Department of Digital Business
Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)
Homepage: https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS
Vol. 5 No. 2 (2026) pp: 26299-26307
P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Pengaruh Kesiapan Karier dan Kesehatan Mental terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja dengan *Self-Efficacy* sebagai Variabel Mediasi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kabupaten Tasikmalaya

M Rifcky Adamsyah[1], Sri Sudiarti[2]
[1,2]Manajemen, Ekonomi dan Bisnis, Universitas Cipasung Tasikmalaya
[1]kikiajah110203@email.com , [2*]srisudiarti@uncip.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kesiapan karier dan kesehatan mental terhadap niat memasuki dunia kerja dengan self-efficacy sebagai variabel mediasi pada mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 92 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS 3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan karier berpengaruh positif dan signifikan terhadap niat memasuki dunia kerja. Kesehatan mental juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap niat memasuki dunia kerja. Selain itu, self-efficacy terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap niat memasuki dunia kerja. Hasil pengujian mediasi menunjukkan bahwa self-efficacy mampu memediasi pengaruh kesiapan karier terhadap niat memasuki dunia kerja serta memediasi pengaruh kesehatan mental terhadap niat memasuki dunia kerja. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kesiapan karier, kondisi kesehatan mental yang baik, dan self-efficacy yang tinggi dapat memperkuat niat mahasiswa tingkat akhir untuk memasuki dunia kerja. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi dalam merancang program pengembangan karier dan pendampingan psikologis yang terarah guna meningkatkan kesiapan, keyakinan diri, dan kesiapan lulusan dalam menghadapi tuntutan dunia kerja.

***Kata Kunci**: Kesiapan Karier; Kesehatan Mental; Self-Efficacy; Niat Memasuki Dunia Kerja.*

1. Latar Belakang

Memasuki dunia kerja merupakan salah satu tahapan penting yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir setelah menyelesaikan pendidikan tinggi. Namun, transisi dari dunia pendidikan menuju dunia kerja tidak selalu berjalan dengan mudah karena lulusan perguruan tinggi dihadapkan pada persaingan kerja yang semakin ketat serta tuntutan kompetensi yang terus berkembang. Data Badan Pusat Statistik (2024) menunjukkan bahwa lulusan perguruan tinggi masih menghadapi tantangan dalam memperoleh pekerjaan sehingga diperlukan kesiapan yang memadai sebelum memasuki dunia kerja. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa selain kompetensi akademik, mahasiswa juga perlu memiliki kesiapan psikologis dan kemampuan beradaptasi agar mampu bersaing dalam memperoleh pekerjaan (Badan Pusat Statistik, 2024).

Salah satu faktor yang diyakini memengaruhi *niat memasuki dunia kerja* adalah *kesiapan karier*. *Kesiapan karier* mencerminkan kemampuan individu dalam merencanakan, mengeksplorasi, dan mengambil keputusan mengenai karier yang akan dijalani. Individu yang memiliki kesiapan karier yang baik cenderung memiliki tujuan karier yang lebih jelas serta lebih siap menghadapi perubahan dan tuntutan dunia kerja (Super, 1990). Sejalan dengan itu, Savickas et al. (2021) menjelaskan bahwa kemampuan beradaptasi terhadap perubahan karier menjadi aspek penting dalam meningkatkan kesiapan individu menghadapi dunia kerja. Penelitian Putri dan Wibowo (2023) serta Sari dan Lestari (2022) juga menunjukkan bahwa kesiapan karier berkontribusi terhadap meningkatnya kesiapan mahasiswa dalam menentukan pilihan karier dan memasuki dunia kerja.

Selain *kesiapan karier*, *kesehatan mental* juga menjadi faktor yang tidak dapat diabaikan dalam mempersiapkan mahasiswa menghadapi dunia kerja. *World Health Organization* (2018) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan yang memungkinkan individu mampu mengelola tekanan hidup, bekerja secara produktif, dan berkontribusi dalam lingkungannya. Pada mahasiswa tingkat akhir, tekanan akademik, ketidakpastian memperoleh pekerjaan, serta tuntutan penyelesaian studi sering kali memengaruhi kondisi psikologis mereka. Penelitian Rahman dan Hidayat (2021) serta Suryani dan Prakoso (2023) menunjukkan bahwa kesehatan mental yang baik mampu meningkatkan kesiapan individu dalam menghadapi transisi menuju dunia

kerja. Karimah et al. (2024) juga menemukan bahwa kondisi psikologis yang stabil dapat meningkatkan motivasi serta kesiapan mahasiswa untuk memasuki dunia kerja.

Di samping kedua faktor tersebut, *self-efficacy* memiliki peran penting dalam membentuk keyakinan individu terhadap kemampuannya menghadapi berbagai tantangan, termasuk memasuki dunia kerja. Bandura (1997) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi proses pencarian kerja, mengikuti seleksi, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja. Penelitian Fitriani dan Nugroho (2022), Hasanah dan Widodo (2023), serta Utami dan Handayani (2024) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berperan dalam meningkatkan kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja serta memperkuat keyakinan mereka dalam mengambil keputusan karier.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas hubungan antara *kesiapan karier*, *kesehatan mental*, *self-efficacy*, dan *niat memasuki dunia kerja*, sebagian besar penelitian masih menguji hubungan antarvariabel secara terpisah. Penelitian Abdullah dan Giatman (2023) menitikberatkan pada faktor-faktor yang memengaruhi *niat memasuki dunia kerja*, sedangkan penelitian Rizky et al. (2023) lebih berfokus pada pengaruh kompetensi karier terhadap niat melamar pekerjaan. Di sisi lain, penelitian Fitriani dan Nugroho (2022) serta Hasanah dan Widodo (2023) mengkaji *self-efficacy* dalam konteks kesiapan kerja mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian yang mengintegrasikan *kesiapan karier* dan *kesehatan mental* terhadap *niat memasuki dunia kerja* dengan *self-efficacy* sebagai variabel mediasi masih relatif terbatas, khususnya pada mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya.

Berdasarkan fenomena dan *research gap* tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *kesiapan karier* dan *kesehatan mental* terhadap *niat memasuki dunia kerja* dengan *self-efficacy* sebagai variabel mediasi pada mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian manajemen sumber daya manusia, khususnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan lulusan perguruan tinggi memasuki dunia kerja, serta menjadi masukan bagi perguruan tinggi dalam merancang program pengembangan karier dan pendampingan psikologis bagi mahasiswa tingkat akhir.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif untuk menganalisis hubungan kausal antara *kesiapan karier*, *kesehatan mental*, *self-efficacy*, dan *niat memasuki dunia kerja*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. Penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 92 mahasiswa yang memenuhi kriteria sebagai mahasiswa tingkat akhir dan sedang mempersiapkan diri memasuki dunia kerja. Data primer dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala Likert lima poin, mulai dari skor 1 (*sangat tidak setuju*) hingga skor 5 (*sangat setuju*).

Variabel yang diteliti terdiri atas *kesiapan karier* (X_1) dan *kesehatan mental* (X_2) sebagai variabel eksogen, *self-efficacy* (Z) sebagai variabel mediasi, serta *niat memasuki dunia kerja* (Y) sebagai variabel endogen. Analisis data dilakukan menggunakan metode *Partial Least Squares Structural Equation Modeling* (*PLS-SEM*) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS 3. Tahapan analisis meliputi pengujian *outer model* melalui uji validitas konvergen, validitas diskriminan, dan reliabilitas konstruk, dilanjutkan dengan pengujian *inner model* yang mencakup nilai R^2, *effect size* (f^2), *predictive relevance* (Q^2), *Goodness of Fit* (*GoF*), pengujian hipotesis berdasarkan nilai *path coefficient*, *t-statistics*, dan *p-values*, serta pengujian pengaruh mediasi *self-efficacy*. Analisis dilakukan dengan tingkat signifikansi 5% untuk menentukan penerimaan atau penolakan hipotesis penelitian.

3. Hasil dan Diskusi

Outer Loading

Tabel 1. Output Uji Outer Loading

Indikator	X1	X2	Y	Z	Keterangan
X1_1	0.870				Valid
X1_10	0.856				Valid
X1_2	0.859				Valid
X1_3	0.842				Valid
X1_4	0.867				Valid

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

X1_5	**0.866**				Valid
X1_6	**0.890**				Valid
X1_7	**0.873**				Valid
X1_8	**0.885**				Valid
X1_9	**0.891**				Valid
X2_1		**0.907**			Valid
X2_2		**0.889**			Valid
X2_3		**0.902**			Valid
X2_4		**0.906**			Valid
X2_5		**0.892**			Valid
X2_6		**0.914**			Valid
X2_7		**0.906**			Valid
X2_8		**0.918**			Valid
Y_1			**0.911**		Valid
Y_2			**0.924**		Valid
Y_3			**0.892**		Valid
Y_4			**0.919**		Valid
Y_5			**0.927**		Valid
Y_6			**0.926**		Valid
Y_7			**0.933**		Valid
Y_8			**0.915**		Valid
Y_9			**0.938**		Valid
Z_1				**0.858**	Valid
Z_2				**0.888**	Valid
Z_3				**0.874**	Valid
Z_4				**0.882**	Valid
Z_5				**0.902**	Valid
Z_6				**0.906**	Valid
Z_7				**0.854**	Valid
Z_8				**0.875**	Valid

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil pengolahan data pada matriks *outer loading*, seluruh indikator pada konstruk Kesiapan Karier, Kesehatan Mental, *Self-Efficacy*, dan Niat Memasuki Dunia Kerja memiliki nilai di atas 0,70 sehingga menunjukkan kontribusi yang signifikan dan kuat dalam menjelaskan masing-masing konstruk laten. Seluruh indikator tersebut telah memenuhi syarat validitas konvergen yang baik. Nilai *outer loading* tertinggi terdapat pada variabel Niat Memasuki Dunia Kerja sebesar 0,938, sedangkan nilai terendah sebesar 0,842 pada variabel Kesiapan Karier. Secara keseluruhan, model penelitian ini menunjukkan validitas indikator yang kuat untuk seluruh konstruk yang diukur.

Uji Validitas Konvergen

Tabel 2. Output Uji Validitas Konvergen

Variabel	AVE	Nilai Batas	Keterangan
Kesiapan Karier (X1)	0,757	0,50	Valid
Kesehatan Mental (X2)	0,818	0,50	Valid
Self-Efficacy (Z)	0,774	0,50	Valid
Niat Memasuki Dunia Kerja (Y)	0,840	0,50	Valid

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil pengujian validitas konvergen melalui nilai *Average Variance Extracted* (*AVE*), seluruh variabel menunjukkan nilai di atas batas minimum 0,50. Variabel Kesiapan Karier memiliki nilai *AVE* sebesar 0,757, Kesehatan Mental sebesar 0,818, *self-efficacy* sebesar 0,774, dan Niat Memasuki Dunia Kerja sebesar 0,840. Menurut Hair et al. (2022), nilai *AVE* di atas 0,50 menunjukkan bahwa konstruk mampu

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

menjelaskan lebih dari 50% varians indikatornya. Dengan demikian, seluruh variabel dalam penelitian ini dinyatakan memenuhi validitas konvergen dan layak digunakan dalam analisis selanjutnya.

Uji Validitas Diskriminan

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Diskriminan

	X1	**X2**	**Y**	**Z**
X1	0,870			
X2	0,152	0,904		
Y	0,569	0,688	0,916	
Z	0,508	0,658	0,808	0,880

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji validitas diskriminan menggunakan metode *Fornell-Larcker Criterion*, nilai akar kuadrat *Average Variance Extracted* (*AVE*) pada masing-masing variabel lebih besar dibandingkan nilai korelasi antarvariabel lainnya. Variabel Kesiapan Karier (X1) memiliki nilai sebesar 0,870, Kesehatan Mental (X2) sebesar 0,904, Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) sebesar 0,916, dan *self-efficacy* (Z) sebesar 0,880. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap konstruk memiliki tingkat diskriminasi yang baik dan mampu membedakan dirinya dari konstruk lainnya. Dengan demikian, seluruh variabel dalam penelitian ini dinyatakan memenuhi validitas diskriminan dan layak digunakan untuk analisis selanjutnya.

Uji Reliabilitas Komposit (CR)

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Komposit (CR)

Variabel	***Composite Reliability***	**Nilai Batas**	**Keterangan**
Kesiapan Karier (X1)	0,968	0,70	Reliabel
Kesehatan Mental (X2)	0,973	0,70	Reliabel
Self-Efficacy (Z)	0,965	0,70	Reliabel
Niat Memasuki Dunia Kerja (Y)	0,981	0,70	Reliabel

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji *composite reliability*, seluruh variabel memiliki nilai di atas batas minimum 0,70. Variabel Kesiapan Karier (X1) memperoleh nilai sebesar 0,968, Kesehatan Mental (X2) sebesar 0,973, *self-efficacy* (Z) sebesar 0,965, dan Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) sebesar 0,981. Menurut Hair et al. (2022), nilai *composite reliability* di atas 0,70 menunjukkan bahwa konstruk memiliki konsistensi internal yang baik. Dengan demikian, seluruh variabel dalam penelitian ini dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam analisis penelitian.

Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha

Variabel	***Cronbach's Alpha***	**Nilai Batas**	**Keterangan**
Kesiapan Karier (X1)	0,964	0,70	Reliabel
Kesehatan Mental (X2)	0,968	0,70	Reliabel

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Self-Efficacy (Z)	0,958	0,70	Reliabel
Niat Memasuki Dunia Kerja (Y)	0,979	0,70	Reliabel

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*, seluruh variabel memiliki nilai di atas batas minimum 0,70. Variabel Kesiapan Karier (X1) memperoleh nilai sebesar 0,964, Kesehatan Mental (X2) sebesar 0,968, *self-efficacy* (Z) sebesar 0,958, dan Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) sebesar 0,979. Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan dapat digunakan dalam analisis selanjutnya.

Uji Multikolinearitas

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinearitas

	X1	**X2**	**Y**	**Z**
X1			1,464	1,024
X2			1,917	1,024
Y				
Z			2,525	

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas menggunakan nilai *Variance Inflation Factor* (*VIF*), seluruh variabel memiliki nilai di bawah 5. Variabel Kesiapan Karier (X1) terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) memiliki nilai *VIF* sebesar 1,464 dan terhadap *self-efficacy* (Z) sebesar 1,024. Variabel Kesehatan Mental (X2) memiliki nilai *VIF* sebesar 1,917 terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dan 1,024 terhadap *self-efficacy* (Z). Sementara itu, variabel *self-efficacy* (Z) terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) memiliki nilai *VIF* sebesar 2,525. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model penelitian, sehingga seluruh variabel layak digunakan dalam analisis selanjutnya.

Uji Model Fit

Tabel 7. Hasil Uji Model Fit

Parameter	***Rule of Thumb***	**Nilai Parameter**	**Keterangan**
SRMR	< 0,10	0,051	*Fit*
d_ULS	> 0,05	1,729	*Fit*
d_G	> 0,05	1,640	*Fit*
Chi-Square	χ^2 statistik ≥ χ^2 tabel	711,464	*Fit*
NFI	Mendekati 1	0,844	*Fit*
GoF	0,10 (kecil), 0,25 (sedang), 0,36 (kuat)	0,737	*Fit*
Q^2 *Predictive Relevance*	$Q^2 > 0$	0,905	*Fit*

Sumber: Data diolah, 2026

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Berdasarkan hasil uji *model fit*, seluruh indikator menunjukkan bahwa model penelitian berada dalam kategori *fit*. Nilai *SRMR* sebesar 0,051 lebih kecil dari 0,10, nilai *d_ULS* sebesar 1,729 dan *d_G* sebesar 1,640 memenuhi kriteria yang ditetapkan. Selain itu, nilai *NFI* sebesar 0,844 mendekati 1, sedangkan nilai *Goodness of Fit* (*GoF*) sebesar 0,737 menunjukkan kategori kuat. Nilai Q^2 *Predictive Relevance* sebesar 0,905 juga menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan prediksi yang baik. Dengan demikian, model penelitian dinyatakan layak dan dapat digunakan untuk pengujian hipotesis.

Uji Effect Size F Square

Tabel 8. Hasil Uji Effect Size F Square

	X1	**X2**	**Y**	**Z**
X1			0,265	0,430
X2			0,304	0,872
Y				
Z			0,271	

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji *effect size* (*f-square*), variabel Kesiapan Karier (X1) memiliki pengaruh sebesar 0,265 terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dan 0,430 terhadap *self-efficacy* (Z). Variabel Kesehatan Mental (X2) memiliki pengaruh sebesar 0,304 terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dan 0,872 terhadap *self-efficacy* (Z). Sementara itu, variabel *self-efficacy* (Z) memiliki pengaruh sebesar 0,271 terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y). Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki pengaruh dalam kategori sedang hingga kuat terhadap variabel endogen dalam model penelitian.

Uji R Square

Tabel 9. Hasil Uji R Square

	R Square	***R Square Adjusted***
Y	0,759	0,751
Z	0,604	0,595

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil uji *R-square*, variabel Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) memiliki nilai *R-square* sebesar 0,759 dan *R-square adjusted* sebesar 0,751. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Kesiapan Karier, Kesehatan Mental, dan *self-efficacy* mampu menjelaskan sebesar 75,9% variasi Niat Memasuki Dunia Kerja. Sementara itu, variabel *self-efficacy* (Z) memiliki nilai *R-square* sebesar 0,604 dan *R-square adjusted* sebesar 0,595, yang menunjukkan bahwa variabel Kesiapan Karier dan Kesehatan Mental mampu menjelaskan sebesar 60,4% variasi *self-efficacy*. Dengan demikian, model penelitian memiliki kemampuan penjelasan yang kuat terhadap variabel endogen.

Pengujian Hipotesis

Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis

	T Statistics	***P Values***
X1 → Y	4,520	0,000

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

X1 → Z	6,526	0,000
X2 → Y	4,708	0,000
X2 → Z	9,292	0,000
Z → Y	4,523	0,000

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, seluruh hubungan antarvariabel menunjukkan nilai *T Statistics* lebih besar dari 1,96 dan nilai *P Values* sebesar 0,000 < 0,05. Variabel Kesiapan Karier (X1) berpengaruh signifikan terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dengan nilai *T Statistics* sebesar 4,520 serta berpengaruh signifikan terhadap *self-efficacy* (Z) dengan nilai sebesar 6,526. Variabel Kesehatan Mental (X2) juga berpengaruh signifikan terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dengan nilai sebesar 4,708 dan terhadap *self-efficacy* (Z) sebesar 9,292. Selain itu, *self-efficacy* (Z) berpengaruh signifikan terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dengan nilai *T Statistics* sebesar 4,523. Dengan demikian, seluruh hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Pengujian Mediasi

Tabel 11. Hasil Uji Mediasi

Pengaruh Tidak Langsung	Koefisien	T Statistik	P Value	Keterangan
X2 → Z → Y	0,241	3,923	0,000	Signifikan
X1 → Z → Y	0,170	3,574	0,000	Signifikan

Sumber: Data diolah, 2026

Berdasarkan hasil pengujian pengaruh tidak langsung, variabel *self-efficacy* (Z) terbukti mampu memediasi pengaruh Kesehatan Mental (X2) terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dengan koefisien sebesar 0,241, nilai *T Statistics* sebesar 3,923, dan *P Value* sebesar 0,000. Selain itu, *self-efficacy* juga memediasi pengaruh Kesiapan Karier (X1) terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja (Y) dengan koefisien sebesar 0,170, nilai *T Statistics* sebesar 3,574, dan *P Value* sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengaruh tidak langsung kedua variabel melalui *self-efficacy* bersifat signifikan.

Pengaruh Kesiapan Karier terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, *Kesiapan Karier* (X_1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Niat Memasuki Dunia Kerja* (Y). Hal ini ditunjukkan oleh nilai *T Statistics* sebesar 4,520 dan *P Value* sebesar 0,000 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kesiapan karier mahasiswa, maka semakin tinggi pula niat mahasiswa untuk memasuki dunia kerja. Mahasiswa yang memiliki perencanaan karier, pemahaman dunia kerja, dan kemampuan pengambilan keputusan karier yang baik cenderung lebih siap menghadapi dunia kerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian **Sari dan Lestari (2022)** yang menyatakan bahwa kesiapan karier berpengaruh positif terhadap keputusan karier mahasiswa. Temuan ini juga sejalan dengan teori perkembangan karier yang dikemukakan oleh **Super (1990)** yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki kesiapan karier yang baik akan lebih mampu merencanakan dan menentukan arah kariernya.

Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja

Hasil pengujian menunjukkan bahwa *Kesehatan Mental* (X_2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Niat Memasuki Dunia Kerja* (Y). Hal ini dibuktikan dengan nilai *T Statistics* sebesar 4,708 dan *P Value* sebesar 0,000 < 0,05. Kondisi kesehatan mental yang baik mampu meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, dan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Sebaliknya, kondisi psikologis yang kurang stabil dapat memengaruhi kesiapan mahasiswa dalam memasuki dunia kerja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Karimah et al. (2024) yang menyatakan bahwa kesehatan mental memiliki peran penting dalam kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja. Selain itu, World Health Organization (2018) menjelaskan bahwa kesehatan mental yang

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

baik memungkinkan individu bekerja secara produktif, mengelola tekanan hidup, serta berkontribusi secara optimal dalam lingkungan kerja.

Pengaruh *Self-efficacy* terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja

Variabel *self-efficacy* (Z) terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Niat Memasuki Dunia Kerja* (Y) dengan nilai *T Statistics* sebesar 4,523 dan *P Value* sebesar 0,000 < 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi proses pencarian kerja dan tantangan dunia kerja. Hasil penelitian ini mendukung teori Bandura (1997) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* memengaruhi keyakinan individu dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan tertentu. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Hasanah dan Widodo (2023) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* berkontribusi dalam meningkatkan kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja.

Pengaruh Kesiapan Karier terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja melalui *Self-efficacy*

Hasil pengujian mediasi menunjukkan bahwa *self-efficacy* mampu memediasi pengaruh *Kesiapan Karier* (X_1) terhadap *Niat Memasuki Dunia Kerja* (Y). Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien sebesar 0,170, *T Statistics* sebesar 3,574, dan *P Value* sebesar 0,000 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kesiapan karier yang baik dapat meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa sehingga mendorong meningkatnya niat memasuki dunia kerja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fitriani dan Nugroho (2022) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* berperan dalam meningkatkan kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Dengan demikian, *self-efficacy* menjadi mekanisme psikologis yang memperkuat pengaruh kesiapan karier terhadap niat mahasiswa untuk memasuki dunia kerja.

Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Niat Memasuki Dunia Kerja melalui *Self-efficacy*

Berdasarkan hasil pengujian, *self-efficacy* juga terbukti memediasi pengaruh *Kesehatan Mental* (X_2) terhadap *Niat Memasuki Dunia Kerja* (Y). Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien sebesar 0,241, *T Statistics* sebesar 3,923, dan *P Value* sebesar 0,000 < 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa kesehatan mental yang baik mampu meningkatkan keyakinan diri mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja sehingga memperkuat niat untuk memasuki dunia kerja. Hasil penelitian ini mendukung penelitian Hasanah dan Widodo (2023) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan positif terhadap kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kondisi psikologis yang baik tidak hanya berdampak langsung terhadap niat memasuki dunia kerja, tetapi juga meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan karier.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kesiapan karier dan kesehatan mental berpengaruh positif dan signifikan terhadap niat memasuki dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. Mahasiswa yang memiliki kesiapan karier yang baik cenderung lebih siap dan memiliki dorongan yang lebih kuat untuk memasuki dunia kerja. Selain itu, kondisi kesehatan mental yang baik juga mampu meningkatkan motivasi dan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap niat memasuki dunia kerja. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Selain itu, *self-efficacy* terbukti mampu memediasi pengaruh kesiapan karier dan kesehatan mental terhadap niat memasuki dunia kerja. Dengan demikian, *self-efficacy* memiliki peran penting dalam memperkuat kesiapan mahasiswa tingkat akhir untuk menghadapi dunia kerja. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi perguruan tinggi dalam meningkatkan kesiapan karier, kesehatan mental, dan *self-efficacy* mahasiswa melalui program pengembangan karier, pelatihan kesiapan kerja, serta pendampingan psikologis. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi niat memasuki dunia kerja agar hasil penelitian menjadi lebih luas dan mendalam.

Referensi

1. Abdullah, R., & Giatman, M. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi niat memasuki dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Manajemen Pendidikan, 14*(2), 101–112.
2. Badan Pusat Statistik. (2024). *Keadaan ketenagakerjaan Indonesia*. Badan Pusat Statistik.
3. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
4. Fitriani, D., & Nugroho, A. (2022). Peran *self-efficacy* dalam kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 11*(1), 45–56.

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

5. Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)* (3rd ed.). SAGE Publications.
6. Hasanah, N., & Widodo, S. (2023). *Self-efficacy* dan kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja. *Jurnal Psikologi Terapan, 9*(2), 78–89.
7. Karimah, S., Putra, R., & Aulia, F. (2024). Urgensi kesehatan mental terhadap kesiapan mahasiswa tingkat akhir menghadapi dunia kerja. *Jurnal Psikologi, 15*(1), 23–34.
8. Putri, D., & Wibowo, H. (2023). Kesiapan karier mahasiswa di era digital. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, 10*(2), 134–145.
9. Rahman, F., & Hidayat, A. (2021). Kesehatan mental mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 8*(2), 67–78.
10. Rizky, A., Santoso, B., & Nugraha, R. (2023). Pengaruh kompetensi karier terhadap niat melamar pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Manajemen dan Bisnis, 18*(1), 67–78.
11. Sari, D., & Lestari, T. (2022). Kesiapan karier dan pengaruhnya terhadap keputusan karier mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8*(2), 121–132.
12. Savickas, M. L., et al. (2021). Career adaptability and career construction theory. *Journal of Vocational Behavior, 126*, 103475.
13. Super, D. E. (1990). *A life-span, life-space approach to career development*. Jossey-Bass.
14. Suryani, E., & Prakoso, B. (2023). Kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi transisi dunia kerja. *Jurnal Psikologi Sosial, 14*(1), 55–66.
15. Utami, S., & Handayani, R. (2024). *Self-efficacy* sebagai modal psikologis mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 13*(1), 90–102.
16. World Health Organization. (2018). *Mental health: Strengthening our response*. World Health Organization.

DOI: https://doi.org/10.31004/riggs.v5i2.12871
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)