
ARTIKEL PENELITIAN

Peran *Social Comparison* dan *Self-Efficacy* Terhadap *Career Anxiety* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Pengguna *LinkedIn*

Sang Ayu Made Sri Padmawati & Fitri Andriani*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami kecemasan karir selama transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Penelitian ini bertujuan menguji peran *social comparison* pada platform *LinkedIn* dan *self-efficacy* terhadap kecemasan karir pada mahasiswa tingkat akhir pengguna *LinkedIn*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei yang melibatkan 178 mahasiswa berusia 20–25 tahun. Instrumen yang digunakan meliputi *Career Anxiety Scale* (CAS) (Tsai dkk., 2017), modifikasi *Upward and Downward Physical Appearance Comparison Scale* (UDACS) yang disesuaikan dengan konteks *LinkedIn* (Sukmawati, 2023), serta *General Self-Efficacy Scale* (GSES) (Wardani dkk., 2025). Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda melalui *Jamovi* versi 2.7.26. Hasil menunjukkan bahwa *social comparison* dan *self-efficacy* secara simultan berperan signifikan terhadap kecemasan karir ($F = 12,1$; $p < 0,001$; $R^2 = 0,173$). Secara parsial, *upward social comparison* berpengaruh signifikan, sedangkan *downward social comparison* tidak berpengaruh secara signifikan. Selain itu, *self-efficacy* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan karir dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal berupa keyakinan terhadap kemampuan diri.

Kata kunci: *career anxiety, social comparison, self-efficacy, LinkedIn, mahasiswa tingkat akhir*

ABSTRACT

Final-year university students are vulnerable to experiencing career anxiety during the transition from higher education to the workforce. This study aimed to examine the roles of social comparison on the LinkedIn platform and self-efficacy in predicting career anxiety among final-year LinkedIn users. A quantitative survey design was employed, involving 178 students aged 20–25 years. The instruments used were the Career Anxiety Scale (CAS) (Tsai et al., 2017), a modified version of the Upward and Downward Physical Appearance Comparison Scale (UDACS) adapted to the LinkedIn context (Sukmawati, 2023), and the General Self-Efficacy Scale (GSES) (Wardani et al., 2025). Data were analyzed using multiple linear regression with Jamovi version 2.7.26. The results indicated that social comparison and self-efficacy jointly had a significant effect on career anxiety ($F = 12.1$, $p < .001$, $R^2 = .173$). Partially, upward social comparison had a significant effect, whereas downward social comparison did not. Furthermore, self-efficacy showed a significant negative effect on career anxiety. These findings suggest that career anxiety is influenced by both external factors and internal factors, particularly individuals beliefs in their own capabilities.

Keywords: *career anxiety, social comparison, LinkedIn, self-efficacy, final-year students*

PENDAHULUAN

Data Sakernas (Februari 2025) mencatat 7,28 juta pengangguran di Indonesia dari total 153,05 juta angkatan kerja, dengan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 4,76%. Yang lebih mengkhawatirkan, lulusan Diploma IV–S3 menyumbang 13,89% dari total pengangguran nasional, mengindikasikan bahwa pendidikan tinggi tidak lagi menjamin aksesibilitas kerja. Kondisi ini diperparah oleh fenomena inflasi ijazah (*diploma inflation*), di mana kepemilikan gelar sarjana tidak lagi menjadi jaminan mutlak memperoleh posisi kerja yang layak, serta ketidakstabilan pasar akibat krisis geopolitik global yang mendorong sektor korporasi mengambil langkah defensif seperti *hiring freeze* (Li, 2026; Zaman, 2024). Kondisi-kondisi ini secara kolektif menjadikan dunia kerja semakin sulit dan kompetitif bagi para pencari kerja, termasuk lulusan perguruan tinggi.

Tekanan ini berdampak besar pada mahasiswa tingkat akhir yang berada pada tahap eksplorasi karir (*exploration stage*), yaitu tahap individu mulai mengeksplorasi pilihan karir, menetapkan arah, dan mengimplementasikannya ke dalam pengalaman nyata (Super, 1980). Tahap ini bersamaan dengan fase *emerging adulthood* (Arnett, 2024), periode transisi dari remaja menuju dewasa yang ditandai eksplorasi identitas dalam aspek pendidikan, karir, hubungan interpersonal, dan nilai kehidupan, serta tuntutan perkembangan seperti menyelesaikan pendidikan, memperoleh pekerjaan, dan mencapai kemandirian finansial (Ningtias & Andriani, 2022). Sebagai individu di ambang transisi dari dunia akademik ke dunia profesional, mahasiswa tingkat akhir menghadapi tekanan ganda: menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan sekaligus mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja (Baiti dkk., 2017; Saputra, 2020). Fase ini juga ditandai ketidakstabilan emosional dan ketidakpastian pengambilan keputusan, sehingga dipandang rentan terhadap munculnya berbagai permasalahan psikologis (Ningtias & Andriani, 2022).

Salah satu bentuk kecemasan yang banyak dialami mahasiswa adalah *career anxiety*, yaitu emosi negatif yang muncul saat individu menghadapi proses pengambilan keputusan karir, baik sebelum, selama, maupun saat menjalani peran pekerjaan (Shin & Lee, 2019 dalam Vandana dkk., 2025)). Prevalensi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir tergolong tinggi, survei *American College Health Association* (2014, dalam Keane dkk., 2021) menunjukkan lebih dari separuh mahasiswa mengalami kecemasan berat dalam satu tahun terakhir. Survei awal peneliti pada 33 mahasiswa, didominasi mahasiswa Universitas Airlangga, menemukan 72,8% partisipan merasa cemas memikirkan pekerjaan setelah lulus dan 69,7% merasa khawatir tidak siap menghadapi dunia kerja. Wawancara awal pada lima mahasiswa tingkat akhir turut memperkuat temuan ini. Selain itu beberapa partisipan mengaku sering membuka LinkedIn untuk mencari lowongan sekaligus melihat unggahan dan profil teman seangkatan, yang justru memunculkan keraguan terhadap kemampuan diri sendiri. Temuan ini sejalan dengan hasil Sukmawati (2023) pada 150 mahasiswa tingkat akhir, yang menunjukkan 77% partisipan berada pada kategori *career anxiety* sedang hingga tinggi.

Career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir dapat dipengaruhi berbagai faktor, seperti tekanan sosial, beban stres akademik, minimnya dukungan sosial, rendahnya self-efficacy, ketidakpastian masa depan, hingga tingkat persaingan dunia kerja (Bao & Cui, 2018; Hanim & Ahlas, 2020; Nurjanah, 2018; Pisarik dkk., 2017; Qayyum dkk., 2022; Santo & Alfian, 2021 dalam Sukmawati, 2023). Merujuk teori sistem ekologi Bronfenbrenner, perkembangan individu merupakan hasil interaksi timbal balik antara faktor internal dan eksternal yang tidak terpisahkan, sehingga *career anxiety* perlu dipahami melalui hubungan dinamis antara keduanya, bukan salah satunya secara terpisah (Atikah dkk., 2023; Tong & An, 2024).

Salah satu faktor eksternal yang berperan penting adalah *social comparison*, yaitu proses individu mengevaluasi kemampuan (*abilities*) dan opini (*opinions*) dirinya berdasarkan informasi eksternal guna mengurangi ketidakpastian (Festinger, 1954 dalam Zhang dkk., 2024) yang terbagi menjadi *upward social comparison* dimana individu membandingkan diri dengan yang dianggap lebih baik dan *downward social comparison* individu membandingkan dengan yang dianggap lebih buruk (Guyer & Vaughan-Johnston, 2018). Di era digital, media sosial menjadi wadah utama perbandingan sosial, dan LinkedIn sebagai platform profesional tercatat memiliki hubungan terkuat terhadap kecenderungan *social comparison* dibanding platform lain (Chae, 2018).

Penggunaan *LinkedIn* mendorong terjadinya *upward social comparison*, misalnya saat melihat pengguna lain memperoleh pekerjaan bergengsi atau pengakuan profesional, yang dapat memunculkan perasaan tertinggal atau tidak cukup kompeten (Bilderback, 2025), sebagaimana didukung secara empiris oleh Sukmawati (2023).

Selain faktor eksternal, *self-efficacy* sebagai faktor internal juga berperan penting dalam membentuk *career anxiety* (Zulfahmi & Andriany, 2021). Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas dan mengatasi hambatan dengan memanfaatkan kompetensi yang dimiliki, yang memiliki peran signifikan dalam perilaku berprestasi serta pengambilan keputusan akademik dan karir (Betz & Hackett, 2006). Individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung meragukan kemampuan dirinya dan lebih rentan mengalami kekhawatiran antisipatif terhadap kemungkinan peristiwa merugikan (Bandura, 1997 dalam Mills dkk., 2006), dan sejumlah penelitian empiris secara konsisten menemukan hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dan *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir (Elfina & Andriany, 2024).

Meskipun penelitian mengenai *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir mulai banyak dikaji, sebagian besar penelitian terdahulu masih mengkaji fenomena ini secara parsial atau hanya berfokus pada faktor internal seperti *self-efficacy* (Atikah dkk., 2023; Elfina & Andriany, 2024) atau faktor eksternal seperti *social comparison* (Sukmawati, 2023), tanpa mengkaji keduanya secara simultan. Padahal, kedua faktor tersebut sangat mungkin beroperasi bersamaan dan saling memperkuat dalam membentuk *career anxiety*. Kesenjangan penelitian inilah yang menjadi urgensi dan kebaruan penelitian ini, yang bertujuan mengkaji secara simultan pengaruh *self-efficacy* sebagai faktor internal dan *social comparison* sebagai faktor eksternal terhadap *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir, sehingga diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika terbentuknya *career anxiety*.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner daring kepada mahasiswa yang memenuhi kriteria partisipan penelitian. Kuesioner disebarikan melalui berbagai platform media sosial sehingga partisipan dapat mengisinya secara mandiri (*self-report*). Kuesioner tersebut memuat *informed consent*, informasi demografis partisipan, serta instrumen penelitian.

Partisipan

Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode purposive sampling. Kriteria partisipan meliputi: (1) mahasiswa aktif program Sarjana (S1) atau Diploma IV (D4) yang sedang menempuh semester akhir (minimal semester 7) dan mengerjakan tugas akhir/skripsi, (2) berusia 20–25 tahun, dan (3) merupakan pengguna aktif platform *LinkedIn*. Penentuan jumlah sampel dilakukan *G*Power* 3.1 dengan *effect size* (f^2) sebesar 0,35, $\alpha = 0,05$, power $(1-\beta) = 0,95$, dan dua prediktor. Hasil analisis menunjukkan kebutuhan minimal sampel sebanyak 67 partisipan. Penelitian ini melibatkan 178 partisipan, sehingga telah melampaui jumlah sampel minimum yang dipersyaratkan.

Pengukuran

Penelitian ini mengukur *career anxiety* menggunakan skala *Career Anxiety Scale* (CAS) yang dikembangkan oleh Tsai dkk. (2017) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Zulfahmi dan Andriany (2021). Skala ini terdiri atas 25 item yang mencakup empat dimensi, yaitu *personal ability*, *irrational beliefs about employment*, *employment environment*, dan *professional education training* dengan skala Likert 5 poin. Uji validitas dilakukan dengan metode *Content Validity Index* (CVI) melibatkan 3 expert judgement di bidang psikologi, menunjukkan skor I-CVI sebesar 0,67–1,00 dan S-CVI sebesar 0,96, sehingga seluruh item dinyatakan valid sejalan dengan hasil Futichatul Maghfiroh dan Kesuma Dewi (2023) yang memperoleh validitas konstruk pada rentang 0,54–0,83. Hasil uji reliabilitas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar $\alpha = 0,871$, konsisten dengan hasil Zulfahmi dan Andriany (2021) sebesar $\alpha = 0,91$, sehingga skala ini dinyatakan reliabel.

Pada variabel social comparison diukur menggunakan modifikasi dari *Upward and Downward Appearance Comparison Scale* (UDACS) yang dikembangkan oleh O'Brien dkk. (2009) berdasarkan teori perbandingan sosial Festinger (1954). Skala ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Nursyaifuddin (2016) dan disesuaikan dengan konteks perbandingan sosial pada platform *LinkedIn* oleh Sukmawati (2023). Instrumen ini terdiri atas 13 item yang mencakup dua dimensi, yaitu *upward social comparison* dan *downward social comparison*, dengan skala Likert 5 poin. Uji validitas isi menggunakan metode *Aiken's V* yang melibatkan 5 subject matter experts, dengan kriteria minimal koefisien $\geq 0,80$ (Aiken, 1985). Keseluruh item pada skala ini memperoleh nilai di atas 0,80, sehingga dinyatakan memenuhi kriteria validitas isi. Uji CVI turut dilakukan dan menunjukkan skor I-CVI sebesar 0,89–1,00 serta S-CVI sebesar 0,992. Hasil uji reliabilitas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar $\alpha = 0,753$ untuk dimensi *upward social comparison* dan $\alpha = 0,767$ untuk dimensi *downward social comparison*, yang tergolong reliabel meskipun lebih rendah dibandingkan hasil Sukmawati (2023) yang memperoleh $\alpha = 0,887$ (USC) dan $\alpha = 0,895$ (DSC).

Pada variabel *self-efficacy* ukur menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Wardani dkk. (2025). Skala ini bersifat unidimensional dengan 10 item menggunakan skala Likert 4 poin (1 = "Sangat Tidak Setuju" hingga 4 = "Sangat Setuju"). Uji validitas konstruk yang dilakukan oleh Wardani dkk. (2025) menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menunjukkan nilai *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) sebesar 0,949 dengan hasil uji *Bartlett's Sphericity* yang signifikan, nilai komunalitas pada rentang 0,56–0,65, serta muatan faktor (*factor loading*) pada rentang 0,753–0,810, yang menunjukkan bahwa seluruh item memenuhi kriteria validitas konstruk. Hasil uji reliabilitas pada penelitian ini menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar $\alpha = 0,826$, konsisten dengan hasil Wardani dkk. (2025) sebesar $\alpha = 0,86$, yang menunjukkan bahwa instrumen ini reliabel untuk digunakan pada populasi mahasiswa di Indonesia.

Analisis Data

Teknik uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi linear berganda (*multiple linear regression*) yang dilakukan dengan menggunakan Jamovi versi 2.7.26 for Windows. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Setelah memenuhi asumsi parametrik, penulis melakukan uji hipotesis yaitu uji regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh *social comparison* (*upward* dan *downward*) dan *self-efficacy* secara simultan maupun parsial terhadap *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa 174 partisipan mahasiswa tingkat akhir terdiri dari 48 laki-laki (27,6%) dan 126 perempuan (72,4%) yang mayoritas berumur 22 tahun dengan persentase 48,9% dan 21 tahun dengan persentase 36,2%. Mayoritas responden berdomisili di Jawa Timur (52,3%) dan sedang menempuh semester 8 (96,6%). Adapun berdasarkan status pekerjaan, mayoritas responden (55,7%) belum atau tidak bekerja. Hasil analisis data deskriptif seluruh variabel pada penelitian ini mencakup variabel *career anxiety* yang memiliki nilai ($M = 58,1$; $SD = 11,2$; $Min = 25$; $Max = 88$), dimensi *upward social comparison* memiliki besaran nilai ($M = 3,43$; $SD = 0,876$; $Min = 2$; $Max = 5$), dimensi *downward social comparison* memiliki besaran nilai ($M = 3,92$; $SD = 0,882$; $Min = 2$; $Max = 5$), dan variabel *self-efficacy* memiliki besaran nilai ($M = 32,8$; $SD = 4,11$; $Min = 20$; $Max = 40$).

Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan bahwa model prediktor *upward social comparison*, *downward social comparison*, dan *self-efficacy* secara simultan sesuai dalam menjelaskan data ($p < 0,001$; $F = 12,1$; $R^2 = 0,176$). Berdasarkan koefisien determinasi, ketiga variabel bebas tersebut secara bersama-sama menjelaskan 17,6% dari variasi *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir, sedangkan 82,4% variasi *career anxiety* dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil uji regresi secara parsial menunjukkan bahwa *upward social comparison* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = 3,168$; $t = 3,157$; $p = 0,002$), sedangkan *downward social comparison* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = 0,434$; $t = 0,482$; $p = 0,630$). Selain itu, *self-efficacy* terbukti berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = -1,052$; $t = -5,487$; $p < 0,001$), yang berarti setiap peningkatan satu satuan *self-efficacy* dapat menurunkan *Career Anxiety*.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *social comparison* (*upward* dan *downward*) dan *self-efficacy* terhadap *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna *LinkedIn*. Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan bahwa *upward social comparison*, *downward social comparison*, dan *self-efficacy* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *career anxiety* ($p < 0,001$; $F = 12,1$; $R^2 = 0,176$), yang berarti ketiga variabel tersebut secara bersama-sama mampu menjelaskan 17,6% variasi *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa *career anxiety* tidak dapat dijelaskan secara mendalam apabila hanya ditinjau dari satu faktor saja, baik internal maupun eksternal, melainkan merupakan hasil interaksi antara keduanya. Hal ini sejalan dengan perspektif teori sistem ekologi Bronfenbrenner yang menyatakan bahwa perkembangan individu, termasuk dalam aspek psikologis seperti kecemasan, merupakan hasil interaksi timbal balik antara karakteristik personal individu dengan lapisan lingkungan yang mengelilinginya (Tong & An, 2024). Dalam konteks penelitian ini, *self-efficacy* merepresentasikan proses internal individu, sementara paparan terhadap konten *LinkedIn* merepresentasikan sistem lingkungan digital yang turut membentuk persepsi individu terhadap ancaman karir. Maka dari itu, Ha1 penelitian diterima.

Hasil uji parsial menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = -1,052$; $t = -5,487$; $p < 0,001$), yang berarti semakin tinggi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya, semakin rendah kecemasan karir yang dirasakan. Temuan ini sejalan dengan Bandura (1997) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* membentuk cara individu menilai kapasitasnya dalam menghadapi tantangan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung memandang hambatan karir sebagai sesuatu yang dapat dikendalikan, bukan sebagai ancaman yang melumpuhkan. Hal ini juga sejalan dengan penjelasan Bandura (1997, dalam Mills dkk., 2006) bahwa kecemasan muncul sebagai bentuk kekhawatiran antisipatif ketika individu meragukan efikasi dirinya sendiri. Semakin tinggi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya menghadapi dunia kerja, semakin kecil ruang bagi pikiran-pikiran antisipatif negatif untuk berkembang menjadi kecemasan yang mengganggu. Temuan ini turut memperkuat hasil penelitian terdahulu yang secara konsisten menemukan hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dan *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir (Elfina & Andriany, 2024). Maka dari itu, Ha4 penelitian diterima.

Pada variabel *social comparison*, ditemukan pola yang berbeda antara kedua dimensinya. *Upward social comparison* (USC) terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = 3,168$; $t = 3,157$; $p = 0,002$). Temuan ini memperkuat argumen Festinger (1954, dalam Zhang dkk., 2024) bahwa perbandingan dengan individu yang dipersepsikan lebih unggul memicu evaluasi diri yang negatif. Dalam konteks *LinkedIn*, paparan terhadap pencapaian profesional rekan sebaya, seperti pengalaman magang dan kerja maupun pengakuan publik, memperbesar kesenjangan yang dirasakan antara kondisi diri dan standar yang tampak dari unggahan tersebut (Bilderback, 2025). *LinkedIn* sendiri tercatat sebagai platform dengan hubungan terkuat terhadap kecenderungan melakukan *social comparison* dibandingkan media sosial lainnya sehingga paparan berulang terhadap konten pencapaian profesional secara konsisten memicu perasaan tertinggal dan tidak cukup kompeten pada mahasiswa yang belum memasuki dunia kerja (Chae, 2018). Temuan ini juga sejalan dengan hasil Sukmawati (2023) yang secara empiris mendukung hubungan antara *social comparison* di *LinkedIn* dengan *career anxiety* pada mahasiswa. Maka dari itu, Ha2 penelitian diterima.

Sebaliknya, *downward social comparison* (DSC) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap *career anxiety* ($\beta = 0,434$; $t = 0,482$; $p = 0,630$). Temuan diduga disebabkan oleh karakteristik *LinkedIn* sebagai platform profesional yang didominasi konten pencapaian melalui mekanisme *selective self-presentation*, sehingga pengguna lebih sering terpapar pada keberhasilan orang lain dibandingkan kegagalan (Haferkamp & Krämer, 2011; Huang & Fan, 2022). Akibatnya, peluang melakukan *downward social comparison* menjadi relatif terbatas. Penjelasan ini sejalan dengan meta-analisis Gerber dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa individu lebih sering melakukan *upward social comparison* dibandingkan *downward social comparison*, sehingga dampak *downward social comparison* terhadap kecemasan karir menjadi tidak signifikan.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir lebih banyak dibentuk oleh faktor internal berupa *self-efficacy* dan perbandingan ke atas (*upward social*

comparison), dibandingkan oleh perbandingan ke bawah. Hal ini mengindikasikan bahwa penguatan efikasi diri serta pengelolaan pola konsumsi konten di platform profesional seperti *LinkedIn* perlu menjadi fokus utama dalam upaya menurunkan *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa *social comparison* dan *self-efficacy* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *career anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna *LinkedIn* dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,176 ($p < 0,001$), yang menunjukkan bahwa 17,6% variasi *career anxiety* dapat dijelaskan oleh kedua variabel tersebut. Secara parsial, *upward social comparison* berpengaruh positif signifikan terhadap *career anxiety* ($p = 0,002$), *downward social comparison* tidak berpengaruh signifikan terhadap *career anxiety* ($p = 0,630$), sedangkan *self-efficacy* berpengaruh negatif signifikan dan menjadi prediktor paling dominan terhadap *career anxiety* ($p < 0,001$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Psi., Psikolog, sebagai dosen pembimbing penulis, Andrea Maria Agniwijaya, M.Psi., Psikolog, Aphrodita Cahya Buwana S.Psi., Psikolog, Lintang Kheisa Permana, S.Psi., Psikolog selaku expert judgement, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Sang Ayu Made Sri Padmawati dan Fitri Andriani tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Aiken, L. R. (1985). Three Coefficients for Analyzing the Reliability and Validity of Ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131–142. <https://doi.org/10.1177/0013164485451012>
- Arnett, J. J. (2024). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (3rd ed.). Oxford University Press New York. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197695937.001.0001>
- Atikah, D. N., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2023). Students' Career Anxiety: A Systematic Literature Review. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 13(3), 1366–1381.
- Baiti, R. D., Abdullah, S. M., & Rochwidowati, N. S. (2017). *Career Self-Efficacy Dan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir*. 5.
- Betz, N., & Hackett, G. (2006). Career Self-Efficacy Theory: Back to the Future. *Journal of Career Assessment - J CAREER ASSESSMENT*, 14. <https://doi.org/10.1177/1069072705281347>
- Bilderback, S. (2025). Managing Gen Z anxiety and digital perfectionism on LinkedIn. *Strategic HR Review*, 24(4), 163–168. <https://doi.org/10.1108/SHR-01-2025-0006>
- Chae, J. (2018). Reexamining the relationship between social media and happiness: The effects of various social media platforms on reconceptualized happiness. *Telematics and Informatics*, 35(6), 1656–1664. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2018.04.011>
- Elfina, M., & Andriany, D. (2024). Career Self-Efficacy and Future Career Anxiety on Indonesian Fresh Graduates During Pandemic. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 8(1). <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol8/iss1/11>
- Futichatul Maghfiroh, F., & Kesuma Dewi, T. (2023). HUBUNGAN KECEMASAN KARIR TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 2(1), 23–38. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i1.1122>
- Gerber, J. P., Wheeler, L., & Suls, J. (2018). A social comparison theory meta-analysis 60+ years on. *Psychological Bulletin*, 144(2), 177–197. <https://doi.org/10.1037/bul0000127>
- Guyer, J., & Vaughan-Johnston, T. (2018). *Upward and downward social comparisons: A brief historical*

overview. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1912-1

- Haferkamp, N., & Krämer, N. C. (2011). Social Comparison 2.0: Examining the Effects of Online Profiles on Social-Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(5), 309–314. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0120>
- Huang, X., & Fan, P. (2022). The dark side of social media in the workplace: A social comparison perspective. *Computers in Human Behavior*, 136, 107377. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107377>
- Keane, C., Waldeck, D., Holliman, A., Goodman, S., & Choudhry, K. (n.d.). *Exploring the Experience of Anxiety Among Final Year Students at University: A Thematic Analysis*.
- Li, Z. (2026). Perspective Chapter: Market-Oriented Curriculum Design in Higher Education – A Multidimensional Perspective Based on USEM, Critical Pedagogy, and the Capability Approach. In *Educational and Curriculum Quality—Innovations and Research [Working Title]*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.1014566>
- Mills, N., Pajares, F., & Herron, C. (2006). A Reevaluation of the Role of Anxiety: Self-Efficacy, Anxiety, and Their Relation to Reading and Listening Proficiency. *Foreign Language Annals*, 39(2), 276–295. <https://doi.org/10.1111/j.1944-9720.2006.tb02266.x>
- Ningtias, R. P., & Andriani, F. (2022). Pengaruh Perceived Parental Expectation terhadap Psychological Distress pada Emerging Adulthood di Indonesia. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 37–48. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31744>
- Saputra, M. R. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi Di Universitas Airlangga* [Skripsi, UNIVERSITAS AIRLANGGA]. <https://doi.org/10.10.%2520LAMPIRAN.pdf>
- Sukmawati, R. (2023). *Peran Perbandingan Sosial terhadap Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir dengan Intensitas Penggunaan LinkedIn sebagai Moderator* [Universitas Gadjah Mada]. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/233749>
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)
- Tong, P., & An, I. S. (2024). Review of studies applying Bronfenbrenner's bioecological theory in international and intercultural education research. *Frontiers in Psychology*, 14, 1233925. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1233925>
- Tsai, C.-T. (Simon), Hsu, H., & Hsu, Y.-C. (2017). Tourism and Hospitality College Students' Career Anxiety: Scale Development and Validation. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 29(4), 158–165. <https://doi.org/10.1080/10963758.2017.1382365>
- Vandana, Haricharan, P. B., Kumar, V., & Oberoi, S. S. (2025). Factors contributing to career anxiety among management students: The role of education in the driving change. *Asian Education and Development Studies*, 14(5), 1036–1051. <https://doi.org/10.1108/AEDS-11-2024-0281>
- Wardani, F., Dewi, D., Jannah, M., Khoirunnisa, R., & Saphira, H. (2025). Adaptation and Validation of General Self-Efficacy Scale for Higher Education. *IJORER: International Journal of Recent Educational Research*, 6, 333–346. <https://doi.org/10.46245/ijorer.v6i2.780>
- Zaman, S. N. (2024). Survey Deloitte: Kekhawatiran Gen Z dalam Hidup. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 4(1), 54–62. <https://doi.org/10.37481/jmh.v4i1.658>
- Zhang, M., Zhou, S., Wu, Y., & Liu, S. (2024). Pressure from social media: Influence of social media usage on career exploration. *Career Development International*, 29(1), 93–112. <https://doi.org/10.1108/CDI-01-2023-0016>
- Zulfahmi, A., & Andriany, D. (2021). Kematangan vokasional dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Cognicia*, 9(2), 64–75. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.15728>