

PENGARUH TINGKAT KECEMASAN TERHADAP CAREER INTEREST PADA SISWA DAN SISWI SEKOLAH MENENGAH ATAS

Rahma Yuliza¹, Nursa'adah², Iskandar³

^{1,2,3} Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

rahmayuliza2018@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Career interest refers to an individual's desire and motivation to pursue a particular career. Those who are interested in pursuing a career are typically individuals who wish to make life decisions aligned with their personality type. However, challenges such as anxiety can arise when determining future career paths. Career-related anxiety is a form of realistic anxiety, associated with feelings of uncertainty and potential negative impacts on future life.* **Objective:** *This study aims to examine the influence of anxiety levels on career interest.* **Method:** *The research method used is descriptive correlational with a cross-sectional study design. The population consists of all 12th-grade students, totaling 279 individuals. The sampling technique used is purposive sampling, with the Slovin formula applied to obtain a sample of 74 students. Data collection instruments included a questionnaire sheet.* **Results:** *The study found that the majority of students had low career interest (45 respondents or 60.8%) and high levels of anxiety (41 respondents or 55.4%). The statistical analysis revealed a significant influence of anxiety levels on career interest, with a p-value = 0.000 (p < 0.05).* **Conclusion:** *This study concludes that anxiety levels significantly affect career interest among students at SMA Negeri 8 Banda Aceh. It is hoped that students can reduce their anxiety levels to foster stronger career interest in the future.*

Keywords: *career interest, anxiety level, students*

ABSTRAK

Latar Belakang : *Career interest merupakan suatu keinginan dan motivasi seseorang untuk mengejar karier tertentu. Seseorang yang tertarik untuk mengejar karier termasuk orang yang memiliki keinginan untuk membuat keputusan mengenai kehidupan mereka sesuai dengan tipe kepribadiannya. Namun munculnya permasalahan pada seseorang untuk menentukan karier masa depan seperti kecemasan. Kecemasan terhadap karier pada masa depan merupakan suatu jenis kecemasan yang realistik. Kecemasan karier berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan berdampak buruk pada kehidupan dimasa depan.* **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest*. **Metode :** Metode penelitian yang digunakan deskriptif korelasi dengan desai *cross sectional study*. Populasi yaitu seluruh siswa-siswi kelas XII sebanyak 279 orang dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling menggunakan rumus Slovin sebanyak 74 orang. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa-siswi memiliki career interest rendah sebanyak 45 responden (60,8%) dan tingkat kecemasan berat sebanyak 41 responden (55,4%). Kemudian hasil penelitian pengaruh tingkat kecemasan terhadap career interest didapatkan p-value = 0,000 (p < 0.05). **Kesimpulan :** penelitian ini yaitu ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap career interest pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh. Diharapkan kepada responden yaitu siswa-siswi agar dapat menurunkan tingkat kecemasan sehingga memiliki minat karier yang tinggi dimasa depan.

Kata Kunci: *career interest, tingkat kecemasan, siswa-siswi*

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenjang terakhir dari tiga sekolah formal di Indonesia. SMA ditempuh dalam waktu tiga tahun, mulai dari kelas X sampai

kelas XII. Khususnya pada tahun akhir yakni kelas XII, siswa diwajibkan mengikuti Ujian Nasional yang mempengaruhi kelulusan siswa tersebut (Kemendikbud, 2020). SMA juga dipandang sebagai jenjang pendidikan yang penting untuk menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas. Masa tuntutan dunia global yang semakin bebas, peran SMA sangat penting untuk meneruskan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi. Hal ini dikarenakan segala proses yang terjadi dalam pendidikan tingkat SMA merupakan bekal bagi para remaja untuk menghadapi masa yang akan datang (Mariah dkk, 2020).

Berdasarkan teori Erick H. Erikson dalam Mokalu & Boangmanalu (2021) masa remaja merupakan masa pencarian jati diri atau perkembangan psikososial. Masa remaja yang dimulai dari umur 12 sampai 21 tahun berada pada tahap *identity* (identitas) dan *versus identity confusion* (kebingungan identitas). Selain itu, teori Erick H. Erikson mengatakan bahwa perkembangan manusia yang terjadi tidak dapat dilepaskan dari stimulus sosial yang dialaminya. Stimulus sosial merupakan penggerak dinamik dalam kepribadian seseorang. Sifat sosial dan psikologis sangat berdampak bagi kelangsungan perkembangan setiap individu di masa yang akan mendatang. Peran orang tua, akademik dan lingkungan menjadi suatu hal penting dalam tahap perkembangan ini sebagai upaya untuk mengembangkan identitas diri remaja.

Siswa di sekolah termasuk dalam usia remaja. Siswa sebagai posisi sentral dalam proses pembelajaran memiliki tugas yang harus diselesaikan dengan baik. Siswa adalah faktor kuat yang berpotensi berdampak negatif pada situasi apapun yang berkaitan dengan karier di masa depan. Siswa tentunya membutuhkan prosedur untuk dapat memilih karier yang sesuai. Siswa dapat merumuskan karier berdasarkan pengalaman sendiri dengan memahami diri sendiri, jujur pada diri sendiri, tabah dan melatih kesadaran diri. Hal ini sangat berpengaruh pada keputusan karier yang merupakan suatu pertimbang untuk dipikirkan lebih jauh sebelum melangkah ke masa depan (Putri & Sari, 2018).

Keputusan karier membuat setiap individu harus siap dalam berkompetisi agar memiliki peluang baik mendapatkan pekerjaan atau pengalaman yang sesuai dengan keinginan, minat maupun bakat. Setiap orang berusaha menjadi yang terbaik di bidangnya dalam kompetisi karier. Tahap level ini, kompetensi, determinasi, kesiapan mental dan jiwa kompetitif yang baik dapat menjadi penentu keberhasilan seseorang dalam perjalanan menuju karier yang terbaik. Sikap profesional, kompetensi, mental pejuang dan pengalaman di lapangan sangat penting untuk menjadi yang terbaik. Maka dari itu siswa di sekolah juga harus melakukan yang terbaik guna mempersiapkan kemungkinan yang akan terjadi dimasa depan terkait karier mereka sendiri. Hal inilah yang menjadi salah satu dasar terjadinya kecemasan siswa dalam menentukan karier. Kecemasan timbul karena pendidikan siswa menitik beratkan pada keberhasilan para siswa menghadapi karier (Mariah dkk, 2020).

Kecemasan karier berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan membuat individu tidak berdaya. Kecemasan merupakan respon emosi terhadap sesuatu yang diperlukan oleh individu sebagai pertahanan hidup dalam menghadapi stres yang dialami oleh individu (Stuart dkk, 2019). Kecemasan termasuk hal yang umum dan sering terjadi dalam bidang pendidikan. Setiap siswa pastinya pernah merasa cemas ketika mereka bersekolah. Akan tetapi, bagi siswa tertentu, kecemasan dapat menghambat pembelajaran dan prestasi, khususnya ketika menghadapi karier setelah tamat sekolah. Ketika kecemasan terjadi terus menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, oleh karena itu kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang disebut sebagai gangguan kecemasan (Mariah dkk, 2020).

Kecemasan terhadap karier pada masa depan merupakan suatu jenis kecemasan yang realistik. Dampak dari kecemasan yang sering terjadi yaitu ketika individu mengalami peningkatan reaksi kejiwaan dengan berpikir secara berlebihan bahwa sesuatu hal yang

buruk akan terjadi dalam kehidupannya di masa depan. Jika kecemasan dapat teratasi maka individu dapat menentukan karier sesuai dengan minat dan kemampuannya serta kecemasan yang dialaminya perlahan-lahan akan berkurang dan jika sudah merasa lebih baik ketika sudah mengambil keputusan yang tepat dalam menentukan karier di masa depan maka individu tidak akan merasa cemas lagi sehingga dapat menjalankan kariernya dengan optimal (Noviyanti, 2021).

Keputusan karier untuk masa depan dipengaruhi oleh keinginan dan motivasi dari diri seseorang atau disebut *career interest*. *Career interest* merupakan suatu keinginan dan motivasi seseorang untuk mengejar karier tertentu. Seseorang yang tertarik untuk mengejar karier termasuk orang yang memiliki keinginan untuk membuat keputusan mengenai kehidupan mereka sekarang dan dimasa depan sesuai dengan tipe kepribadiannya. Sudah sepatutnya setiap siswa memiliki *career interest* yang kuat untuk membantu mereka mempersiapkan masa depan mereka, sehingga mereka dapat memahami minat karier mereka sesuai dengan jenis kepribadian mereka dan tidak merasa kewalahan. Melalui *career interest* siswa dapat memahami jurusan yang akan mereka ambil selanjutnya, informasi lebih lanjut tentang universitas yang akan mereka masuki setelah lulus dan memahami minat karier apa yang akan mereka kembangkan di masa depan (Fatmawati dkk, 2023).

Career interest termasuk suatu keputusan karier yang dibuat menggunakan enam tipe kepribadian. Teori Holland mengelompokkan individu kedalam enam tipe kepribadian secara luas khususnya (R) realistik, (I) *investigative* (intelektual), (A) artistik, (S) sosial, (E) *enterprising* (giat), dan (K) konvensional. Munculnya teori Holland ini yaitu untuk memahami perbedaan individu dalam kepribadian, minat dan perilaku atau model yang banyak digunakan individu sesuai dengan kenyataan. Individu mengembangkan preferensi untuk kegiatan tertentu sebagai hasil interaksi dengan budaya dan kekuatan pribadi untuk mengembangkan kompetensi. Oleh karena itu, tipe kepribadian ditandai oleh pilihan mata pelajaran di sekolah, hobi, kegiatan rekreasi dan ketertarikan pekerjaan. Melalui tipe kepribadian ini maka seseorang dapat menentukan minat karier dimasa depan depan (Feist & Gregory, 2019).

Berkaitan dengan hasil penelitian Fatmawati dkk (2023), menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SMA Kota Banda Aceh memiliki *career interest* tipe sosial yaitu 42 orang (20,9%), tipe investasi yaitu 26 orang (19,1%), tipe artistik yaitu 23 orang (16,9%), tipe konvensional yaitu 21 orang (15,4%), tipe *enterprising/pedagang* yaitu 20 orang (14,7%) dan tipe realistik yaitu 4 orang (2,9%). Kemudian berdasarkan hasil penelitian Mariah dkk (2020), memperlihatkan bahwa sebagian besar siswa-siswi memiliki tingkat kecemasan karier yang tinggi sebanyak 43 orang (54%), kategori sedang sebanyak 32 orang (40%), kemudian pada kategori sangat tinggi sebanyak 4 orang (5%).

Berdasarkan hasil survei, SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh berada di jalan Tgk Chik Dipineung Raya, Desa Kota Baru Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. SMA ini memiliki status kepemilikan pemerintah pusat yang didirikan pada tahun 2001 dengan nilai akreditasi A. SMA Negeri 8 memiliki jumlah guru sebanyak 63 orang dengan tenaga pendidik sebanyak 12 orang. Jumlah peserta didik pada tahun ajaran Januari 2025 terdiri dari 421 siswa dan 417 siswi. Khususnya jumlah siswa-siswi pada kelas XII sebanyak 279 orang. Hasil wawancara peneliti kepada 10 orang siswa-siswi, mengatakan bahwa semua dari mereka memiliki minat karier yang baik dimasa yang akan datang. Namun dibalik minat tersebut mereka juga bingung untuk mengambil keputusan atau langkah yang harus dilakukan. Hal ini dikarenakan rasa tidak percaya diri serta kurangnya motivasi dari dalam diri sendiri. Selain itu, mereka mengatakan memiliki rasa takut dan cemas terhadap karier seperti pemilihan jurusan pada perguruan tinggi serta pekerjaan dimasa akan datang. Perasaan cemas dipengaruhi oleh prestasi akademik yang rendah serta kurangnya

dukungan dari orang tua seperti rasa kurang peduli terhadap keputusan yang mereka ambil dan adanya perbedaan antara keinginan orang tua dan keinginan mereka untuk masa depan. Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa siswa-siswi memiliki kecemasan terhadap *career interest* dimasa yang akan datang.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap *Career Interest* pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh”. Dengan tujuan Untuk mengetahui pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest* pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dan rancangan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest* pada siswa-siswi SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XII yang berjumlah 279 orang, dengan sampel sebanyak 74 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan rumus slovin. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang mengukur tingkat kecemasan dan minat karier siswa, disusun berdasarkan teori Holland (RIASEC) serta indikator kecemasan menurut Stuart. Instrumen yang digunakan telah diuji reliabilitas dengan hasil 0,849 *career interest* dan tingkat kecemasan 0,830. kemudian dianalisis menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara variabel. Pengumpulan data dilakukan pada 22–26 April 2025.

HASIL

Hasil Data Demografi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Demografi Siswa-Siswi Kelas XII di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh (n=74)

Data Demografi	f	%
Umur		
17 tahun	22	29,7
18 tahun	52	70,3
Total	74	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	38	51,4
Perempuan	36	48,6
Total	74	100,0
Prestasi		
Cerdas cermat	4	5,4
Olimpiadi	9	12,2
Puisi	2	2,7
<i>Story telling</i>	3	4,1
Tidak ada	56	75,7
Total	74	100,0
Cita-Cita		
Abdi negara	29	39,2
Tenaga kesehatan	22	29,7
Pengusaha	4	5,4
Ahli hukum	9	12,2
Perbankkan	10	13,5
Total	74	100,0

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa dari 74 responden, sebagian besar siswa-siswi berusia 18 tahun sebanyak 52 responden (70,3%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 responden (51,4%). Kemudian sebagian besar siswa-siswi tidak ada memiliki prestasi sebanyak 56 orang (75,7%) serta memiliki cita-cita sebagai abdi negara sebanyak 29 responden (39,2%).

Hasil Analisa Univariat

Career Interest

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Enam Indikator *Career Interest* pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh (n=74)

Variabel	F	%
<i>Career Interest</i>		
Tinggi	29	39,2
Rendah	45	60,8
Total	74	100,0
Realistik		
Tinggi	41	55,4
Rendah	33	44,6
Total	74	100,0
Investigative		
Tinggi	35	47,3
Rendah	39	52,7
Total	74	100,0
Artistik		
Tinggi	36	48,6
Rendah	38	51,4
Total	74	100,0
Sosial		
Tinggi	44	59,5
Rendah	30	40,5
Total	74	100,0
Enterprising		
Tinggi	42	56,8
Rendah	32	43,2
Total	74	100,0
Konvensional		
Tinggi	48	64,9
Rendah	26	35,1
Total	74	100,0

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari 74 responden, sebagian besar siswa-siswi memiliki *career interest* pada keseluruhan enam indikator yaitu rendah sebanyak 45 responden (60,8%). Adapun masing-masing indikator *career interest* seperti *realistik* sebagian besar yaitu tinggi sebanyak 41 responden (44,6%), *investigative* sebagian besar yaitu rendah sebanyak 41 responden (52,7%), *artistik* sebagian besar yaitu rendah sebanyak 38 responden (51,4%), *sosial* sebagian besar yaitu tinggi sebanyak 44 responden (59,5%), *enterprising* sebagian besar yaitu tinggi sebanyak 42 responden (56,8%) dan *konvensional* sebagian besar yaitu tinggi sebanyak 48 responden (64,9%).

Tingkat Kecemasan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh (n=74)

Tingkat Kecemasan	f	%
Ringan	33	44,6
Berat	41	55,4
Total	74	100,0

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa dari 74 responden, sebagian besar siswa-siswi memiliki tingkat kecemasan yaitu berat sebanyak 41 responden (55,4%).

Hasil Analisa Bivariat

Tabel 4. Pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap *Career Interest* pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh (n=74)

Tingkat Kecemasan	<i>Career Interest</i>						p- value
	Tinggi		Rendah		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Ringan	25	75,8	8	24,2	33	100,0	0,000
Berat	4	9,8	37	90,2	41	100,0	
Total	29	39,2	45	60,8	74	100,0	

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa dari 74 responden, sebanyak 41 siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan berat sebagian besar memiliki *career interest* rendah yaitu 37 responden (90,2%). Kemudian sebanyak 33 siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan ringan sebagian besar memiliki *career interest* tinggi yaitu 25 responden (75,8%).

Berdasarkan uji statistik *chi square* maka hasil uji yang dipakai yaitu *continuity correction* pada *asymp sig (2-sided)* dengan hasil *p-value* = 0,000 ($p < 0.05$) sehingga ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest* pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka pembahasan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan terhadap 74 responden, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa-siswi memiliki *career interest* pada keseluruhan enam indikator yaitu rendah sebanyak 45 responden (60,8%). Kemudian sebagian besar siswa-siswi memiliki tingkat kecemasan yaitu berat sebanyak 41 responden (55,4%).

Kemudian dari 74 responden sebanyak 41 siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan berat sebagian besar memiliki *career interest* rendah yaitu 37 responden (90,2%). Kemudian sebanyak 33 siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan ringan sebagian besar memiliki *career interest* tinggi yaitu 25 responden (75,8%). Adapun berdasarkan uji statistik *chi square* didapatkan *p-value* = 0,000 ($p < 0.05$) sehingga ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest* pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh.

Hasil penelitian ini berkaitan dengan penelitian Masykuri (2022), yang berjudul “Pengaruh Kecemasan Masa Depan terhadap Perencanaan Karier Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 16 Malang”. Hasil analisis diperoleh nilai signifikansi (*sig*) sebesar 0,001 artinya

hipotesis menyatakan adanya pengaruh kecemasan masa depan terhadap perencanaan karier diterima. Kemudian didapatkan nilai koefisien determinasi (*R square*) sebesar 0,111 artinya variabel kecemasan masa depan berpengaruh terhadap perencanaan karier sebesar 11,1% dan nilai $r = -0,299$ ($p = 0,000$) artinya terdapat pengaruh negatif antara kecemasan masa depan dengan perencanaan karier pada peserta didik kelas VIII SMPN 16 malang.

Kemudian penelitian berkaitan lainnya yaitu dilakukan oleh Alexander & Arini (2023), yang berjudul “Kematangan Karir dengan Kecemasan Karir Menghadapi Dunia Kerja”. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kematangan karir dan kecemasan karir dengan nilai *sig* sebesar 0,000. Artinya semakin tinggi kematangan karir maka semakin tinggi pula kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini mengimplikasikan bahwa kematangan karir tidak cukup untuk mengatasi kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir. Menurut penelitian Manurung & Aritonang (2023), menunjukkan bahwa kematangan karir memiliki dampak kecemasan ketika menentukan pilihan karirnya. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan diri (*skill*) yang baik akan membantu untuk menurunkan tingkat kecemasan yang dimilikinya.

Menurut teori Holland dalam Feist & Gregory (2019), minat karier pada hakikatnya merupakan pernyataan kepribadian seseorang yang diwujudkan dalam kalimat terhadap sebuah jabatan atau pekerjaan. Teori Holland mengatakan bahwa suatu minat yang menyangkut pekerjaan dan okupasi adalah hasil perpaduan dari sejarah hidup seseorang dan keseluruhan kepribadiannya, sehingga minat tertentu akhirnya menjadi suatu ciri kepribadian yang muncul pada seseorang.

Career interest (minat karier) merupakan suatu kecenderungan seseorang terhadap profesi tertentu atau terhadap karier yang sesuai dengan orientasi pribadinya. Minat karier termasuk ketertarikan seseorang terhadap suatu bidang pekerjaan untuk menawarkan pengembangan karier masa depan yang baik. Minat sangat besar pengaruhnya dalam mencapai prestasi dalam suatu pekerjaan, jabatan atau karier seseorang (Kim, 2020).

Career interest terdiri dari beberapa jenis, masing-masing jenis *career interest* tersebut memiliki karakteristik yang membedakan *career interest* yang satu dengan yang lainnya. Adapun masing-masing *career interest* dipilih atau dikelompokkan berdasarkan tujuan, aktivitas yang disukai, aktivitas yang tidak disukai, konsep diri, hasil kerja (prestasi) keaslian, persepsi dan pandangan, bakat dan kemampuan khusus, kepribadian dan perkembangan pribadi (Fatmawati dkk, 2023).

Holland mengemukakan ada enam tipe kepribadian yaitu *realistic* (*realistic*) yang bersifat jantan, kuat jasmani, tidak sosial, agresif, mempunyai kecakapan dan koordinasi motorik yang baik. Tipe *realistic* memerlukan individu-individu yang memiliki kecakapan atau kompetensi-kompetensi yang berhubungan dengan teknik dan aspek-aspek fisik. Orang-orang yang menyenangi pekerjaan berikut mirip dengan tipenya misalnya pengawas bangunan, ahli mesin kapal udara, ahli listrik, operator radio, ahli survei dan yang sejenisnya, atau dengan kata lain tipe *realistic* memerlukan individu-individu yang memiliki kecakapan atau kompetensi-kompetensi yang berhubungan dengan teknik dan aspek-aspek fisik (Feist & Gregory, 2019).

Investigative (intelektual) yaitu tipe model berorientasi tugas, tidak/kurang sosial, lebih menyukai dan memikirkan terlebih dahulu daripada langsung bertindak terhadap pemecahan masalah yang dihadapi, membutuhkan pemahaman, menyenangi tugas-tugas pekerjaan yang kabur sifatnya, dan memiliki nilai-nilai dan sikap yang tidak konvensional. Preferensi vokasional termasuk ahli antropologi, astronomi, biologi, botani, kimia, editor penerbitan, ilmiah, geologi, ilmuan riset, meteorology, fisika, pekerja riset ilmiah, zoology, penulis artikel ilmiah dan teknologi (Feist & Gregory, 2019).

Artistik yaitu tipe model *artistik* bersifat tidak sosial, menghindari masalah yang sudah dapat tersusun, atau yang memerlukan kecakapan fisik yang benar, serupa dengan

tipe intelektual yang sukar menyesuaikan diri dan tidak sosial, tetapi berbeda dengan tipe tersebut bahwa tipe ini memerlukan bentuk-bentuk ekspresi yang bersifat individualitas, lebih bersifat kewanitaan dan sering kali tipe ini menderita hambatan emosional, lebih menyukai menghadapi persoalan yang terjadi dalam lingkungannya melalui ekspresi diri dalam media seni. Preferensi vokasional termasuk pengarang, ahli kartun, musik, drama, penyair, pencipta lagu, dan pengubah musik seniman atau artis (Feist & Gregory, 2019).

Social people (sosial) yaitu tipe model ini bersifat sosial, bertanggung jawab, kewanitaan, kemanusiaan, keagamaan, membutuhkan pehatian, memiliki kecakapan verbal dan hubungan antar pribadi, menghindari pemecahan masalah secara intelektual aktivitas fisik, kegiatan-kegiatan yang sangat teratur rapi, serta menyukai pemecahan masalah melalui perasaan dan pemanfaatan hubungan antar pribadi. Preferensi vokasional termasuk penilik sekolah, guru sekolah, ahli psikologi klinik, lembaga kesejahteraan konselor, dan *missionary* (Feist & Gregory, 2019).

Enterprising (giat) yaitu tipe orang-orang yang menghadapi lingkungan dengan cara mengekspresikan kualitas petualang, dominan, antusias, dan impulsif. Dicirikan sebagai pribadi yang persuasif, verbal, terbuka, menerima diri, percaya diri, agresif, dan *exhibitionistic* (suka menunjukkan kemampuan yang dimilikinya), mereka lebih suka bidang penjualan, pengawasan, dan panggilan/pekerjaan yang berkaitan dengan kepemimpinan dan kegiatan yang dapat memuaskan kebutuhan akan dominasi, ekspresi verbal, pengakuan, dan kekuasaan (Feist & Gregory, 2019).

Conventional yaitu tipe model konvensional menyenangi bahasa yang tersusun baik dan kegiatan yang berhubungan dengan angka, konformis, menghindari situasi yang kabur, masalah-masalah yang melibatkan hubungan antar pribadi dan kecakapan fisik, mengerjakan secara efektif terhadap tugas pekerjaan yang tersusun baik, mengidentifikasi dirinya dengan kekuasaan, dan memberi nilai yang tinggi atas status dan kekayaan materi. Preferensi vokasional termasuk pengawas bank, pemegang buku, ahli statistik, analisis keuangan, penaksir biaya, operator peralatan IBM, mengkaji anggaran belanja, dan petugas atau ahli perpajakan (Feist & Gregory, 2019).

Minat karier untuk masa depan dipengaruhi oleh kecemasan seseorang ketika mengambil keputusan yang tepat terhadap hal yang diinginkan. Kecemasan merupakan respon emosi terhadap sesuatu yang diperlukan oleh individu sebagai pertahanan hidup dalam menghadapi stres yang dialami oleh individu (Stuart dkk, 2019). Kecemasan termasuk suatu proses normal dalam menghadapi suatu stresor yang berguna untuk memotivasi dalam kondisi apapun, tetapi dapat mengganggu jika reaksi kecemasan tersebut berlebihan. Wilnkel (2020), mengatakan bahwa kecemasan juga termasuk bentuk respon wajar yang timbul melalui proses biokimia dalam tubuh dan otak yang meningkatkan dan membutuhkan perhatian. Ketika kecemasan yang dirasakan meningkat maka tubuh akan memberikan respon positif atau negatif dalam menghadapinya. Kecemasan merupakan pengalaman emosional yang berlangsung singkat dan merupakan respon yang wajar, pada saat individu menghadapi tekanan atau peristiwa yang mengancam kehidupannya baik itu ancaman eksternal dan internal (Faramida, Riza & Iskandar, 2019).

Kecemasan karier berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan membuat individu tidak berdaya. Kecemasan termasuk hal yang umum dan sering terjadi dalam bidang pendidikan. Setiap siswa pastinya pernah merasa cemas ketika mereka bersekolah. Akan tetapi, bagi siswa tertentu, kecemasan dapat menghambat pembelajaran dan prestasi, khususnya ketika menghadapi karier setelah tamat sekolah. Ketika kecemasan terjadi terus menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, oleh karena itu kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang disebut sebagai gangguan kecemasan (Mariah dkk, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti berpendapat bahwa dalam penelitian ini masih banyak siswa-siswi yang memiliki *career interest* rendah dan memiliki tingkat kecemasan berat. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil jawaban dari siswa-siswi pada kuesioner yaitu indikator *career interest* yang rendah seperti investigative 52,7% dan artistik 51,4%. Kemudian siswa-siswi sudah memiliki indikator *career interest* tinggi seperti realistik 44,6%, sosial 59,5%, *enterprising* 66,8% dan konvensional 64,9%. Namun keseluruhan indikator *career interest* menunjukkan bahwa masih rendahnya minat karier siswa-siswi untuk masa depan. Adapun hasil jawaban siswa-siswi dari kuesioner tingkat kecemasan menunjukkan bahwa masih adanya rasa takut, khawatir, gelisah, bingung, sulit berkonsentrasi dan fokus, sering lupa bahkan sering emosional dan marah ketika memikirkan atau membiacarakan keputusan karier. Jawaban ini menunjukkan bahwa masih banyak siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan berat tentang keputusan minat karier untuk masa depan.

Menurut peneliti dalam penelitian ini ditemukan hasil penelitian ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap *career interest* pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh. Hal ini dikarenakan siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan berat lebih banyak memiliki *career interest* rendah. Namun siswa-siswi yang memiliki tingkat kecemasan ringan lebih banyak memiliki *career interest* tinggi.

Peneliti berpendapat bahwa hubungan antara *career interest* dengan tingkat kecemasan adalah bahwa ketidaksesuaian antara minat karier seseorang dengan pilihan keinginan masa depan yang diambil sehingga dapat memicu kecemasan. Kecemasan muncul karena adanya rasa takut dan khawatir akan minat karier dimasa depan. Keputusan karier ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya pemahaman peserta didik tentang dirinya sendiri seperti mengenal dan memahami potensi yang ada dalam dirinya, misalnya cita-cita yang hendak diraih, bakat dan minat, dan berbagai hal yang berkaitan dengan karier yang hendak ditempuhnya. Berbagai permasalahan yang dapat menghambat peserta didik dalam merencanakan kariernya saat ini adalah kurangnya pengenalan akan diri sendiri yang terdiri atas pemahaman kekurangan, kelebihan, dan potensi yang dipunyainya. Hal tersebut apabila tidak segera ditangani akan berakibat buruk dan dapat memunculkan perasaan ketidak percayaan dalam diri peserta didik untuk menentukan dan memutuskan arah karier mereka. Perlu diingat bahwa apabila peserta didik menginginkan karier yang dipilihnya sesuai dengan harapan mereka, maka diperlukan adanya sebuah proses merencanakan dan mengambil keputusan karier secara matang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 74 responden di SMA Negeri 8 Kota Banda Aceh, ditemukan bahwa mayoritas siswa memiliki minat karier yang rendah (60,8%) serta tingkat kecemasan yang tergolong berat (55,4%). Analisis statistik menunjukkan nilai *p*-value = 0,000 (*p* < 0,05), yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara tingkat kecemasan dengan minat karier siswa. Temuan ini menegaskan bahwa kecemasan yang tinggi dapat menjadi faktor penghambat dalam pembentukan minat karier, sehingga perlu adanya perhatian khusus dari berbagai pihak untuk membantu siswa mengelola kecemasan dan meningkatkan kesiapan mereka dalam menentukan arah karier di masa depan.

Sebagai tindak lanjut, penelitian ini memberikan beberapa saran praktis. Bagi siswa, diharapkan mampu mengendalikan kecemasan agar dapat mengambil keputusan karier yang lebih baik. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam merancang program bimbingan karier yang lebih efektif. Institusi pendidikan diharapkan menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk pengembangan kajian lebih lanjut, sementara peneliti selanjutnya dianjurkan untuk mengeksplorasi variabel lain, metode berbeda, serta jumlah sampel yang lebih beragam. Dengan demikian, penelitian ini

tidak hanya memberikan gambaran empiris mengenai hubungan kecemasan dan minat karier, tetapi juga membuka peluang pengembangan penelitian lanjutan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyar, H. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu Group, Jakarta.
- Alexander, M, A & Arini, D, P. (2023). Kematangan Karir dengan Kecemasan Karir Menghadapi Dunia Kerja. *Jurnal Psikologi Mandala Vol 7 No 1*. Diakses 5 Januari 2025. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php>
- Ansori, M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Airlangga University Press, Jakarta
- Aryani, R. (2019). *Kesehatan Remaja: Problem dan Solusinya*. Salemba Medika, Jakarta.
- Fatmawati, Marthoenis, Martina. (2023). *Career Interest pada Siswa SMA di Aceh*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Vol 11 No 1*. Diakses 4 Januari 2025. <https://jurnal.usk.ac.id/JIK/article/download/32651/18207>
- Feist, J. & Gregory, J. F. (2019). *Teori Kepribadian*. Salemba Humanika, Jakarta
- Faramida, M., Riza, S., Iskandar. (2019). Pengaruh Pemberian Informasi terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Appendicitis di Ruang Bedah Wanita RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *SEMDI UNAYA Vol 3 No 1*.
- Fauzan, W, H. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Pemilihan Karir Siswa Jurusan Akuntansi SMK Negeri 2 Madiun. *Jurnal Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Vol 2 No 1*. Diakses 5 Januari 2025. <http://etheses.uin-malang.ac.id/34597>
- Haerani, N & Daulay, N. (2022). *Dinamika Perkembangan Remaja: Problematika dan Solusi*. Kencana Prenada Media, Jakarta.
- Hamzah, A. (2019). *Kematangan Karir Teori dan Pengukurannya*. Literasi Nusantara, Jakarta
- Hardani, Dkk. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu Grup, Yogyakarta.
- Kemendikbud. (2020). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia*. Kementerian Pendidikan, Jakarta.
- Kim, J. (2020). *Hidup Antigalau: Menata Karier dan Masa Depan Di Umur 20-an*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Manurung, P, P, B & Aritonang, N, N. (2023). Hubungan Antara Kematangan Karir Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate Universitas HKBP Nommensen. *Journal Of Social Science Research Vol 3 No 3*. Diakses 5 Januari 2025. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Mariah, W., Yusmami, & Pohan, R, A. (2020). Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. *Jurnal Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan Vol 7 No 2*. Diakses 3 Januari 2025. <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium/article>
- Masykuri, M, N. (2022). Pengaruh Kecemasan Masa Depan terhadap Perencanaan Karier Peserta Didik Kelas VIII SMPN 16 Malang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*
- Nisma. I. (2022). *Metodologi Penelitian*. Rizmedia Pustaka, Yogyakarta.
- Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol 3 No 2*. Diakses 4 Januari 2025. <https://ejurnal.mercubuanayogya.ac.id/index.php/>
- Nurlela, L. dkk. (2023). *Keperawatan Jiwa*. PT. Sonpedia Publishing, Jakarta
- Nursalam. (2019). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Salemba Medika. Jakarta

- Maududi, M, N, A. (2023). Pengaruh Minat Karier terhadap Pengambilan Keputusan Karier pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam As-Shofa. *Jurnal Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Vol 2 No 7*. Diakses 16 Januari 2025. <http://repository.uin suska.ac.id>
- Mokalu, V, R & Boangmanalu, C, V, J. (2021). Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Volume 12 Nomor 2*. Diakses 15 Januari 2025. <http://jurnal.stkippersada.ac.id/jurnal/index.php/VOX/article/view/1314/0>
- Putri, R. D., & Sari, S. P. (2018). Implementation of John Holland's Career Theory in Guidance and Counseling. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol 2 No 1*. Diakses 4 Januari 2025. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v1i2.768>.
- Rayni, S., Rohaeti, E, E., Siddik, R, R. (2023). Pengaruh Layanan Bimbingan Karier terhadap Minat Karier Siswa Kelas XI SMA Mutiara 2 Bandung. *Jurnal Fokus Vol 7, No 1*. Diakses 5 Januari 2025. DOI 10.22460/fokusv7i1. 11365
- Riyanto, A. (2019). *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Rosyidah, Masayu & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian*. Deepublish, Yogyakarta.
- Stuart, Keliat & Pasaribu (2019). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Elsevier, Singapura.
- Tarwoto & Wartonah. (2018). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Salemba Empat, Yogyakarta.
- Tukatman, H, dkk. (2023). *Keperawatan Jiwa*. Pustaka Askara, Surabaya.
- Widodo, D., Juairiah, J., Sumantrie, P., Siringoringo, S. N., Praghlapati, A., Purnawinadi, I. G., Manurung, A., Kadang, Y., Anggraini, N., & Hardiyati, H. (2022). *Keperawatan Jiwa*. Yayasan Kita Menulis, Yogyakarta.
- Widyanti, R. (2021). *Manajemen Karir (Teori, Konsep dan Praktik)*. Rizky Artha Mulia, Makassar.
- Widyatama, T. (2024). *Tes Kepribadian, Bakat, dan Minat*. Media Pressindo, Jakarta
- Willis, S. (2017). *Remaja dan Permasalahannya*. CV Alfabet, Jakarta.