LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.

HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN KARIR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS "X" DI JAKARTA SELATAN

Zahra Dwiana Febrianti[1], Fathana Gina[2], Ditta Febrieta[3]
[1, 2, 3]Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
202110515185@mhs.ubharajaya.ac.id, fathana.gina@dsn.ubharajaya.ac.id, ditta.febrieta@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstract

This research aims to determine the relationship between social comparison and career anxiety in final year students at "X" University in South Jakarta. The approach used in this research was quantitative with 269 respondents, obtained using the cluster sampling method. The instruments used in this research were the career anxiety scale adapted by Vignoli and the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) social comparison scale compiled by Gibbons. The research results obtained through the Spearman Rho correlation test obtained a significance result of 0.488, this shows that there is a positive relationship between social comparison and career anxiety so it can be interpreted that if students have high social comparison, then career anxiety in students will also be high. For future researchers, it is recommended to expand theoretical studies by adding other variables that have the potential to influence career anxiety, such as self-efficacy, social support, self-control, or clarity of career goals. In addition, future research can use different research designs, such as qualitative or experimental research.

***Keywords**: Social Comparison, Career Anxiety*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir Universitas "X" di Jakarta Selatan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan responden 269, yang diperoleh menggunakan metode *cluster sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala kecemasan karir yang diadaptasi oleh Vignoli dan skala perbandingan sosial *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) yang disusun oleh Gibbons. Hasil penelitian yang didapat melalui uji korelasi *Spearman Rho* didapat hasil signifikansi 0.488, hal ini menunjukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perbandingan sosial dengan kecemasan karir hingga dapat diartikan apabila mahasiswa memiliki perbandingan sosial yang tinggi, maka kecemasan karir pada mahasiswa juga akan tinggi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas kajian teoritis dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan karir, seperti *self-efficacy*, dukungan sosial, kontrol diri, atau kejelasan tujuan karir. Selain itu, penelitian

Article History
Received: Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026

Plagirism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889

selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti penelitian kualitatif atau eksperimental.

Kata Kunci : Perbandingan Sosial, Kecemasan Karir

1. Pendahuluan

Peningkatan jumlah lulusan perguruan tinggi di Indonesia tidak selalu diikuti dengan terserapnya lulusan tersebut ke dalam dunia kerja. Data Badan Pusat Statistik (Yazid, 2024) menunjukkan bahwa pada Agustus 2024 terdapat 7.465.599 pengangguran, dengan 11,28% di antaranya merupakan lulusan perguruan tinggi. Kondisi ini menggambarkan bahwa mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada persaingan kerja yang ketat serta ketidakpastian masa depan karir, yang berpotensi memunculkan kecemasan karir (Febrianti & Tasdin, 2023).

Mahasiswa tingkat akhir berada pada fase transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja yang menuntut kesiapan psikologis, akademik, dan keterampilan (Santrock, 2011). Ketidakpastian ekonomi, tuntutan keluarga, serta paparan media sosial yang menampilkan keberhasilan orang lain sering kali memperkuat kecemasan karir (Wahyu, 2024). Pra-survei terhadap mahasiswa tingkat akhir Universitas "X" menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami gangguan tidur, tekanan emosional, perilaku menghindar, serta kecenderungan membandingkan diri dengan teman sebaya yang dinilai lebih berhasil.

Salah satu faktor yang diduga berperan dalam kecemasan karir adalah perbandingan sosial. Festinger (1954) menjelaskan bahwa individu cenderung menilai diri melalui perbandingan dengan orang lain, baik dari segi kemampuan maupun pendapat. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, perbandingan sosial, khususnya upward comparison, berpotensi meningkatkan perasaan tidak mampu dan kecemasan terhadap masa depan karir (Suls, 2002). Berdasarkan fenomena dan temuan penelitian sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir Universitas "X" di Jakarta Selatan.

2. Tinjauan Pustaka

A. Kecemasan Karir

1. Definisi Kecemasan Karir

Menurut Vignoli (2015) kecemasan karir dapat diartikan sebagai suatu keadaan emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan dan muncul sebagai reaksi terhadap ketidakpastian mengenai masa depan karir seseorang. Kecemasan ini berkaitan erat dengan rasa takut akan kegagalan dalam mencapai target akademik atau pekerjaan yang diinginkan. Salah satu contohnya adalah ketakutan akan kemungkinan tidak mendapat pekerjaan setelah kelulusan, atau kekhawatiran mengenai kemampuan bersaing di pasar kerja.

Menurut pandangan lain oleh Pisarik (2017) kecemasan karir dapat dilihat sebagai perasaan emosional yang biasa dan alami yang muncul selama perjalanan pengembangan karir. Kecemasan karir ini bukan semata-mata terkait dengan tantangan dalam membuat keputusan karir di awal. Akibatnya individu tersebut mengalami kecemasan dan merasa gagal karena keterbatasan dalam membuat keputusan karir selanjutnya.

Pandangan lain oleh Şama Çiçek & Zeren, (2023) kecemasan karir tidak hanya terbatas pada proses pemilihan dan pencapaian jalur karir. Kecemasan ini juga

mencakup kekhawatiran terhadap kemungkinan mengalami pengangguran. Selain itu, individu merasa cemas karena meragukan kemampuan diri untuk mencapai kesuksesan. Kecemasan tersebut juga dipicu oleh ketidak pastian mengenai masa depan dan dinamika dunia kerja yang terus berubah.

Berdasarkan uraian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan karir merupakan suatu keadaan emosional yang dicirikan oleh ketidaknyamanan, kecemasan, dan kekhawatiran yang muncul sebagai akibat adanya ketidakpastian dalam perencanaan serta pengambilan keputusan sehubungan dengan karir, baik di tahap awal maupun selama proses pengembangan karir.

2. Dimensi Kecemasan Karir

Vignoli (2015) menjelaskan bahwa kecemasan karir merupakan jenis kecemasan yang lebih spesifik yang muncul dalam konteks perkembangan karir, terutama terkait dengan rasa takut akan kegagalan di bidang akademik maupun profesional. Vignoli membagi kecemasan karir ke dalam tiga dimensi, yaitu:

1. Ketakutan terhadap kegagalan karir
   Dimensi ini mencerminkan perasaan cemas atau khawatir akibat pikiran negatif mengenai kemungkinan tidak berhasil mencapai tujuan akademik atau karir di masa depan. Individu meragukan kemampuannya untuk bersaing di dunia kerja, merasa tidak mampu menyelesaikan pendidikan dengan baik, serta takut akan kondisi seperti pengangguran, yang diperburuk oleh ketidakpastian pasar kerja dan tekanan untuk segera memperoleh pekerjaan.
2. Ketakutan tidak dapat memenuhi harapan orang tua mengenai karir di masa yang akan datang
   Dimensi ini merujuk pada kecemasan akibat tuntutan sosial, khususnya harapan tinggi orang tua terhadap masa depan akademik dan karir anak. Individu merasa tertekan atau bersalah jika gagal memenuhi ekspektasi keluarga, sehingga pilihan karir cenderung didasarkan pada keinginan orang tua dan bukan pada minat atau potensi diri, yang dapat menghambat proses pemilihan karir yang sehat.
3. Ketakutan akan kehilangan hubungan sosial yang penting akibat tuntutan karir
   Dimensi ini menjelaskan kecemasan yang muncul ketika individu merasa bahwa tuntutan karir atau pekerjaan di masa depan dapat mengganggu hubungan dengan orang-orang terdekat, seperti keluarga, pasangan, atau teman, akibat keterbatasan waktu, perpindahan tempat tinggal, atau perubahan lingkungan sosial, sehingga memengaruhi pengambilan keputusan karir.

Berdasarkan uraian tersebut, kecemasan karir dapat disimpulkan sebagai keadaan emosional yang muncul akibat tekanan dan ketidakpastian mengenai masa depan, yang ditandai oleh ketakutan akan kegagalan, tuntutan dari orang tua maupun lingkungan, kekhawatiran kehilangan hubungan sosial, serta pikiran negatif terhadap diri sendiri.

B. Perbandingan Sosial

1. Definisi Perbandingan Sosial

Festinger (1954) menjelaskan bahwa seseorang didorong untuk membandingkan diri mereka melalui perbandingan dengan orang lain. Proses ini dilakukan untuk mendapatkan wawasan yang lebih baik tentang posisi mereka dalam sosial..

Sebagaimana dijelaskan oleh Suls (2002) bahwa perbandingan sosial berdampak pada pengembangan diri, hal ini sangat tergantung pada apakah individu yang

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

dibandingkan menganggap dirinya lebih tinggi atau lebih rendah dibandingkan yang lain. Perbandingan ini tidak hanya digunakan untuk menilai pencapaian masa lalu dan sekarang, tetapi juga untuk meramalkan kemungkinan di masa mendatang.

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Strickhouser & Zell (2015) menemukan bahwa perbandingan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap evaluasi diri dan respons emosional dibandingkan dengan perbandingan antara berbagai aspek dalam diri. Hal ini mengindikasi bahwa lingkungan sosial tetap menjadi faktor utama dalam pengembangan identitas seseorang, khususnya dalam keadaan yang berkaitan dengan kinerja dan keberhasilan. Pandangan lain oleh Guyer & Vaughan-johnston, (2018) perbandingan sosial merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk mengevaluasi dirinya. Evaluasi ini dapat mencakup berbagai aspek, seperti kemampuan, pendapat, dan sikap.

2. Dimensi Perbandingan Sosial

Menurut Dessler (2015), Rekrutmen bertujuan untuk menemukan dan menarik pelamar kerja yang memiliki kualitas yang memadai sehingga organisasi dapat menyeleksi individu yang paling sesuai untuk mengisi posisi tertentu. Melalui proses tersebut, organisasi diharapkan dapat membentuk sumber daya manusia yang mampu mendukung pelaksanaan strategi dan pencapaian tujuan organisasi.

Festinger (1954) menjelaskan bahwa perbandingan sosial memiliki dua dimensi utama, yaitu opinion dan ability. Kedua dimensi ini menjelaskan bagaimana individu memperoleh informasi sosial untuk memahami diri sendiri dan mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam konteks pengembangan karir.

1. Opinion (Pendapat)

Dimensi ini merujuk pada kecenderungan individu untuk membandingkan pendapat, kepercayaan, atau pandangan pribadi dengan pandangan orang lain guna memperoleh pengakuan dan validasi sosial. Individu cenderung melakukan perbandingan ini ketika meragukan pemikirannya sendiri dan mencari kesesuaian dengan pandangan orang lain yang dianggap lebih kredibel atau berpengalaman.

2. Ability (Kemampuan)

Dimensi ini merujuk pada kecenderungan individu untuk membandingkan keterampilan, pencapaian, atau kapasitas diri dengan orang lain untuk menilai perkembangan atau keberhasilan pribadi. Upward comparison dapat menimbulkan perasaan tidak mampu, iri, dan kecemasan ketika kesenjangan dirasakan besar, sedangkan downward comparison dapat meningkatkan rasa percaya diri namun berpotensi menurunkan motivasi untuk berkembang.

3. Metodologi

a) Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan studi korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan metode statistik dalam pengolahan data berupa angka atau skor untuk memperoleh gambaran frekuensi atau persentase suatu variabel (Periantalo, 2016). Menurut Azwar (2012), penelitian korelasional bertujuan untuk memahami derajat hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa melakukan intervensi, sehingga penelitian ini berfokus pada pengamatan hubungan antarvariabel tanpa melakukan perubahan pada subjek penelitian.

b) Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas "X" angkatan 2021 yang berjumlah 818. Terdiri dari 16 Fakultas dari Universitas "X". Untuk penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan menggunakan rumus *Slovin* untuk menentukan jumlah sampel, dengan tingkat kesalahan yang ditetapkan sebesar 0,05%. Oleh karena itu, sampel yang diambil terdiri dari 268,63 kemudian dibulatkan oleh peneliti menjadi 269 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Probability Sampling*. Menurut Sugiyono (2013), *Probability Sampling* merupakan metode pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang setara bagi setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel. Penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Sampling*, yaitu teknik yang digunakan ketika objek penelitian tersebar luas dengan pembagian berdasarkan cluster tertentu (Sugiyono, 2013). Populasi penelitian terdiri dari 818 mahasiswa/i tingkat akhir angkatan 2021, dengan sampel sebanyak 269 mahasiswa/i yang diambil secara acak dari enam fakultas di Universitas "X" dengan proporsi yang sama.

c) Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian menurut Sugiyono (2013) merupakan alat yang digunakan untuk menilai fenomena atau sosial yang diamati secara sistematis dan terukur. Dalam penelitian kuantitatif, instrumen harus memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas agar data yang diperoleh dapat dianalisis secara ilmiah. Penelitian ini menggunakan teknik penyebaran skala melalui Google Form.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Likert. Menurut Azwar (2012), skala Likert merupakan alat untuk menilai sikap, pandangan, atau persepsi individu terhadap suatu objek atau fenomena melalui serangkaian pernyataan dengan pilihan jawaban dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Skala ini digunakan untuk mempermudah pengukuran variabel yang bersifat abstrak dan data yang dihasilkan dapat dianalisis secara statistik.

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala perbandingan sosial dan skala kecemasan karir, yang terdiri dari item favorable dan unfavorable. Menurut Azwar (2012), favorable merupakan pernyataan yang menggambarkan aspek yang diinginkan atau diterima, sedangkan unfavorable menggambarkan aspek yang tidak diinginkan atau ditolak. Penggunaan kedua jenis item bertujuan untuk mengurangi bias respon dan meningkatkan objektivitas jawaban responden.

d) Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan melalui uji normalitas dan uji korelasi. Uji normalitas memiliki tujuan untuk menentukan apakah data yang diperoleh mengikutii distribusi normal atau tidak. Dalam pengujian normalitas, kriteria yang digunakan adalah jika p lebih besar dari 0,05, maka data dianggap tidak terdistribusi normal. Uji korelasi berlandaskan pada hipotesis penelitian yang telah dirumuskan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Perbandingan Sosial sebagai variabel independen dengan Kecemasan Karir sebagai variabel dependen, serta menunjukkan arah hubungan tersebut apakah positif atau negatif. Metode analisis data yang diterapkan adalah korelasi. Proses perhitungan dilakukan menggunakan perangkat

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.

komputer dengan bantuan *software IBM Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 26 untuk *Windows*

3. Hasil dan Pembahasan

Uji Asumsi Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti telah melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan nilai signifikansi (p> 0.05), yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Selain itu, uji linearitas juga dilakukan untuk memastikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang bersifat linear. Hasil dari kedua uji asumsi tersebut disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Uji Normalitas

	Kolmogorov Smirnov	
Variabel	df	Exact Sig
Perbandingan Sosial	269	0.267
Kecemasan Karir	269	0.727

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov–Smirnov dengan nilai Exact Significance, diperoleh nilai p pada variabel Kecemasan Karir sebesar 0.727 dan pada variabel Perbandingan Sosial sebesar 0.267. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal.

Tabel 4.2 Uji Linearitas

		f	**Sig**
Deviation of Linearity		1.882	0.008

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.008. Nilai ini lebih kecil dari 0.05, sehingga dapat diartikan bahwa hubungan antara variabel X dan variabel Y tidak bersifat linear.

Tabel 4.3 Uji Hipotesis *Spearman Rho*

Variabel	**Koefisien Korelasi**	**Sig**	**N**
Perbandingan Sosial	.488**	.000	269
Kecemasan Karir			

Hasil uji korelasi yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa nilai taraf signifikansi (p) sebesar 0,000. Nilai ini berada di bawah batas signifikansi (p<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Perbandingan Sosial dan Kecemasan Karir. Dengan demikian, hubungan yang terjadi antara kedua variabel bukan merupakan hasil kebetulan semata, tetapi menunjukkan adanya keterkaitan secara statistik.

Penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara perbandingan sosial dan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir Universitas “X” di Jakarta Selatan dengan koefisien korelasi sebesar 0,488. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan mahasiswa melakukan perbandingan sosial, semakin tinggi pula tingkat kecemasan karir yang dialami.

Hasil ini sejalan dengan teori Festinger (1954) yang menyatakan bahwa perbandingan sosial berperan dalam evaluasi diri. Upward comparison yang sering terjadi, baik secara langsung maupun melalui media sosial, dapat memperkuat perasaan tidak mampu, takut gagal, dan khawatir terhadap masa depan karir. Temuan ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya (Wafid & Kinayung, 2024; Nurfitri, 2024) yang menunjukkan bahwa perbandingan sosial merupakan salah satu faktor penting dalam munculnya kecemasan karir.

Pada mahasiswa tingkat akhir, tekanan untuk segera memasuki dunia kerja, tuntutan keluarga, serta ketidakpastian pasar kerja memperkuat dampak negatif perbandingan sosial. Hal ini menjadikan kecemasan karir sebagai isu psikologis yang relevan dan perlu mendapat perhatian, khususnya dalam konteks pengembangan karir mahasiswa.

5. Simpulan

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas X di Jakarta Selatan diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

a. Perbandingan sosial dan kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir memiliki hubungan yang signifikan. Hasil uji hipotesis menggunakan Spearman Rho menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang antara perbandingan sosial dan kecemasan karir, yang berarti semakin tinggi tingkat perbandingan sosial yang dilakukan mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan karir yang dirasakan.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas kajian teoritis dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan karir, seperti self-efficacy, dukungan sosial, kontrol diri, atau kejelasan tujuan karir. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti penelitian kualitatif atau eksperimental, untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan sebab-akibat antara perbandingan sosial dan kecemasan karir. Penambahan sumber referensi yang lebih beragam juga diharapkan dapat memperkaya pembahasan teoritis terkait kedua variabel tersebut.

5.2.2 Saran Praktis

a. Bagi mahasiswa tingkat akhir, diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan dampak perbandingan sosial terhadap kondisi psikologis, khususnya kecemasan karir. Mahasiswa disarankan untuk mengelola perbandingan sosial secara lebih adaptif dengan fokus pada pengembangan potensi diri dan tujuan karir pribadi, serta mengurangi kecenderungan melakukan perbandingan sosial ke arah atas secara berlebihan. Selain itu, mahasiswa diharapkan dapat mengurangi intensitas penggunaan media sosial, terutama yang memicu perbandingan sosial, dan lebih memusatkan perhatian pada proses pengembangan diri, perencanaan karir, serta pencapaian tujuan karir sesuai dengan kemampuan dan minat pribadi.

b. Bagi pihak perguruan tinggi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program pengembangan karir, seperti pelatihan kesiapan kerja, konseling karir, dan seminar pengembangan diri, guna membantu

mahasiswa mengelola kecemasan karir dan mempersiapkan diri secara lebih optimal dalam menghadapi dunia kerja.

Daftar Referensi

Adler, R. B. (2019). U n d e r s ta n d in g H u m a n C o m m u n ic a tio n. Contents, 1–12.
Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas ((Edisi 4)). Pustaka Pelajar.
Azwar, S. (2018). Metode Penelitian Psikologi. Pustaka Belajar.
Dubois, B., & Burns, J. A. (1975). An Analysis of the Meaning of. Journal of Chinese Language and Literature, 40, 233–263.
Ella Irnanda, Indari, I., & Aminah, T. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Tentang Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi D3 Keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen Malang. Nursing Information Journal, 3(1), 28–38. https://doi.org/10.54832/nij.v3i1.481
Erceg-hurn, D. M., Mirosevich, V. M., & David, M. (n.d.). Modern Robust Statistical Methods. https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.7.591
Fakhri, N. (2017). Konsep Dasar Dan Implikasi Teori Perbandingan Sosial. Jurnal Psikologi TALENTA, 3(1), 10. https://doi.org/10.26858/talenta.v3i1.13066
Febrianti, S., & Tasdin, W. (2023). Peran Career Adaptability Terhadap Career Anxiety Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis, 03(02), 91–100. https://doi.org/10.24912/jmmpk.v3i2.23757
Festinger Leon. (1954). A theory of social comparison processes. In Human Relations (Vol. 7, pp. 117–140).
Gibbons, F. X., & Buunk, A. P. (1999). Individual differences in social, comparison: Development and validation of a measure of comparison orientation. Journal of Personality and Social Psychology, 76(1), 129–142. https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129
Guyer, J., & Vaughan-johnston, T. (2018). Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Encyclopedia of Personality and Individual Differences, July. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8
Hamdani, Y., Lisnawati, & Widyastuti, F. (2020). The Roles of Spiritual Intelligence and Social Comparison Over Career Anxiety of Final Year Students. 452(Aicosh), 141–145. https://doi.org/10.2991/assehr.k.200728.031
Hurlock, E. . (1996). Psikologi Perkembangan. Jakarta : Erlangga.
Jatmika, D. (2015). GAMBARAN KEMATANGAN KARIR PADA MAHASISWA TINGKAT. Psibernetika.
Jin, T., Chen, Y., & Zhang, K. (2024). Effects of social media use on employment anxiety among Chinese youth: the roles of upward social comparison, online social support and self-esteem. Frontiers in Psychology, 15(June 2023), 1–10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1398801
Mariah, W., Yusmami, Y., & Pohan, R. A. (2020). Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan, 7(2), 60. https://doi.org/10.37064/consilium.v7i2.8164
Muhdi Agung, Q. A., Nur'Aini, S., & Wibowo, D. S. (2023). Kecemasan Karir Mahasiswa Sarjana dan Mahasiswa Vokasi. Jurnal Psikologi, 1(3), 7. https://doi.org/10.47134/pjp.v1i3.2004
Muqaramma, R.-, Razak, A., & Hamid, H. (2022). Fenomena Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0. Sultra Educational Journal, 2(1), 28–33. https://doi.org/10.54297/seduj.v2i1.222
Noviyanti, A. (2021). Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Jurnal Pendidikan, 3(2), 1–23.
Nurfitri, D., Ratnasari, L., Gunadarma, U., & Gunadarma, U. (2024). PENGARUH SOCIAL COMPARISON TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI. 3(3), 22–28.

Periantalo, J. (2015). Penyusunan Skala Psikologi : Asyik, Mudah & Bermanfaat. Pustaka Belajar.
Periantalo, J. (2016). Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi. Pustaka Belajar.
Pisarik, C. T., Rowell, P. C., & Thompson, L. K. (2017). A Phenomenological Study of Career Anxiety Among College Students. Career Development Quarterly, 65(4), 339–352. https://doi.org/10.1002/cdq.12112
ŞAMA ÇİÇEK, H., & ZEREN, Ş. G. (2023). Adolescents' Career Anxiety During the Covid-19: the Role of Family Support, Hope and Career Decision-Making. Uluslararası İnovatif Eğitim Araştırmacısı, 1(CİLT 3 SAYI 1), 15–42. https://doi.org/10.29228/iedres.64222
Santrock, J. W. (2011). Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 1. Erlangga.
Saraswati, R. M., & Lambert, S. (2023). Higher Education Graduates ' Perceived Employability in Indonesia : Careeredge Development Model. 99–112.
Strickhouser, J. E., & Zell, E. (2015). Self-evaluative effects of dimensional and social comparison. Journal of Experimental Social Psychology, 59, 60–66. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2015.03.001
Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Alvabeta CV. https://www.academia.edu/118903676/Metode_Penelitian_Kuantitatif_Kualitatif%0A_dan_R_and_D_Prof_Sugiono
Suharsimi, A. (2014). Manajemen Penelitian. Rineka Cipta Aditama.
Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect? Current Directions in Psychological Science, 11(5), 159–163. https://doi.org/10.1111/1467-8721.00191
Taufiqqurrahman Yazid. (2024). Persentase 'Sarjana Pengangguran' di RI Meningkat Dua Kali Lipat Selama 1 Dekade Terakhir. GoodStats.
Tsai, C. T. (Simon), Hsu, H., & Hsu, Y. C. (2017). Tourism and Hospitality College Students' Career Anxiety: Scale Development and Validation. Journal of Hospitality and Tourism Education, 29(4), 158–165. https://doi.org/10.1080/10963758.2017.1382365
Vignoli, E. (2015). Career indecision and career exploration among older French adolescents: The specific role of general trait anxiety and future school and career anxiety. Journal of Vocational Behavior, 89, 182–191. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.06.005
Wafid, A., & Kinayung, D. (n.d.). Hubungan Perbandingan Sosial dengan Kecemasan Karir pada Mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan. 721–728.
Wahyu, K. (2024). Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Kompasiana. https://www.kompasiana.com/khusnulwahyu4800/669f98c4c925c4685327f5c2/kecemasan-pada-mahasiswa-tingkat-akhir?page=3&page_images=1
Widhiarso, W. (2010). Pengembangan Skala Psikologi : Lima Kategori Respons ataukah Empat Kategori Respons ? January 2011, 1–5. http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/widhiarso_2010_-_respon_alternatif_tengah_pada_skala_likert.pdf
Wijayanti, N. L. G. I., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peran orientasi masa depan ? SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi, 3(2), 132–142. https://doi.org/10.30996/sukma.v3i2.7717