JHCN: Journal Of Health and Cardiovascular Nursing
Volume.5, Nomor 2, Desember 2025, pp. 106 – 114
Open Access: https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/perawat

DOI: 10.36082/jhcn.v5i2.2345

GAMBARAN KECEMASAN DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN JURUSAN KULIAH PADA REMAJA

Yelsi Yuana Ananda[1] , Tesha Hestyana Sari[2], Fathra Annis nauli[3]

[1,2,3]Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Riau, Indonesia

Article Information
Received: 20 Mei 2025
Revised: 25 Agustus 2025
Accepted: 13 November 2025
Available: 6 Desember 2025

Corresponding Author
Yelsi Yuana Ananda
yelsinnd05@gmail.com

Kata Kunci
Jurusan Kuliah; Kecemasan; Pendidikan; Pengambilan Keputusan; Remaja.

Abstrak

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan psikososial, banyak siswa kelas XII merasakan kecemasan saat memilih jurusan kuliah. Kondisi ini dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis serta pengambilan keputusan pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kecemasan remaja dalam pengambilan keputusan jurusan kuliah serta faktor yang berperan. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel sebanyak 77 siswa kelas XII di SMAN 1 Pekanbaru dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen berupa kuesioner 20 item yang mencakup aspek bakat, potensi diri, informasi jurusan, dan bimbingan konseling. Validitas kuesioner diuji dengan analisis korelasi item-total (*r* hitung 0,41–0,72) dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* (α = 0,86) yang menunjukkan konsistensi internal baik. Analisis data dilakukan secara univariat dengan distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50,6% responden mengalami kecemasan dalam mengambil keputusan jurusan kuliah. Tingkat kecemasan lebih banyak dialami perempuan (35,1%) dibanding laki-laki (15,6%). Anak sulung menunjukkan proporsi kecemasan tertinggi (22,1%). Indikator paling berpengaruh terhadap kecemasan adalah bimbingan (77,9%), diikuti informasi jurusan (58,4%), serta bakat dan potensi diri (6,5%). Kesimpulan penelitian ini menegaskan kecemasan dalam pengambilan keputusan jurusan kuliah cukup tinggi di kalangan remaja, terutama pada perempuan dan anak sulung. Hasil ini menekankan pentingnya peran bimbingan konseling sekolah, penyediaan informasi jurusan yang memadai, serta dukungan keluarga dalam membantu remaja membuat keputusan pendidikan yang tepat.

ANXIETY IN COLLEGE MAJOR DECISION MAKING AMONG ADOLESCENTS

Key Word
College Major; Anxiety; Education; Decision Making; Adolescents

This is an open access article under the CC-BY-SA license

Copyright © 2025 by Author, Published by Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

e-ISSN: 2797-1880

Abstract

Adolescence is a crucial stage of psychosocial development during which many high school students experience anxiety when choosing a college major, potentially affecting their psychological well-being and decision-making abilities. This study aimed to describe the level of anxiety among adolescents in making college major decisions and to identify the influencing factors. A descriptive quantitative study with a cross-sectional design was conducted among 77 twelfth-grade students at SMAN 1 Pekanbaru, selected through purposive sampling. Data were collected using a 20-item questionnaire covering aspects of talent, self-potential, department information, and counseling guidance. The validity of the instrument was tested using item–total correlation (r = 0.41–0.72), and its reliability was confirmed with Cronbach's Alpha (α = 0.86). Univariate analysis revealed that 50.6% of respondents experienced anxiety in choosing their college major, with higher levels observed among females (35.1%) compared to males (15.6%), and a greater prevalence among first-born students (22.1%). Counseling guidance (77.9%) was identified as the most influential factor, followed by department information (58.4%) and talent/self-potential (6.5%). These findings indicate a relatively high prevalence of anxiety among adolescents in making college major decisions and emphasize the importance of school counseling, adequate access to information, and family support in helping students make appropriate educational choices.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang signifikan, serta menjadi fase transisi menuju kedewasaan. Menurut Erikson, remaja berada pada tahap identitas versus kebingungan identitas**,** di mana mereka dituntut untuk membentuk konsep diri yang sehat. Salah satu keputusan penting yang dihadapi pada fase ini adalah pemilihan jurusan kuliah, yang tidak hanya menentukan arah karier, tetapi juga menjadi bagian dari pembentukan identitas diri (Abadi, 2021; Nurbaiti et al., 2024).

Keputusan memilih jurusan kuliah seringkali menimbulkan tekanan psikologis dan kecemasan**,** terutama karena keputusan tersebut berdampak jangka panjang terhadap masa depan pendidikan dan karier. Menurut World Health Organization (2021) kecemasan didefinisikan sebagai perasaan khawatir, tegang, dan takut yang sulit dikendalikan serta dapat memengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku seseorang. Dalam konteks pendidikan, kecemasan sering muncul ketika siswa menghadapi situasi yang memerlukan tanggung jawab besar dan ketidakpastian hasil, seperti pemilihan jurusan kuliah (Mallet et al., 2024; Santrock, 2018; Söner & Yılmaz, 2025).

Data nasional menunjukkan bahwa fenomena ini cukup tinggi di Indonesia. Survei Youthmanual (2019) melaporkan bahwa 92% siswa SMA merasa cemas terhadap masa depan akademiknya**,** dan SMSG Setiawan & Musslifah (2023) menemukan bahwa 90% siswa mengalami kesulitan dalam memilih jurusan perguruan tinggi**.** Kecemasan ini diperparah oleh beberapa faktor, seperti kurangnya pemahaman terhadap minat dan bakat diri**,** minimnya akses informasi tentang jurusan dan karir**,** serta terbatasnya layanan bimbingan konseling yang efektif di sekolah (Nguyen et al., 2024; Supardi et al., 2023).

Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan dalam pengambilan keputusan akademik dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis dan performa akademik. Remaja yang mengalami kecemasan tinggi cenderung mengalami keraguan diri, penurunan konsentrasi, dan motivasi belajar rendah (Budi Susilo & Tri Widayanti, 2025). Bahkan, kecemasan yang tidak ditangani dapat menyebabkan pengambilan keputusan yang tidak rasional atau salah jurusan**,** yang berimplikasi pada stres akademik jangka panjang (Primayasa et al., 2020).

Selain faktor eksternal**,** menurut Febriana & Masykur, 2022; Ramanda, tahun 2023 karakteristik individu seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, serta tingkat efikasi diri juga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dan kemampuan pengambilan keputusan misalnya, beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibanding laki-laki ketika menghadapi keputusan akademik karena sensitivitas

emosional dan tekanan sosial yang berbeda (Assyifa et al., 2023; Mariah et al., 2020).

Studi pendahuluan di SMAN 1 Pekanbaru (2024) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII merasa khawatir dan ragu dalam menentukan jurusan kuliah, terutama karena keterbatasan informasi serta kurangnya dukungan konseling individual. Kondisi tersebut menimbulkan gejala stres ringan hingga sedang, seperti gangguan tidur, penurunan motivasi belajar, dan kecenderungan menunda keputusan. Fenomena ini menunjukkan pentingnya intervensi yang melibatkan bimbingan karier berbasis pendekatan psikologis dan keperawatan jiwa untuk membantu siswa dalam proses pengambilan keputusan.

Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji kecemasan akademik, masih terbatas studi yang secara spesifik meneliti kecemasan remaja dalam konteks pemilihan jurusan kuliah dengan mempertimbangkan faktor bimbingan, informasi karier, dan karakteristik individu, terutama pada siswa SMA di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menggambarkan tingkat kecemasan remaja dalam pengambilan keputusan akademik, serta menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan jiwa dan konseling pendidikan yang dapat mendukung kesejahteraan psikologis remaja dalam menghadapi transisi menuju dunia perkuliahan.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Pekanbaru pada bulan Mei 2024. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XII sebanyak 331 orang. Sampel ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi siswa kelas XII yang bersedia menjadi responden dan hadir saat pengumpulan data. Jumlah sampel yang diperoleh adalah 77 siswa.

Instrumen penelitian berupa kuesioner berjumlah 20 item yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan aspek yang memengaruhi pengambilan keputusan jurusan kuliah menurut Supardi et al. (2023), yaitu: (1) bakat, (2) potensi diri, (3) informasi jurusan, dan (4) bimbingan konseling. Kuesioner ini disusun dalam bentuk pernyataan dengan skala Likert empat pilihan (sangat sesuai sampai tidak sesuai).

Uji validitas dilakukan dengan analisis korelasi item-total, menghasilkan nilai r hitung 0,41–0,72 yang lebih besar dari r tabel (0,361), sehingga seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menunjukkan nilai $\alpha = 0,86$, yang menandakan konsistensi internal sangat baik.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan membagikan kuesioner kepada responden di kelas, setelah memperoleh izin dari pihak sekolah dan persetujuan responden.

Data dianalisis secara univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel. Analisis ini dipilih karena tujuan penelitian hanya untuk menggambarkan kecemasan remaja dalam pengambilan keputusan jurusan kuliah, bukan untuk menguji hubungan antar variabel.

Hasil

Tabel 1
Distribusi Karakteristik Responden

No	Karakteristik responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Usia		
	Remaja madya (14-16)	3	3,9
	Remaja akhir (17-19)	74	96,1
	Total	**77**	**100,0**
2	Jenis Kelamin		
	Laki laki	25	32,5
	Perempuan	52	67,5
	Total	**77**	**100,0**
3	Urutan Kelahiran		
	Pertama	34	44,2
	Kedua	26	33,8
	Ketiga	10	13,0
	Keempat	5	6,5
	Kelima	1	1,3
	Keenam	1	1,3
	Total	**77**	**100,0**

Sebagian besar responden berada pada kategori remaja akhir (17–19 tahun) yaitu 74 orang (96,1%). Responden didominasi oleh perempuan sebanyak 52 orang (67,5%), sedangkan laki-laki 25 orang (32,5%). Berdasarkan urutan kelahiran, responden terbanyak adalah anak pertama sebanyak 34 orang (44,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa kelompok remaja akhir, khususnya perempuan dan anak pertama, menjadi populasi yang lebih rentan mengalami kecemasan dalam pemilihan jurusan kuliah. Hal ini sejalan dengan penelitian Prahayuningtyas & Basaria (2023) terkait kecemasan antara perempuan dan laki-laki.

Tabel 2
Distribusi Kecemasan Dalam Mengambil Keputusan

Kecemasan Mengambil Keputusan	Frekuensi	Persentase
Tidak Ada Kecemasan Signifikan	38	49,4
Ada Kecemasan signifikan	39	50,6
Total	**77**	**100,0**

Hasil analisis menunjukkan bahwa 50,6% responden (39 siswa**)** mengalami kecemasan dalam mengambil keputusan jurusan kuliah, sementara 49,4% (38 siswa) tidak menunjukkan kecemasan signifikan. Proporsi ini menggambarkan bahwa lebih dari separuh siswa kelas XII menghadapi masalah psikologis yang dapat memengaruhi proses perencanaan pendidikan mereka.

Tabel 4
Indikator Kecemasan

No	Indikator Kecemasan	(N)	(%)
1	Bakat dan Potensi		
	Tidak ada kecemasan	72	93,5
	Ada kecemasan	5	6,5
	Total	**77**	**100,0**
2	Informasi jurusan		
	Tidak ada kecemasan	32	41,6
	Ada kecemasan	45	58,4
	Total	**77**	**100,0**
3	Bimbingan		
	Tidak ada kecemasan	17	22,1
	Ada kecemasan	60	77,9
	Total	**77**	**100,0**

Analisis indikator menunjukkan bahwa bimbingan merupakan faktor paling dominan dengan persentase 77,9%. Angka ini dihitung berdasarkan jumlah siswa yang melaporkan kecemasan terkait bimbingan dibandingkan dengan total responden. Faktor lain yang juga berkontribusi adalah informasi jurusan (58,4%) dan bakat serta potensi diri (6,5%). Hal ini memperlihatkan bahwa kurangnya dukungan bimbingan konseling dan keterbatasan informasi akademik lebih berpengaruh terhadap kecemasan siswa dibandingkan faktor personal seperti bakat.

Pembahasan

Tingkat kecemasan remaja

Hasil penelitian menunjukkan 50,6% mengalami kecemasan dalam pengambilan keputusan jurusan kuliah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mariah et al. (2020; Putri et al., 2022) yang melaporkan tingginya kecemasan pada siswa SMA saat menghadapi ujian dan pemilihan jurusan. Hal ini menegaskan bahwa pemilihan jurusan bukan sekadar pilihan akademik, tetapi bagian dari tugas perkembangan remaja dalam membentuk identitas diri sebagaimana dijelaskan Erikson.

Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin dan Urutan Kelahiran

Kecemasan lebih banyak dialami oleh perempuan (35,1%) dibandingkan laki-laki. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh faktor biologis dan psikososial, di mana perempuan cenderung memiliki sensitivitas emosional lebih tinggi serta menghadapi tekanan sosial yang berbeda. Hasil ini konsisten dengan penelitian Fazila Farrasia et al. (2023; Puspitasari et al., 2021) yang menemukan remaja perempuan lebih rentan mengalami kecemasan akademik. Selain itu, temuan bahwa anak pertama lebih sering mengalami kecemasan (22,1%) memperkuat teori Hurlock yang menyatakan anak sulung cenderung menghadapi ekspektasi lebih besar dari orang tua. Hal ini relevan dengan budaya Indonesia, termasuk di Pekanbaru, di mana anak pertama sering dianggap panutan keluarga.

Dominasi Faktor Bimbingan dan Informasi

Analisis indikator menunjukkan bahwa bimbingan merupakan faktor paling dominan (77,9%) yang memengaruhi kecemasan siswa. Hal ini menunjukkan bahwa peran guru BK sangat krusial dalam membantu siswa memahami pilihan jurusan yang sesuai dengan minat dan kemampuan. Temuan ini sejalan dengan Guo (2025) yang menekankan pentingnya program konseling sekolah yang terstruktur. Informasi jurusan (58,4%) juga terbukti berkontribusi signifikan, yang menandakan bahwa kurangnya akses terhadap informasi karier dapat meningkatkan ketidakpastian dan rasa cemas siswa.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi sekolah,

keluarga, maupun tenaga kesehatan jiwa. Bagi pihak sekolah, khususnya guru bimbingan konseling (BK), hasil penelitian menegaskan perlunya penguatan layanan konseling karier yang lebih terstruktur melalui konseling individu maupun kelompok, serta penyediaan informasi jurusan yang mudah diakses oleh siswa. Guru BK diharapkan lebih aktif dalam membantu siswa mengenali minat, bakat, dan potensi diri agar mereka dapat membuat keputusan pendidikan dengan lebih percaya diri. Dari sisi keluarga, terutama orang tua, hasil ini menunjukkan pentingnya dukungan emosional yang seimbang, tanpa membebani anak dengan ekspektasi berlebihan, khususnya pada anak pertama yang sering dianggap panutan keluarga. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Intani & Sawitri, 2023; Nurliza et al., 2024) bahwa dukungan pada remaja memberikan pengaruh signfikan terhadap kecemasan dalam memilih jurusan kuliah. Selain itu, tenaga kesehatan jiwa, termasuk perawat jiwa, dapat berkolaborasi dengan pihak sekolah dalam memberikan edukasi tentang manajemen kecemasan dan intervensi preventif yang bertujuan menjaga kesehatan mental remaja selama proses transisi menuju pendidikan tinggi. Dengan sinergi antara sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan, diharapkan kecemasan remaja dalam memilih jurusan dapat diminimalkan sehingga mereka mampu mengambil keputusan yang lebih tepat dan konstruktif bagi masa depan.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswa kelas XII di SMAN 1 Pekanbaru mengalami kecemasan dalam pengambilan keputusan jurusan kuliah, dengan proporsi lebih tinggi pada remaja perempuan dan anak pertama. Faktor yang paling berpengaruh terhadap kecemasan adalah bimbingan konseling, diikuti oleh ketersediaan informasi jurusan, serta pemahaman terhadap bakat dan potensi diri. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya peran sekolah dan keluarga dalam mendukung proses pemilihan jurusan pada remaja.

Secara praktis, penelitian ini menegaskan perlunya penguatan layanan bimbingan konseling di sekolah, peningkatan akses informasi karier yang jelas, serta dukungan emosional dari orang tua untuk mengurangi tekanan psikologis siswa. Perawat jiwa juga dapat berperan melalui program edukasi dan intervensi preventif yang mendukung kesehatan mental remaja.

Saran

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain analitik agar dapat melihat hubungan antara faktor-faktor individu maupun lingkungan dengan kecemasan, membandingkan antara sekolah negeri dan swasta, atau menggunakan pendekatan longitudinal untuk memahami dinamika kecemasan remaja dalam jangka waktu yang

lebih panjang. Dengan demikian, temuan ini tidak hanya relevan bagi bidang keperawatan jiwa, tetapi juga memberikan kontribusi penting bagi pendidikan, psikologi, dan konseling sekolah.

Daftar Pustaka

Abadi, C. (2021). Peran Guru Bk Dalam Perencanaan Arah Karir Siswa (Studi pada Madrasah Aliyah Negeri 2 Padang). *MUHAFADZAH*, *1*(1), 27–50. https://doi.org/10.53888/muhafadzah.v1i1.338

Assyifa, N., Rahmawati, S., & Hidayati, N. (2023). Perbedaan Kecemasan antara Perempuan dan Laki-laki: Tinjauan Biologis, Psikologis, Sosial, dan Budaya. *Jurnal Psikologi Gender*, *15*(1), 34–50. https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980

Budi Susilo, & Tri Widayanti. (2025). Konten Singkat Edukasi Dan Keputusan Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi. *SISITI : Seminar Ilmiah Sistem Informasi Dan Teknologi Informasi*, *14*(2), 18–25. https://doi.org/10.36774/sisiti.v14i2.1768

Fazila Farrasia, Dela Safira, Susmita Hairul, Sigi Pegi Ramadhani, & Zakiyya Asroh Yulandari. (2023). Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa Ditinjau Dari Perbedaan Gender. *Educate : Journal Of Education and Learning*, *1*(2), 49–57. https://doi.org/10.61994/educate.v1i2.319

Febriana, L. Z., & Masykur, A. M. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Efikasi Diri Pengambilan Keputusan Karir Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Sayung Demak. *Jurnal EMPATI*, *10*(6), 390–396. https://doi.org/10.14710/empati.2021.33217

Guo, L. (2025). Navigating the Future: Factors Influencing Adolescents' Career Expectation Uncertainty in a Dynamic World. *The Career Development Quarterly*, *73*(1), 2–15. https://doi.org/10.1002/cdq.12372

Intani, I. D., & Sawitri, D. R. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial Guru Bimbingan Konseling dan Adaptabilitas Karir pada Siswa Kelas XII dI SMA Negeri 1 Cilacap. *Jurnal EMPATI*, *12*(5), 368–375. https://doi.org/10.14710/empati.2023.27563

Mallet, P., Vignoli, E., & Lallemand, N. (2024). Adolescent educational and occupational anxiety: A three-dimensional model to fit into an attachment framework. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*. https://doi.org/10.1007/s10775-024-09676-5

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

Nguyen, H. T., Ha, C. T. M., Nguyen, V. H. A., Tran, D. T. T., Tran-Thien, G.-P., & Luu, K. (2024). Exploring career decision-making anxiety among high school students. *Multidisciplinary Science Journal*, *6*(9), 2024195. https://doi.org/10.31893/multiscience.2024195

Nurbaiti, N., Lasari, D. M., & An-Nabawi, M. M. (2024). Aspects of Anxiety Regarding Career Decision Making in the Future of High School Students. *INDONESIAN COUNSELING AND PSYCHOLOGY*, *4*(1), 1. https://doi.org/10.24114/icp.v4i1.50261

Nurliza, A., Sari, N. Y., Karim, D., & Sari, T. H. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Stres Pada Remaja . *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, *8*(2). https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i2.8737

Prahayuningtyas, F., & Basaria, D. (2023). Analisis Korelasi Self Compassion Dengan Psychological Wellbeing Pada Anak Sulung Perempuan Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, *5*(2). https://doi.org/https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.219

Primayasa, W., Arifin, I., & Baharsyah, M. Y. (2020). Pengaruh Salah Pilih Jurusan Terhadap Rasa Putus Asa Mahasiswa Teknik Informatika. *Nathiqiyyah*, *3*(1), 22–26. https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v3i1.76

Puspitasari, N. D., Romadhon, Y. A., Ichsan, B. , & Sulistyani, S. (2021). Pengaruh Urutan Kelahiran dan Gender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja. *In Prosiding University Research Colloquium* , 100–105. Retrieved from https://www.repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1310

Putri, D. M. B. S., Adiputra, L. M. I. S. H., Tirtayasa, K., & Juhanna, I. V. (2022). Gambaran tingkat kecemasan dalam menghadapi UTBK SBMPTN pada calon mahasiswa baru angkatan 2020/2021 di Denpasar. *Intisari Sains Medis*, *13*(3), 575–583. https://doi.org/10.15562/ism.v13i3.1506

Ramanda, P. (2023). Kecemasan Karier Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, *7*(1), 72–84. https://doi.org/10.30653/001.202371.235

Santrock, J. W. (2018). *Psikologi Perkembangan (Edisi 13)*. Jakarta: Prenada Media Group.

Setiawan, E. A., & Musslifah, A. R. (2023). *Kecemasan Dalam Pengambilan Keputusan Karier Pada Remaja*. *1*(3), 2023. https://doi.org/10.47861/tuturan.v1i3.326

Söner, O., & Yılmaz, O. (2025). Exploring the associations of career transition components with adolescents' career decision-making self-efficacy and anxiety. *BMC Psychology*, *13*(1), 1115. https://doi.org/10.1186/s40359-025-03479-1

Supardi, J., Merdiasi, D., Sepniwati, L., Apandie, C., & Deodora Siten, A. (2023). Penguatan dalam Pembinaan dan Pembimbingan Karier Siswa SMA Negeri 1 Pulau Malan, Kabupaten Katingan. *Journal of Human And Education*, *3*(4), 78. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jh.v3i4.403

World Health Organization. (2021). *Mental health atlas 2020*. WHO. https://www.who.int/publications/i/item/9789240036703