



Harapan, *Locus of Control* Internal dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Penyandang Disabilitas Fisik

Received: 12th Februari 2020; Revised: 17th September 2020; Accepted: 24th September 2020

Berliana Widi Scarvanovi *)

Universitas Sebelas Maret Surakarta,
Indonesia

E-mail: berlianawidi@staff.uns.ac.id

Yola Trisna Elvani Putri

Universitas Sebelas Maret Surakarta,
Indonesia

Email: yolaelvani21@gmail.com

Abstract: Loss of bodily functions is a challenging condition. This condition certainly sometimes gives various kinds of impacts on the psychological condition of the individual, one of which is anxiety. This study is mainly raised the phenomenon of anxiety in dealing with work and its relationship with hope and internal locus of control. Participants in this study were 66 people with the characteristics of having physical disabilities and undergoing job training. The sampling method used was purposive sampling with multiple linear regression data analysis techniques. The results of this study indicate that there is a simultaneous correlation between hope and internal locus of control with anxiety in dealing with work on people with physical disability. Partially, there is no correlation between hope and anxiety, and there is a correlation between internal locus of control and anxiety on people with physical disability.

*) Corresponding Author

Keywords: *hope, internal locus of control, anxiety, people with disability*

How to Cite: Scarvanovi, B. W., & Putri, Y. T. E. (2020). Harapan, Locus of Control Internal dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Penyandang Disabilitas Fisik. *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*, Vol. 11, No. 2, (2020).

PENDAHULUAN

“Manusia adalah makhluk yang *mobile*” artinya pada dasarnya manusia selalu bergerak, sehingga keadaan kehilangan mobilitas fisik bagi manusia merupakan tantangan yang berat (Merdiyasi, 2013). Kehilangan mobilitas fisik ini disebabkan oleh berkurangnya fungsi anggota tubuh karena pertumbuhan yang tidak sempurna, penyakit atau akibat luka. Penyebab dari disabilitas fisik akan berdampak kepada bagaimana individu

menerima keadaannya, seperti disabilitas fisik sejak lahir akan lebih mudah menerima keadaan tubuhnya, sementara penyandang disabilitas fisik setelah kelahiran harus menjalani penyesuaian berkaitan dengan disabilitas yang dialaminya (Abiyoga & Sawitri, 2017).

Terdapat beberapa gangguan psikologis yang biasanya dialami oleh penyandang disabilitas fisik yaitu perasaan yang tidak berguna, tidak mampu, malu, minder, kecemasan dan permasalahan

psikologis lainnya. Pandangan stereotip masyarakat kepada penyandang cacat tubuh menganggap bahwa keadaan mereka dianggap tidak menguntungkan, kehidupan yang dijalani terhambat, terganggu, bahkan akan hancur (Karyanta, 2013).

Disaat yang sama, penyandang disabilitas juga tetap dituntut untuk bersikap produktif sehingga dapat memenuhi kebutuhannya sendiri (Sulaksono, Asrowi, & Legowo, 2014), mampu membina keluarga dan menafkahi keluarganya sendiri (Al-Karimah, 2018), dan tidak merepotkan orang lain (Abiyoga & Sawitri, 2017). Tuntutan yang dihadapi penyandang disabilitas tidak berbeda daripada orang biasanya, namun tantangan yang dihadapi tentunya berbeda. Sebuah penelitian di Australia menjelaskan bahwa seseorang yang bekerja pada kisaran usia 15 sampai 64 tahun dengan kondisi disabilitas memiliki penghasilan rata-rata 5-6 juta per minggu, sementara seseorang tanpa disabilitas memiliki penghasilan 11.5 juta pada tiap minggunya. Artinya rata-rata pendapatan penyandang disabilitas dibawah orang biasanya (Athanasou, 2015). Menurut Direktur Penempatan Kerja dalam negeri, Direktorat Jenderal Pembinaan, Penempatan Tenaga Kerja dan Perluasan Kesempatan Kerja Kementerian Tenaga Kerja RI menjelaskan bahwa terdapat 414.222 penyandang disabilitas membutuhkan pekerjaan karena masuk dalam data sebagai penganggur terbuka (Nuraini, 2018).

Terdapat beberapa hal yang menyebabkan penyandang disabilitas fisik mengalami kesulitan dalam menghadapi pekerjaan. Pertama, terbatasnya kebutuhan karyawan disabilitas fisik di perusahaan dan minimnya aksesibilitas pengguna kursi roda, serta kesulitan dalam hal gaji dan syarat yang diajukan setiap perusahaan (Merdiyasi, 2013). Kedua, diskriminasi fisik dalam sehingga individu dengan disabilitas fisik dianggap tidak kompeten (Sulaksono, Asrowi, & Legowo, 2014). Ketiga, diskriminasi berulang yang menyebabkan

seseorang kesulitan mendapatkan pekerjaan (Setyawati, 2017). Keempat, kurangnya pengoptimalan potensi yang dimiliki oleh penyandang disabilitas fisik (Amin & Mustari, 2016). Beberapa hal tersebut yang kemudian menyebabkan penyandang disabilitas fisik menjadi cemas dalam menghadapi dunia kerja.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah penilaian seseorang terhadap diri terhadap sesuatu yang belum pasti dan tidak dapat diramalkan mengenai bagaimana pencapaian tujuan dalam dunia kerja. Hal tersebut kemudian menimbulkan konflik pada diri dan pola pikir individu tersebut seperti munculnya perasaan takut dan khawatir mengenai dunia kerja serta perilaku menghindari segala sesuatu yang berkaitan dengan dunia kerja. Ciri lainnya adalah munculnya respon fisik seperti berkeringat dan jantung berdebar jika memikirkan mengenai dunia kerja (Sari & Astuti, 2014). Kecemasan menghadapi dunia kerja juga diartikan sebagai rasa takut mengenai kegiatan yang bersangkutan dengan fisik dan otak, dalam tujuan individu untuk mencari upah atau imbalan dan kondisi tersebut dinilai sebagai keadaan yang tidak menyenangkan atau mengancam (Nugroho & Karyono, 2014).

Terdapat beberapa aspek yang menyusun kecemasan dalam dunia kerja, aspek-aspek tersebut merupakan aspek dari kecemasan yaitu aspek fisik, kognitif, perilaku dan afektif (Clark & Beck, 2010).

1) Aspek Fisik: Meningkatnya detak jantung, pernafasan menjadi cepat atau memendek, sakit pada dada dada atau terasa menekan, batuk, pusing, berkeringat, mata memerah, suhu tubuh meningkat, diare, merasa sakit perut, gemetar, mati rasa pada daerah tangan atau kaki, merasa lemah, merasa kaku, dan daerah bibir mengering ketika individu menghadapi situasi tertentu. 2) Kognitif: individu akan mengalami ketakutan akan hilangnya kontrol atas dirinya hingga merasa tidak mampu menganggulangi suatu kondisi,

takut jika fisik akan tersakiti atau bahkan kehilangan nyawa, takut jika menjadi gila, takut dikritik negatif oleh orang lain, berpikir bahwa hidupnya terancam, persepsi yang tidak realistis, kurang konsentrasi atau konsentrasi yang mudah dikacaukan, menjadi bingung, membatasi perhatian, memori otak memendek, dan kurang objektif saat menilai sesuatu. 3) Perilaku: menghindari keadaan yang membahayakan, lari dari kenyataan, mencari ketentraman hati, tidak berhati-hati saat melakukan sesuatu, memaku, dan sulit berbicara. 4) Afektif: merasa terancam, mudah takut akan sesuatu, tidak tenang, gugup, gelisah, tidak sabar, dan frustrasi.

Beberapa penelitian berfokus kepada kecemasan yang dirasakan oleh penyandang disabilitas terutama berkaitan dengan dunia kerja. Salah satunya adalah sebuah penelitian mengenai penyandang disabilitas fisik di Bali. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa penyandang disabilitas fisik terpaksa bekerja yang kurang sesuai dengan potensi yang dimiliki karena kecemasan yang dialami saat mencari pekerjaan. Kecemasan ini juga akan terus meningkat jika pemerintah dan pengusaha kurang memberdayakan mereka (Waruwu & Adhi, 2018). Individu dengan kecemasan biasanya cenderung memiliki regulasi emosi yang rendah (Irman, 2015). Penelitian terkait dengan *Cognitive Behavioral Therapy* menyatakan bahwa harapan memiliki peran yang penting dalam memprediksi kesembuhan dari individu dengan gangguan kecemasan (Nauert, 2019). Penelitian lain menyatakan bahwa ketika orang mengalami kecemasan maka ia cenderung berfokus kepada hal-hal negatif, hal ini dapat dirubah dengan menanamkan harapan kepada individu tersebut (Jantz, 2018).

Dalam kondisi riil, kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Misalnya faktor konsep diri, dalam persiapan menghadapi

dunia kerja hal ini berkaitan dengan banyaknya pengetahuan yang dimiliki oleh individu sebagai hasil dari pembelajaran yang telah dilaluinya (Anitasari, 2012). Selain konsep diri, regulasi diri juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Regulasi diri yang buruk ini menyebabkan individu memiliki kontrol diri yang buruk, cenderung agresif, sering menunda pekerjaan serta gagal mencapai tujuan (Zimmerman, Boekaerts & Zeidner, 2000). Hal eksternal yang menjadi faktor kecemasan dalam menghadapi dunia kerja misalnya seberapa banyak kuantitas dan kualitas dukungan sosial yang individu tersebut dapatkan dari lingkungan di sekitarnya (Sari & Dewi, 2013).

Hal lain yang dapat mempengaruhi kecemasan adalah harapan yang dimiliki oleh individu. Harapan sendiri didefinisikan sebagai kapasitas seseorang untuk menentukan jalur menuju tujuan yang diinginkan dan memotivasi individu melalui *agency thinking* untuk menggunakan jalur tersebut (Snyder, 2002). Aspek-aspek penyusun harapan antara lain: 1) Tujuan: sebuah sasaran dari tindakan mental yang menghasilkan komponen kognitif. 2) *Pathway thinking*: Sebuah proses berpikir dimana individu mencari sebuah jalan untuk mencapai tujuan. 3) *Agency thinking*: persepsi bahwa individu mampu mencapai tujuannya.

Snyder (1994) juga berpendapat bahwa harapan adalah gabungan dari *willpower* dan *waypower* untuk mencapai sebuah tujuan. *Willpower* menurut Snyder (1994) adalah dorongan untuk mencapai sebuah harapan. Dalam kaitannya dengan kekuatan mental (*mental energy*), *willpower* diartikan sebagai kekuatan yang membantu individu bergerak menuju tujuannya. Sedangkan *waypower* berarti kapasitas mental yang digunakan untuk mencari jalan menuju tujuan individu. Snyder (1994) juga berpendapat bahwa komponen harapan yang lain adalah tujuan

(goals), tujuan ini merupakan obyek dari pengalaman yaitu sesuatu yang menjadi target atau hasil yang dibayangkan atau diinginkan oleh individu.

Sebuah penelitian berfokus kepada program penurunan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan kecemasan akan menurun apabila individu mampu mengendalikan dorongan perilaku, mengontrol pikiran, dan mengubah emosinya pada kategori tinggi (Azhari & Mirza, 2016). Seseorang yang percaya bahwa dirinya mampu mengontrol segala kejadian dan konsekuensi yang terjadi adalah orang yang memiliki *locus of control* internal (Kreitner & Knicki, 2010). *Locus of control* adalah sifat kepribadian yang dipengaruhi oleh perilaku seseorang dalam menghadapi suatu situasi, terutama berkaitan dengan pencapaian individu (Duttweiler, 1984). *Locus of control* internal sendiri berarti dorongan dari dalam diri individu (internal). Aspek dari locus of control internal antara lain 1) Pilihan pribadi: keputusan seseorang oleh dirinya sendiri yang tidak mampu terbantahkan oleh orang lain bahkan orang yang dikagumi, mampu memilih perilaku yang sesuai dengan pemikirannya sendiri, dan memilih untuk berusaha menemukan cara untuk keluar dari situasi dimana dirinya terlibat. 2) Percaya kepada diri: kemampuan seseorang untuk memahami dan meyakini potensi yang dimilikinya untuk menghadapi masalah dalam hidupnya, berani menyatakan pendapat pada saat berada di suatu kelompok, pemikiran orang lain atas dirinya tidak berpengaruh pada perilakunya, merasa yakin atas kemampuan dirinya yang bisa mempengaruhi orang lain dan tidak membutuhkan pujian orang lain untuk memuaskan dirinya. 3) Tindakan independen: sifat dan sikap yang dimiliki seseorang yaitu mandiri, tidak ingin tergantung pada pihak atau orang lain yang menghalangi tindakan yang ingin dilakukan, berusaha menghadapi masalah dan menyelesaikan sendiri, memiliki

kekuasaan sendiri, merdeka, dan tidak dikontrol orang lain.

Individu dengan *locus of control* internal yang baik akan menunjukkan perilaku mandiri bertanggung jawab atas kemunduran atau ketidakmampuan yang terjadi pada dirinya, memiliki respon emosional yang tinggi (Saputra, 2012), pencapaian diri (Sudarsono & Irawati, 2016), meningkatkan tingkat kinerja (Kuswati, R, 2013), lebih mudah mengontrol dirinya sendiri memiliki tingkat emosional yang stabil, berhati-hati, bersungguh-sungguh, memiliki kepercayaan atas dirinya sendiri, lebih pintar, cerdas, dan memiliki jiwa sosial yang tinggi (Bledsoe & Baber, 1978). Seseorang yang yakin dengan kemampuan dirinya, maka kecemasan terhadap lingkungan sekitarnya dirasa semakin sedikit (Nainggolan, 2011), individu dengan tingkat *locus of control* internal yang tinggi cenderung mempercayai bahwa mereka memiliki kemampuan untuk membuat pilihan untuk meningkatkan kualitas hidupnya dan mampu mengontrol perilaku yang dimilikinya yang mengacu pada tujuan atau capain hidupnya serta hasil dari apa yang dia lakukan sebagai konsekuensinya (Sharif, 2017). Individu dengan *locus of control* yang tinggi percaya bahwa dirinya mampu mengontrol atau mengendalikan lingkungan sekitarnya (Senler, 2016). Seseorang dengan *locus of control* internal memandang berbagai peristiwa yang akan terjadi diakibatkan oleh keputusan-keputusan yang dimilikinya sehingga intensitas rasa cemas menjadi berkurang.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dimana terdapat 3 skala pengukuran yaitu skala harapan, *locus of control* internal dan kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian dilaksanakan dengan menggunakan *purposive* sampling dengan kriteria partisipan individu yang

mengalami disabilitas fisik dan sedang mendapatkan pelatihan kerja. Pelatihan kerja tersebut didapatkan partisipan dari Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik Prof. Dr. Soeharso Surakarta yang juga merupakan lokasi penelitian. Partisipan dari penelitian ini sebanyak 66 orang.

Teknik statistik yang akan digunakan adalah statistik parametrik dengan menggunakan analisis regresi linier berganda untuk melihat bagaimana variable harapan dan *locus of control* internal secara simultan berhubungan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada penyandang disabilitas fisik. Analisis

secara parsial juga dilakukan antara harapan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dan *locus of control internal* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

HASIL DAN DISKUSI

Penelitian telah dilakukan di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik Prof. Dr. Soeharso Surakarta kepada partisipan yang sedang melakukan pendidikan persiapan kerja. Berikut merupakan hasil analisis penelitian:

Table 1. Anova

	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	587.497	2	293.749	4.902	.010^b
	Residual	3774.866	63	59.919		
	Total	4362.364	65			

a. Dependent Variable: Kecemasan

b. Predictors: (Constant), LOC, Harapan

Berdasarkan tabel 1, nilai signifikansi yaitu 0.01, karena nilai signifikansi berada di bawah 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan secara simultan antara harapan

dan *locus of control* internal dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada penyandang disabilitas fisik.

Table 2. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.367 ^a	.135	.107	7.741

a. Predictors: (Constant), LOC, Harapan

Berdasarkan tabel 2, nilai R Square adalah sebesar 0.135, angka koefisien determinasi ini sama dengan 13.5%. Artinya sumbangan secara simultan antara variable harapan dan *locus of control*

internal dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada penyandang disabilitas fisik sebesar 13.5%. Sedangkan sisanya atau sebesar 86.5% adalah variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Table.3 Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	78.724	10.388		7.578	.000
	Harapan	-.389	.233	-.199	-1.669	.100
	LOC	-.429	.189	-.272	-2.273	.026

a. Dependent Variable: Kecemasan

Berdasarkan tabel 3, didapatkan sebuah persamaan regresi, yaitu: $Y = 78.724 - 0.389X1 - 0.429X2$. Berdasarkan tabel 3 juga dapat disimpulkan mengenai arah hubungan antara variable X1 dengan Y dan X2 dengan Y. Karena nilai koefisien B pada kedua variable X bernilai negative maka artinya arah hubungan juga negatif. Artinya semakin tinggi harapan (X1) dan *locus of control* internal (X2), maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja (Y) pada penyandang disabilitas fisik, begitu juga sebaliknya.

Hubungan secara parsial dapat dilihat melalui nilai signifikansi pada tabel 3. Berdasarkan tabel 3, nilai signifikansi dari harapan adalah 0.100 (sig.<0.05); artinya tidak ada hubungan antara harapan (X1) dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Y) pada penyandang disabilitas fisik. Nilai signifikansi *locus of control internal* pada tabel 3 adalah 0.026 (sig.<0.05); artinya terdapat hubungan antara *locus of control internal* (X2) dengan kecemasan menghadapi dunia kerja (Y).

Table. 4 Correlations

		Harapan	LOC	Kecemasan
Harapan	Pearson Correlation	1	.195	-.252*
	Sig. (2-tailed)		.116	.041
	N	66	66	66
LOC	Pearson Correlation	.195	1	-.311*
	Sig. (2-tailed)	.116		.011
	N	66	66	66
Kecemasan	Pearson Correlation	-.252*	-.311*	1
	Sig. (2-tailed)	.041	.011	
	N	66	66	66

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sumbangan efektif dan relatif dari kedua variabel, harapan dan *locus of control* internal pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada penyandang disabilitas fisik dapat dihitung berdasarkan tabel 3 dan 4. Berikut merupakan penjabarannya:

$$\begin{aligned} SE(X1)\% &= \text{Beta}X1 \times r_{xy} \times 100\% \\ &= 0.199 \times 0.252 \times 100\% \\ &= 5.01\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SE(X2)\% &= \text{Beta}X2 \times r_{xy} \times 100\% \\ &= 0.272 \times 0.311 \times 100\% \\ &= 8.45\% \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa sumbangan efektif harapan kepada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 5%, sedangkan sumbangan efektif *locus of control* internal kepada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 8.5%. Sumbangan relatif dari kedua variabel tersebut adalah 37.01% sebagai

sumbangan relatif harapan kepada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dan 62.96% sebagai sumbangan relatif *locus of control* internal terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat hubungan yang signifikan antara harapan dan *locus of control* internal dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Harapan merupakan salah satu faktor yang memprediksi kesembuhan dari individu yang mempengaruhi gangguan kecemasan (Nauert, 2019). Hal ini disebabkan karena individu cenderung berfokus kepada hal-hal negatif, kondisi tersebut dapat dirubah melalui harapan (Jantz, 2018), mengendalikan dorongan perilaku, mengontrol pikiran, dan mengubah emosinya pada kategori tinggi (Azhari & Mirza, 2016), menunjukkan perilaku mandiri bertanggung jawab atas kemunduran atau ketidakmampuan yang terjadi pada dirinya, memiliki respon

emosional yang tinggi (Saputra, 2012), pencapaian diri (Sudarsono & Irawati, 2016), meningkatkan tingkat kinerja (Kuswati, R, 2013), lebih mudah mengontrol dirinya sendiri memiliki tingkat emosional yang stabil, berhati-hati, bersungguh-sungguh, memiliki kepercayaan atas dirinya sendiri, lebih pintar, cerdas, dan memiliki jiwa sosial yang tinggi (Bledsoe & Baber, 1978).

Kecemasan yang terjadi pada individu dapat diturunkan melalui beberapa cara, misalnya dengan menciptakan situasi nyaman, rileks dan mengalihkan fokus pada emosi negatif menjadi positif (Perwitosari, Karini, & Scarvanovi, 2019). Tentunya situasi ini juga berkaitan dengan harapan yang dimiliki oleh individu tersebut. Dimana harapan diartikan sebagai sebuah energy yang mendorong individu untuk mencapai tujuannya dan kapasitas mental yang dimilikinya untuk mencari jalan menuju tujuan tersebut.

Dalam dinamika periode pencarian kerja, individu seharusnya memiliki tujuan. Tujuan di sini merupakan salah satu aspek yang penting dalam harapan. Tujuan tersebut dapat berbentuk tujuan jangka pendek dan jangka panjang. Tujuan di sini bersifat cukup vital dan harus bernilai sehingga dapat mengaktifkan pemikiran yang disadari. Tujuan sendiri selalu memiliki kemungkinan untuk dicapai namun di saat yang sama mengandung ketidakpastian (Lopez & Snyder, 2003). Tujuan ini dapat bersifat positif atau diharapkan untuk terjadi. Dalam penelitian ini tujuan positifnya adalah dapat diterima di tempat bekerja yang diinginkan. Tujuan juga dapat berupa hal yang negatif atau hal yang ingin dihentikan, dalam penelitian ini berarti kondisi individu yang tidak memiliki pekerjaan.

Harapan juga memungkinkan individu untuk menyusun prioritas dan merancang sebuah strategi kognitif untuk mencapai tujuan (Lopez, 2009). Harapan membawa perasaan yakin kepada individu,

keyakinan mengenai masa lalu, saat ini dan masa yang akan datang (Lopez & Snyder, 2003). Harapan juga membuat individu mampu mencapai tujuannya dan bertahan dalam menghadapi hambatan di pencapaian tujuan. Dalam penelitian ini kecemasan pada individu dengan disabilitas dapat diinterpretasikan sebagai hambatan dalam mencapai tujuan yaitu bekerja (Arnau, Rosen, Rhudy & Fortunato, 2007).

Individu dengan *locus of control* yang tinggi juga yakin dengan kemampuannya sehingga jarang merasa cemas (Nainggolan, 2011), mempercayai bahwa mereka memiliki kemampuan untuk membuat pilihan untuk meningkatkan kualitas hidupnya dan mampu mengontrol perilaku yang dimilikinya yang mengacu pada tujuan atau capaian hidupnya serta hasil dari apa yang dia lakukan sebagai konsekuensinya (Sharif, 2017). Individu dengan *locus of control* internal menganggap bahwa ia memegang kendali atas kehidupan mereka, dan kekuatan tersebut muncul dari dalam diri mereka sendiri (Gibson, Ivancevich, & Donnelly, 1995). Dalam kasus kecemasan yang terjadi dalam menghadapi dunia kerja, dengan kendali yang kuat dari dalam diri maka cemas yang dirasakan akan menurun sehingga mengoptimalkan potensi individu yang sedang mencari pekerjaan.

Locus of control internal membuat individu yakin bahwa dirinya adalah penentu nasibnya sendiri (Robin & Judge, 2008). Hal ini berdampak pada proses menghadapi dunia kerja, ketika individu yakin bahwa dirinya dapat menentukan nasibnya sendiri maka akan mengurangi kecemasan yang dirasakan olehnya. Individu dengan *locus of control* internal yang baik beranggapan bahwa kegagalan ataupun keberhasilan yang dicapainya berada di bawah kendali dirinya. Sehingga apabila dalam menghadapi dunia kerja ia mengalami kegagalan, individu dengan *locus of control* internal yang baik akan lebih mudah melakukan kontrol emosi dan

kembali bergerak maju untuk mencoba lagi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan simultan yang signifikan antara harapan dan *locus of control* internal dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada penyandang disabilitas fisik. Sumbangan kedua variabel tersebut secara simultan sebesar 13.5%, sisanya 86.5% adalah variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sumbangan harapan kepada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 5%, sedangkan sumbangan *locus of control* internal pada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 8.5%. Secara parsial, harapan tidak berhubungan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, sedangkan *locus of control* internal memiliki hubungan yang

signifikan dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Penelitian berikutnya dapat berfokus kepada perbedaan gender dan pengaruhnya pada kecemasan penyandang disabilitas fisik. Selama ini perbedaan gender terbukti berpengaruh dalam kecemasan, namun belum terdapat penelitian yang spesifik dengan karakteristik penyandang disabilitas fisik. Kontrol lain yang dapat digunakan adalah sebab dari disabilitas fisik yang dialami, misalnya terjadi karena kecelakaan atau secara genetik. Jumlah partisipan penelitian juga dapat ditambah serta lokasi penelitian yang diperluas, supaya sampel dapat merepresentasikan populasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abiyoga, M. I., & Sawitri, D. R. (2017). Tabah dalam Kekuranganku. *Jurnal Empati, Vol.6, No. 4.*, 25-32.
- Al-Karimah, N. F. (2018). Subjective Well Being pada Penyandang Tuna Daksa. *Psikosains (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi, Vol. 13, No. 1.*, 57-64.
- Amin, M., & Mustari. (2016). Pemenuhan Hak-Hak Penyandang Tuna Daksa untuk mendapatkan Pendidikan dan Pelatihan Keterampilan (Studi Panti Sosial Bina Daksa Wirajaya Makassar). *Jurnal Tomalebbi*, 82-95.
- Anitasari, D. (2012). Hubungan konsep diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Arnau, R. C., Rosen, D. H., Finch, J. F., Rhudy, J. L., & Fortunato, V. J. (2007). Longitudinal Effects of Hope on Depression and Anxiety: A Latent Variable Analysis. *Journal of Personality, 75*(1):43-64.
- Athanasou, J. A. (2015). Living, Working and Earning for People with disabilities in Australia. *Journal of Career Development*.
- Azhari, T. R., & Mirza. (2016). Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syariah Kuala. *Mediapsi, Vol. 2, No. 2.*, 23-29.

- Bledsoe, J. C., & Baber, W. C. (1978). Personality Correlates of Locus of Control Among College Women. *Psychological Reports*, (43), 1129-1130.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice*. New York: The Guilford Press.
- Duttweiler, P. C. (1984). The Internal Control Index: A Newly Developed Measure of Locus of Control. *Educational and Psychological Measurement*, 209-221.
- Gibson, J.L., Ivancevich, J.M., & Donnelly, J. H. (1995). *Organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- Irman. (2015). Pengelolaan Kecemasan Akademik Siswa Melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Jurnal Al-Qalb*, Jilid 7, Nomor 2, September 2015.
- Jantz, G. (2018, Juni 5). *The Center Place of Hope*. Retrieved from <https://www.aplaceofhope.com/are-you-struggling-with-generalized-anxiety-disorder/>
- Karyanta, N. A. (2013). Self-Esteem pada Penyandang Tuna Daksa. *Wacana*, Vol.5 No.1.
- Kreitner, R., & Knicki, A. (2010). *Organizational Behavior*. New York: McGraw-Hill.
- Kuswati, R, R. (2013). Analisis Pengaruh Locus of Control pada Kinerja Karyawan. *Proceeding Seminar Nasional dan Call for Papers Sancall*.
- Lopez, S. J. (2009). *The Encyclopedia of Positive Psychology*. UK: Blackwell Publishing.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Worchester: American Psychological Association.
- Merdiasi, D. (2013). Gambaran Tuna Daksa yang Bekerja. *Jurnal Noetic Psychology*, Vol. 3 No.2., 163-184.
- Nainggolan, T. (2011). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Pengguna Napza. *Sosiokonsepia*, Vol. 16, No. 2.
- Nauert, R. (2019, Oktober 21). *Hope Can Aid in Recovery from Anxiety Disorders*. Retrieved from PsychCentral: <https://psychcentral.com/news/2019/10/20/hope-can-aid-in-recovery-from-anxiety-disorders/151066.html>
- Nugroho, F. W., & Karyono. (2014). Hubungan Antara Hardiness dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Empati*.
- Nuraini, R. (2018). *Catatan Pemerintah, Sebanyak 414.222 Penyandang Disabilitas Butuh Kerja*. Jaringan Pemberitaan Pemerintah.
- Perwitosari, E.A., Karini, S. C., & Scarvanovi, B.W. (2019). Pengaruh Mendongeng Terhadap Penurunan Kecemasan pada Anak Penderita Kanker. *Personifikasi*, Vol.10 No.1 Mei 2019.
- Robin, S. P. & Judge, T. A. (2008). *Perilaku Organisasi Edisi Ke-12*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Saputra, K. S. (2012). Pengaruh Locus of Control Terhadap Kinerja dan Kepuasan Kerja Internal Auditor dengan Kultur Lokal Tri Hita Karana sebagai Variabel Moderasi. *Jurnal Akuntansi Multiparadigma, Vol. 3, No.1.*, 86-100.
- Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau dari Konsep Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Empati*.
- Sari, N.P.R.D & Dewi, D.K. (2013). Perbedaan tingkat kecemasan masa depan karir anak ditinjau dari self-concept dan persepsi dukungan sosial pada ibu anak tunarungu di SMALB-B Karya Mulia Surabaya. *Journal Online Character Vol. 01, No. 01, Tahun 2013*.
- Senler, B. (2016). Pre-service science teachers' self-efficacy: the role of attitude, anxiety and locus of control. *Australian Journal of Education*, 1-6.
- Setyawati, M. (2017). Daya Juang Menghadapi Diskriminasi Kerja pada Penyandang Tunadaksa. *Psikoborneo, Vol. 5, No. 1.*, 56-67 .
- Sharif, S. P. (2017). Locus of Control, Quality of Life, Anxiety, and Depression among Malaysian Breast Cancer Patients: The Mediating Role of Uncertainty. *European Journal of Oncology Nursing*, 28-35.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13(4)*, 249–275.
- Sudarsono, B., & Irawati, S. A. (2016). Pengaruh Internal dan External Locus of Control Terhadap Prestasi Usaha Mikro Kecil Menengah Kabupaten Sampang. *Eco-Entrepreneur*, 120-131.
- Sulaksono, H., Asrowi, & Legowo, E. (2014). *Implementasi Keterampilan Pengambilan Keputusan Karir Berbasis Konseling Life Skills bagi Anak Tuna Daksa Ringan Sekolah Menengah Pertama*. Surakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret.
- Waruwu, D., & Adhi, N. J. (2018). Kecemasan Penyandang Disabilitas dalam Mencari Pekerjaan di Kawasan Wisata Kuta Bali. *Jurnal Psikologi Mandala Vol 2, No 2*.
- Zimmerman, B. J., Boekaerts, P.R. & Zeidner P.R. (2000). *Handbook of self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press.