

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS X**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Fadhila Rikasiwi**

**201910515234**



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

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Efikasi Diri dengan  
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada  
Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi  
Universitas X

Nama Mahasiswa : Fadhila Rikasiwi

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515234

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Januari 2024


Jakarta, 30 Januari 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Wahyu Aulizalsini, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0313058003

  
Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0327068402

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Efikasi Diri dengan  
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada  
Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi  
Universitas X

Nama Mahasiswa : Fadhila Rikasiwi

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515234

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Januari 2024

Jakarta, 02 Februari 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA  
NIDN. 0316028901


Penguji I : Wahyu Aulizalsini, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0313058003


Penguji II : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0327068402

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

  
Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.  
NIDN. 0314078503

  
Prof. Adi Fahrudin, Ph.D.  
NIDN. 0012016608

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas X” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri, 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, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di *foto copy* melalui Perpustakaan 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 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Fadhila Rikasiwi

201910515234

## ABSTRAK

**Fadhila Rikasiwi 201910515234.** Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X

**Abstrak.** Dunia kerja merupakan hal yang baru bagi mahasiswa. Salah satu tantangan berat yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir ketika akan memasuki dunia kerja adalah jumlah pengangguran yang sangat besar dan selalu bertambah dari waktu ke waktu. Mahasiswa harus mempersiapkan diri dalam dunia kerja di mana hal ini mengakibatkan mahasiswa merasa khawatir dan cemas saat akan menghadapi dunia kerja. Adapun upaya untuk melewati kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yaitu dengan cara mempunyai efikasi diri yang baik. Pada penelitian ini terdapat dua variabel dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai variabel terikat dan efikasi diri sebagai variabel bebas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 135 subjek dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan menghadapi dunia kerja dan skala efikasi diri. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0.719$  pada taraf signifikansi  $0.000$  yang menunjukkan bahwa  $p > 0.05$  sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan dengan arah hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

**Kata Kunci:** Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja, Efikasi Diri

## **ABSTRACT**

**Fadhila Rikasiwi 201910515234.** *The relationship between self-efficacy and anxiety in facing the world of work in final year students at the Faculty of Psychology, University of X*

**Abstract.** *The world of work is something new for students. One of the serious challenges faced by final year students when entering the world of work is the very large number of unemployed and always increasing from time to time. Students must prepare themselves for the world of work where this causes students to feel worried and anxious when facing the world of work. The effort to overcome anxiety in facing the world of work is by having good self-efficacy. In this study there are two variables with anxiety facing the world of work as the dependent variable and self-efficacy as the independent variable. This research aims to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in facing the world of work in final year students. The sample in this research consisted of 135 subjects and used quantitative research methods with purposive sampling techniques. The measuring instruments used in this research are the anxiety scale for facing the world of work and the self-efficacy scale. The results of this research show a correlation coefficient value of -0.719 at a significance level of 0.000 which shows that  $p > 0.05$  so it can be interpreted that there is a negative relationship between self-efficacy and anxiety in facing the world of work in final year students.*

**Keywords:** *Anxiety in Facing the World of Work, Self-Efficacy*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkah, rahmat dan hidayah nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis, sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas X sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada program studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang penulis hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Adi Fahrudin, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Ibu Wahyu Aulizalsini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan banyak waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Ferdy Muzammil, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dan memberikan banyak ilmu.
6. Kedua orang tua tercinta atas kasih sayang yang begitu besar, selalu mendoakan dan mendukung saya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Terimakasih kepada sahabat seperjuangan saya Efa Kurniatih, Salsabila Aziza, Lidwina Ratri Paskalia, Zalfa Eka Nurul Fadhillah yang tidak pernah lelah untuk

selalu membantu dan selalu mendukung saya dalam keadaan apapun. Terimakasih sudah berjuang bersama, menangis bersama dan tertawa bersama, semoga kita dapat mencapai impian kita masing-masing.

8. Terimakasih kepada Zefanya Caroline Ahuluheluw dan Windy Aulia Anggranee yang telah banyak membantu saya dari saya kecil sampai saat ini, terimakasih atas persahabatan yang begitu indah ini, sukses untuk kita dijalannya masing-masing.

9. Terimakasih untuk Anindya Dyah Alvinita, Salsabilla Goema Saktiadi, Muhammad Fadlan Kamal yang telah memberi semangat dan dukungan dalam perkuliahan ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari betul akan adanya kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti membuka dan menerima segala bentuk kritik serta saran yang bersifat membangun dari pembaca, agar peneliti dapat berkarya jauh lebih baik. Dengan harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, 31 Januari 2024



Fadhila Rikasiwi

201910515234

## 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>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB II.....</b>	<b>8</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1 Uraian Variabel.....	8
2.1.1 Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	8
2.1.2 Efikasi Diri .....	12

2.2	Hubungan Antara Efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja	14
2.3	Hipotesis Penelitian .....	15
2.4	Kerangka Berpikir.....	16
<b>BAB III.....</b>		<b>17</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>		<b>17</b>
3.1	Tipe Penelitian .....	17
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	17
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	18
3.3.1	Definisi Operasional Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (DV) .....	18
3.3.2	Definisi Operasional Efikasi Diri (IV).....	18
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
3.4.1	Populasi.....	18
3.4.2	Sampel.....	18
3.5	Teknik Pengambilan Data.....	19
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	19
3.5.2	Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	20
3.5.3	Skala Efikasi Diri .....	22
3.5.4	Validitas dan Reliabilitas .....	22
3.6	Analisis Data.....	24
<b>BAB IV .....</b>		<b>25</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>25</b>
4.1	Profil Responden Penelitian.....	25
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	25
4.2.1	Persiapan Penelitian .....	25
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian .....	26

4.2.3 Validitas dan Reliabilitas .....	27
4.3 Hasil Penelitian .....	31
4.3.1. Profil Demografis.....	31
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian .....	32
4.3.3 Kategorisasi Penelitan.....	33
4.3.4 Uji Hipotesis .....	37
4.4. Diskusi dan Pembahasan .....	38
<b>BAB V.....</b>	<b>40</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>40</b>
5.1 Kesimpulan .....	40
5.2 Saran .....	41
5.2.1 Saran Teoritis .....	41
5.2.2 Saran Praktis .....	41
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>45</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Persentase Penduduk Bekerja Menurut Pendidikan Tertinggi yang Ditamatkan, Agustus 2020–Agustus 2022 .....	2
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	16



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pemberian Skor pada Skala.....	20
Tabel 3. 2 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	21
Tabel 3. 3 Skala Efikasi Diri.....	22
Tabel 3. 4 Indeks Diskriminan Aitem.....	23
Tabel 3. 5 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	24
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian.....	25
Tabel 4. 2 Klasifikasi indeks daya beda aitem.....	27
Tabel 4. 3 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	28
Tabel 4. 4 Skala Efikasi Diri.....	29
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas.....	30
Tabel 4. 6 Reliabilitas.....	31
Tabel 4. 7 Hasil Hitung Skala Penelitian.....	31
Tabel 4. 8 Hasil Hitung Signifikansi.....	32
Tabel 4. 9 Uji Asumsi Penelitian.....	32
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skor Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	35
Tabel 4. 11 Deskripsi statistik variabel efikasi diri.....	36
Tabel 4. 12 Kategorisasi Skor Efikasi Diri.....	36
Tabel 4. 13 Uji Korelasi.....	37
Tabel 4. 14 Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Tabel Pertanyaan Pra-Riset.....	46
Lampiran 1. 2 Hasil Jawaban Pra-Riset .....	46
Lampiran 1. 3 Aitem kecemasan menghadapi dunia kerja.....	51
Lampiran 1. 4 Aitem efikasi diri .....	53
Lampiran 1. 5 G*Power .....	55
Lampiran 1. 6 Realibilitas Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	56
Lampiran 1. 7 Validitas Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	56
Lampiran 1. 8 Realibilitas Efikasi Diri.....	57
Lampiran 1. 9 Validitas Efikasi Diri .....	57
Lampiran 1. 10 Normalitas.....	58
Lampiran 1. 11 Linearitas.....	58
Lampiran 1. 12 Mean Demografi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	58
Lampiran 1. 13 Mean Demografi Efikasi Diri .....	59
Lampiran 1. 14 Profil Responden Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	59
Lampiran 1. 15 Profil Responden Efikasi Diri.....	60
Lampiran 1. 16 Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	60
Lampiran 1. 17 Kategorisasi Efikasi Diri.....	61
Lampiran 1. 18 Korelasi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dan Efikasi Diri	61
Lampiran 1. 19 Surat Riset Mahasiswa.....	62
Lampiran 1. 20 Bukti perizinan memakai alat ukur kecemasan menghadapi dunia kerja.....	63
Lampiran 1. 21 Bukti Perizinan Memakai Skala Efikasi Diri.....	63
Lampiran 1. 22 Bukti Google Form Penelitian .....	64
Lampiran 1. 23 Bukti Penyebaran Data .....	65
Lampiran 1. 24 Tabulasi Data Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	66
Lampiran 1. 25 Tabulasi Data Efikasi Diri.....	69
Lampiran 1. 26 Kartu Bimbingan Skripsi .....	74