

Nomor Skripsi: 1303/SKRIPSI/PSI-FIP/12-2024

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN KARIR
DIMODERASI OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA *FRESH GRADUATE*
DI JAWA BARAT**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi pada
Program Studi Psikologi



Disusun oleh:

Dede Nur Fitriyana

2004283

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN KARIR
DIMODERASI OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA *FRESH GRADUATE*
DI JAWA BARAT**

Oleh
Dede Nur Fitriyana
2004283

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Dede Nur Fitriyana
Universitas Pendidikan Indonesia
Desember 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan cetak ulang,
difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Dede Nur Fitriyana
2004283

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN KARIR
DIMODERASI OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA *FRESH GRADUATE* DI
JAWA BARAT**

Disetujui dan disahkan oleh:
Pembimbing I



Anastasia Wulandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP 19780208 200604 2 002

Pembimbing II



Sitti Chotidjah, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP 19771205 200604 2 001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP 19770726 200312 2 001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada *Fresh Graduate* di Jawa Barat” merupakan sepenuhnya karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan ataupun pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat akademik. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau konsekuensi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Desember 2024
Yang membuat pernyataan,

Dede Nur Fitriyana
NIM 2004283

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan segala nikmat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada *Fresh Graduate* di Jawa Barat”** dengan tepat waktu. Penulis tidak akan sanggup menyelesaikan skripsi ini tanpa adanya pertolongan dari-Nya. Adapun tujuan penulisan dari skripsi ini adalah sebagai syarat memperoleh gelar S.Psi pada Program Studi Psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia. Penulis tentu menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat banyak kesalahan serta kekurangan di dalamnya. Penulis sangat mengharapkan adanya saran ataupun kritik jika ditemukan bagian yang kurang tepat dalam penulisan skripsi ini, sehingga dapat adanya perbaikan yang dapat memberi manfaat lebih baik bagi penulis dan pembaca. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca dan memberikan informasi yang dapat membantu perkembangan kualitas generasi penerus bangsa.

Bandung, September 2024

Peneliti,

Dede Nur Fitriyana

NIM 2004283

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, atas segala berkah, rahmat, dan karunia-Nya yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, kekuatan, kesabaran, dan kesempatan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada *Fresh Graduate* di Jawa Barat”**. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Sehubungan dengan itu, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibunda saya tercinta, Yayah Khoeriyah yang selalu mendoakan apapun yang terbaik bagi saya, selalu memberi dukungan, dan tidak pernah sekali pun memiliki keraguan pada saya. Semua kasih sayang, perhatian, kesabaran, dan yang terpenting doa yang beliau panjatkan senantiasa memberi saya kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Almarhum Ayah saya, Umu Mu'inudin yang selalu saya rindukan setiap harinya. Berkat jasa beliau yang telah mendidik saya dan kakak-kakak saya, keluarga kami senantiasa terasa hangat dan penuh kasih sayang.
3. Kedelapan kakak saya yang tanpa terkecuali selalu memberikan saya semangat dan dukungan setiap saat, juga memberikan saya dukungan materi selama perkuliahan sampai sekarang saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., selaku ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Ibu Anastasia Wulandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I yang dengan tulus memberikan bimbingan, memberikan arahan dan saran kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Sitti Chotidjah, S.Psi., M.A., Psikolog selaku pembimbing II

yang juga dengan tulus membimbing dan memberikan arahan sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.

7. Bapak Mediantana Tarigan, M.Psi., selaku dosen pembimbing akademik (PA) yang sudah membantu mengarahkan saya selama perkuliahan.
8. Bapak Helli Ihsan, S.Ag., M.Si., selaku dosen statistika yang dengan tulus membantu saya dalam pengolahan data skripsi .
9. Bapak, Ibu, dan seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia serta seluruh tenaga kependidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah membantu proses perkuliahan saya.
10. Teman-teman saya yang selalu memberi saya dukungan dan menemani saya selama perkuliahan, berbagi suka dan duka, serta saling berbagi cerita dan saran.
11. Keluarga Mahasiswa Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 19, 20, dan 21 yang membuat masa perkuliahan saya lebih berwarna, juga memberikan saya bantuan dan motivasi selama perkuliahan.

ABSTRAK

Dede Nur Fitriyana (2004283). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada *Fresh Graduate* di Jawa Barat. Skripsi. Program Studi Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia. (2024).

Setelah menyelesaikan studi, idealnya *fresh graduate* dapat langsung memperoleh pekerjaan sesuai dengan minat dan keahliannya. Namun, realitanya tingkat persaingan pasar kerja dan angka pengangguran di Indonesia masih cukup tinggi. Hal ini dapat memicu kecemasan karir pada *fresh graduate*. Selain itu, masa peralihan menuju dunia kerja merupakan periode yang sulit dan kompleks, yang turut memperburuk kecemasan karir yang dirasakan *fresh graduate*. Kecemasan karir yang tidak segera diatasi dapat berkembang menjadi psikopatologis yang lebih serius, sehingga dapat mengganggu perkembangan karir individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan karir yang dimoderasi oleh dukungan sosial pada *fresh graduate* di Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *Google Form*. Sebanyak 385 *fresh graduate* yang berdomisili di Jawa Barat berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi dan dukungan sosial masing-masing memiliki pengaruh negatif terhadap kecemasan karir, tetapi dukungan sosial tidak memoderasi pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan karir. Artinya, semakin tinggi regulasi emosi dan dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat kecemasan karir yang dialami oleh *fresh graduate*. Namun, tinggi rendahnya pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan karir tidak bergantung pada tingkat dukungan sosial yang diterima. Hal ini menjadikan peran dukungan sosial dalam penelitian ini sebagai prediktor, bukan sebagai moderator.

Kata kunci: Regulasi Emosi; Kecemasan Karir; Dukungan Sosial; Fresh Graduate

ABSTRACT

Dede Nur Fitriyana (2004283). *The Effect Of Emotion Regulation On Career Anxiety Moderated By Social Support Among Fresh Graduates In West Java.* Thesis. Study Program of Psychology. Faculty of Science Education. Indonesia University of Education. (2024).

After completing their studies, fresh graduates are ideally expected to secure employment that aligns with their interests and skills. However, in practice, the high level of competition in the job market and persistent unemployment rates in Indonesia contribute to significant career anxiety among fresh graduates. Additionally, the transition period to the workforce is often a challenging and complex phase, which exacerbates the career anxiety experienced by fresh graduates. Career anxiety that is not promptly addressed may develop into more severe psychopathological issues, potentially hindering individual career growth. This study aims to identify the effect of emotion regulation on career anxiety, moderated by social support among fresh graduates in West Java. A quantitative method was employed, with data collected online via Google Forms. A total of 385 fresh graduates residing in West Java participated as respondents in this study. The results showed that emotion regulation and social support each had a negative effect on career anxiety. However, social support did not moderate the effect of emotion regulation on career anxiety. This indicates that higher levels of emotion regulation and social support are associated with lower levels of career anxiety among fresh graduates. Nonetheless, the impact of emotion regulation on career anxiety is not dependent on the level of social support received. Thus, in this study, social support functions as a predictor rather than a moderator.

Keywords: Emotion Regulation; Career Anxiety; Social Support; Fresh Graduate

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II	11
KAJIAN PUSTAKA	11
2.1 Regulasi Emosi	11
2.1.1 Pengertian Emosi	11
2.1.2 Pengertian Regulasi Emosi	11
2.1.3 Dimensi Regulasi Emosi	12
2.1.4 Strategi Regulasi Emosi	13
2.2 Kecemasan Karir	14
2.2.1 Pengertian Kecemasan	14
2.2.2 Pengertian Kecemasan Karir	15
2.2.3 Dimensi Kecemasan Karir	16
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	16
2.3 Dukungan Sosial	17
2.3.1 Pengertian Dukungan Sosial	17
2.3.2 Dimensi Dukungan Sosial	18
2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	18
2.4 Kerangka Berpikir	20
2.5. Hipotesis Penelitian	22
BAB III	23
METODE PENELITIAN	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Populasi dan Sampel	23
3.2.1 Populasi	23

3.2.2 Sampel	23
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	24
3.3.1 Variabel Penelitian.....	24
3.3.2 Definisi Konseptual	24
3.3.3 Definisi Operasional	25
3.3.4 Instrumen Penelitian	25
3.4 Kategorisasi Data.....	29
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Analisis Data	30
3.6.1 Uji Asumsi Klasik.....	30
3.7 Prosedur Penelitian.....	32
BAB IV	33
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Hasil Penelitian.....	33
4.1.1 Gambaran Demografis Responden	33
4.1.2 Gambaran Regulasi Emosi.....	36
4.1.3 Gambaran Kecemasan Karir.....	39
4.1.4 Gambaran Dukungan Sosial	43
4.1.5 Hasil Uji Hipotesis.....	46
4.2 Pembahasan	51
4.3 Keterbatasan Penelitian	57
BAB V.....	58
KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
5.1 Kesimpulan.....	58
5.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Instrumen Regulasi Emosi	26
Tabel 3. 2 Norma Penyekoran Instrumen Regulasi Emosi	27
Tabel 3. 3 Blueprint Instrumen Kecemasan Karir	28
Tabel 3. 4 Norma Penyekoran Instrumen Kecemasan Karir.....	28
Tabel 3. 5 Blueprint Instrumen Dukungan Sosial.....	29
Tabel 3. 6 Norma Penyekoran Instrumen Dukungan Sosial.....	29
Tabel 3. 7 Hasil Uji Normalitas	31
Tabel 3. 8 Hasil Uji Multikolinearitas.....	31
Tabel 3. 9 Hasil Uji Heteroskedastisitas	31
Tabel 4. 1 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	33
Tabel 4. 2 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	33
Tabel 4. 3 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	34
Tabel 4. 4 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	34
Tabel 4. 5 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	35
Tabel 4. 6 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	35
Tabel 4. 7 Gambaran Demografis Responden <i>Fresh Graduate</i>	35
Tabel 4. 8 Gambaran Umum Regulasi Emosi <i>Fresh Graduate</i> di Jawa Barat	36
Tabel 4. 9 Hasil Kategorisasi Tingkat Regulasi Emosi <i>Fresh Graduate</i> di Jawa Barat.....	37
Tabel 4. 10 Gambaran Umum Berdasarkan Aspek Regulasi Emosi	37
Tabel 4. 11 Hasil Uji <i>Anova</i> Regulasi Emosi Berdasarkan Data Demografi.....	38
Tabel 4. 12 Gambaran Umum Kecemasan Karir <i>Fresh Graduate</i> di Jawa Barat..	39
Tabel 4. 13 Hasil Kategorisasi Tingkat Kecemasan Karir <i>Fresh Graduate</i> di Jawa Barat	40
Tabel 4. 14 Gambaran Umum Berdasarkan Aspek Kecemasan Karir.....	40
Tabel 4. 15 Hasil Uji <i>Anova</i> Kecemasan Karir Berdasarkan Data Demografi	41
Tabel 4. 16 Gambaran Umum Dukungan Sosial <i>Fresh Graduate</i> di Jawa Barat..	43
Tabel 4. 17 Hasil Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial	43
Tabel 4. 18 Gambaran Umum Berdasarkan Aspek Dukungan Sosial	44
Tabel 4. 19 Hasil Uji <i>Anova</i> Dukungan Sosial Berdasarkan Data Demografi.....	44
Tabel 4. 20 Hasil Analisis Regresi Regulasi Emosi terhadap.....	46
Tabel 4. 21 Hasil Analisis Regresi Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial	47
Tabel 4. 22 Hasil Uji Koefisien Pengaruh Regulasi Emosi terhadap	49
Tabel 4. 23 Hasil Uji R ² Pengaruh Regulasi Emosi terhadap.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Fenomena Persyaratan Kerja yang Tidak Realistis	3
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	21
Gambar 4. 1 Grafik Moderasi	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Pembimbing Skripsi	66
Lampiran 2 Kartu Bimbingan	68
Lampiran 3 Izin Penggunaan Alat Ukur Regulasi Emosi	70
Lampiran 4 Izin Penggunaan Alat Ukur Kecemasan Karir	70
Lampiran 5 Izin Penggunaan Alat Ukur Dukungan Sosial	71
Lampiran 6 Skala Demografis	71
Lampiran 7 Skala Regulasi Emosi	72
Lampiran 8 Skala Kecemasan Karir	73
Lampiran 9 Skala Dukungan Sosial	75
Lampiran 10 Data Demografi Responden	76
Lampiran 11 Kategorisasi Regulasi Emosi	91
Lampiran 12 Kategorisasi Kecemasan Karir	101
Lampiran 13 Kategorisasi Dukungan Sosial	111
Lampiran 14 Uji Beda Anova	121
Lampiran 15 Uji Validitas Regulasi Emosi	124
Lampiran 16 Uji Validitas Kecemasan Karir	125
Lampiran 17 Uji Validitas Dukungan Sosial	126
Lampiran 18 Uji Reliabilitas Regulasi Emosi	127
Lampiran 19 Uji Reliabilitas Kecemasan Karir	127
Lampiran 20 Uji Reliabilitas Dukungan Sosial	127
Lampiran 21 Uji Asumsi Klasik	128
Lampiran 22 Uji Regresi Regulasi Emosi terhadap Kecemasan Karir	129
Lampiran 23 Uji Regresi Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Karir	130
Lampiran 24 Uji Regresi Berganda Regulasi Emosi terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial	131
Lampiran 25 Verifikasi Data	132

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmadi, A. A. (2022). *Hubungan konsep diri dengan kecemasan terhadap karir pada emerging adulthood pasca pandemi covid-19*.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia 2024* (Issue 36).
- Barlow, D. H. (2002). Anxiety and It's Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic. In *The Journal of Clinical Psychiatry* (2nd ed., Vol. 64, Issue 3). The Guildford Press. <https://doi.org/10.4088/jcp.v64n0318d>
- Boo, S., Wang, C., & Kim, M. (2021). Career adaptability, future time perspective, and career anxiety among undergraduate students: A cross-national comparison. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education*, 29(6), 100328. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2021.100328>
- Chiari, G. (2017). The Psychology of Personal Constructs Theory George A. Kelly. *Book (Book)*, 1–178.
- Christiansen, D. M. (2015). Examining Sex and Gender Differences in Anxiety Disorders. *A Fresh Look at Anxiety Disorders*. <https://doi.org/10.5772/60662>
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T., & Forsyth, J. P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 68–82. <https://doi.org/10.1007/s10862-009-9161-1>. Emotion
- Cohen, S. (2004a). Cohen (2004) - Social Relationships and Health. *American Psychologist*, November, 676–684.
- Cohen, S. (2004b). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676–684. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Cutrona & Russell. (1987). *Social Provisions Scale.Pdf* (Vol. 1, Issue 1, pp. 37–67).
- Ditchburn, G., & Koh, R. E. (2024). Workplace pressure, employee stress, mental well-being and resilience in response to COVID-19 in Singapore. *Evidence-Based HRM*, 12(2), 441–457. <https://doi.org/https://doi.org/10.1108/EBHRM-10-2022-0252>
- Efrida, R., & Dyorita, A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK. *Proyeksi*, 17(1), 1–9.
- Ewen, R. B. (2014). *An Introduction to Theories of Personality* (7th ed.). Psychology Press.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Greenberger, D., & Padesky, C. (2016). *Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think* (2nd ed.). The Guildford Press.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J. (2008). Emotion and Emotion Regulation. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality* (3rd ed.). The Guildford Press.

Dede Nur Fitriyana, 2024

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada Fresh Graduate di Jawa Barat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Gross, J. J. (2014a). Emotion Regulation Conceptual and Empirical Foundations. *Handbook of Regulation Emotion Second Edition*, 3–20.
- Gross, J. J. (2014b). *Handbook of Emotion Regulation* (2nd ed.). The Guildford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hananto, B. A. (2024). Pengaruh Pengalaman Praktik Magang Terhadap Kesiapan Bekerja (Studi Empiris: Mahasiswa Desain Komunikasi Visual Universitas Pelita Harapan). *De-Lite: Journal of Visual Communication Design Study & Practice*, 3(2), 128. <https://doi.org/10.37312/de-lite.v3i2.6786>
- Hendayani, N., & Abdullah, S. M. (2018). Dukungan Teman Sebaya dan Kematangan Karier Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1), 28. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5189>
- Hiswáls, A.-S., Walander, A., Soares, J., & Macassa, G. (2017). Employment Status, Anxiety and Depression in a Municipal Context. *Research in Health Science*, 2(1), 12. <https://doi.org/10.22158/rhs.v2n1p12>
- Isnaini, N. S. N., & Lestari, R. (2015). Kecemasan pada Pengangguran Terdidik Lulusan Universitas. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 13(1), 39–50.
- Istychomah, N. N. (2022). *Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate*. 1–11.
- Jazaieri, H., Morrison, A. S., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2015). The role of emotion and emotion regulation in social anxiety disorder. *Current Psychiatry Reports*, 17(1). <https://doi.org/10.1007/s11920-014-0531-3>
- Jemini-Gashi, L., Duraku, Z. H., & Kelmendi, K. (2021). Associations between social support, career self-efficacy, and career indecision among youth. *Current Psychology*, 40(9), 4691–4697. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00402-x>
- John, O. P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (2008). Handbook of Personality. In *Handbook of Personality Psychology* (3rd ed.). The Guildford Press. <https://doi.org/10.1016/b978-012134645-4/50022-6>
- Kamisa, Y., & Mirza, M. (2021). Kematangan Vokasional Dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(1), 115–128. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i1.20474>
- Kementerian Ketenagakerjaan. (2024). *SEPUTAR PASAR KERJA NASIONAL TAHUN 2023*.
- Kring, A. M., & Sloan, D. M. (2009). *Emotion Regulation and Psychopathology*.
- Kusuma, R. T. (2020). Regulasi Emosi dan Kecemasan pada Petugas Pemadam Kebakaran. *Acta Psychologia*, 2(2), 183–190.
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational Regulation Theory: A New Approach to Explain the Link Between Perceived Social Support and Mental Health. *Psychological Review*, 118(3), 482–495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- Li, N., Zhang, L., Li, X., & Lu, Q. (2022). Moderated Role of Social Support in the Relationship between Job Strain, Burnout, and Organizational Commitment among Operating Room Nurses: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710813>

Dede Nur Fitriyana, 2024

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada Fresh Graduate di Jawa Barat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Ma'rifah, N. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Skripsi*.
- Maghfiro, F. F., & Dewi, T. K. (2023). Hubungan Kecemasan Karir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Tingkat Akhir. *Sikontan Journal*, 2(1), 23–38.
- Matindas, E. C., Pitoy, F. F., & Seroy, E. B. E. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(6), 1782–1796. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i6.10597>
- Nindytasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role Of Citizens And Entrepreneurship Unemployment Rate In Pressing College Graduates. *Ligahukum*, 1(1). <https://doi.org/10.33005/ligahukum.v1i1.102>
- Oh, S., & Pyo, J. (2023). Creative Self-Efficacy, Cognitive Reappraisal, Positive Affect, and Career Satisfaction: A Serial Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 13(11). <https://doi.org/10.3390/bs13110890>
- Özkamali, E., Cesuroğlu, Ş. G., Hamamci, Z., Buğa, A., & Çekiç, A. (2014). The Investigation of Relationships between Vocational Maturity and Irrational Career Beliefs. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 3072–3074. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.709>
- Pace, F., & Sciotto, G. (2022). Gender differences in the relationship between work–life balance, career opportunities and general health perception. *Sustainability (Switzerland)*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.3390/su14010357>
- Pasinringi, M. A., Burhanuddin, A. S., Cholisa, F. A., Musa, N. I., & Safrina, E. S. (2021). Kontribusi Regulasi Emosi terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil di Kehamilan Pertama. *Jurnal Health Sains*, 2(11), 1469–1478. <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i11.335>
- Permatasari, F., Oktavianita, S., & Simamora, A. (2024). *The Relationship between Career Maturity and Anxiety in Facing the World of Work in Final Year Students at University*. 3(3), 793–804.
- 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>
- Pratama, P., & Magistarina, E. (2022). Hubungan kesiapan kerja terhadap tingkat kecemasan dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Padang di masa pandemi covid-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 5(4), 187–197.
- Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 54–60. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.632>
- Rahmatunnisa. (2022). *Pengaruh family support terhadap quarter life crisis pada sarjana fresh graduate skripsi*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/41602/>
- Rahmawati, D., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2015). Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi dengan Menggunakan Menulis Catatan Harian pada Mahasiswa Psikologi UNS yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajawa*, 3(4), 220.
- Resmiadi, N. L., Adhi, N., & Septiarly, Y. L. (2023). Kemampuan Regulasi Emosi dan Self Awareness Sebagai Prediktor Kecemasan pada Support

Dede Nur Fitriyana, 2024

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada Fresh Graduate di Jawa Barat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Buddy di Lisa Helpline Provinsi Bali. *Jurnal Ilmiah*, 1, 522–532. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.2713>
- Ryan, T. (2013). *Sample Size Determination and Power*. John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction* (7th ed.). Wiley.
- Saslanto, D. N. (2016). Pengaruh Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Pilihan Karir Siswa AMD Muhammadiyah 1 Parmabanan. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(5), 1–13.
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2017). Emotion Regulation Strategies in Depressive and Anxiety Symptoms in Youth: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 261–276. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0585-0>
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII SMK Yudya Karya Magelang. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 381–386. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20254>
- Setyowati, D. A., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 11(5), 319–324. <https://doi.org/10.14710/empati.0.36739>
- Sharma, S., Durand, R. M., & Gur-Arie, O. (1981). Identification and Analysis of Moderator Variables. *Journal of Marketing Research*, 18(3), 291–300. <http://www.jstor.org/stable/3150970>
- Shin, Y. J., & Lee, J. Y. (2019). Self-Focused Attention and Career Anxiety: The Mediating Role of Career Adaptability. *Career Development Quarterly*, 67(2), 110–125. <https://doi.org/10.1002/cdq.12175>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (1st ed.). Literasi Media Publishing.
- Spielberger, C. D. (1966). *Anxiety and Behavior*. Academic Press. <https://doi.org/10.1177/2158244014555113>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Sukrisnawati, M. A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Fresh Graduate [Universitas Katholik Soegijapranata Semarang]. <https://repository.unika.ac.id/id/eprint/29597>
- Tang, Q., Lei, G., Zhang, Y., & Shi, H. (2024). The relation between mental health and career-related stress among prospective graduates in higher education stage during the COVID-19 pandemic: an evidence based on network analysis. *Frontiers in Psychology*, 15(July), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1381846>
- Taylor, S E, Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial* (Edisi Kedu). Kencana Prenada Media Group.
- Taylor, Shelley E. (2011). Social Support: A Review. In *The Oxford Handbook of Health Psychology* (Issue March). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195342819.013.0009>
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. *Emotion Review*, 3(1), 53–61. <https://doi.org/10.1177/1754073910380969>

Dede Nur Fitriyana, 2024

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Karir Dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada Fresh Graduate di Jawa Barat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- 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>
- Werner, K., & Gross, J. J. (2009). Emotion Regulation and Psychopathology: Conceptual Framework. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion Regulation and Psychopathology*. The Guildford Press.
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain Sciences*, 9(4). <https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>
- Zahra, Z. V., & Kinayung, D. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Karir pada Siswa Kelas 12 SMA Negeri 1 Tasikmalaya. *Seminar Nasional Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 13–21. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/SNFP/article/view/12997>
- Zhou, S., Wu, Y., & Xu, X. (2023). Linking Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression to Mindfulness: A Three-Level Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph20021241>
- Zhou, X., Zhu, H., Zhang, B., & Cai, T. (2013). Perceived social support as moderator of perfectionism, depression, and anxiety in college students. *Social Behavior and Personality*, 41(7), 1141–1152. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.7.1141>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2