

Ketakutan terhadap COVID-19 dengan Kecemasan Karier di Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Fathia Nurul Amrina¹, Talitha Lintang Pertiwi²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

¹fathianurulamrina@gmail.com, ²talithalintangpertiwi@gmail.com

Article History:

Received

25/03/2022

Revised

24/04/2022

Accepted

09/05/2022

Published

20/06/2022

Abstract. The condition of the COVID-19 pandemic has an impact on daily life, such as changes in routine, activities outside the home, decreased productivity, and a reduction in the labour. This impacts psychological aspects such as feelings of anxiety, especially for final year students who are planning their future careers. This study aimed to determine the relationship between fear of COVID-19 and future career anxiety. The population in this study were final year students, which consisted of 10 male participants and 78 female participants. The research instrument used is The Fear of COVID-19 Scale (FC-19S) and the Future Career Anxiety Scale. The sampling technique used in this research is purposive sampling. The data analysis technique used was Spearman Rank correlation analysis. The analysis results stated that there was no significant relationship between the two variables, and it was very weak, with a significance value of 0.54

Keywords: Fear of COVID-19, Future career anxiety, Final year students

Abstrak. Kondisi pandemi COVID-19 memiliki dampak pada kehidupan sehari-hari seperti perubahan rutinitas, kegiatan di luar rumah, produktifitas menurun dan pengurangan tenaga kerja. Hal ini memberikan dampak pada aspek psikologis seperti perasaan cemas, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang merencanakan karier di masa depan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan ketakutan terhadap COVID-19 dengan kecemasan karier di masa depan. Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa tingkat akhir, yang terdiri dari 10 partisipan laki-laki dan 78 partisipan perempuan. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala *The Fear of COVID-19 Scale* (FC-19S) dan skala *Future Career Anxiety Scale*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Teknik analisis data yang digunakan analisis korelasi *Spearman Rank*. Hasil analisis menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel dan sangat lemah, dengan angka signifikansi 0.54

Kata kunci: Ketakutan terhadap COVID-19, Kecemasan karier di masa depan, Mahasiswa tingkat akhir.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Pendahuluan

Pandemi COVID-19 merupakan krisis global yang secara signifikan mempengaruhi kehidupan individu, organisasi, dan negara (Guan dkk., 2020). Pemerintah menerapkan isolasi diri, *physical distancing*, karantina, dan tetap tinggal di rumah sebanyak mungkin untuk menghambat penyebaran virus COVID-19 (Meyer dkk., 2020). Mengikuti peraturan tersebut, masyarakat mengalami banyak perubahan rutinitas kegiatannya (Brooks dkk., 2020). Perubahan tersebut antara lain penurunan presentase aktivitas fisik, waktu duduk, dan waktu layar. Perubahan aktivitas tersebut ternyata berpengaruh pada kesehatan mental individu (Meyer dkk., 2020).

Menurut Ahorsu dkk., 2020 menyatakan bahwa pandemi COVID-19 menyebabkan ketakutan, kepanikan, kecemasan, dan stigma di antara individu. Selain itu, (Meyer dkk., 2020) dalam penelitiannya menunjukkan perubahan aktivitas berpengaruh pada kondisi mental individu seperti depresi, stres kesepian, dan kecemasan. (Tee dkk., 2020) juga menyatakan bahwa dampak psikologis dari pandemi COVID-19 adalah depresi, kecemasan, dan stres. Stres dan kecemasan merupakan respons alamiah individu saat menghadapi situasi yang penuh ketidakpastian seperti pandemi (Kurniawan & Susilo, 2021).

Bukan hanya berpengaruh pada kondisi psikologis, namun pandemi COVID-19 juga menjadi ancaman besar pada rencana karier mahasiswa. Kecemasan karier di masa depan rentan untuk dialami mahasiswa tingkat akhir karena menurut teori perkembangan mahasiswa usia 23 sampai 25 tahun sedang dalam proses membentuk harapan karier dan komitmen karier mereka (Tsai dkk., 2017). Hasil penelitian (M. S. Mahmud dkk., 2021) menunjukkan ketakutan terhadap COVID-19 secara signifikan mempengaruhi kecemasan karier masa depan. Didukung oleh penelitian (Dian, N. L. P., Nastiti, 2021) yang juga menemukan bahwa ketakutan atas COVID-19 berpengaruh positif dan signifikan pada kecemasan karier karyawan di masa depan. Begitupun dengan penelitian (S. Mahmud dkk., 2021) bahwa phobia terhadap COVID-19 dapat mengakibatkan kecemasan karier pada karyawan.

Penyebaran virus COVID-19 dapat membentuk rasa takut, panik, cemas dan stigma antar individu di seluruh dunia. Perasaan takut sebagai respon terhadap perubahan yang terjadi di masa depan dan berdampak pada kualitas hidup. Situasi seperti ini merupakan ancaman bagi mereka yang sedang merencanakan karier masa depan, sehingga tidak dapat membuat keputusan sesuai dengan tujuan sebelum adanya penyebaran COVID-19. Perasaan takut, cemas dan panik ini dinamakan *Fear of COVID-19* (M. S. Mahmud dkk., 2021). Lebih lanjut didukung oleh (Kusuma & Purba, 2021) menyatakan *Fear of COVID-19* merupakan perasaan takut terhadap COVID-19 yang

ditandai dengan penurunan kesehatan, karier masa depan yang tidak menentu, dan pemberhentian tenaga kerja. Masalah yang dihadapi dari kecemasan karier seperti sulit memutuskan karier, tidak dapat eksplorasi karier dengan baik, konsisten dengan karier yang ada, dan fokus terhadap apa yang sedang dilakukan (Mirah & Indianti, 2018). Lebih lanjut masalah yang dihadapi diantaranya kecemasan akan kegagalan, merasa tidak puas dengan hasil sebelumnya, evaluasi diri yang negatif, orientasi hidup yang tidak dapat ditentukan secara pasti, dan mengalami kegelisahan (Mariah dkk., 2020). Salah satu dampak dari *Fear of COVID-19* adalah *Future Career Anxiety* yang merupakan ketakutan akan gagal, tidak memperoleh pekerjaan, tidak mampu mengambil keputusan. Hal ini didukung oleh (Vignoli, 2015)) menyatakan kecemasan karier memiliki hubungan antara tidak percaya diri terhadap karier dan eksplorasi karier sehingga apabila tidak segera diatasi akan berdampak pada perasaan gagal dalam kontribusi terhadap lingkungan meskipun memiliki pengetahuan dan pendidikan yang memadai, jenjang karier dan pengambilan keputusan karier (Pratiwi & Irawati, 2020).

Kecemasan karier di masa depan mahasiswa tingkat akhir selama pandemi COVID-19 merupakan akibat dari banyaknya orang yang kehilangan pekerjaan dan kurangnya kesempatan untuk menjadi produktif (Cahyanthi., Achjar., Yasa., 2021). Selain itu, terhambatnya kegiatan usaha di berbagai sektor ekonomi, banyaknya terjadi PHK, dan berkurangnya pendapatan juga menjadi alasan kecemasan karier di masa depan yang dialami mahasiswa tingkat akhir (Santo & Alfian, 2021). Situasi dan kondisi yang tidak pasti selama pandemi COVID-19 diprediksikan dapat menyebabkan kecemasan mahasiswa tingkat akhir terhadap kariernya di masa depan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berusaha mengungkap apakah terdapat hubungan ketakutan akan COVID-19 dengan kecemasan karier di masa depan yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Peneliti menggunakan ketakutan terhadap COVID-19 sebagai variabel bebas (X) dan kecemasan karier di masa depan sebagai variabel terikat (Y). Partisipan dalam penelitian ini adalah 88 mahasiswa tingkat akhir jurusan Akuntansi Syariah di IAIN Surakarta, yang terdiri dari 10 partisipan laki-laki dan 78 partisipan perempuan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* dengan tujuan sesuai dengan kriteria tertentu agar sampel yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari dua skala psikologis. Variabel ketakutan pada COVID-19 diukur menggunakan adaptasi skala *The Fear of COVID-19 Scale (FC-19S)* dari (Ahorsu dkk., 2020) yang terdiri dari 7 aitem dengan 5 likert dari “sangat tidak sesuai (1)” sampai dengan “sangat sesuai (5)”. *The Fear of COVID-19 Scale (FC-19S)* telah melalui proses adaptasi sesuai panduan yang dikemukakan oleh (Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., Fetzaz, 2000) dan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* (α) sebesar 0.864 dan indeks daya beda aitem berkisar 0.366 sampai dengan 0.829.

Sedangkan variabel kecemasan karier di masa depan diukur menggunakan adaptasi skala *Future Career Anxiety Scale* dari (M. S. Mahmud dkk., 2021) yang terdiri dari 5 poin likert dari “sangat tidak sesuai (1)” sampai dengan “sangat sesuai (5)”. Pada awalnya skala ini disusun oleh (Tsai dkk., 2017), kemudian diadaptasi dan disesuaikan kembali oleh (M. S. Mahmud dkk., 2021) dengan situasi pandemi COVID-19. *Future Career Anxiety Scale* juga telah melalui proses adaptasi skala sesuai panduan (Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., Fetzaz, 2000) dengan nilai *Cronbach's Alpha* (α) sebesar 0.941 dan indeks daya beda aitem berkisar 0.789 sampai dengan 0.919.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara variabel ketakutan terhadap COVID-19 dengan Kecemasan Karier di Masa Depan pada mahasiswa tingkat akhir. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *Spearman Rank* dengan bantuan aplikasi SPSS 26.

Hasil

Gambaran Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 88 mahasiswa tingkat akhir jurusan akuntansi syariah di IAIN Surakarta. Mahasiswa tingkat akhir yang menjadi partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2017 karena penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2021, dimana pada tahun tersebut mahasiswa angkatan 2017 merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi untuk kelulusan. Demografi partisipan dalam penelitian ini disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1.
 Demografi Partisipan Penelitian

Kategori	Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	11.4%
Perempuan	78	88.6%
Usia		
20	3	3.4%
21	31	35.2%
22	48	54.5%
23	6	6.8%
TOTAL	88	100%

Berdasarkan Tabel 1, partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 10 laki-laki dan 78 perempuan dengan rentang usia dari 20 sampai dengan 23 tahun.

Analisis Deskriptif

Peneliti melakukan beberapa analisis deskriptif dalam penelitian ini, yaitu analisis deskriptif untuk kategorisasi skor partisipan penelitian di kedua variabel dan uji beda *Mann Whitney*. Analisis deskriptif untuk kategorisasi skor partisipan dilakukan dengan mengidentifikasi skor minimal, skor maksimal, mean, dan standar deviasi kemudian membuat rentang nilai sehingga didapatkanlah rentang nilai untuk mengkategorisasikan skor partisipan. Analisis deskriptif untuk kategorisasi skor partisipan disajikan dalam Tabel 2, 3, 4, 5, dan 6.

Tabel 2.
 Gambaran Umum Skor Partisipan

Variabel	Statistik	Skor Hipotetik
Ketakutan terhadap COVID-19	Skor Minimal	7
	Skor Maksimal	35
	Mean	21
	Standar Deviasi	4.2
Kecemasan Karier di Masa Depan	Skor Minimal	5
	Skor Maksimal	25
	Mean	15
	Standar Deviasi	3

Tabel 3.
 Rentang Nilai Rentang Nilai untuk Kategorisasi Skor Ketakutan terhadap COVID-19

Rumus	Rentang Angka	Kategorisasi
$x \leq \mu - 1,5 SD$	$x \leq 14.7$	Sangat Rendah
$\mu - 1,5 SD < x \leq \mu - 0,5 SD$	$14.7 < x \leq 18.9$	Rendah
$\mu - 0,5 SD < x \leq \mu + 0,5 SD$	$18.9 < x \leq 23.1$	Sedang
$\mu + 0,5 SD < x \leq \mu + 1,5 SD$	$23.1 < x \leq 27.3$	Tinggi
$\mu + 1,5 SD < x$	$27.3 < x$	Sangat Tinggi

Keterangan: μ = Mean, SD = Standar Deviasi

Tabel 4.
 Rentang Nilai Rentang Nilai untuk Kategorisasi Skor Kecemasan Karier di Masa Depan

Rumus	Rentang Angka	Kategorisasi
$x \leq \mu - 1,5 SD$	$x \leq 10.5$	Sangat Rendah
$\mu - 1,5 SD < x \leq \mu - 0,5 SD$	$10.5 < x \leq 13.5$	Rendah
$\mu - 0,5 SD < x \leq \mu + 0,5 SD$	$13.5 < x \leq 16.5$	Sedang
$\mu + 0,5 SD < x \leq \mu + 1,5 SD$	$16.5 < x \leq 19.5$	Tinggi
$\mu + 1,5 SD < x$	$19.5 < x$	Sangat Tinggi

Keterangan: μ = Mean, SD = Standar Deviasi

Tabel 5.
 Kategorisasi Skor Partisipan Variabel Ketakutan Terhadap COVID-19

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
N=11 12.5%	N=26 29.5%	N=38 43.2%	N=12 13.6%	N=1 1.1%

Berdasarkan kategorisasi skor pada Tabel 5, sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat ketakutan terhadap COVID-19 dalam kategori sedang.

Tabel 6.
 Kategorisasi Skor Partisipan Variabel Kecemasan Karier di Masa Depan

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
N=5 5.7%	N=5 5.7%	N=9 10.2%	N=14 15.9%	N=55 62.5%

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan karier di masa depan yang sangat tinggi.

Uji Hipotesis

Tabel 7.
 Uji Homogenitas

A. Kecemasan Karier

Test of Homogeneity of Variances

Kecemasan Karier

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.616	1	86	.435

ANOVA

Kecemasan Karier

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	48.683	1	48.683	3.562	.062
Within Groups	1175.272	86	13.666		
Total	1223.955	87			

Berdasarkan table diketahui bahwa hasil signifikansi $0.435 > 0.05$, dengan demikian disimpulkan data homogeny.

B. Ketakutan Covid-19

Test of Homogeneity of Variances

Ketakutan COVID-19

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.470	1	86	.229

ANOVA

Ketakutan COVID-19

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	37.576	1	37.576	2.238	.138
Within Groups	1444.049	86	16.791		
Total	1481.625	87			

Berdasarkan tabel diketahui bahwa hasil signifikansi $0.229 > 0.05$, dengan demikian disimpulkan data homogeny.

Tabel 8.
 Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Fear of COVID	Future Career Anxiety
N		88	88
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	19.13	18.98
	Std. Deviation	4.127	3.751
Most Extreme Differences	Absolute	.073	.232
	Positive	.061	.154
	Negative	-.073	-.232
Test Statistic		.073	.232
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.000 ^c

Suatu data dinyatakan normal jika nilai signifikansi (p) > 0.05. Uji normalitas terhadap skala Fear of Covid 0.200 berdistribusi tidak normal , sedangkan skala future career anxiety memperoleh hasil 0.000 berdistribusi tidak normal. Sehingga hasil tersebut menyatakan sebaran data tidak normal karena salah satu variable menunjukan kurang dari 0.05.

Tabel 9.
 Uji linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Future Career Anxiety * Fear of COVID	Between Groups	(Combined)	336.659	17	19.803	1.562	.099
		Linearity	32.444	1	32.444	2.560	.114
	Within Groups	Deviation from Linearity	304.215	16	19.013	1.500	.125
			887.295	70	12.676		
		Total	1223.955	87			

Berdasarkan table uji linearitas dapat diketahui bahwa nilai Sig. Deviation from linearity > Alpha (0.125>0.05). Maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara fear of covid dengan future career anxiety adalah linear.

Uji dan analisis hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *Spearman Rank* dikarenakan sebaran data dalam penelitian ini tidak normal. Hasil uji *Spearman Rank* dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9.
 Uji Korelasi Spearman Rank

			Correlations	
			Fear of COVID	Future Career Anxiety
Spearman's rho	Fear of COVID	Correlation Coefficient	1.000	.173
		Sig. (1-tailed)	.	.054
		N	88	88
	Future Career Anxiety	Correlation Coefficient	.173	1.000
		Sig. (1-tailed)	.054	.
		N	88	88

Berdasarkan hasil uji *Spearman Rank* pada Tabel 9, didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0.054, artinya kekuatan korelasi antara variabel ketakutan terhadap COVID-19 dengan variabel kecemasan karier tergolong sangat lemah. Hal ini berarti hipotesis diterima. Selanjutnya nilai *Sig. (1-tailed)* adalah sebesar 0.054 ($p > 0.05$), artinya hubungan antar variabel ada hubungan.

Diskusi

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat ketakutan terhadap COVID-19 dalam kategori sedang. Artinya tidak memiliki korelasi. partisipan mengalami dan merasa takut serta tidak nyaman dengan kondisi pandemi COVID-19. Hal ini didukung dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian

(Meliza, 2019) yang menyatakan bahwa Pandemi COVID-19 telah menyebarkan ketakutan, kecemasan dan kepanikan pada masyarakat secara cepat di seluruh dunia. Selanjutnya penelitian (Syahrul & Bunyamin, 2021) juga menyatakan bahwa mahasiswa merasa takut dalam melakukan kegiatan sehari-hari selama pandemi COVID-19.

Selanjutnya sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan karier di masa depan yang sangat tinggi. Artinya sebagian besar partisipan mengalami kecemasan dan merasa khawatir tentang tidak dapat mencapai karier dan pekerjaan yang mereka harapkan dikarenakan pandemi COVID-19. Hasil ini didukung penelitian (M. S. Mahmud dkk., 2021) yang menyatakan bahwa selama pandemi COVID-19, orang-orang merasa depresi dan cemas tentang karier mereka di masa depan. Analisis keuangan juga memberikan peringatan mengenai resesi ekonomi disebabkan oleh COVID-19, yang menciptakan beban mental bagi tenaga kerja saat ini dan calon tenaga kerja untuk memikirkan masa depan mereka (Lee dkk., 2020).

Peneliti juga melakukan uji beda *Mann Whitney* untuk menguji perbedaan skor antara partisipan laki-laki dan perempuan baik pada variabel ketakutan terhadap COVID-19 dan variabel kecemasan karier di masa depan. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor partisipan laki-laki dan perempuan di kedua variabel. Artinya jenis kelamin tidak mempengaruhi tingkat ketakutan terhadap COVID-19 dan tingkat kecemasan terhadap karier di masa depan. Hasil ini didukung oleh penelitian (Ahorsu dkk., 2020) yang menyatakan bahwa jenis kelamin dan usia tampaknya tidak mempengaruhi pola respons ketakutan terhadap COVID-19.

Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan bahwa variabel ketakutan terhadap COVID-19 memiliki hubungan yang sangat lemah dan tidak signifikan dengan kecemasan karier di masa depan. Artinya hipotesis dalam penelitian ini ditolak, yaitu kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir di masa depan tidak dipengaruhi oleh ketakutan mereka terhadap COVID-19. Hasil ini dapat dikarenakan beberapa faktor, salah satunya adalah penelitian ini dilakukan di tahun kedua pandemi COVID-19, sehingga tingkat ketakutan terhadap COVID-19 pada masyarakat sudah mulai menurun. Selain itu, terdapat faktor-faktor lain yang lebih spesifik mempengaruhi kecemasan karier di masa depan selain ketakutan terhadap COVID-19, misalnya faktor psikologis, faktor sosial, faktor kondisi ekonomi, dan faktor psikosomatik (S. Mahmud dkk., 2021).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan diskusi yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa hubungan antara variabel kecemasan terhadap COVID-19 dengan ketakutan karier di masa tidak berhubungan. Sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat ketakutan terhadap COVID-19 dalam kategori sedang dan sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan karier di masa depan yang sangat tinggi. Sedangkan antara partisipan laki-laki dan perempuan pada kedua variabel tidak terdapat perbedaan skor yang signifikan. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu proses penelitian yang dilakukan melalui kuesioner *online* sehingga kurang dapat memastikan kondisi partisipan ketika mengisi. Kelebihan penelitian ini adalah belum terdapat penelitian di Indonesia yang meneliti mengenai ketakutan terhadap COVID-19 dan kecemasan karier di masa depan pada mahasiswa tingkat akhir di Indonesia khususnya di IAIN Surakarta.

Saran

Saran bagi peneliti selanjutnya adalah menggunakan variabel prediktor selain ketakutan terhadap COVID untuk memprediksi kecemasan karier di masa depan. Selain itu, peneliti juga dapat melakukan penelitian dengan variabel yang sama, namun pada partisipan yang berbeda. Peneliti selanjutnya juga dapat menambah kategori demografi yang lain seperti tingkat kelas, latar belakang ekonomi, atau pola asuh sehingga dapat memperdalam penelitian terkait ketakutan terhadap COVID-19 dengan kecemasan karier di masa depan.

Kepustakaan

- Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., Fetzaz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *SPINE*, 25(24), 3186–3191. <https://doi.org/10.1080/000163599428823>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cahyanthi., Achjar., Yasa., Sukarja. (2021). Model “aksi” untuk mewujudkan gerakan sehat mental dalam mengatasi kecemasan remaja. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 81–90.
- Dian, N. L. P., Nastiti, R. T. (2021). *Pengaruh ketakutan atas COVID-19 terhadap kecemasan karier karyawan di masa depan yang dimediasi oleh depresi atas COVID-19 (Studi pada karyawan hotel di Bali)*. Universitas Gadjah Mada.

- Guan, Y., Deng, H., & Zhou, X. (2020). Understanding the impact of the COVID-19 pandemic on career development: Insights from cultural psychology. *Journal of Vocational Behavior*, 119, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103438>
- Kurniawan, Y., & Susilo, M. N. I. B. (2021). Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas Covid-19. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 131–156.
- Kusuma, F. H., & Purba, H. P. (2021). Pengaruh fear of COVID-19 terhadap burnout dengan variabel mediator resiliensi pada tenaga kesehatan. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1, 585–594.
- Lee, S. A., Jobe, M. C., & Mathis, A. A. (2020). Mental health characteristics associated with dysfunctional coronavirus anxiety. *Psychological Medicine*, 51(8), 1403–1404. <https://doi.org/10.1017/S003329172000121X>
- Mahmud, M. S., Talukder, M. U., & Rahman, S. M. (2021). Does 'Fear of COVID-19' trigger future career anxiety? An empirical investigation considering depression from COVID-19 as a mediator. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(1), 35–45. <https://doi.org/10.1177/0020764020935488>
- Mahmud, S., Rahman, M., & Islam, A. (2021). Heliyon Does ' COVID-19 phobia ' stimulate career anxiety?: Experience from a developing country. *Heliyon*, 7(February), e06346. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06346>
- Meliza, S. (2019). *Dampak Pandemi Covid 19 terhadap Psikologis pada Masyarakat*. 2019.
- Meyer, J., McDowell, C., Lansing, J., Brower, C., Smith, L., Tully, M., & Herring, M. (2020). Changes in physical activity and sedentary behavior in response to covid-19 and their associations with mental health in 3052 us adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6469), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186469>
- Mirah, F. F. E., & Indianti, W. (2018). Pengaruh kecemasan karir terhadap commitment to career choice dengan kelekatan orang tua sebagai moderator. *Jurnal Psikologi Insight*, 2, 75–89.
- Pratiwi, S. N., & Irawati, W. (2020). Pengaruh career exploration terhadap career indecision yang dimediasi career anxiety mahasiswa diploma III fakultas ekonomi dan bisnis universitas syiah kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Manajemen*, 5, 136–151.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Buletin Penelitian Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 370–378.
- Syahrul, M., & Bunyamin, A. (2021). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi. *Indonesian Journal Od Learning Education and Counseling*, 4(1), 43–49.
- Tee, M. L., Tee, C. A., Anlacan, J. P., Aligam, K. J. G., Reyes, P. W. C., Kuruchittham, V., & Ho, R. C. (2020). Psychological impact of COVID-19 pandemic in the Philippines. *Journal of Affective Disorders*, 277, 379–391. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.043>
- 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>

