

ABSTRAK

Muhammad Zaidan, 190103040312, Pengaruh *Growth Mindset* terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* di Universitas Islam Negeri Antasari (UIN) Banjarmasin. Pembimbing: Imadduddin M.A, M.Kes pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, 2025

Kata kunci: *growth mindset*, kecemasan dunia kerja, *fresh graduate*

Kecemasan menghadapi dunia kerja seringkali muncul akibat ketidakpastian dan konflik batin yang dirasakan individu. Sebagian orang memandang tantangan kerja sebagai peluang, namun yang lain merasa takut menghadapi dunia kerja, bahkan menunjukkan reaksi fisik seperti jantung berdebar atau tangan berkeringat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat *growth mindset*, tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja, dan pengaruh *growth mindset* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* UIN Antasari Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis pengaruh *growth mindset* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* UIN Antasari Banjarmasin. Populasi penelitian adalah seluruh wisudawan sarjana ke-78 dan ke-79 UIN Antasari Banjarmasin dengan total 1.591 orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 286 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling berdasarkan kriteria: *fresh graduate* berusia 20–25 tahun, belum bekerja, sedang mencari pekerjaan, dan bersedia menjadi responden. Adapun aspek *growth mindset* yang dikembangkan oleh Carol Dweck yaitu intelegensi bakat dan karakter dapat dikembangkan, tantangan kesulitan dan kegagalan penting untuk pengembangan diri, usaha dan kerja keras memberikan kontribusi pada kesuksesan, kritik dan masukan orang lain *feedback* keberhasilan. Aspek kecemasan menghadapi dunia kerja berupa reaksi fisik, pemikiran, perilaku dan suasana hati.

Hasil penelitian ini, diketahui 1) Tingkat *growth mindset fresh graduate* berada pada kategori tinggi sebanyak 204 responden, 82 responden berada pada kategori sedang. 2) Tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* sebanyak 52 responden berada pada kategori tinggi, 218 responden berada pada kategori sedang, dan 16 responden berada pada kategori rendah. 3) Terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *growth mindset* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* UIN Antasari Banjarmasin dengan nilai sebesar $,010 > r$ tabel. Hasil koefisien determinasi diketahui *R square* sebesar 0,007 atau sama dengan 0,7%. Maka kesimpulannya variabel *growth mindset* terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 0,7% dan sisanya sebesar 99,3% dapat dijelaskan oleh faktor-faktor penyebab lain.