

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN  
PADA *FRESH GRADUATE* PERGURUAN TINGGI  
DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Christian Bramantio Musila**

**201910515211**



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

**2023**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN  
PADA *FRESH GRADUATE* PERGURUAN TINGGI  
DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Christian Bramantio Musila**

**201910515211**



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

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Kepercayaan Diri Dengan  
Kecemasan Pada *Fresh Graduate* Perguruan  
Tinggi Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Nama Mahasiswa : Christian Bramantio Musila

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515211

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Mei 2023

Jakarta, 31 Mei 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0313128901

NIDN. 0317128504

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Kepercayaan Diri Dengan  
Kecemasan Pada *Fresh Graduate* Perguruan  
Tinggi Dalam Menghadapi Dunia Kerja

Nama Mahasiswa : Christian Bramantio Musila

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515211

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Mei 2023

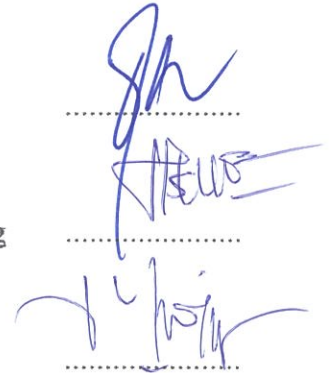
Jakarta, 2 Juni 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Prof. Adi Fahrudin, Ph.D  
NIDN. 0012016608

Penguji I : Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0313128901

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



MENGESAHKAN

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., MA

NIDN. 0315078603



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

NIDN. 0026047110

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada *Fresh Graduate* Perguruan Tinggi Dalam Menghadapi Dunia Kerja ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain, kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas, sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

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

Saya mengizinkan skripsi ini di pinjam dan di fotocopy 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.

Jakarta, 31 Mei 2023

Yang Membuat Pernyataan



Christian Bramantio Musila

NPM : 201910515211

## ABSTRAK

**Christian Bramantio Musila, 201910515211.** Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada *Fresh Graduate* Perguruan Tinggi Dalam Menghadapi Dunia Kerja.

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena bahwa selama menghadapi dunia kerja, *fresh graduate* memiliki kekurangan dalam hal kemampuan kompetensi yang dimilikinya sehingga menyebabkan kurangnya kepercayaan diri, hal ini menimbulkan permasalahan. Salah satu permasalahan itu yaitu kecemasan. Kepercayaan diri sebagai salah satu yang berpengaruh untuk mengurangi kecemasan pada *fresh graduate*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan pada *fresh graduate* perguruan tinggi dalam menghadapi dunia kerja. Populasi dan sampel penelitian yang digunakan adalah *fresh graduate* dengan jumlah sebanyak 168 responden, dengan teknik pengambilan data menggunakan *Snowball Sampling*. Berdasarkan hasil hitung uji korelasi *pearson product moment* didapatkan hubungan sebesar 0.451\*\*dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0.05$ ), hasil ini menunjukkan adanya hubungan atau korelasi positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada *fresh graduate* perguruan tinggi dalam menghadapi dunia kerja. Hasil tersebut artinya menunjukkan bahwa, semakin tinggi rasa kepercayaan diri yang dimiliki, maka semakin tinggi juga kecemasan yang dialaminya.

**Kata Kunci :** Kecemasan, Kepercayaan Diri

## ***ABSTRACT***

**Christian Bramantio Musila, 201910515211.** *The Relationship between Confidence and Anxiety in Higher Education Fresh Graduates in Facing the World of Work.*

*This research was carried out based on the phenomenon that when facing the world of work, fresh graduates have deficiencies in terms of their competence which causes a lack of self-confidence, which causes problems. One of those problems is anxiety. Confidence is one of the influences to reduce anxiety in fresh graduates. The purpose of this research is to find out whether there is a relationship between self-confidence and anxiety among college fresh graduates in facing the world of work. The population and research sample used were fresh graduates with a total of 168 respondents, with the data collection technique using Snowball Sampling. Based on the results of the Pearson product moment correlation test, it was found that there was a relationship of 0.451\*\* with a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ). These results indicate that there is a significant positive relationship or correlation between Self-Confidence and Anxiety in college fresh graduates in facing the world of work. This result means that the higher the self-confidence one has, the higher the anxiety one experiences.*

**Keywords :** *Anxiety, Self-Confidence*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas berkat dan kasih karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya yang berjudul “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada *Fresh Graduate* Perguruan Tinggi Dalam Menghadapi Dunia kerja”. Penulisan skripsi ini saya lakukan dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam mendapatkan gelar Sarjana Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi yang saya lakukan ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara langsung ataupun tidak langsung. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini saya ingin menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada seluruh pihak yang telah membantu saya menyelesaikan skripsi ini, khususnya kepada Ibu Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan berbesar hati membantu saya dalam memberikan bimbingan dan arahan selama proses pengerjaan skripsi ini. Selain itu, saya juga tidak lupa untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinan dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku ketua program studi Psikologi atas bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Psikologi, khususnya di angkatan 2019.
3. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah memberikan kritik dan saran dalam menyempurnakan skripsi saya ini.
4. Ibu Dr. Sulistiasih, M.Si dan Prof. Drs. Adi Fahrudin, S.Psi., M.Sc., Ph.D selaku ketua penguji pada saat seminar proposal dan sidang skripsi yang telah membantu mengoreksi kesalahan penulisan skripsi saya.



5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmu kepada saya dan seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan ataupun administrasi selama menempuh pendidikan.
6. Papa, Mama, dan seluruh Keluarga Besar Musila yang selalu memberikan saya support dan doa hingga saya dapat menyelesaikan perkuliahan dan mendapatkan gelar sarjana psikologi dengan tepat waktu.
7. Denita Rahmawati, Marry Gabrielle, dan Suci Dian Utami yang telah membantu dan menemani saya dari mulai proses penyusunan skripsi hingga pendaftaran sidang.
8. Seluruh teman-teman saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa mungkin masih ada beberapa kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari bahasa, tanda baca, ataupun hal-hal kecil lainnya. Akhir kata, penulis mempersembahkan skripsi ini dengan harapan dapat memberikan referensi serta manfaat bagi seluruh mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 31 Mei 2023



Christian Bramantio Musila

201910515211

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah Penelitian .....	7
1.3    Tujuan Penelitian.....	9
1.4    Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1    Manfaat Teoritis .....	9
1.4.2    Manfaat Praktis .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	10
2.1    Uraian Variabel.....	10
2.1.1    Kecemasan .....	10
2.1.1.1    Definisi Kecemasan.....	10
2.1.1.2    Aspek Kecemasan .....	11
2.1.1.3    Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	12
2.1.1.4    Alat Ukur Yang Digunakan .....	13
2.1.2    Kepercayaan Diri .....	13
2.1.2.1    Definisi Kepercayaan Diri.....	13
2.1.2.2    Aspek Kepercayaan Diri .....	14
2.1.2.3    Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri .....	15
2.1.2.4    Alat Ukur Yang Digunakan .....	16
2.2    Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan .....	16
2.3    Hipotesis Penelitian.....	19

2.4	Kerangka Berpikir Penelitian .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>20</b>
3.1	Tipe Penelitian.....	20
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	20
3.3	Definisi Operasional.....	21
3.3.1	Variabel Dependen : Kecemasan.....	21
3.3.2	Variabel Independen : Kepercayaan Diri .....	21
3.4	Populasi Dan Sampel Penelitian.....	22
3.4.1	Populasi.....	22
3.4.2	Sampel Dan Sampling.....	22
3.5	Teknik Pengumpulan Data .....	23
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	24
3.5.1.1	Skala Kecemasan.....	25
3.5.1.2	Skala Kepercayaan Diri.....	25
3.5.2	Validitas Dan Reliabilitas.....	27
3.5.2.1	Validitas .....	27
3.5.2.2	Reliabilitas.....	28
3.6	Analisis Data .....	28
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>30</b>
4.1	Profil Responden Penelitian .....	30
4.2	Pelaksanaan Penelitian .....	31
4.2.1	Persiapan Penelitian .....	31
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	32
4.2.3	Validitas Skala Kecemasan .....	32
4.2.4	Validitas Skala Kepercayaan Diri.....	33
4.2.5	Reliabilitas skala penelitian .....	34
4.3	Hasil Penelitian.....	35
4.3.1	Profil Demografis.....	35
4.3.2	Uji Asumsi Penelitian.....	35
4.3.3	Kategorisasi Subjek Penelitian.....	37
4.3.3.1	Kategorisasi Kecemasan.....	37
4.3.3.2	Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	39
4.3.4	Uji Hipotesis .....	41
4.4	Diskusi Dan Pembahasan .....	43

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
5.1    Kesimpulan.....	47
5.2    Saran.....	47
5.2.1    Saran Praktis .....	47
5.2.2    Saran Teoritis.....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian pernyataan <i>Favorable</i> dan pernyataan <i>Unfavorable</i> .....	24
Tabel 3.2 Blueprint Kecemasan .....	25
Tabel 3.3 Blueprint Kepercayaan Diri .....	26
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Beda Item .....	27
Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas .....	28
Tabel 3.6 Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	29
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian .....	30
Tabel 4.2 Skala Kecemasan.....	32
Tabel 4.3 Skala Kepercayaan Diri.....	33
Tabel 4.4 Hasil Uji Data .....	34
Tabel 4.5 Reliabilitas .....	34
Tabel 4.6 Demografis Variabel.....	35
Tabel 4.7 Uji Asumsi Penelitian.....	36
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Kecemasan .....	38
Tabel 4.9 Kategorisasi Kecemasan .....	39
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri .....	40
Tabel 4.11 Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	41
Tabel 4.12 Uji Korelasi .....	42
Tabel 4.13 Klasifikasi Skor Korelasi .....	42

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian .....	19
---	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Izin Riset .....	54
Lampiran 2 : Plagiarism .....	55
Lampiran 3 : Kartu Bimbingan .....	56
Lampiran 4 : Pertanyaan Wawancara.....	58
Lampiran 5 : Kuesioner Penelitian.....	59
Lampiran 6 : Skala Pengambilan Data (G-From) .....	65
Lampiran 7 : Uji Descriptive Mean Variabel .....	74
Lampiran 8 : Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	74
Lampiran 9 : Usia.....	74
Lampiran 10 : Data Statistik Variabel .....	74
Lampiran 11 : Uji Normalitas .....	75
Lampiran 12 : Uji Linearitas .....	75
Lampiran 13 : Uji Homogenitas.....	75
Lampiran 14 : Uji Hipotesis (Korelasi).....	76
Lampiran 15 : Uji Coba Reliabilitas .....	76
Lampiran 16 : Uji Data Reliabilitas .....	76
Lampiran 17 : Uji Coba Validitas Kecemasan .....	77
Lampiran 18 : Uji Coba Validitas Kepercayaan Diri .....	78
Lampiran 19 : Uji Data Validitas Kecemasan .....	79
Lampiran 20 : Uji Data Validitas Kepercayaan Diri .....	80
Lampiran 21 : Coding Uji Coba Kecemasan .....	81
Lampiran 22 : Coding Uji Coba Kepercayaan Diri .....	83
Lampiran 23 : Coding Uji Data Kecemasan .....	85
Lampiran 24 : Coding Uji Data Kepercayaan Diri .....	89