

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN  
SAAT PRESENTASI PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS  
BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Sofiyanti Manisti**

**201610515145**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**2020**

### LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan  
Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa  
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Nama Mahasiswa : Sofiyanti Manisti

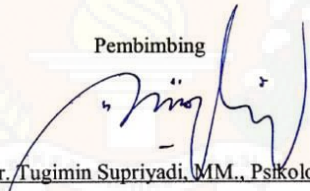
Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515145

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 13 Juli 2020

Bekasi, 20 Juli 2020

Pembimbing



Dr. Tugimin Supriyadi, M.M., Psikolog

NIDN: 0310076603

**LEMBAR PENGESAHAN**

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan  
Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa  
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya  
Nama Mahasiswa : Sofiyanti Manisti  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515145  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 13 Juli 2020

Bekasi,  
MENGESAHKAN

Ketua Tim Penguji : Dr. Sulistiasih, M.Si  
NIDN: 0330086105  
Penguji I : Budi Sarasati, S.KM., M.Si  
NIDN: 0420106702  
Penguji II : Dr. Tugimin Supriyadi, MM., Psikolog  
NIDN: 0310076603

Bekasi, 20 Juli 2020  
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Fathana Gina, M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0315078603

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0317128504

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Self efficacy* dengan Kecemasan Saat Presentasi pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di photo copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 20 Juli 2020

Yang membuat pernyataan.

  
  
METERAI  
PAPER  
Y99AZ6AHF562283976  
6000  
ENERGI BUKUMAH  
Sofiyanti Manisti  
201610515145

## ABSTRAK

**Sofiyanti Manisti. 201610515145.** Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

**Abstrak.** Melakukan presentasi didepan kelas merupakan salah satu aktivitas yang biasa dilakukan oleh mahasiswa dikalangan perguruan tinggi. Karena saat menjadi mahasiswa individu tidak hanya berperan sebagai penerima informasi saja melainkan juga mereka diharuskan untuk melakukan interaksi diberbagai aktivitas kemahasiswaan. Namun, sebagian besar mahasiswa merasa cemas saat melakukan presentasi didepan kelas disebabkan oleh rendahnya *self efficacy* yang ada pada diri mereka. Salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu terdapat pada faktor kognitif dan emosional. Dimana keyakinan diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuannya. Karena keyakinan diri mempengaruhi pilihan, tujuan dan keinginan dalam berusaha. Individu dengan keyakinan diri yang tinggi akan lebih percaya bahwa mereka mampu melakukannya, begitupun sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta. Adapun teknik sampling yang digunakan yaitu *nonprobability sampling purposive sampling* dengan sample penelitian sebanyak 200 subjek. Hasil penelitian menunjukan nilai koefisien korelasi antara *self efficacy* dengan kecemasan sebesar  $r=-0,541^{**}$  dan  $p=0,000$  ( $p \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan. Semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki oleh individu maka semakin rendah kecemasan yang dialami. Saran untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, konsep diri dan lainnya.

**Kata Kunci:** *Self Efficacy*, Kecemasan, Mahasiswa, Presentasi

## **ABSTRACT**

**Sofiyanti Manisti. 201610515145.** *The Relationship Between Self Efficacy and Anxiety during Presentations to Students of University of Bhayangkara Jakarta Raya.*

**Abstract.** *Making a presentation in front of the class is one of the activities that are usually done by students among universities. Because when they become individual students, they not only act as recipients of information, but also they are required to interact in various student activities.. However, most students feel anxious when doing presentations in front of the class due to the low self efficacy that exists in them. One of the influencing factors is cognitive and emotional factors. Where self-confidence can lead to different behaviors between individuals and their abilities. Because self-confidence affects choices, goals and desires in trying. Individuals with high self-confidence will believe that they are able to do it, and vice versa. This study aims to determine the relationship between self efficacy and anxiety when presenting to Bhayangkara University Jakarta students. The sampling technique used is nonprobability sampling purposive sampling with a sample of 200 subjects. The results showed the correlation coefficient between self efficacy and anxiety was  $r = -0,541^{**}$  and  $p = 0,000$  ( $p \leq 0.05$ ). This shows that there is a significant negative relationship between self efficacy and anxiety. The higher self efficacy owned by individuals, the lower anxiety experienced. Suggestions for further research are suggested to use other factors such as social support, self-concept and others.*

**Keywords:** *Self Efficacy, Anxiety, Students, Presentation.*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-Nya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi prasyarat sebagai Sarjana Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Dalam penyusunan Skripsi ini, peneliti memperoleh dukungan, semangat serta bimbingan dari berbagai pihak, baik bersifat moril maupun materil. Oleh karenanya, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya beserta jajarannya.
2. Bapak Dr. Tugimin Supriyadi, M.Psi., Psikolog Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak membantu dan mengarahkan peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
3. Keluarga tercinta, Ayah, Ibu, Kakek, Nenek dan Adik yang selalu memberikan dukungan berupa materil maupun do'a selama proses pembuatan Skripsi berlangsung.
4. Reky Setiadib yang sama-sama saling memberikan dukungan, motivasi dan do'a dengan peneliti dalam pelaksanaan perkuliahan hingga penulisan skripsi.
5. Teman-teman tercinta, Zahra, Qonita, Faza, Arhedyna, Rizka dan Pipiet yang setia menemani peneliti.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan ini masih memiliki banyak kekurangan. Untuk itu saran dan kritik dari pembaca sangat peneliti harapkan. Peneliti berharap skripsi ini dapat berguna bagi semua pihak yang memerlukan.

Bekasi, 20 Juli 2020

**Sofiyanti Manisti**

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
1.5 Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	
2.1 Uraian Variabel .....	14
2.1.1 Kecemasan.....	14
2.1.1.1 Definisi Kecemasan .....	14
2.1.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecemasan .....	15
2.1.1.3 Ciri-Ciri Kecemasan .....	16
2.2 <i>Self efficacy</i> .....	16
2.2.1 Definisi <i>Self efficacy</i> .....	17
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Self efficacy</i> .....	17
2.2.3 Sumber <i>Self efficacy</i> .....	18
2.3 Hubungan Antara <i>Self efficacy</i> dengan Kecemasan .....	19
2.4 Hipotesis Penelitian .....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	



3.1 Tipe Penelitian.....	24
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	25
3.3.1 Definisi Kecemasan .....	25
3.3.2 Definisi Self Efficacy .....	25
3.4 Populasi dan Sample Penelitian .....	26
3.4.1 Populasi Penelitian .....	26
3.4.2 Sample Penelitian.....	26
3.4.3 Teknik Pengambilan Sample .....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	27
3.5.1.2 Skala Kecemasan.....	28
3.5.1.3 Skala Self Efficacy .....	29
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas.....	30
3.5.2.1 Validitas .....	30
3.5.5.2 Reliabilitas.....	31
3.6 Analisa Data .....	32
3.7 Hasil Uji Instrumen Data .....	32
3.7.1 Hasil Analisis Uji Validitas .....	32
3.7.1.1 Uji Validitas Skala Kecemasan .....	32
3.7.7.2 Uji Validitas Skala Self Efficacy.....	33
3.7.2 Hasil Analisis Uji Reliabilitas .....	34
3.7.2.1 Uji Reliabilitas Try Out Skala Kecemasan .....	34
3.7.2.2 Uji Reliabilitas Try Out Skala Self Efficacy.....	34
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	
4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian .....	36
4.1.1 Lokasi Penelitian.....	36
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	36
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	36
4.2.1 Pelaksanaan Penelitian .....	37
4.3 Hasil Penelitian .....	38
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian .....	39

4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	41
4.3.2.1 Uji Normalitas .....	41
4.3.2.2 Uji Homogenitas.....	41
4.3.2.4 Uji Linieritas .....	42
4.3.3 Uji Hipotesis .....	43
4.3.3.1 Uji Korelasi .....	43
4.3.4 Kategorisasi Data Penelitian.....	44
4.3.4.1 Kategorisasi Kecemasan .....	44
4.3.4.2 Kategorisasi Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
4.3.4.3 Kategorisasi Kecemasan berdasarkan Fakultas.....	46
4.3.4.1 Kategorisasi <i>Self Efficacy</i> .....	46
4.3.4.5 Kategorisasi Self Efficacy Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
4.3.4.6 Kategorisasi Kecemasan berdasarkan Fakultas.....	48
4.4 Pembahasan.....	48
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	
5.1 Kesimpulan .....	55
5.2 Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR TABEL

Table 3.1 Skala Likert.....	28
Table 3.2 Blueprint Kecemasan.....	28
Table 3.3 Blueprint Self Efficacy .....	29
Table 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem .....	30
Table 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas .....	31
Table 3.6 <i>Blueprint Try Out</i> Skala Kecemasan .....	32
Table 3.7 <i>Blueprint Try Out Self Efficacy</i> .....	33
Table 3.8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Try Out</i> Skala Kecemasan .....	34
Table 4.1 <i>Blueprint</i> Penelitian Skala Kecemasan.....	37
Table 4.2 <i>Blueprint</i> Penelitian Skala <i>Self Efficacy</i> .....	38
Table 4.3 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Table 4.4 Gambaran Subjek Berdasarkan Fakultas .....	39
Table 4.5 Hasil Uji Normalitas.....	40
Table 4.6 Uji Homogenitas .....	40
Table 4.7 Hasil Uji Linieritas .....	41
Table 4.8 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	42
Table 4.9 Klasifikasi Kekuatan Korelasi .....	42
Table 4.10 Kategorisasi Kecemasan.....	44
Table 4.11 Kategorisasi Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Table 4.12 Kategorisasi Kecemasan Berdasarkan Fakultas.....	45
Table 4.13 Kategorisasi Skor <i>Self Efficacy</i> .....	46
Table 4.14 Kategorisasi <i>Self Efficacy</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....	46
Table 4.15 Kategorisasi <i>Self Efficacy</i> Berdasarkan Fakultas .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kecemasan dan <i>Self Efficacy Try Out</i> .....	62
Lampiran 2 Tabulasi Skor Kecemasan dan <i>Self Efficacy (Try Out)</i> .....	70
Lampiran 3 Hasil Validitas, Reliabilitas Kecemasan dan <i>Self Efficacy</i> .....	77
Lampiran 4 Skala Kecemasan dan <i>Self Efficacy</i> Penelitian.....	111
Lampiran 5 Tabulasi Skor Kecemasan dan <i>Self Efficacy</i> Penelitian.....	116
Lampiran 6 Kategorisasi Subjek Penelitian.....	136
Lampiran 7 Hasil Validitas, Reliabilitas Kecemasan dan <i>Self Efficacy</i> .....	138
Lampiran 8 Uji Asumsi dan Korelasi.....	160
Lampiran 9 Kategorisasi Kecemasan dan <i>Self Efficacy</i> .....	165
Lampiran 10 Lembar Revisi.....	167
Lampiran 11 Pernyataan Siap Ujian.....	174
Lampiran 12 Rencana Pembuatan Skripsi.....	176
Lampiran 13 Surat Pembuatan Izin Mengambil Data Ke BAA.....	167
Lampiran 14 Surat Riset Penelitian Mahasiswa.....	177
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi.....	179