., & Jarie, L. (2017). Emotional intelligence and social skills on self-efficacy in Secondary Education students. Are there gender

- differences? *Journal of Adolescence*, 60(October), 39–46.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.009>
- Santosa, E. I., & Himam, F. (2014). Pengaruh Berbagai Pengetahuan Perencanaan Karir Terhadap Efikasi Diri Dalam Membuat Keputusan Karir. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(1), 1–24.  
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss1.art1>
- Satyarthi, M. A., & Malhotra, M. (2021). Relationship between Self- Efficacy , Psychological Well-Being and Attitude towards Change among College Students. *Psychology And Education*, 58(4), 1965–1975.
- Schwarzer, R. (2014). *Self-efficacy: Thought control of action*.
- Seligman, M. E. P. (2006). How to change your mind about stress. In *the Upside of Stress* (Issue July).  
<http://weekly.cnbnnews.com/news/article.html?no=124000>
- Shelda, C & Handayani, P. (2020). Kontribusi Sumber Informasi Pembentuk Efikasi Diri Terhadap Perilaku Berwirausaha Alumni Pendidikan Alternatif Kewirausahaan. *Jurnal Ecopsy*, 7(April), 31–40.
- Shogren, K. A., Lopez, S. J., Wehmeyer, M. L., Little, T. D., & Pressgrove, C. L. (2006). The role of positive psychology constructs in predicting life satisfaction in adolescents with and without cognitive disabilities: An exploratory study. *Journal of Positive Psychology*, 1(1), 37–52.  
<https://doi.org/10.1080/17439760500373174>
- Situmorang, N. Z. (2017). Kesejahteraan Subjektif Perempuan Pemimpin Ditinjau dari Peran Optimisme dan Efikasi Diri.
- Slamet, S. (2014). Pelatihan Motivasi Berprestasi Guna Meningkatkan Efikasi Diri Dan Optimisme Pada Mahasiswa Aktif Organisasi Di Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 11(1), 93–94. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2014.111-05>
- Sriwijaya, U. (2019). Pedoman Akademik Psikologi. In *Palembang*
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. In *Bandung Alf* (p. 143).
- Suryaningsih Andari. (2016). Hubungan antara optimisme dan self efficacy dengan flow akademik siswa SMA. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1), 1–22. <https://core.ac.uk/reader/42962539>
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Tarigan, M., & Wimbari, S. (2011). Career Planning Program to Increase Career

- Search Self Efficacy in Fresh Graduates. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 11(4), 75–88.
- Tenney, E. R., Logg, J. M., & Moore, D. A. (2015). (Too) optimistic about optimism: The belief that optimism improves performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(3), 377–399. <https://doi.org/10.1037/pspa0000018>
- Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2014). Daily job crafting and the self-efficacy – Performance relationship. *Journal of Managerial Psychology*, 29(5), 490–507. <https://doi.org/10.1108/JMP-05-2012-0148>
- Trisnawati, N. (2017). Preparation for Working Readiness Vocational Education Graduate with Self-Concept and Self-Efficacy Development. *Jurnal Pendidikan Bisnis Dan Manajemen*, 3(2), 165–172. <https://doi.org/10.17977/um003v3i22017p165>
- Tulu, S. K. (2017). A Qualitative Assessment of Unemployment and Psychology Fresh Graduates' Job Expectation and Preference. *Psychology and Behavioral Sciences*, 6(2), 21. <https://doi.org/10.11648/j.pbs.20170602.12>
- Utama, A. S., Hastari, D. W., Damayanti, D. P., Kusuma, M. A. T. A., & Triyanti, M. S. (2021). Pengalaman Lulusan Baru Mencari Kerja Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 122–137. <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.3423>
- Velten, K. (2022). Self-efficacy experiences in day care and primary school from the children's perspective: A starting point for the reflection of didactic and methodological competences of adult educators. *Journal of Early Childhood Research*, 20(2), 134. <https://doi.org/10.1177/1476718X211051192>
- Waaktaar, T., & Torgersen, S. (2013). Self-efficacy is mainly genetic, not learned: A multiple-rater twin study on the causal structure of general self-efficacy in young people. *Twin Research and Human Genetics*, 16(3), 651–660. <https://doi.org/10.1017/thg.2013.25>
- Wehmeyer, M. L. (2014). Self-determination: A family affair. *Family Relations*, 63(1), 178–184. <https://doi.org/10.1111/fare.12052>
- Wehmeyer, M. L. (2020). The importance of self-determination to the quality of life of people with intellectual disability: A perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–7. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197121>
- Yapono, Farid, S. (2013). Konsep-Diri , Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 208–216.
- Yeo, L. S., & Tan, K. (2012). Attributional style and self-efficacy in Singaporean adolescents. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 22(1), 82–

101. <https://doi.org/10.1017/jgc.2012.1>

Zahri, Alifa, V. I. (2022). Gambaran Efikasi Diri pada Penyandang Disabilitas Daksa Usia Remaja. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 3(1), 25–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.22515/ajpc.v3i1.4689>

Zinal, N.Z., Hairuddin, H., & Kassim, E. S. (2020). Pscyhological Determinants Of Job Search Intention Among Fresh Graduates For The Support Of Labour Force In The Digital Era. *Asia Proceedings of Social Sciences*, 6(3), 26–29.

Zwagery, R. V. (2020). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pada masa pandemi Covid 19. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*, *Temilnas XII*, 10–14.

# LAMPIRAN

# LAMPIRAN A

## **Skala Uji Coba (*Try Out*) Penelitian**

A. Skala I (Skala *Self Efficacy*)

B. Skala II (Skala *Self Determination*)

C. Skala III (Skala *Optimism*)

## SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Assalamualaikum Wr.Wb

Salam sejahtera bagi kita semua.

Perkenalkan saya Fitriyani Mardhatillah dari Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Saat ini sedang melakukan penelitian dalam rangka penyusunan tugas akhir Skripsi, sehingga saya selaku peneliti dengan rendah hati memohon bantuan teman-teman untuk dapat mengisi penelitian saya.

Kriteria responden yang diperlukan :

1. *Fresh graduate* (telah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi tidak lebih dari 6 bulan)
2. Berusia 20-25 tahun
3. Sedang mencari pekerjaan
4. Belum memiliki pengalaman kerja

Apabila teman-teman memenuhi kriteria di atas, saya memohon bantuan kesediaan teman-teman untuk dapat mengisi penelitian saya dengan sejujur mungkin. Semua jawaban Anda akan terjamin kerahasiaannya. Informasi yang Anda berikan hanya akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.

Teman-teman dapat mengisi penelitian saya pada link berikut:

<https://bit.ly/TObantufitri>

Sebagai bentuk apresiasi, terdapat *reward* yang akan diberikan peneliti kepada responden yang mengisi kuesioner ini dengan sungguh-sungguh.

Partisipasi Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela namun besar harapan

saya Anda dapat menjawab dengan jujur dan sungguh-sungguh karena hal tersebut sangat mempengaruhi kualitas penelitian kami.

Atas kerjasama dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Salam hangat

*Stay safe and stay healthy.*

### ***INFORMED CONSENT***

Saya telah membaca dan memahami penjelasan diatas. Dengan ini saya menyatakan bahwa saya secara sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun bersedia menjadi responden, dan benar adanya saya termasuk dari kriteria di atas. Serta memberikan izin pada peneliti untuk menggunakan jawaban yang saya berikan sebagai data penelitian ilmiah.

- Ya, saya bersedia
- Tidak, saya tidak bersedia

### **IDENTITAS DIRI**

Email :

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

- Laki-laki
- Perempuan

Usia :

- 20 Tahun

- 21 Tahun
- 22 Tahun
- 23 Tahun
- 24 Tahun
- 25 Tahun

Domisili (Asal Pulau) :

- Pulau Sumatera
- Pulau Jawa
- Pulau Kalimantan
- Pulau Sulawesi
- Pulau Maluku
- NTB & Bali

Asal provinsi :

Pendidikan terakhir :

- Diploma
- Sarjana

Asal Perguruan Tinggi :

- Perguruan tinggi swasta
- Perguruan tinggi negeri

IPK terakhir :

Asal Perguruan Tinggi :

- Perguruan tinggi swasta
- Perguruan tinggi negeri

No. WA aktif :

### **PERTANYAAN SCREENING**

1. Apakah anda telah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dalam jangka waktu kurang dari 6 bulan?
  - Ya
  - Tidak
2. Bulan berapa anda menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi?
  - Bulan Januari
  - Bulan Februari
  - Bulan Maret
  - Bulan April
  - Bulan Mei
  - Bulan Juni
  - Bulan Juli
  - Bulan Agustus
  - Bulan September
  - Bulan Oktober
  - Bulan November
  - Bulan Desember
3. Pada tahun berapa anda menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi?
  - 2021
  - 2022

4. Apakah anda mempunyai pengalaman kerja?
  - Iya
  - Tidak
5. Jika Anda memilih mempunyai pengalaman kerja, sudah berapa lama anda bekerja? (Beri tanda (-) jika Anda tidak mempunyai pengalaman kerja)
6. Jika Anda memilih mempunyai pengalaman kerja, pengalaman kerja seperti apa yang Anda miliki? (Beri tanda (-) jika Anda tidak mempunyai pengalaman kerja).
7. Apakah anda sedang mencari pekerjaan?
  - Iya
  - Tidak

#### **PETUNJUK PENGISIAN**

1. Dalam penelitian ini terdapat sejumlah pernyataan yang telah disediakan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas anda adalah memilih salah satu dari empat jawaban yang telah disediakan yang sesuai dengan diri anda. Silahkan anda mengklik pada kolom jawaban yang tersedia dengan pilihan jawaban sebagai berikut:

**STS** : Sangat tidak setuju, apabila anda sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

**TS** : Tidak setuju, apabila anda tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

**S** : Setuju, apabila anda setuju dengan pernyataan tersebut.

SS :Sangat setuju,, apabila anda sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

2. Tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar, oleh karena itu jawablah dengan jujur sesuai dengan diri anda.
3. Kesungguhan dan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya sangatlah menentukan kualitas penelitian ini.
4. Jika telah selesai mengerjakan, harap periksa kembali jawaban anda jangan sampai ada yang terlewatkan.
5. Terima kasih atas kerjasama dan partisipasinya.

### A. Skala I (*Self Efficacy*)

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Walaupun saya lelah mencari pekerjaan, tetapi saya percaya cepat atau lambat saya akan mendapatkan pekerjaan.				
2	Kemampuan yang saya miliki akan memudahkan saya dalam mencari pekerjaan.				
3	Saya tetap bertahan walaupun sulitnya dalam mencari kerja.				
4	Mencari pekerjaan merupakan hal yang sulit untuk dilakukan.				
5	Saya ragu dengan keahlian saya untuk mendapatkan pekerjaan.				
6	Saya mudah menyerah dalam mencari pekerjaan.				
7	Saya mampu melewati kesulitan yang sedang saya alami saat ini.				
8	Saya percaya, saya memiliki keahlian di berbagai bidang.				
9	Ketika saya belum mendapatkan pekerjaan, saya akan berusaha kembali.				
10	Saya tidak mampu bersaing dalam dunia kerja.				
11	Saya merasa kesulitan saat harus mencari pekerjaan diluar bidang keahlian saya.				
12	Sulitnya mendapatkan pekerjaan, membuat saya takut untuk mencari pekerjaan lagi.				
13	Mencari pekerjaan yang sulit merupakan tantangan yang harus saya hadapi.				
14	Keterampilan yang saya miliki mampu membuat saya diterima di tempat kerja.				
15	Walaupun saya tahu mencari pekerjaan merupakan hal yang sulit, tetapi saya tetap gigih dalam mencari kerja.				
16	Tantangan mencari kerja yang sulit membuat saya ragu dalam melangkah.				
17	Saya merasa tidak yakin akan mendapatkan pekerjaan karena saya tidak memiliki keahlian.				
18	Saya lebih memilih diam saja karena lelah dalam mencari kerja.				
19	Mencari pekerjaan yang sulit tidak membuat saya berhenti berusaha.				
20	Saya percaya, saya memiliki banyak kemampuan yang berguna dalam mencari kerja.				

21	Saya tidak pantang menyerah dalam mencari pekerjaan.				
22	Saya bingung harus melakukan apa dalam mencari pekerjaan yang sulit saat ini.				
23	Saya merasa hanya memiliki sedikit kemampuan, sehingga saya sulit mendapatkan pekerjaan.				
24	Saya pasrah dengan nasib saya kedepannya.				
25	Saya mampu menghadapi tuntutan-tuntutan yang terjadi dalam mencari kerja.				
26	Saya yakin dapat mendapatkan pekerjaan sesuai kemampuan yang saya miliki.				
27	Walaupun banyak rintangan, saya tetap berjuang untuk menghadapi rintangan tersebut.				
28	Sulitnya mencari kerja, membuat saya tidak yakin bisa menghadapinya dengan baik.				
29	Keahlian yang saya miliki masih terbatas sehingga membuat saya belum mendapatkan pekerjaan.				
30	Saya tidak semangat dalam mencari pekerjaan yang sulit saat ini.				
31	Saya yakin, dengan kerja keras saya, saya akan mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan.				
32	Saya percaya kemahiran saya dapat memudahkan saya dalam mencari pekerjaan.				
33	Saya berusaha untuk terus menghadapi tantangan dalam mencari kerja.				
34	Saya memilih untuk menghindari mencari pekerjaan, karena usaha saya mencari kerja tidak ada hasilnya.				
35	Minimnya keahlian yang saya miliki, membuat saya memutuskan mencari pekerjaan menggunakan jalur orang dalam.				
36	Saya mudah menyerah ketika harus mencari pekerjaan lagi.				

### B. Skala II (*Self Determination*)

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya bertindak atas kemauan saya sendiri.				
2	Saya senang jika dapat berkontribusi pada lingkungan sekitar.				
3	Beradaptasi dengan lingkungan merupakan hal yang harus saya miliki.				
4	Saya mudah menerima pandangan orang lain meskipun sebenarnya saya tidak setuju akan hal itu.				
5	Saya merasa orang disekitar saya hanya memanfaatkan saya saja.				
6	Saya merasa tidak mampu menghadapi rintangan yang terjadi.				
7	Saya merasa bebas untuk memutuskan bagaimana saya menjalani hidup saya.				
8	Saya senang jika dapat bermanfaat untuk orang lain.				
9	Walaupun banyak rintangan yang terjadi, saya berusaha untuk melewatinya.				
10	Saya tidak mampu mencapai apa yang saya inginkan.				
11	Saya tidak nyaman jika berada di dekat orang lain.				
12	Ketika saya mengalami hambatan, saya sulit untuk menjalankan aktivitas lainnya.				
13	Saya mengerjakan apa yang ingin saya kerjakan tanpa dipengaruhi orang lain.				
14	Saya tertarik untuk bergaul dengan orang disekitar saya, walaupun saya malu untuk memulai obrolan dengan orang lain.				
15	Saya berani mencoba hal baru walaupun penuh tantangan.				
16	Keberhasilan saya tergantung orang lain.				

17	Sulit bagi saya menjalin hubungan dengan orang lain.				
18	Saya sering menyalahkan keadaan, jika masalah menimpa saya.				
19	Saya bisa mengontrol diri saya dengan baik.				
20	Penting bagi saya memiliki hubungan baik dengan orang lain.				
21	Saya percaya perubahan yang terjadi disekitar saya, merupakan hal yang harus dihadapi.				
22	Saya merasa tertekan dalam hidup saya, karena tidak dapat mencapai apa yang saya harapkan.				
23	Sulit bagi saya untuk percaya dengan orang lain.				
24	Saya sulit untuk bangkit jika mengalami masalah.				
25	Saya tidak pernah kecewa dengan keputusan yang telah saya ambil.				
26	Saya merasa kehadiran saya penting untuk orang lain.				
27	Menyesuaikan diri dengan rintangan merupakan hal penting bagi saya.				
28	Saya hanya mempunyai sedikit kesempatan untuk memutuskan sendiri apa yang akan saya lakukan selanjutnya.				
29	Berinteraksi dengan orang lain menurut saya tidak terlalu menyenangkan.				
30	Saya tidak mampu menghadapi rintangan yang menimpa saya.				
31	Saya merasa diri sayalah yang dapat mengatur apa yang saya inginkan.				
32	Kehadiran orang lain merupakan pelengkap kehidupan saya.				
33	Saya berusaha mencari solusi ketika masalah menimpa saya.				
34	Keputusan saya mudah berubah karena				

	pengaruh orang lain.				
35	Saya lebih memilih untuk melakukan sesuatu sendirian.				
36	Sulit bagi saya untuk merencanakan apa yang akan dilakukan selanjutnya, ketika saya mengalami masalah.				

### C. Skala III (*Optimism*)

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya percaya kejadian buruk yang menimpa saya memiliki hikmah tersendiri.				
2	Kemalangan yang saya alami disebabkan karena kemalasan saya.				
3	Tidak selamanya kejadian buruk yang terjadi disebabkan karena diri saya.				
4	Saya heran kenapa hal buruk selalu menimpa saya.				
5	Kekecewaan yang saya rasakan, membuat saya tidak dapat berkembang kembali.				
6	Saya merasa diri sayalah yang menjadi penyebab kegagalan yang menimpa saya.				
7	Saya merasa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya.				
8	Jika saya sanggup melakukan sesuatu dengan baik, saya yakin saya juga dapat mengerjakan yang lainnya dengan baik.				
9	Keberhasilan yang saya dapatkan merupakan hasil jerih payah yang telah saya lakukan.				
10	Saya merasa kurang beruntung dalam banyak hal.				
11	Tidak mudah bagi saya untuk menjalani rintangan yang terjadi.				
12	Kesuksesan yang saya dapatkan hanyalah keberuntungan saja.				
13	Saya percaya dalam kehidupan ini akan selalu ada hal baik.				
14	Walaupun hal buruk menimpa saya, saya yakin akan kuat menjalani kehidupan lebih baik kedepannya.				
15	Masalah yang menimpa saya disebabkan karena lingkungan disekitar saya.				

16	Kejadian buruk yang pernah menimpa saya sangat mempengaruhi kehidupan saya setelahnya.				
17	Sulit bagi saya memperbaiki keadaan yang menantang.				
18	Peristiwa buruk yang terjadi, sepenuhnya karena kesalahan saya.				
19	Saya berusaha untuk bangkit jika mengalami masalah.				
20	Walaupun saya mengalami kegagalan, saya akan intropeksi diri.				
21	Saya merasa orang lain menjadi penyebab ketidakberhasilan saya.				
22	Saya berpikir, semua usaha yang saya lakukan sia-sia.				
23	Ketika saya tidak berhasil dalam satu hal, saya patah semangat untuk mengerjakan hal lainnya.				
24	Ketidakberhasilan yang terjadi disebabkan oleh kesalahan saya dimasa lalu.				
25	Saya percaya dibalik kesulitan yang saya rasakan saat ini, akan ada kemudahan dikemudian hari.				
26	Hal buruk yang menimpa saya tidak menghalangi saya untuk maju kembali.				
27	Akibat kelalaian orang lain, target saya jadi terhambat.				
28	Saya merasa keberhasilan yang saya peroleh hanyalah keberuntungan saja.				
29	Saya mudah putus asa.				
30	Kegagalan yang terjadi disebabkan karena ketidakmampuan saya.				
31	Permasalahan yang saya hadapi, mengajarkan saya untuk menjadi sosok yang lebih kuat.				
32	Ketika masalah menimpa saya, saya berusaha untuk mencari jalan keluarnya.				
33	Kesuksesan yang saya peroleh, karena usaha yang telah saya lakukan.				
34	Ketika terjadi masalah, saya menghabiskan				

	banyak waktu untuk menyalahkan diri saya.				
35	Saya tidak mencoba lagi setelah saya gagal dalam suatu hal.				
36	Saya yakin kegagalan yang menimpa saya terjadi karena nasib sial saja.				

# LAMPIRAN B

Skala Setelah Uji Coba Penelitian

- A. Skala I (Skala *Self Efficacy*)
- B. Skala II (Skala *Self Determination*)
- C. Skala III ( Skala *Optimism*)

## SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Assalamualaikum Wr.Wb

Salam sejahtera bagi kita semua.

Perkenalkan saya Fitriyani Mardhatillah dari Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Saat ini sedang melakukan penelitian dalam rangka penyusunan tugas akhir Skripsi, sehingga saya selaku peneliti dengan rendah hati memohon bantuan teman-teman untuk dapat mengisi penelitian saya.

Kriteria responden yang diperlukan :

1. *Fresh graduate* (telah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi tidak lebih dari 6 bulan)
2. Berusia 20-25 tahun
3. Sedang mencari pekerjaan
4. Belum memiliki pengalaman kerja

Apabila teman-teman memenuhi kriteria di atas, saya memohon bantuan kesediaan teman-teman untuk dapat mengisi penelitian saya dengan sejujur mungkin. Semua jawaban Anda akan terjamin kerahasiaannya. Informasi yang Anda berikan hanya akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.

Teman-teman dapat mengisi penelitian saya pada link berikut:

<https://bit.ly/skalapenelitian-fitri>

Sebagai bentuk apresiasi, terdapat *reward* yang akan diberikan peneliti kepada responden yang mengisi kuesioner ini dengan sungguh-sungguh.

Partisipasi Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela namun besar harapan

saya Anda dapat menjawab dengan jujur dan sungguh-sungguh karena hal tersebut sangat mempengaruhi kualitas penelitian kami.

Atas kerjasama dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Salam hangat

*Stay safe and stay healthy.*

### ***INFORMED CONSENT***

Saya telah membaca dan memahami penjelasan diatas. Dengan ini saya menyatakan bahwa saya secara sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun bersedia menjadi responden, dan benar adanya saya termasuk dari kriteria di atas. Serta memberikan izin pada peneliti untuk menggunakan jawaban yang saya berikan sebagai data penelitian ilmiah.

- Ya, saya bersedia
- Tidak, saya tidak bersedia

### **IDENTITAS DIRI**

Email :

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

- Laki-laki
- Perempuan

Usia :

- 20 Tahun

- 21 Tahun
- 22 Tahun
- 23 Tahun
- 24 Tahun
- 25 Tahun

Domisili (Asal Pulau) :

- Pulau Sumatera
- Pulau Jawa
- Pulau Kalimantan
- Pulau Sulawesi
- Pulau Maluku
- NTB & Bali

Asal provinsi :

Pendidikan terakhir :

- Diploma
- Sarjana

Asal Perguruan Tinggi :

- Perguruan tinggi swasta
- Perguruan tinggi negeri

IPK terakhir :

Asal Perguruan Tinggi :

- Perguruan tinggi swasta
- Perguruan tinggi negeri

No. WA aktif :

### **PERTANYAAN SCREENING**

2. Apakah anda telah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dalam jangka waktu kurang dari 6 bulan?
  - Ya
  - Tidak
3. Bulan berapa anda menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi?
  - Bulan Januari
  - Bulan Februari
  - Bulan Maret
  - Bulan April
  - Bulan Mei
  - Bulan Juni
  - Bulan Juli
  - Bulan Agustus
  - Bulan September
  - Bulan Oktober
  - Bulan November
  - Bulan Desember
8. Pada tahun berapa anda menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi?
  - 2021
  - 2022

9. Apakah anda mempunyai pengalaman kerja?
- Iya
  - Tidak
10. Jika Anda memilih mempunyai pengalaman kerja, sudah berapa lama anda bekerja? (Beri tanda (-) jika Anda tidak mempunyai pengalaman kerja)
11. Jika Anda memilih mempunyai pengalaman kerja, pengalaman kerja seperti apa yang Anda miliki? (Beri tanda (-) jika Anda tidak mempunyai pengalaman kerja).
12. Apakah anda sedang mencari pekerjaan?
- Iya
  - Tidak

### **PETUNJUK PENGISIAN**

2. Dalam penelitian ini terdapat sejumlah pernyataan yang telah disediakan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas anda adalah memilih salah satu dari empat jawaban yang telah disediakan yang sesuai dengan diri anda. Silahkan anda mengklik pada kolom jawaban yang tersedia dengan pilihan jawaban sebagai berikut:

**STS** : Sangat tidak setuju, apabila anda sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

**TS** : Tidak setuju, apabila anda tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

**S** : Setuju, apabila anda setuju dengan pernyataan tersebut.

SS :Sangat setuju,, apabila anda sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

6. Tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar, oleh karena itu jawablah dengan jujur sesuai dengan diri anda.
7. Kesungguhan dan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya sangatlah menentukan kualitas penelitian ini.
8. Jika telah selesai mengerjakan, harap periksa kembali jawaban anda jangan sampai ada yang terlewatkan.
9. Terima kasih atas kerjasama dan partisipasinya.

### SKALA 1

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Mencari pekerjaan yang sulit tidak membuat saya berhenti berusaha.				
2	Kemampuan yang saya miliki akan memudahkan saya dalam mencari pekerjaan.				
3	Ketika saya belum mendapatkan pekerjaan, saya akan berusaha kembali.				
4	Saya tidak mampu bersaing dalam dunia kerja.				
5	Saya merasa hanya memiliki sedikit kemampuan, sehingga saya sulit mendapatkan pekerjaan.				
6	Sulitnya mendapatkan pekerjaan, membuat saya takut untuk mencari pekerjaan lagi.				
7	Saya mampu menghadapi tuntutan-tuntutan yang terjadi dalam mencari kerja.				
8	Saya percaya, saya memiliki keahlian di berbagai bidang.				
9	Walaupun saya tahu mencari pekerjaan merupakan hal yang sulit, tetapi saya tetap gigih dalam mencari kerja.				
10	Tantangan mencari kerja yang sulit membuat saya ragu dalam melangkah.				
11	Saya lebih memilih diam saja karena lelah dalam mencari kerja.				
12	Saya yakin, dengan kerja keras saya, saya akan mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan				
13	Saya percaya, saya memiliki banyak kemampuan yang berguna dalam mencari kerja.				
14	Saya tidak pantang menyerah dalam mencari pekerjaan.				
15	Saya memilih untuk menghindari mencari pekerjaan, karena usaha saya mencari kerja tidak ada hasilnya.				
16	Saya yakin dapat mendapatkan pekerjaan sesuai kemampuan yang saya miliki.				
17	Saya berusaha untuk terus menghadapi tantangan dalam mencari kerja.				
18	Saya percaya kemahiran saya dapat memudahkan saya dalam mencari pekerjaan.				

## SKALA II

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya bertindak atas kemauan saya sendiri.				
2	Saya senang jika dapat bermanfaat untuk orang lain.				
3	Walaupun banyak rintangan yang terjadi, saya berusaha untuk melewatinya.				
4	Saya tidak mampu mencapai apa yang saya inginkan.				
5	Saya tidak nyaman jika berada di dekat orang lain.				
6	Saya sulit untuk bangkit jika mengalami masalah.				
7	Saya merasa bebas untuk memutuskan bagaimana saya menjalani hidup saya.				
8	Penting bagi saya memiliki hubungan baik dengan orang lain.				
9	Saya berani mencoba hal baru walaupun penuh tantangan.				
10	Saya merasa tertekan dalam hidup saya, karena tidak dapat mencapai apa yang saya harapkan.				
11	Sulit bagi saya menjalin hubungan dengan orang lain.				
12	Saya tidak mampu menghadapi rintangan yang menimpa saya.				
13	Saya bisa mengontrol diri saya dengan baik.				
14	Menyesuaikan diri dengan rintangan merupakan hal penting bagi saya.				
15	Keputusan saya mudah berubah karena pengaruh orang lain.				
16	Berinteraksi dengan orang lain menurut saya tidak terlalu menyenangkan.				
17	Saya berusaha mencari solusi ketika masalah menimpa saya.				
18	Saya lebih memilih untuk melakukan sesuatu sendirian.				

### SKALA III

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya.				
2	Jika saya sanggup melakukan sesuatu dengan baik, saya yakin saya juga dapat mengerjakan yang lainnya dengan baik.				
3	Keberhasilan yang saya dapatkan merupakan hasil jerih payah yang telah saya lakukan.				
4	Saya heran kenapa hal buruk selalu menimpa saya.				
5	Saya mudah putus asa.				
6	Saya merasa diri sayalah yang menjadi penyebab kegagalan yang menimpa saya.				
7	Saya percaya dalam kehidupan ini akan selalu ada hal baik.				
8	Walaupun saya mengalami kegagalan, saya akan intropeksi diri.				
9	Kesuksesan yang saya peroleh, karena usaha yang telah saya lakukan.				
10	Saya berpikir, semua usaha yang saya lakukan sia-sia.				
11	Saya tidak mencoba lagi setelah saya gagal dalam suatu hal.				
12	Kesuksesan yang saya dapatkan hanyalah keberuntungan saja.				
13	Saya berusaha untuk bangkit jika mengalami masalah.				
14	Hal buruk yang menimpa saya tidak menghalangi saya untuk maju kembali.				
15	Peristiwa buruk yang terjadi, sepenuhnya karena kesalahan saya.				
16	Permasalahan yang saya hadapi, mengajarkan saya untuk menjadi sosok yang lebih kuat.				
17	Ketika masalah menimpa saya, saya berusaha untuk mencari jalan keluarnya.				
18	Saya yakin kegagalan yang menimpa saya terjadi karena nasib sial saja.				

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S. (2015). Hubungan Antara Self Esteem dengan Optimisme Masa Depan Pada Siswa Santri Program Tahfidz di Pondok Pesantren Al Muayyad Surakarta dan Ibnu Abbas Klaten. *Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Adityawarman, D. (2019). Optimisme dan Dukungan Sosial terhadap Self-Efficacy Anak Jalanan. In *TAZKIYA: Journal of Psychology* (Vol. 7, Issue 2). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i2.13473>
- Agustika, Wayan Putra & Hary, P. (2012). Pengaruh Optimisme dan Empati Terhadap Efikasi Diri Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Baturetno Banguntapan Yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 3(1), 1–23.
- Agustika, I. W. P., & Hary A, T. P. (2017). Pengaruh Optimisme Dan Empati Terhadap Efikasi Diri Siswa Sekolah Sepak Bola (Ssb) Baturetno Banguntapan Yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 3(1), 52. <https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1125>
- Ah'ya, F. K. (2022). *Pengaruh Optimisme terhadap Subjective Well Being Siswa di Batulicin*. 5(3), 248–253.
- Akhtar, S., Ghayas, S., & Adil, A. (2013). Self-efficacy and optimism as predictors of organizational commitment among bank employees. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 2(2), 7. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2012.131>
- Anas, I., & Hamzah, S. R. (2022). Predicting career adaptability of fresh graduates through personal factors. *European Journal of Training and Development*, 46(3–4), 302–316. <https://doi.org/10.1108/EJTD-02-2020-0023>
- Andriyani Juli, S. hajat sari hidayati. (2022). Gambaran Determinasi Diri Pada Perempuan Di Dunia Politik (Di Kasus DPRK Kota Banda Aceh dan Kabupaten Aceh Besar). *Takammul: Jurnal Studi Gender Dan Islam Serta Perlindungan Anak*, 1–17.
- Anggraini, D., & Iswari, R. D. W. I. (2022). Optimisme dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa di Era New Normal ( College Students ' Optimism and Career Adaptability in The New Normal Era ). *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 13(1), 79–88.
- Ardiyanti, Difa, A. A. (2015). Pelatihan “PLANS” untuk Meningkatkan Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir. *Gajah Mada Journal of Professional* ..., 1(1), 1–17. <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/71106>
- Arvanitis, A. (2017). Autonomy and morality: A Self-Determination Theory discussion of ethics. *New Ideas in Psychology*, 47, 57–61.

<https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2017.06.001>

- Azkiah, F., & Sundayana, R. (2022). Kemampuan Representasi Matematis Siswa SMP Berdasarkan Self-Efficacy Siswa. *Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(2), 221–232. <https://doi.org/10.31980/plusminus.v2i2.1829>
- Azwar, S. (2014). Penyusunan skala psikologi. In *Pustaka Pelajar*. Yogyakarta (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1125>
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: the exercise of control. In *Choice Reviews Online* (Vol. 35, Issue 03, pp. 35-1826-35-1826). <https://doi.org/10.5860/choice.35-1826>
- Basten-Günther, J., Peters, M., & Lautenbacher, S. (2019). Optimism and the Experience of Pain: A Systematic Review. *Behavioral Medicine*, 45(4), 323–339. <https://doi.org/10.1080/08964289.2018.1517242>
- Bissessar, C., Black, D., & Boolaky, M. (2019). An Analysis of Intercultural Students' Self-Determination in Graduate Online Programmes: Implications for Praxis. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*, 22(1), 36–52. <https://doi.org/10.2478/eurodl-2019-0003>
- Blakeslee, J., Miller, R., & Uretsky, M. (2022). Efficacy of the Project Futures self-determination coaching model for college students with foster care backgrounds and mental health challenges. *Children and Youth Services Review*, 138(July), 1–17. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106507>
- BPS. (2021). Jumlah Perguruan Tinggi, Tenaga Pendidik dan Mahasiswa(Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Provinsi, 2021. Bps.Go.Id. [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzdz09/da\\_04/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/cmdTdG5vU0IwKzBFR20rQnpuZEYzdz09/da_04/1)
- Brilian, N. A. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kesiapan Kerja Pada Fresh Graduate Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Cahyanita, R., Tyas, R., & Cahyadi, A. (2022). Keterkaitan kepribadian hardiness dengan optimisme dalam mencari pekerjaan pada dewasa awal the relationship of the hardiness personality with optimism in job seeking in early adult. *Psycho Idea*, 20, 118–127.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., & Eisenberg, N. (2012). Prosociality: The contribution of traits, values, and self-efficacy beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1289–1303. <https://doi.org/10.1037/a0025626>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in*

*Cognitive Sciences*, 18(6), 293–299.  
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>

- Chalid. (2021). Tingkat kompetensi mahasiswa fresh graduate dalam menghadapi persaingan dunia kerja. *Indonesian Journal of Teaching and Teacher Education*, 1, 10–13.
- Chin, N. S., Khoo, S., & Low, W. Y. (2012). Self-determination and goal orientation in track and field. *Journal of Human Kinetics*, 33(1), 151–161. <https://doi.org/10.2478/v10078-012-0054-0>
- Clet, G. M. R., & Chavez, J. C. (2021). Influence of Self-determination, Self-efficacy and Leadership on Students' Work Immersion Performance. *Academia Letters*. <https://doi.org/10.20935/al2062>
- da Motta Veiga, S. P., & Gabriel, A. S. (2016). The role of self-determined motivation in job search: A dynamic approach. *Journal of Applied Psychology*, 101(3), 350–361. <https://doi.org/10.1037/apl0000070>
- da Motta Veiga, S. P., & Turban, D. B. (2018). Insight into job search self-regulation: Effects of employment self-efficacy and perceived progress on job search intensity. *Journal of Vocational Behavior*, 108(November 2017), 57–66. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.06.010>
- Daniela Martinek, & Ulrike Kipman. (2016). Self-determination, Self-efficacy and Self-regulation in School: A Longitudinal Intervention Study With Primary School Pupils. *Sociology Study*, 6(2). <https://doi.org/10.17265/2159-5526/2016.02.005>
- Darmasnyah. (2020). *Peningkatan Kompetensi Lulusan Menuju Persaingan Global*. 1–17.
- Dawkins, S., Martin, A., Scott, J., & Sanderson, K. (2013). Building on the positives: A psychometric review and critical analysis of the construct of Psychological Capital. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86(3), 348–370. <https://doi.org/10.1111/joop.12007>
- Dena Laksmi, P. P., Suniasih, N. W., & Ngurah Wiyasa, K. (2018). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Efikasi Diri. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 23(1), 81–87. <https://doi.org/10.23887/mi.v23i1.16410>
- Develos-Sacdalan, K., & Bozkus, K. (2018a). The Mediator Role of Resilience between Self-Determination and Self-Efficacy. *Online Submission*, 4(50), 49–60.
- Develos-Sacdalan, K., & Bozkus, K. (2018b). The Mediator Role of Resilience between Self-Determination and Self-Efficacy. *Education Science and Psychology*, 4(50), 49–60. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED592762.pdf>

- Dewi, R. (2017). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kematangan Karir Pada Mahasiswa Keperawatan STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe The Relationship Of Relationship Between Self Efficacy And Social Support With Career Maturity On The Student Of Nurse Sti. *Analitika*, 9(1), 52–60.
- Dharmasatya, A., & Wilani, N. M. A. (2020). Peran determinasi diri dan dukungan sosial terhadap kematangan karier pada remaja siswa SMA kelas XII di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Mental Dan Budaya*, 2, 60–72.
- Dhatt, H. K., & Rishi, S. (2015). Study of Self-efficacy and optimism of B.Ed. students. *European Journal of Academic Essays*, 2(9), 102–106.
- Dionigi, A., Casu, G., & Gremigni, P. (2020). Associations of self-efficacy, optimism, and empathy with psychological health in healthcare volunteers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17166001>
- Djunaedi, N., Juwitaningrum, I., & Ihsan, H. (2022). Pengaruh Locus Of Control Terhadap Kematangan Karir yang Dimediasi oleh Self Efficacy Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 81.
- El Hasbi, Hairina, M. (2022). The Role of Optimism on Self-Efficacy in Memorizing the Qur ' an of Elementary School Students ' . *Journal An-Nafs*, 6–12.
- Evita. (2019). Hubungan Antara Kompetensi Dan Perencanaan Karir Alumni Freshgraduate Program Manajemen Bisnis Di Universitas Kristen Petra. *Agora*, 7(2).
- Fauzan, F. (2020). Analisis Soft Skill Dan Hard Skill Serta Pengaruhnya Terhadap Optimisme Calon Lulusan Prodi Manajemen Unihaz Bengkulu. *Creative Research Management Journal*, 3(1), 11. <https://doi.org/10.32663/crmj.v3i1.1280>
- Firmansyah, R. M., Dwi, A. T., & Saifudin, A. G. (2022). Persaingan Jobseeker Bagi Freshgraduate di Era Milenial. *Jurnal Sahmiyya*, 1, 150–156.
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107–120. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.02.002>
- Gagne, M. (2014). Work Engagement, Motivation, and Self-Determination Theory. In *Oxford Library Of Psychology*.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., & Pressman, S. D. (2013). Optimism is universal: Exploring the presence and benefits of optimism in a representative sample of the world. *Journal of Personality*, 81(5), 429–440.

<https://doi.org/10.1111/jopy.12026>

- Gannouni, K., & Ramboarison-Lalao, L. (2018). Leadership and students' academic success: mediating effects of self-efficacy and self-determination. *International Journal of Leadership in Education*, 21(1), 66–79. <https://doi.org/10.1080/13603124.2015.1123300>
- Geon, S. A. B. (2016). Hubungan antara Efikasi Diri dan Determinasi Diri Siswa Kelas X SMA Charitas. *Psiko-Edukasi*, 14(1), 28–38. <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/545/426>
- Ginting, M. L. B. (2021). Perluasan Kesempatan Kerja Bagi Freshgraduate di Masa Pandemi Covid-19, Apa Peran Pemerintah? *Jurnal Ketenagakerjaan*, 16(2). <http://journals.kemnaker.go.id/index.php/naker/article/view/106>
- Gomes, S. A. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Subjective Well-Being pada Karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 2.
- Gore, P. A., Leuwerke, W. C., & Turley, S. E. (2005). A psychometric study of the college self-efficacy inventory. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 7(3–4), 227–244. <https://doi.org/10.2190/5CQF-F3P4-2QAC-GNVJ>
- Hajek Andre, H.-H. K. (2019). The Role of Optimism, Self-esteem, and Self Efficacy in Moderating the Relation Between Health Comparisons and subjective Well-Being: Results of a Nationally Representative Longitudinal Study Among Older Adults. *British Journal of Health Psychology*, 4. <https://doi.org/DOI:10.1111/bjhp.12367>
- Han, J. (2021). Predictive Factors of Self-control in Contactless Online Learners ' Self- determination Motivation: Mediated effect of self-efficacy. *International Journal of Advanced Smart Convergence*, 10(2), 31–35.
- Hariyati, D. R., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Hariyati, R. D. & D. K. D. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Harjanto, Chrisna Tri, S. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kompetensi pemesinan siswa pada pendidikan kejuruan. *Jurnal Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan*, 17(2), 1.
- Hasbi, A. Z. El. (2022). Peran Optimisme Terhadap Efikasi Diri Dalam Menghafal Al-Qur'an Pada Siswa Kelas 5 Dan 6 SD Muhammadiyah 8 & 10 Banjarmasin. v. <http://idr.uin-antasari.ac.id/19895/>

- Hermawan, B. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan efikasi diri (Studi pada fresh graduate yang mencari pekerjaan). 2.
- Hidayat, Mazid, Nursantika, Dian, Umbara, F. R. (2017). Sistem Informasi Pencari Kerja di Kabupaten Bandung Barat. *Prosiding SNATIF*, 2011(1), 1–2.
- Holmstrom, A. J., Russell, J. C., & Clare, D. D. (2015). Assessing the Role of Job-Search Self-Efficacy in the Relationship between Esteem Support and Job-Search Behavior among Two Populations of Job Seekers. *Communication Studies*, 66(3), 277–300. <https://doi.org/10.1080/10510974.2014.991043>
- Hui, E. K. P., & Tsang, S. K. M. (2012). Self-determination as a psychological and positive youth development construct. *The Scientific World Journal*, 2012(page 105). <https://doi.org/10.1100/2012/759358>
- Imro'ah, S., Winarso, W., & Baskoro, E. P. (2019). Analisis Gender Terhadap Kecemasan Matematika Dan Self Efficacy Siswa. *Kalamatika Jurnal Pendidikan Matematika Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(1), 23–36. <https://doi.org/10.22236/kalamatika.vol4no1.2019pp23-36>
- Irmawati, I., & Wulandari Kn, A. S. (2017). Pengaruh Quality of Work Life, Self Determination, Dan Job Performance Terhadap Work Engagement Karyawan. *Jurnal Manajemen Dayasaing*, 19(1), 27–36. <https://doi.org/10.23917/dayasaing.v19i1.5103>
- Istiqomah, & Prastuti, E. (2020). Student Optimism Regarding Online Learning During the Covid-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 2020, 187–194. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8204>
- Iwanaga, K., Chan, F., Tansey, T. N., Hoyt, W. T., & Berven, N. L. (2021). Evaluation of Constructs Based on Self-Determination Theory and Self-Efficacy Theory as Predictors of Vocational Rehabilitation Engagement for People With Physical and Sensory Disabilities. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 64(3), 131–144. <https://doi.org/10.1177/0034355220942301>
- Katz, I., Eilot, K., & Nevo, N. (2014). “I’ll do it later”: Type of motivation, self-efficacy and homework procrastination. *Motivation and Emotion*, 38(1), 113–117. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9366-1>
- Khan, A. A., Mavers, S., Benjamin, D. J., & Baker, R. (2020). The Relationship Between Self-Determination and English Language Acquisition: A Case Study of Human Determination, Self-Efficacy, & Success. *Expanding Global Horizons Through Technology Enhanced Language Learning*.
- Kim, M. H., Anderson, R. C., DeRosia, N., Madison, E., & Husman, J. (2021). There are two I’s in motivation: Interpersonal dimensions of science self-efficacy among racially diverse adolescent youth. *Contemporary Educational*

*Psychology*, 66(June), 101989.  
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101989>

- Kleiman, E. M., Chiara, A. M., Liu, R. T., Jager-Hyman, S. G., Choi, J. Y., & Alloy, L. B. (2017). Optimism and well-being: a prospective multi-method and multi-dimensional examination of optimism as a resilience factor following the occurrence of stressful life events. *Cognition and Emotion*, 31(2), 269–283. <https://doi.org/10.1080/02699931.2015.1108284>
- Koç, K., & Pepe, O. (2018). The Investigation of the Relationship between Happiness Levels of the Faculty of Sports Sciences and the Levels of Life Satisfaction and Optimism. *World Journal of Education*, 8(6), 74. <https://doi.org/10.5430/wje.v8n6p74>
- Lara, R., Vázquez, M. L., Ogallar, A., & Godoy-Izquierdo, D. (2020). Optimism and social support moderate the indirect relationship between self-efficacy and happiness through mental health in the elderly. *Health Psychology Open*, 7(2). <https://doi.org/10.1177/2055102920947905>
- Legault, L. (2020). Self-Determination Theory. *Personality and Individual Differences*, June. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8>
- Lestari, I. P. K. (2014). Upaya meningkatkan self-efficacy rendah terhadap pemilihan karir dengan konseling behavior teknik modeling simbolik kelas VIII E di SMP N 6 Batang.
- MA Wen-ying, & LIU Xi. (2016). A New View on Teaching Motivation—Self-determination Theory. *Sino-US English Teaching*, 13(1), 33–39. <https://doi.org/10.17265/1539-8072/2016.01.006>
- Maddux, J. E., & Kleiman, E. M. (2016). Self-efficacy: A foundational concept for positive clinical psychology. In A. M. Wood & J. Johnson (Eds.), *The Wiley Handbook of Positive Clinical Psychology* (Pp. 89–101). Wiley Blackwell., 396–397. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118468197.ch7>
- Mamahit, H. C. (2014). Hubungan Antara Determinasi Diri Dan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 12(2), 90–100. <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/297>
- Marina, A., & Utari, P. A. (2019). Gaya Kepemimpinan Perempuan Ditinjau Dari Peran Optimisme Dan Efikasi Diri di Universitas Dharma Andalas. *Jurnal Menara Ekonomi: Penelitian Dan Kajian Ilmiah Bidang Ekonomi*, 5(3)(3), 1–11.
- Mens, M. G., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2016). Optimism. In *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (Issue March). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.24>

- Merida, D. A., Rifayanti, R., & Putri, E. T. (2021). Efikasi Diri Dengan Kesiapan Kerja Pada Dewasa Awal di Kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 900. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6842>
- Monica. (2018). Analisis pengaruh perceived employability, job search attitude terhadap job search intention (kasus pada fresh graduate di wilayah DKI Jakarta dan Banten). *Doctoral Dissertation, Universitas Multimedia Nusantara*, 1–25.
- Mpondo, F., Ruiters, R. A. C., van den Borne, B., & Reddy, P. S. (2015). Self-determination and gender–power relations as predictors of condom use self-efficacy among South African women. *Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915598676>
- Muna, L. N. (2015). Pengaruh Peran Ayah (Fathering) terhadap Determinasi Diri (self Determination) Remaja. *Psikoislamika Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, 12.
- Mustikasari, R. (2018). *efektivitas expressive writing untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa fresh graduate yang sedang mencari kerja*.
- Nabila, Y. S., & Irhandayaningsih, A. (2022). Perilaku Pencarian Informasi Fresh Graduate Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro dalam Mencari Pekerjaan. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi*, 6(1), 13–22. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/anuva/article/view/13922>
- Nastiti, R., Koroy, T. R., Rusvitawati, D., Krismanti, N., & Hermaniar, Y. (2021). Pelatihan Persiapan Menghadapi Dunia Kerja Bagi Mahasiswa Lulusan Baru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17–21.
- Nilamsari, G. A., Sugara, G. S., & Sulistiana, D. (2020). Analisis Determinasi Diri Remaja. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 4(1), 20–33. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Nindyasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role Of Citizens And Entrepreneurship Unemployment Rate In Pressing College Graduates. *Jurnal Liga Hukum*, 1(1).
- Novitasari, N. D. (2019). Hubungan Antara Presence Of Purpose Terhadap Career Indecision Making Pada Fresh Graduate Di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 3(2), 47–54.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 2003, 1–23.
- Nurjanah, A. S. (2020). Kecemasan Mahasiswa Fresh Graduate Dalam Melamar Pekerjaan. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 35–38.
- Ogbodo, E. (2012). The contributions of self-efficacy and perceived

- Organisational support when taking charge at work. *SA Journal of Industrial Psychology*, 38(1), 1–11. <https://doi.org/10.4102/sajip.v38i1.979>
- PDDikti, K. (2020). *Statistik Pendidikan Tinggi 2020*.
- Prawitowati, T., Hayam, U., & Perbanas, W. (2022). *Pemetaan Tingkat Harapan, Optimisme, Efikasi Diri, dan Resiliensi Pencari Kerja: Dasar Rancangan Program Orientasi Karyawan Baru*. 1–21.
- Prisilia, A. B., Widawati, L., & Utami, A. T. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap kesiapan kerja lulusan baru di Kota Bandung pada masa pandemi. *Psychology Science*, 1, 660–664.
- Puad, M. H. M., & Desa, H. M. (2020). Dissecting perceptions of new graduates on work orientation and self-confidence in employability skills training program. *Universal Journal of Educational Research*, 8(1 A), 70–76. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.081310>
- Putri Andi Rahmalia, F. N. (2015). Self Esteem dan Optimisme Raih Kesuksesan Karir pada Fresh Graduate Fakultas Teknik Universitas DIponegoro. *Jurnal Empati*, 4 (4)(4), 16.
- Rustanto, A. E. (2017). Kepercayaan Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Di Politeknik Lp3I Jakarta Kampus Jakarta Utara. *Jurnal Lentera Bisnis*, 5(2), 1. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v5i2.31>
- Rustika, M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. In *Guilford Publications*.
- Sabouripour, F., Roslan, S., & Ghiami, Z. (2017). Optimism, Social Support and Self-Efficacy Among Iranian Students. *EDULEARN17 Proceedings*, 1(July), 8628–8633. <https://doi.org/10.21125/edulearn.2017.0612>
- Safira, N. L. (2021). Hubungan Social Comparison dan Self Efficacy pada Fresh Graduate Lulusan Perguruan Tinggi yang Belum Bekerja. *Journal Psyhcology*, 10(3), 1–16.
- Safitri, N., Farida, I. A., Eva, N., & Puspitasari, D. N. (2022). Hubungan antara harga diri dan optimisme dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Jurnal Flourishing*, 2(4), 267–276. <https://doi.org/10.17977/10.17977/>
- Sagita, M. P., Hami, A. El, & Hinduan, Z. R. (2020). Development of Indonesian Work Readiness Scale on Fresh Graduate in Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 19(3), 297–314. <https://doi.org/10.14710/jp.19.3.297-314>
- Salavera, C., Usán, P., & Jarie, L. (2017). Emotional intelligence and social skills on self-efficacy in Secondary Education students. Are there gender

- differences? *Journal of Adolescence*, 60(October), 39–46.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.009>
- Santosa, E. I., & Himam, F. (2014). Pengaruh Berbagai Pengetahuan Perencanaan Karir Terhadap Efikasi Diri Dalam Membuat Keputusan Karir. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(1), 1–24.  
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss1.art1>
- Satyarthi, M. A., & Malhotra, M. (2021). Relationship between Self- Efficacy , Psychological Well-Being and Attitude towards Change among College Students. *Psychology And Education*, 58(4), 1965–1975.
- Schwarzer, R. (2014). *Self-efficacy: Thought control of action*.
- Seligman, M. E. P. (2006). How to change your mind about stress. In *the Upside of Stress* (Issue July).  
<http://weekly.cnbnnews.com/news/article.html?no=124000>
- Shelda, C & Handayani, P. (2020). Kontribusi Sumber Informasi Pembentuk Efikasi Diri Terhadap Perilaku Berwirausaha Alumni Pendidikan Alternatif Kewirausahaan. *Jurnal Ecopsy*, 7(April), 31–40.
- Shogren, K. A., Lopez, S. J., Wehmeyer, M. L., Little, T. D., & Pressgrove, C. L. (2006). The role of positive psychology constructs in predicting life satisfaction in adolescents with and without cognitive disabilities: An exploratory study. *Journal of Positive Psychology*, 1(1), 37–52.  
<https://doi.org/10.1080/17439760500373174>
- Situmorang, N. Z. (2017). Kesejahteraan Subjektif Perempuan Pemimpin Ditinjau dari Peran Optimisme dan Efikasi Diri.
- Slamet, S. (2014). Pelatihan Motivasi Berprestasi Guna Meningkatkan Efikasi Diri Dan Optimisme Pada Mahasiswa Aktif Organisasi Di Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 11(1), 93–94. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2014.111-05>
- Sriwijaya, U. (2019). Pedoman Akademik Psikologi. In *Palembang*
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. In *Bandung Alf* (p. 143).
- Suryaningsih Andari. (2016). Hubungan antara optimisme dan self efficacy dengan flow akademik siswa SMA. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1), 1–22. <https://core.ac.uk/reader/42962539>
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Tarigan, M., & Wimbari, S. (2011). Career Planning Program to Increase Career

- Search Self Efficacy in Fresh Graduates. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 11(4), 75–88.
- Tenney, E. R., Logg, J. M., & Moore, D. A. (2015). (Too) optimistic about optimism: The belief that optimism improves performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(3), 377–399. <https://doi.org/10.1037/pspa0000018>
- Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2014). Daily job crafting and the self-efficacy – Performance relationship. *Journal of Managerial Psychology*, 29(5), 490–507. <https://doi.org/10.1108/JMP-05-2012-0148>
- Trisnawati, N. (2017). Preparation for Working Readiness Vocational Education Graduate with Self-Concept and Self-Efficacy Development. *Jurnal Pendidikan Bisnis Dan Manajemen*, 3(2), 165–172. <https://doi.org/10.17977/um003v3i22017p165>
- Tulu, S. K. (2017). A Qualitative Assessment of Unemployment and Psychology Fresh Graduates' Job Expectation and Preference. *Psychology and Behavioral Sciences*, 6(2), 21. <https://doi.org/10.11648/j.pbs.20170602.12>
- Utama, A. S., Hastari, D. W., Damayanti, D. P., Kusuma, M. A. T. A., & Triyanti, M. S. (2021). Pengalaman Lulusan Baru Mencari Kerja Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 122–137. <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.3423>
- Velten, K. (2022). Self-efficacy experiences in day care and primary school from the children's perspective: A starting point for the reflection of didactic and methodological competences of adult educators. *Journal of Early Childhood Research*, 20(2), 134. <https://doi.org/10.1177/1476718X211051192>
- Waaktaar, T., & Torgersen, S. (2013). Self-efficacy is mainly genetic, not learned: A multiple-rater twin study on the causal structure of general self-efficacy in young people. *Twin Research and Human Genetics*, 16(3), 651–660. <https://doi.org/10.1017/thg.2013.25>
- Wehmeyer, M. L. (2014). Self-determination: A family affair. *Family Relations*, 63(1), 178–184. <https://doi.org/10.1111/fare.12052>
- Wehmeyer, M. L. (2020). The importance of self-determination to the quality of life of people with intellectual disability: A perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–7. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197121>
- Yapono, Farid, S. (2013). Konsep-Diri , Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 208–216.
- Yeo, L. S., & Tan, K. (2012). Attributional style and self-efficacy in Singaporean adolescents. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 22(1), 82–

101. <https://doi.org/10.1017/jgc.2012.1>

Zahri, Alifa, V. I. (2022). Gambaran Efikasi Diri pada Penyandang Disabilitas Daksa Usia Remaja. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 3(1), 25–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.22515/ajpc.v3i1.4689>

Zinal, N.Z., Hairuddin, H., & Kassim, E. S. (2020). Pscyhological Determinants Of Job Search Intention Among Fresh Graduates For The Support Of Labour Force In The Digital Era. *Asia Proceedings of Social Sciences*, 6(3), 26–29.

Zwagery, R. V. (2020). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pada masa pandemi Covid 19. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*, *Temilnas XII*, 10–14.