

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
DAN FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Reza Yuliansyah
(30701401531)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DAN FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Reza Yuliansyah
30701401531

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Penguji Guna
Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing,

Tanggal



Ratna Supradewi, S. Psi M. Si, Psi

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung



Ruseno Arjanggih, S. Psi, MA Psi
NIDN. 0606097401

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
DAN FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Reza Yuliansyah
30701401531

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 8 Oktober 2018

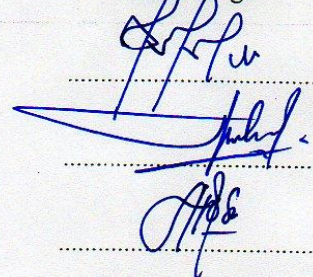
Dosen Penguji

1. Dra. Rohmatun, M. Si, Psi

2. Abdurrohman, S. Psi, M. Si

3. Ratna Supradewi, S. Psi, M. Si, Psi

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Ruseno Arianggi, S. Psi, MA Psi
NIDN. 0606097401

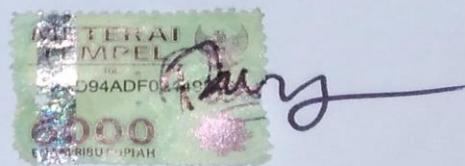
PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya, Reza Yuliansyah dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 28 September 2017

Yang menyatakan

A green 3000 Rupiah postage stamp is placed over the signature. The stamp features the text 'METRAIR TEMPEL' at the top, a serial number 'D94ADF02410' in the middle, and '3000' at the bottom. The signature 'Reza Yuliansyah' is written in black ink across the stamp.

Reza Yuliansyah

MOTTO

“(Tidak demikian) bahkan barang siapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedangkan ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati”

(Terjemahan Q.S. Al-Baqarah : 112)

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”

(Terjemahan Q.S. Al-Baqarah : 155)

“Sesungguhnya beserta kesukaran ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), maka kerjakanlah (urusan yang lain) dengan sungguh-sungguh, dan hanya kepada Tuhanmu engkau berharap”

(Terjemahan Q.S. Al-Insyirah : 6-8)

“Banyak kegagalan dalam hidup ini dikarenakan orang-orang tidak menyadari betapa dekatnya mereka dengan keberhasilan saat mereka menyerah”

(Thomas Alva Edison)

“Untuk meraih cita cita besar, kita tidak hanya perlu bertindak namun juga harus bermimpi dan tak hanya perlu merencanakan, namun harus meyakini”

(Anatole France)

“Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil, kita baru yakin ketika kita telah berhasil melakukannya dengan baik”

(Evelyn underhill)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya yang sederhana ini kepada:

*Bapak, Ibu, Kakak-kakakku, Elang, keluarga besar
Mbah Sastrodarmodjo dan keluarga besar Mbah Soertarman
yang senantiasa mendoakan, memberi motivasi dan dukungan
selama proses menyelesaikan karya ini.*

*Almamaterku Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberi
pelajaran dan pengalaman yang bermanfaat.*

*Dosen pembimbing yang senantiasa memberikan waktu, ilmu, arahan,
bimbingan untuk menyelesaikan karya ini.*

KATA PENGANTAR

Assalammualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadiran Allah atas rahmat, hidayah dan ridho yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi.

Penulis mengaku dalam jalannya penulisan ini banyak rintangan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dorongan dan motivasi yang di berikan oleh semua pihak secara moril dan materil. Semua hal yang terasa berat menjadi sedikit lebih ringan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Ruseno Arjanggal, S. Psi, MA Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung yang telah membantu dalam proses akademik maupun penelitian.
2. Ibu Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar mengajarkan kata demi kata, meluangkan waktu, pemberian motivasi dan perhatiannya serta menjadi pembimbing yang hebat sehingga skripsi ini terselesaikan dengan sangat baik.
3. Ibu Erni Agustin, S.Psi, M.Psi selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran dan bimbingan kepada penulis selama penulis menjalani perkuliahan di Fakultas Psikologi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung selaku tenaga pengajar yang telah memberikan berbagai ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat untuk kini dan nanti.
5. Bapak dan Ibu Staff TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, terimakasih atas bantuan dan kerja sama dengan memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi hingga skripsi ini selesai.

6. Bapak dan Ibu Dekan serta staff TU/Puskom seluruh Fakultas Universitas Islam Sultan Agung yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian dan pengambilan data.
7. Mahasiswa dan mahasiswi yang telah bersedia menjadi responden, yang telah meluangkan waktu membantu penulis.
8. Seluruh peneliti-peneliti sebelumnya dan *google* yang memberikan kemudahan bagi penulis dalam mengakses teori-teori yang membantu dalam penulisan skripsi ini.
9. Ibu dan Bapak tercinta dan tersayang, yang telah mendidik, membesarkan, menyayangi dan memberikan seluruhnya untuk penulis dengan penuh keringat dan air mata, sehingga penulis tidak mampu untuk mengungkapkan kata-kata lain selain terimakasih banyak untuk bapak dan ibuku, telah menerima anakmu ini dengan apa adanya.
10. Kakakku Mba Tyas, Mas Aji, Mas Rochman tersayang terimakasih untuk selalu sabar, membantu dan selalu mendukung keinginan adiknya.
11. Bulek Nunung, Bulek Nining, Bulek Windi, Elang dan semua keluarga yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih telah membantu peneliti baik secara moril dan materil selama mengenyam pendidikan di perguruan tinggi
12. Asti yang telah banyak membantu peneliti dalam proses penyelesaian karya ini. Terima kasih telah meluangkan waktu, memberikan perhatian, dukungan, semangat, dan doa kepada peneliti untuk segera menyelesaikan karya ini.
13. Sahabat-sahabatku yang bernama Edi, Dodi, Dimas, Chaerandi, Bayu, Azzam, Sofi, Esta, Sandy, Yunus, Afifah, Riyanita, Mufidah, Islah, Didan, Dini, Vetty, Ririn, Bela, Ool, Ve, Wulan, Zahra, Zulfa, Densi yang telah mendukung, dan membantu penulis selama menyusun skripsi ini.
14. Semua pihak yang telah membantu yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas bantuan, semangat dan nasehat kalian selama penulis menempuh pendidikan S1 di Fakultas Psikologi UNISSULA.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih sangat jauh dari kesempurnaan untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak guna untuk menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Semarang,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	10
A. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	10
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	10
2. Gejala-Gejala Kecemasan	11
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	13
4. Aspek-Aspek Kecemasan.....	14
B. Regulasi Diri	16
1. Pengertian Regulasi Diri	16
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri	17

3. Faktor-Faktor Regulasi Diri	19
C. Dukungan Sosial	20
1. Pengertian Dukungan Sosial	20
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	21
3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial	24
4. Sumber-Sumber Dukungan Sosial	25
D. Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	27
E. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Identifikasi Variabel	31
B. Definisi Operasional	31
1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	31
2. Regulasi Diri	32
3. Dukungan Sosial	32
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	33
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	33
D. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	34
2. Regulasi Diri	35
3. Dukungan Sosial	35
E. Validitas, Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem	36
1. Validitas	36
2. Reliabilitas	36
3. Uji Daya Beda Aitem	36
F. Metode Analis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian	38
1. Orientasi Kacah Penelitian.....	38

2. Persiapan Penelitian	39
B. Pelaksanaan Penelitian.....	46
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	47
1. Uji Asumsi	47
2. Uji Hipotesis	48
3. Deskripsi Data	50
D. Pembahasan	54
E. Kelemahan Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian	33
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	34
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Diri	35
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial	35
Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	40
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri	40
Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	41
Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	43
Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri	44
Tabel 10. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	44
Tabel 11. Penyusunan Skala Baru Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Untuk Penelitian)	45
Tabel 12. Penyusunan Skala Baru Regulasi Diri (Untuk Penelitian)	45
Tabel 13. Penyusunan Skala Baru Dukungan Sosial (Untuk Penelitian)	46
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	47
Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor	50
Tabel 16. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	51
Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	51
Tabel 18. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Regulasi Diri.....	52
Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Regulasi Diri.....	52
Tabel 20. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Dukungan Sosial	53
Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	51
Gambar 2. Rentang Skor Skala Regulasi Diri.....	53
Gambar 3. Rentang Skor Skala Dukungan Sosial.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SKALA UJI COBA

- 1-1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja..... 71
- 1-2. Skala Regulasi Diri73
- 1-3. Skala Dukungan Sosial76

LAMPIRAN 2 TABULASI DATA UJI COBA

- 2-1. Tabulasi Data Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi
Dunia Kerja81
- 2-2. Tabulasi Data Uji Coba Skala Regulasi Diri..... 82
- 2-3. Tabulasi Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial..... 84

LAMPIRAN 1 RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM SKALA UJI COBA

- 3-1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja..... 90
- 3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Regulasi Diri97
- 3-3. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Dukungan Sosial106

LAMPIRAN 4 SKALA PENELITIAN

- 4-1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja119
- 4-2. Skala Regulasi Diri121
- 4-3. Skala Dukungan Sosial123

LAMPIRAN 5 TABULASI DATA PENELITIAN

- 5-1. Tabulasi Data Penelitian Skala Kecemasan Menghadapi
Dunia Kerja 126
- 5-2. Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Diri130
- 5-3. Tabulasi Data Penelitian Skala Dukungan Sosial134

LAMPIRAN 6 ANALISIS DATA PENELITIAN

- 6-1. Uji Normalitas139

6-2. Uji Linieritas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dengan Skala Regulasi Diri	139
6-3. Uji Linieritas Skala dengan Skala Dukungan Sosial	140
6-4. Uji Multikolinieritas.....	141
LAMPIRAN 7 Uji Hipotesis	
7-1. Uji Hipotesis Pertama	144
7-2. Uji Hipotesis Kedua	144
7-3. Uji Hipotesis Ketiga	144
LAMPIRAN 8 SURAT KETERANGAN PENELITIAN DAN GAMBAR.....	
	145

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
DAN FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA**

Reza Yuliansyah

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 128 mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *accidental random sampling*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala kecemasan menghadapi dunia kerja, skala regulasi diri dan skala dukungan sosial. Skala kecemasan menghadapi dunia kerja berjumlah 22 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,860. Skala regulasi diri berjumlah 32 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,904. Skala dukungan sosial berjumlah 28 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,901. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi dua prediktor dan korelasi parsial.

Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula dengan korelasi $R = 0,566$ $F_{hitung} = 29,453$ dan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), sehingga hipotesis diterima. Hasil uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan korelasi $r_{x1-2y} = -0,406$ dan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), sehingga hipotesis diterima. Hasil uji hipotesis ketiga menunjukkan tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja dengan korelasi $r_{x2-1y} = -0,023$ dengan taraf signifikansi $p = 0,797$ ($p > 0,05$), sehingga hipotesis ditolak.

Kata kunci: kecemasan menghadapi dunia kerja, regulasi diri, dukungan sosial.

**THE CORRELATION BETWEEN SELF REGULATION AND SOCIAL
SUPPORT WITH ANXIETY TO FACE THE WORKING WORD
AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS OF FACULTY
PSYCHOLOGY AND FACULTY INDUSTRIAL
TECHNOLOGY UNISSULA**

Reza Yuliansyah

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang

ABSTRACT

This research aimed to determine the correlation between self regulation and social support with anxiety to face the working word among undergraduate students of faculty psychology and faculty industrial technology Unissula. The method used in this research is quantitative method. The sampling technique using accidental random sampling. The data were gathered using three scales, namely: anxiety to face the working word scale, self regulation scale and social supports' scale. The anxiety to face the working word scale consists of 22 items with Cronbach's Alpha 0,860. The self regulation scale consists of 32 items with Cronbach's Alpha 0,904. The social support's scale consists of 28 items with Cronbach's Alpha 0,901. Data analysis techniques used in this research was the two predictors analysis regression technique and partial correlation technique.

The first hypothesis test results showed that there was a significant the correlation between self regulation and social support with anxiety to face the working word among undergraduate students of faculty psychology and faculty industrial technology Unissula with correlation $R = 0,566$, $F_{result} = 29,453$ and the standard of significance $p = 0,000$ ($p < 0,01$), it means the first hypothesis is accepted. The second hypothesis test showed that there was a negative significant between self regulation with anxiety to face the working word with $r_{x1-2y} = -0,406$ and the standard of significance $p = 0,000$ ($p < 0,01$), it means the second hypothesis is accepted. The third hypothesis test showed that there is no significant negative between social support with anxiety to face the working word with $r_{x2-1y} = -0,023$ and the standard of significance $p = 0,797$ ($p > 0,05$), so the third hypothesis is rejected.

Keywords: Anxiety To Face The Working Word, Self Regulation, Social Support.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengembangan sumber daya manusia dapat dilakukan dengan cara menempuh pendidikan yang tinggi. Dengan tingginya tingkat pendidikan seseorang diharapkan mampu membantu permasalahan sosial yang terjadi dimasyarakat. Pada umumnya mahasiswa berusia 18-24 tahun, usia mahasiswa dikategorikan masuk dalam tahap perkembangan masa dewasa awal. Mahasiswa yang memasuki masa dewasa awal memiliki peran seperti bekerja dan membangun karir (Hurlock, 2002). Mahasiswa tingkat akhir biasanya sudah mulai memikirkan dan menyiapkan diri untuk memasuki dunia kerja.

Dunia kerja merupakan dunia yang akan dimasuki mahasiswa tingkat akhir atau individu yang telah menyelesaikan kuliahnya disalah satu perguruan tinggi. Mencari pekerjaan bukanlah suatu hal yang mudah untuk dilakukan individu. Apalagi dengan berlakunya pasar bebas asean atau yang biasa disebut Masyarakat Ekonomi Asean atau MEA pada akhir tahun 2015 lalu. Hal ini membuat individu harus mampu menghadapi persaingan baik dari dalam maupun luar negeri dalam mencari pekerjaan (Suharti dan Sirine, 2011). Jika dilihat dari segi pendidikan dan produktifitas Indonesia dalam fondasi ekonomi Asean masih berada diperingkat keempat dan dibawah negara tetangga seperti Singapura, Malaysia, dan Thailand (Azhari dan Mirza, 2016). Di Indonesia sendiri banyak yang mencari lapangan pekerjaan, hal ini dibuktikan dengan banyaknya jumlah pengangguran lulusan perguruan tinggi yang semakin meningkat.

Berdasarkan hasil data Badan Pusat Statistik yang diolah oleh Survei Angkatan Kerja Nasional menunjukan bahwa pengangguran dari lulusan Universitas dari tahun 2016 ke tahun 2017 mengalami peningkatan jumlah pengangguran yaitu dari 567.000 jiwa menjadi 618.000 jiwa dimana jumlah pengangguran dari kalangan lulusan Universitas mengalami peningkatan 51.000 jiwa. Pengangguran dari lulusan diploma tahun 2016-2017 juga mengalami peningkatan jumlah pengangguran dari 219.000 jiwa pada tahun 2016 menjadi

242.000 jiwa pada tahun 2017. Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) pada bulan agustus 2017 meningkat menjadi 5,50 % dibanding pada bulan februari 2017 yaitu 5,33 %. Sugiyanto (2006) mengatakan pengangguran memiliki tiga kriteria yaitu tidak bekerja, bersedia untuk bekerja dan sedang mencari pekerjaan.

Sukidjo (2005) mengatakan tingginya angka pengangguran dapat juga disebabkan oleh rendahnya upaya pemerintah maupun perguruan tinggi yang tidak mengajarkan pelatihan kerja, faktor lain yang menyebabkan banyaknya pengangguran diantaranya terbatasnya lapangan pekerjaan, sehingga tidak mampu menyerap para pencari pekerjaan. Hal yang menyebabkan mahasiswa sulit mendapatkan pekerjaan yang sesuai karena dihadapkan pada banyak persaingan dan tidak jarang perusahaan atau instansi menginginkan calon tenaga kerja yang memiliki kualifikasi yang tinggi.

Kualifikasi tinggi yang dimaksud seperti menguasai bahasa asing, menguasai teknologi, memiliki indeks prestasi kumulatif yang tinggi, berpengalaman kerja dibidangnya, serta kecakapan-kecakapan lainnya (Mahardika, 2008). Dengan kualifikasi tersebut membuat para pencari kerja banyak yang tidak terserap ke dalam dunia kerja dan akhirnya menganggur. Para calon sarjana seyogyanya lebih kreatif, inovatif, memiliki kompetensi, keterampilan kerja, dan kepribadian yang baik untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia kerja. Namun tidak jarang mahasiswa tingkat akhir yang merasa cemas dalam menghadapi dunia kerja, karena merasa mencari pekerjaan semakin sulit maupun kualitas dirinya yang kurang mencukupi.

Waqiati, dkk (2010) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dapat diartikan sebagai bentuk respon negatif yang meliputi perasaan takut dan khawatir terhadap ketersediaan lapangan pekerjaan. Kecemasan dapat berdampak negatif seperti kehilangan motivasi, pesimis dalam menghadapi tantangan dunia kerja, bahkan ada yang bermalas-malasan atau takut untuk mencari kerja setelah lulus kuliah. Hal seperti ini akan merugikan mengingat bahwa usia setiap tahun semakin bertambah. Jika masih seperti itu maka mahasiswa akan lebih sulit dalam mencari pekerjaan, karena terdapat perusahaan atau instansi yang memiliki persyaratan usia maksimal beberapa tahun. Hal ini

dapat dilihat dari pernyataan beberapa mahasiswa tingkat akhir yang telah diwawancarai.

Wawancara dilakukan pada subjek pertama mahasiswa berinisial ED yang berusia 22 tahun mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi.

“...kedepannya setelah lulus kuliah ini entah mau ngapain, rencana mau kerja tapi masih bingung mau kerja dimana pokoknya masih ngawang-ngawang, karena nggak jelas gini, jadi kuliahnya saya bikin nyante, gak perlu ngebut skripsi biar cepat lulus lagian kalau masih kuliah kan uang bulanan kiriman orang tua juga lancar jadi gak pusing mikir uang, tapi gak juga selamanya juga mau kuliah terus nanti kasihan orang tua apalagi setiap tahun kan umur kita pasti bertambah tua malah bisa-bisa semakin sulit cari kerja nanti malah jadi pengangguran kan nanti malu dilihat tetangga lulusan sarjana kok nganggur”

Kemudian wawancara dilakukan pada subjek yang kedua mahasiswa berinisial CA yang berusia 23 tahun Fakultas Psikologi, mengungkapkan:

“...ya gimana ya mas kalau bayangin setelah lulus kuliah itu ya bimbang dan cemas. Cemasnya takut gak dapat pekerjaan yang diinginkan sama bingung mau kerja apa setelah lulus kuliah, kadang suka mikir macem-macem nanti setelah tamat kuliah mau jadi apa. Lihat berita di internet aja sekarang ini banyak lulusan sarjana yang jadi pengangguran, takut aja kalau nanti gak cepet dapat kerja setelah lulus. Kadang saya juga ngerasa kayak gak punya skill, gak pede, apalagi liat kemampuan yang saya miliki. Apalagi kalau tau pekerjaan yang sedang saya lamar banyak peminatnya pasti minder duluan. Saya juga takut ketika tes wawancara malah gak bisa ngomong, dan kadang saya berpikiran apa aku bisa diterima ditempat pekerjaan yang saya inginkan atau orang tua inginkan misalnya pekerjaan yang orang tua harapkan itu seperti menjadi Pegawai negeri sipil atau minimal ya bekerja di BUMN lah biar hidupnya terjamin dihari tua gitu mas”

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat mahasiswa tingkat akhir yang merasa cemas dan khawatir terhadap hal yang belum pasti terjadi dimasa depannya terkait dengan dunia kerja. Ketakutan atau kekhawatiran terhadap hal yang belum pasti terjadi ini yang disebut dengan kecemasan.

Safree, dkk (2011) menjelaskan kecemasan sebagai pemikiran dan perasaan yang kurang menyenangkan karena suatu kondisi yang belum dapat diprediksi. Kartono (2003) berpendapat bahwa kecemasan adalah suatu reaksi emosi yang kurang menyenangkan dan ditandai dengan perasaan takut. Perasaan takut dikarenakan terdapat ancaman atau gangguan terhadap objek yang tidak jelas dan bersifat subjektif yang ditandai dengan perasaan gelisah, tegang, khawatir dan sebagainya.

Kecemasan biasanya yang dialami oleh mahasiswa berdampak negatif, seperti yang dikemukakan oleh Prawirohusodo (Wisudaningtyas, 2012) bahwa kecemasan akan menghambat penampilan dan kemauan berprestasi serta menimbulkan suatu kendala. Nugroho dan Karyono, (2011) mengatakan kecemasan dapat mengakibatkan gangguan fungsi sosial, seperti kecemasan yang menimpa mahasiswa dapat membuat mahasiswa menjadi kurang mampu mengaktualisasikan potensi dalam dirinya.

Kecemasan juga dapat menimbulkan gangguan psikologis pada mahasiswa. Papalia, dkk (2011) menyatakan bahwa mahasiswa yang kurang yakin terhadap kemampuan yang dirinya miliki akan cenderung menjadi mudah tertekan dan frustrasi yang mengakibatkan kesuksesan akan sulit tercapai. Sarafino (Hidayatin dan Darmawanti, 2013) mengatakan bahwa kecemasan yang terjadi dapat berbeda-beda tergantung pada kemampuan individu untuk mengelola kecemasan itu sendiri.

Mahasiswa membutuhkan motivasi internal agar dapat menghadapi hal yang mungkin akan terjadi dimasa mendatang dengan menyiapkan suatu rencana tujuan, melakukan evaluasi terhadap diri dan memodifikasi perilakunya. Salah satu penggerak utama kepribadian manusia yang melibatkan motivasi secara langsung adalah regulasi diri (Azhari dan Mirza, 2016). Cervone dan Lawrence (2012) berpendapat regulasi diri merupakan motivasi yang ada pada diri individu yang mengakibatkan timbulnya keinginan pada individu untuk menentukan dan merencanakan strategi tujuan hidup dan melakukan penilaian yang dilakukan serta memodifikasi perilakunya.

Regulasi diri menurut Taylor, dkk (2015) adalah bagaimana cara orang dalam mengontrol dan mengarahkan tindakan tersebut. Atkinson, dkk (2004) menyatakan bahwa regulasi diri adalah cara mengatur pikiran dan tingkah lakunya dengan mengendalikan stimulus dan merubah perilaku yang tidak sesuai agar mencapai suatu tujuan. Friedman, dkk (Ahmar, 2016) juga berpendapat bahwa regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur target capaian, mengevaluasi kesuksesan serta memberikan penghargaan kepada diri mereka sendiri atas kesuksesannya dalam mencapai tujuan.

Lutfi dan Maliya (2008) berpendapat kecemasan akan menjadi berkurang karena adanya proses regulasi diri dari pengetahuan dan informasi yang individu miliki. Dengan adanya regulasi diri yang baik seharusnya mahasiswa lebih mampu dalam mengatasi kecemasannya dengan penetapan tujuan, melaksanakan apa yang sudah direncanakan serta mengawasi kemajuan diri (King, 2010). Rodebaugh, dkk (Azhari dan Mirza, 2016) menyatakan bahwa melakukan regulasi diri akan membuat individu mengetahui kekurangan dari proses yang individu lakukan selama ini, dan membuat kecemasan menjadi berkurang yang didukung dengan hasil wawancara pada subjek ketiga mahasiswa berinisial D yang berusia 23 tahun Fakultas Hukum, yang mengatakan:

“...rasa khawatir saat menghadapi persaingan pekerjaan tetap ada ketika kita lulus kuliah, namun bagaimanapun harus tetap kita coba. Lagian kan saya mengikuti kegiatan yang ada di kampus seperti mengikuti SEMA, HMI, dan organisasi kampus lainnya, dan ikut seminar dan workshop atau pelatihan itu mungkin akan sangat mendukung ketika kita mencari pekerjaan namanya organisasi kan juga melatih kita kerja jadi tau apa kekurangan kita dan bisa kita perbaiki, selain itu kan semakin banyak relasi kan bisa menambah pengalaman sapa tau relasi kita bisa memasukan kita bekerja ditempat mereka bekerja. Coba lihat aja banyak orang yang mengikuti kegiatan di kampus, banyak yang mudah mendapatkan pekerjaan yang penting usaha dan berdoa tidak lupa doa dari orang tua dan orang sekitar juga penting jadi sering-seringlah meminta bantuan doa orang lain kan semakin banyak yang mendoakan semakin baik”

Hasil wawancara yang telah dilakukan dapat disimpulkan, terdapat mahasiswa yang dapat mencegah perilaku dan respon negatif sehingga dapat

meminimalisir kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan cara memperbaiki kekurangannya saat mengikuti kegiatan yang ada di kampus.

Kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu saja, namun faktor lingkungan berupa dukungan sosial juga dapat mempengaruhi terjadinya kecemasan. Hal ini dikarenakan bila individu memiliki dukungan sosial yang tinggi maka rasa cemas yang mereka alami cenderung rendah dan dapat lebih berhasil mengatasi rasa cemas dibanding individu yang kurang memperoleh dukungan sosial. Cohen dan Syme (Adawiyah, 2013) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan aspek dari kehidupan atau hubungan sosial. Sarafino, dkk (Fauziyah dan Ariati, 2015) berpendapat dukungan sosial bersumber dari orang tua atau keluarganya, pasangan, teman dan komunitas sosial.

Hal tersebut sesuai dengan pemaparan hasil wawancara pada subjek keempat berinisial AD, berusia 22 tahun Fakultas Ekonomi yang mengatakan:

“...emang sih mas cemasnya pasti ada ya karena belum jelas nanti kerja dimana, tapi ya saya sih caranya biar ga terlalu memikirkan itu saya perbanyak aja teman sama link mas, ya biar nanti sih gampang kalau teman-teman angkatan, atau organisasi kan bisa saling dukung ya mas, bisa saling menguatkan, saling berbagi informasi untuk lowongan-lowongan pekerjaan gitu. Yah mungkin dengan adanya saling timbal balik antar sesama teman ya mengurangi rasa was-was lahh nanti mau kerja dimana. Selain teman-teman ada juga orang tua, kalo gak dapat pekerjaan nanti bisa dicarikan linknya ayah lagian ayah pernah bilang fokus kuliah dulu masalah pekerjaan nanti gampang. Jadi kayak yang aku bilang tadi bisa ngurangi ras was-was kalo gak dapat kerja tinggal kontak teman kalo gak ayah yang carikan hehe”

Beberapa hasil wawancara yang telah diperoleh dapat diketahui terdapat mahasiswa yang dapat mencegah dan meminimalisir kecemasan menghadapi dunia kerja dengan merasa mendapatkan atau mencari dukungan dari orang-orang sekitarnya.

Rensi dan Sugiarti (Waqiati, dkk 2010) menjelaskan dukungan sosial sebagai proses pemahaman individu kepada bantuan yang diberikan dari orang-orang disekitarnya kepada individu yang mencangkup pemberian perhatian secara emosional, bantuan instrumen, pemberian saran atau informasi baik yang bersifat

verbal maupun non verbal yang membuat individu merasa dipedulikan. Dukungan sosial didefinisikan Taylor (2009) sebagai informasi yang didapatkan dari seseorang yang dicintai, diperhatikan, dihormati dan dihargai, berasal dari jaringan komunikasi yang saling memberikan timbal balik.

Sarason (Kumalasari, 2012) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesedian, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Rianto, dkk (2012) menyatakan individu yang memperoleh dukungan sosial secara emosional akan lebih merasa lega karena merasa diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya, agar dapat mencari jalan keluar untuk memecahkan masalahnya.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Azhari dan Mirza, (2016) dengan judul “Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala” dengan sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif pada 12 fakultas Universitas Syiah Kuala yang telah menyelesaikan tugas akhir (skripsi) yang berjumlah 100 responden. Diperoleh hasil analisis koefisien korelasi sebesar -0,620 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan interpretasi antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki hubungan yang negatif. Artinya semakin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaliknya.

Roslani dan Ariati, (2016) juga melakukan penelitian mengenai hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada pengurus ikatan lembaga mahasiswa Psikologi Indonesia (ILMPI). Diperoleh hasil analisis koefisien korelasi sebesar -0,610 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), hal ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif. Artinya semakin tinggi kemampuan regulasi diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja dan sebaliknya. Hasil kuadrat nilai koefisien determinasi diperoleh nilai yang menunjukkan nilai (R^2) atau *R square* sebesar 0,373. Artinya regulasi diri memberikan kontribusi sumbangan efektif sebesar 37,3% terhadap

kecemasan menghadapi dunia kerja sedangkan sisanya 62,7% dijelaskan oleh faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan paparan diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian kuantitatif yang berfokus pada regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Walaupun serupa dengan penelitian terdahulu, namun penelitian ini memiliki perbedaan yang menunjukkan orisinalitas dari penelitian ini. Penelitian ini memiliki kesamaan dua variabel dengan penelitian diatas, namun terdapat perbedaan pada variabel lain yaitu dukungan sosial, lokasi penelitian dan subjek penelitian yang ditujukan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung. Peneliti ingin mengetahui “Hubungan Antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula”

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas maka dapat diangkat rumusan masalah sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan menambah wawasan dibidang psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, dan psikologi industri dan organisasi.
- b. Bagi penelitian lain, diharapkan dapat menambah wawasan dibidang psikologi serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan referensi pada penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Membantu mahasiswa untuk mengatasi atau meminimalisir terjadinya kecemasan menghadapi dunia kerja.
- b. Memberikan masukan kepada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung agar mampu mencapai regulasi diri yang baik guna meminimalisir terjadinya kecemasan menghadapi dunia kerja dengan cara mengikuti kegiatan seperti mengikuti organisasi, seminar.
- c. Memberikan saran kepada pembaca agar mampu memanfaatkan dukungan sosial dilingkungan sekitar untuk meminimalisir terjadinya kecemasan menghadapi dunia kerja.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Semiun (2006) mengatakan kecemasan merupakan suatu kondisi dimana individu sedang merasakan khawatir atau gelisah, ketegangan dan perasaan kurang nyaman dan tidak terkendali terkait suatu hal yang buruk akan terjadi dan diikuti dengan tanda-tanda seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, kepala yang terasa berdenyut-denyut dan sebagainya. Hal seperti ini akan mempengaruhi kemampuan peran individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Keliat dkk (Hastuti dan Arumsari, 2008) juga menyatakan kecemasan sebagai perasaan khawatir akan hal buruk yang terjadi dimasa depan dan perasaan kurang nyaman seperti adanya ancaman yang disertai tanda-tanda gejala fisik jantung berdebar, keringat dingin dan tangan gemetar.

Kecemasan merupakan keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan hal buruk akan terjadi (Nevid, dkk 2005). Kecemasan dapat juga diartikan sebagai kondisi psikologis yang terjadi karena adanya tekanan, ketakutan, terhadap kegagalan dan ancaman yang berasal dari lingkungan (Hidayatin dan Darmawanti, 2013). Dradjat (1979) juga menjelaskan mengenai kecemasan merupakan keadaan emosi dan perasaan yang kurang menyenangkan sebagai reaksi terhadap ancaman dari dalam maupun dari luar individu. Harriman (Rostiana dan Kurniati, 2009) mengatakan bahwa kecemasan sebagai ketakutan dan kekhawatiran akan sesuatu hal yang dirasakan oleh individu karena adanya ancaman yang berbahaya bagi dirinya.

Webster (Dobson, 2012) menyatakan bahwa kecemasan dapat didefinisikan sebagai ketidaknyamanan yang menyakitkan atau memprihatinkan yang umumnya terjadi karena memikirkan sesuatu hal yang belum terjadi diwaktu yang akan datang. Mustafa, dkk (2015) berpendapat hal yang sama mengenai kecemasan yang diartikan sebagai emosi yang

paling banyak dialami dan didefinisikan sebagai perasaan tidak menyenangkan, gelisah, gugup, cemas, takut, adanya keprihatinan atau kekhawatiran.

Sari dan Astuti (2014) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan penilaian individu terhadap capaian tujuan yang berkaitan dengan dunia kerja yang belum pasti, sehingga mengakibatkan konflik didalam diri individu yang mengakibatkan gangguan pola pemikiran seperti ketakutan dan kekhawatiran terhadap dunia kerja serta terganggunya respon fisiologis seperti berkeringat, jantung berdebar saat memikirkan dunia kerja.

Berdasarkan pemaparan dari definisi diatas, maka dapat disimpulkan kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan kondisi atau perasaan yang tidak menyenangkan tentang sesuatu hal yang buruk akan terjadi yangmana objek penyebab kecemasan itu tidak jelas, sehingga menyebabkan individu merasa gelisah, gugup, cemas, takut, adanya keprihatinan atau ketakutan serta terganggunya respon fisiologis saat memikirkan tentang dunia kerja.

2. Gejala-Gejala Kecemasan

Gunarsa, (1986) mengatakan ada dua macam gejala kecemasan antara lain:

- a. Gejala fisik meliputi gelisah, sulit tidur, terjadi peregangan dan kontraksi pada otot, perubahan irama pernapasan, dan adanya perubahan pada tingkah laku.
- b. Gejala psikis meliputi gangguan konsentrasi atau perhatian, emosi mudah berubah, turunnya tingkat kepercayaan diri, tidak ada motivasi dan timbul obsesi.

Hawari, (2016) mengemukakan individu yang dikatakan mengalami kecemasan memiliki gejala-gejala sebagai berikut:

- a. Mudah cemas, khawatir, tersinggung dan takut terhadap pikirannya sendiri, serta sering berfirasat buruk.
- b. Tidak pernah tenang, tegang, mudah gelisah dan terkejut.

- c. Terkadang takut pada banyak orang dan keramaian atau takut sendirian dan kesepian.
- d. Sulit tidur dan mimpi saat tidur menakutkan.
- e. Tergangunya konsentrasi dan mudah lupa.
- f. Keluhan somatik seperti jantung berdebar, sesak nafas, sakit kepala, pencernaan terganggu, pendengaran berdenging, otot dan tulang sakit.

Nevid dkk, (2005) menjelaskan gejala-gejala kecemasan sebagai berikut:

- a. Gejala fisik antara lain gelisah, gugup, tangan atau tubuh gemetar, pori-pori kulit perut atau dada kencang, telapak tangan berkeringat, pening atau pingsan, mulut dan kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, suara gemetar, tangan atau tubuh menjadi dingin, pusing, merasa lemas, sulit menelan, leher dan punggung kaku, terdapat gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, diare, dan wajah memerah.
- b. Gejala behavioral antara lain perilaku menghidar, perilaku melekat dan dependen, dan perilaku terguncang, sensitif dan mudah marah, perasaan terganggu dan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan.
- c. Gejala kognitif antara lain khawatir tentang sesuatu, takut terhadap masa depan, yakin bahwa sesuatu yang mengerikan akan terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, mudah terancam, tidak mendapatkan perhatian, takut kehilangan kontrol, takut tidak dapat mengatasi masalah, berpikir bahwa semua bisa dikendalikan, khawatir terhadap hal yang sepele, berpikir terhadap hal yang mengganggu, serta sulit konsentrasi atau menfokuskan pikiran.

Dari uraian menurut beberapa tokoh diatas, dapat disimpulkan gejala kecemasan meliputi gejala fisik, gejala psikis, gejala behavioral, gejala kognitif, menimbulkan kecemasan, khawatir, ketakutan, tegang, gelisah, takut sendirian, gangguan pola tidur, gangguan daya ingat, dan keluhan somatik.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Hawari (2016) mengatakan faktor yang mempengaruhi kecemasan dibagi menjadi dua, yaitu:

- a. Faktor internal yaitu faktor kecemasan yang bersumber dari dalam diri individu dan cenderung tidak disadari misalnya, perasaan tidak percaya pada kemampuan diri sendiri, tidak percaya diri, khawatir akan kegagalan, adanya perasaan negatif, kurangnya motivasi dalam diri individu untuk melakukan evaluasi dan memodifikasi terhadap perilakunya atau melakukan regulasi diri.
- b. Faktor eksternal yaitu faktor kecemasan yang bersumber dari lingkungan dan tuntutan dari orang-orang sekitar seperti keluarga, masyarakat atau kurangnya dukungan sosial.

Kaplan (Hastuti dan Arumsari, 2008) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu:

- a. Faktor internal (individu) hal ini berkaitan dengan sikap dan kepribadian dari individu itu sendiri seperti jenis kelamin, usia, kurang dapat memahami kemampuan dalam berpikir dan bertindak sehingga individu mudah cemas.
- b. Faktor eksternal (lingkungan) merupakan faktor yang bukan berasal dari dalam melainkan dari luar individu seperti tuntutan terhadap tugas akhir (skripsi) atau tuntutan dalam dunia kerja, maupun hubungan antara individu dengan individu lainnya baik dengan teman, orang tua dan keluarga.

Nevid dkk, (2005) menyatakan ada empat faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain:

- a. Faktor biologis, merupakan Presdiposisi genetik, iregularitas didalam fungsi neurotransmitter dan abnomalitas pada bagian otak dapat memberikan tanda adanya hal yang buruk yang dapat memperlambat perilaku.

- b. Faktor sosial-lingkungan, berkaitan dengan adanya pengalaman tidak menyenangkan atau traumatis, mengamati respon takut atau cemas pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial.
- c. Faktor behavioral, yaitu individu mengikuti stimulus asertif dan stimulus yang bersifat netral, tidak khawatir terhadap perasaan cemas karena telah berbuat tindakan yang berulang-ulang dan menjauhi stimulus fobik serta berkurangnya peluang dalam pemusnahan karena menghindar akan objek dan kondisi yang tidak disukainya.
- d. Faktor kognitif dan emosional berhubungan dengan cara berpikir individu seperti adanya keyakinan yang tidak rasional, sensitif terhadap ancaman atau kecemasan, salah mengambil keputusan dari yang dikeluarkan oleh sinyal dalam tubuh, *self efficacy* yang rendah, dan kurang percaya diri. Konflik psikologis yang tidak terselesaikan dapat menimbulkan emosi pada diri individu seperti rasa marah, frustrasi dan sebagainya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan meliputi faktor internal, faktor eksternal, faktor biologis, faktor sosial-lingkungan, faktor behavioral, faktor kognitif dan emosional. Kecemasan menurut (Hawari, 2016) dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal seperti regulasi diri dan faktor eksternal seperti dukungan sosial, kedua faktor tersebut akan dijadikan sebagai variabel bebas yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja.

4. Aspek-Aspek Kecemasan

Bakar (Kristanto dkk, 2010) menyatakan aspek-aspek kecemasan ada dua yaitu:

- a. Aspek fisiologis, mempunyai ciri-ciri seperti tekanan darah meningkat, kaki dan tangan terasa dingin, mudah berkeringat, jantung berdebar-debar, muka tiba-tiba menjadi pucat, sering sakit perut, sulit tidur, mudah pusing, nafsu makan berkurang, sering merasa mual, gangguan pada lambung, dan nafas sesak.

- b. Aspek psikologis, mempunyai ciri-ciri seperti mudah gelisah, tegang, bingung dan mudah marah, merasa tidak berdaya dan tidak berguna, mudah kehilangan dan mudah tertekan, mudah kehilangan gairah, tidak percaya diri, ingin lari dari kenyataan, merasa tidak tenang atau tidak aman serta merasa tidak mampu menyesuaikan diri.

Nevid dkk, (2005) menyebutkan aspek-aspek yang diukur dalam kecemasan sebagai berikut:

- a. Reaksi fisik seperti gelisah, gugup, anggota tubuh gemetar, pusing, lemas, merasa sensitif dan mudah marah.
- b. Reaksi behavioral seperti menghindari situasi yang mengancam dirinya, perilakunya bergantung kepada orang lain dan terguncang.
- c. Reaksi kognitif seperti khawatir akan sesuatu, takut kehilangan kontrol diri, takut dengan apa yang terjadi dimasa depan, takut tidak mampu mengatasi masalah, pikiran dan konsentrasi kurang fokus, serta mudah terganggu.

Greenberg dan Padesky (2004) menyatakan aspek-aspek dari kecemasan menghadapi dunia kerja antara lain:

- a. Reaksi fisik, yang dialami seseorang yang mengalami gangguan kecemasan memiliki ciri-ciri seperti telapak tangan berkeringat, jantung berdebar-debar, pusing-pusing, otot tegang, dan pipi merona. Reaksi fisik yang terjadi ketika individu cemas dalam menghadapi dunia kerja biasanya akan terlihat saat mau lulus kuliah atau saat berada langsung pada situasi seleksi kerja.
- b. Pemikiran, biasanya orang yang cemas, memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak bisa mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada, khawatir dan berpikir tentang hal yang buruk terjadi dimasa depannya. Individu yang cemas terhadap dunia kerja akan khawatir dan berpikiran buruk mengenai dirinya mampu atau tidak mendapatkan pekerjaan.

- c. Perilaku, yang cemas dalam menghadapi dunia kerja biasanya ditandai dengan adanya usaha untuk menghindari situasi yang menyangkut seputar dunia kerja. Individu yang cemas dalam menghadapi dunia kerja juga akan menghindari pembicaraan seputar dunia kerja. Perilaku ini terjadi karena individu merasa dirinya terganggu dan tidak nyaman.
- d. Suasana hati, seseorang yang mengalami kecemasan meliputi perasaan gugup, mudah marah, dan mudah merasa cemas dan panik. Suasana hati pada seseorang yang merasa cemas terhadap dunia kerja akan terlihat jelas ketika individu tersebut dihadapkan dengan situasi yang menyangkut seputar dunia kerja, begitu juga saat dihadapkan dengan pembicaraan terkait dunia kerja, individu akan menjadi gugup dan cemas.

Dari aspek yang dikemukakan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek dari kecemasan meliputi aspek fisiologis, aspek psikologis, reaksi fisik, reaksi behavioral, reaksi kognitif, pemikiran, perilaku, dan suasana hati. Aspek yang digunakan untuk mengukur kecemasan menghadapi dunia kerja mengacu pada pendapat (Greenberg dan Padesky, 2004) yang terdiri dari reaksi fisik, pemikiran, perilaku dan suasana hati. Peneliti akan menggunakan keempat aspek tersebut karena aspek ini jelas dan mewakili dalam mengungkap aspek kecemasan menghadapi dunia kerja.

B. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Istilah regulasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (Feist dan Feist, 2010) didalam teori kognitif sosial, diartikan sebagai perubahan perilaku manusia yang dipengaruhi oleh interaksi serta kemampuan berpikir dan mengontrol perilaku individu. Zimmerman (Chairani dan Subandi, 2010) berpendapat bahwa regulasi diri merupakan pikiran, perasaan dan tindakan yang sudah direncanakan oleh individu dan hal ini dilakukan terus menerus dalam upaya tujuan pencapaian pribadi. Regulasi diri menurut Zimmerman dan Schunk (Hendrianur, 2015) merupakan proses aktivasi pemikiran,

tingkah laku, dan perasaan terus menerus dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh individu.

Friedman dan Schustack (2006) menyatakan bahwa regulasi diri merupakan proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri seperti menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Regulasi diri menurut Friskilia dan Winata (2018) adalah suatu proses dalam diri individu yang bertujuan mengatur dan mengelola perasaan, pikiran, keinginan, dan penentuan tindakan yang akan dilakukan, sehingga individu mampu mencapai perencanaan tindakan tersebut dan mengevaluasi kesuksesan, memberi penghargaan atas pencapaiannya, serta menentukan target yang lebih tinggi.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Santrock (2007) yang menyebutkan bahwa regulasi diri akan menjadikan individu mengatur dan mengevaluasi tujuan yang dibuatnya dan membuat penyesuaian yang diperlukan untuk menunjang target yang diinginkan.

Atkinson, dkk (2004) menjelaskan regulasi diri adalah pemantauan perilaku individu, dengan mengendalikan stimulus guna memodifikasi perilaku individu yang tidak sesuai. Baumeister dan Heatherthon (Azhari dan Mirza, 2016) menyatakan regulasi diri adalah suatu upaya yang dilakukan oleh individu untuk mencegah tingkah lakunya agar tidak melenceng dan kembali sesuai dengan standar norma serta memberikan hasil yang sama.

Berdasarkan teori dari beberapa tokoh diatas, maka dapat disimpulkan regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol perilaku dan tindakannya sendiri dalam upaya mencapai target dengan mengendalikan perilaku atau tindakan yang tidak sesuai dengan target tersebut.

2. Aspek-Aspek Regulasi Diri

Miller dan Brown (Neal dan Carey, 2008) mengemukakan ada enam aspek regulasi diri antara lain:

- a. *Receiving* (menerima informasi) merupakan langkah awal individu dalam menerima informasi dari sumber lain.

- b. *Evaluating* (mengevaluasi informasi) yaitu menyadari seberapa besar masalah tersebut.
- c. *Searching* (mencari solusi) yaitu mencari jalan keluar dalam menghadapi masalah.
- d. *Formulating* (merancang rencana) yaitu perencanaan untuk meneruskan target atau tujuan
- e. *Implementing* (menerapkan rencana) seperti bertindak sesuai dengan tujuan dan modifikasi sikap sesuai dengan rencana yang diinginkan.
- f. *Assessing* (mengukur efektivitas rencana yang dibuat) hal ini diperlukan dalam membantu menyadari, apakah rencana sudah sesuai dengan yang diharapkan dan apakah hasil yang didapat sesuai dengan apa yang individu inginkan.

Zimmerman (Rozali, 2014) menyebutkan ada tiga aspek dalam regulasi diri, yaitu:

- a. Metakognisi merupakan kemampuan dalam mengatur kognisi seperti memonitoring diri sendiri, merencanakan dan menentukan tujuan serta evaluasi diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya. Dalam menghadapi dunia kerja, individu akan siap untuk merencanakan dan menentukan hal-hal apa saja yang ia akan persiapkan sebagai bekal untuk memasuki dunia kerja. Individu yang memiliki regulasi diri akan selalu melakukan evaluasi terhadap segala hal yang dilakukannya sekarang untuk perbaikan dalam menghadapi masa depannya.
- b. Motivasi dalam regulasi diri diartikan sebagai kemampuan dalam mengobservasi diri sendiri, mengatur dan memperbaiki kondisi motivasi dalam dirinya sehingga memiliki tingkat keyakinan terhadap kemampuan yang ada pada dirinya. Individu dengan regulasi diri yang baik senantiasa yakin atau percaya terhadap kemampuan dirinya dan akan selalu berusaha meningkatkan motivasi didalam diri sendiri maupun didalam kondisi apapun.

- c. Perilaku merupakan kemampuan dalam mengatur diri, menciptakan lingkungan yang mendukung aktifitasnya sehingga muncul interaksi dan kebiasaan. Dalam menghadapi dunia kerja, individu dengan regulasi diri tinggi akan berusaha untuk mencari informasi mengenai dunia kerja dan berusaha untuk melakukan aktivitas-aktivitas seputar pekerjaan yang dianggap mampu untuk menunjang sebagai bekal untuk bekerja nantinya.

Veronica (Marfu'i dkk, 2018) menyatakan aspek regulasi diri meliputi kemajuan metakognitif dalam perencanaan, manajemen diri dan strategi kognitif.

Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh beberapa tokoh, dapat disimpulkan bahwa aspek regulasi diri meliputi *Receiving, Evaluating, Searching, Formulating, Implementing, Assessing*, metakognisi, motivasi, perilaku, manajemen diri dan strategi kognitif. Dalam penyusunan alat ukur psikologi regulasi diri menggunakan aspek dari Zimmerman yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku karena aspek ini jelas dan mewakili dalam mengungkap aspek regulasi diri dalam menghadapi dunia kerja.

3. Faktor-Faktor Regulasi Diri

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri menurut (Feist dan Feist, 2010) setidaknya ada dua cara:

- a. Standar evaluasi perilaku kita, standar ini tidak hanya muncul karena faktor internal saja. Faktor lingkungan seperti berinteraksi dengan individu yang lain akan membentuk standar untuk evaluasi misal melalui observasi terhadap orang lain individu akan membentuk standar untuk mengevaluasi perfoma diri.
- b. Faktor eksternal menyediakan cara untuk mendapatkan penguatan, yaitu penghargaan instrinsik tidak terlalu cukup, individu juga membutuhkan motivasi dari faktor eksternal. Contoh seorang seniman membutuhkan penguatan yang lebih banyak daripada kepuasan diri untuk menyelesaikan lukisan dinding yang besar. Dukungan dari lingkungan dalam bentuk materi atau pujian dan dukungan dari orang lain juga diperlukan.

Bandura (Feist dan Feist, 2010) menyebutkan ada faktor internal dalam regulasi diri yaitu:

- a. Observasi diri yaitu memonitor diri sendiri walaupun perhatian yang kita berikan padanya belum tentu akurat.
- b. Proses penilaian, meliputi evaluasi diri sendiri, membantu individu untuk meregulasi perilaku dengan melalui proses mediasi kognitif, dan bergantung pada bagaimana individu menilai alasan dari perilaku.
- c. Reaksi diri, merupakan individu yang merespon baik positif maupun negatif dari perilaku yang mereka perbuat dan tergantung bagaimana perilaku individu memenuhi standar personal mereka.

Zimmerman dan Pons (Fitriya dan Lukmawati, 2016) mengatakan ada tiga hal yang menjadi faktor regulasi diri yaitu:

- a. Individu dalam hal ini meliputi pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu dan tujuan yang ingin dicapai.
- b. Perilaku mengacu pada upaya yang individu lakukan dengan menggunakan kemampuan apa yang mereka miliki.
- c. Lingkungan, dalam hal ini regulasi diri tergantung pada lingkungan sekitar individu, apakah mendukung aktivitasnya atau sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan faktor yang dikemukakan oleh beberapa tokoh, dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi regulasi diri adalah standar evaluasi, cara untuk mendapatkan penguatan, observasi diri, proses penilaian, reaksi diri, individu, perilaku dan lingkungan.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

King (2010) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan umpan balik yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Individu tersebut merupakan individu yang diperhatikan, dihargai, dihormati, dicintai, dan dilibatkan dalam jaringan sosial tertentu. Taylor (King, 2010) juga berpendapat individu yang merasakan penderitaan secara emosional dapat mengalami kecemasan, depresi dan hilangnya harga diri. Individu yang

mengalami stress akan mendapat ketenangan yang diperoleh dari keluarga dan teman yang menghargai dan mencintai individu tersebut.

Spiegel, dkk (King, 2010) menyatakan hubungan sosial dengan orang lain adalah salah satu cara untuk mendapatkan dukungan dalam masa yang sulit. Hubungan sosial tersebut dapat dilakukan dengan berbagi sosial yaitu berbicara dengan orang yang mampu berperan sebagai pendengar yang baik dan memberikan nasehat. Individu yang berada pada kelompok dengan disertai dukungan dari lingkungan akan lebih dapat bertahan hidup di masa-masa sulit.

Walen dan Lachman (2000) menjelaskan dukungan sosial merupakan suatu pemikiran yang dirasakan individu atas bentuk kepedulian dari orang lain. Individu juga merasakan suatu pemahaman yang diberikan oleh jaringan sosial disekitar individu. Sarafino (Entezar, dkk 2014) dukungan sosial didefinisikan sebagai jumlah banyak kebaikan, persahabatan dan perhatian yang diberikan oleh anggota keluarga, teman dan orang lain. Cobb (Nurmalasari dan Putri, 2015) juga mengemukakan pendapat serupa bahwa dukungan sosial mengarah pada rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk perhatian, pemahaman dan kepedulian dari keluarga, teman dan orang lain terhadap individu yang sedang berada dalam masa-masa yang sulit.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Sarafino (Kumalasari, 2012) menyatakan bahwa ada empat aspek dukungan sosial, antara lain:

- a. Dukungan emosional yaitu bentuk emosional yang diberikan individu maupun kelompok kepada individu lain yang membutuhkan dorongan emosional. Seperti pemberian rasa hangat, perhatian, memberikan semangat, empati, emosi, dan cinta kasih, rasa percaya, yang dimaksudkan untuk memunculkan kenyamanan pada individu sehingga individu menjadi lebih percaya bahwa dirinya dicintai, dikagumi,

dihargai, dan merasa aman serta diperhatikan oleh orang lain, begitu pula saat cemas memikirkan dunia kerja.

- b. Dukungan penghargaan terungkap pada penghargaan positif dan pernyataan setuju yang diberikan individu terhadap ide, perasaan dan performa orang lain. Interaksi yang terjalin antara individu dengan individu yang lain akan memberikan ketegasan keyakinan. Individu yang merasa mendapatkan dukungan emosional akan merasa yakin dan percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga siap dalam menghadapi dunia kerja.
- c. Dukungan instrumental yaitu bentuk dukungan sosial secara langsung berupa waktu, materi atau menyediakan benda benda dan layanan untuk individu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.
- d. Dukungan informasi yaitu bentuk dukungan berupa informasi yang terbagi menjadi dua bentuk, diantaranya bentuk pemberian informasi yang dapat digunakan untuk membantu individu menyelesaikan permasalahan dan bentuk pemberian informasi terkait kemampuan individu untuk dapat mengembangkan keahlian dirinya sebagai dasar untuk menyelesaikan dan memberikan pemecahan suatu masalah yang dihadapi individu. Individu yang merasa mendapatkan dukungan informasi akan menepis rasa cemas terhadap dunia kerja karena sudah merasa memiliki orang yang mampu memberikan saran dan informasi terkait dunia kerja.

Taylor (King, 2010) mengemukakan tiga bentuk dukungan sosial, antara lain:

- a. Bantuan yang nyata dapat diberikan oleh teman dan keluarga kepada individu yang sedang berada pada situasi stress. Bantuan ini dapat berupa barang dan jasa. Bantuan berupa barang seperti hadiah dan makanan, sedangkan bantuan berupa jasa seperti memberikan motivasi. Barang dan jasa yang diberikan kepada individu diharapkan mampu membantu individu dalam mengatasi tekanan yang dialami.

- b. Informasi merupakan salah satu dukungan sosial yang diberikan individu kepada individu yang lain. Individu yang memberikan informasi dapat membantu individu untuk mengatasi stres yang dialami. Informasi yang diberikan dapat dilakukan dengan cara memberi saran mengenai tindakan apa yang perlu dilakukan untuk mengatasi stres.
- c. Dukungan emosional adalah dukungan yang diberikan individu saat mengalami stres. Tujuan dari pemberian dukungan emosional adalah untuk membuat individu yang mengalami stres menjadi lebih tenang dan mampu menghadapi stres yang dialami. Dukungan emosional dapat dilakukan oleh keluarga maupun teman. Keluarga dan teman memberikan dukungan emosional dalam bentuk rasa cinta, kasih sayang dan rasa menghargai serta penuh kepedulian kepada individu yang mengalami stres.

Menurut House (Marni dan Rudy, 2015) aspek dukungan sosial ada empat macam tipe, yaitu:

- a. Dukungan emosional (*emotional support*) terdiri dari rasa empati, rasa peduli, serta perhatian yang akan kita berikan kepada orang lain.
- b. Dukungan penghargaan (*appraisal support*) terletak pada rasa hormat atau sebuah penghargaan yang diterima oleh individu terhadap hasil usaha atau prestasi yang dicapai individu. Penghargaan ini seperti dorongan untuk maju dan membuat perbandingan yang baik dengan orang lain.
- c. Dukungan instrumen (*instrumental support*) merupakan dukungan yang diterima oleh individu dalam bentuk bantuan secara materi maupun non materi seperti bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.
- d. Dukungan informasi (*informational support*) mencakup dalam hal memberikan sebuah nasehat, saran, informasi, dan petunjuk sebagai bahan pertimbangan individu dalam mengatasi suatu masalah.

Berdasarkan penjabaran aspek-aspek diatas, maka dapat disimpulkan aspek dukungan sosial meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, bantuan yang nyata dan informasi. Pendapat sarafino (Kumalasari, 2012) akan dijadikan sebagai alat untuk mengukur dukungan sosial yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi karena aspek ini jelas dan mewakili dalam mengungkap dukungan sosial.

3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Myers (Adawiyah, 2013) mengemukakan sebab-sebab seseorang memberikan dukungan atau bantuan kepada orang lain:

- a. Adanya empati, yakin rasa empati kepada orang lain dengan tujuan memotivasi tingkah laku seseorang untuk mengurangi kesedihan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial yang ada pada masyarakat yang diperkenalkan pada seseorang semenjak dini akan membimbing seseorang agar berperilaku secara tepat, terutama dalam menghadapi situasi individu diharuskan menjalankan kewajiban dalam kehidupan sosialnya.
- c. Pertukaran sosial dalam kehidupan sosial, terjadi karena adanya interaksi manusia yang didasari dengan untung rugi. Hal ini tidak hanya terjadi pada pertukaran material (benda, uang) tetapi juga pertukaran sosial yang berupa non material yakni cinta, informasi, pelayanan dan status. Dasar dari pertukaran sosial yang berupa untung rugi inilah yang mendasari seseorang untuk berperilaku menolong.

Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino (Nurmalasari dan Putri, 2015) ada tiga faktor diantaranya:

- a. Potensi penerima dukungan, seseorang tidak akan memperoleh dukungan sosial apabila dirinya tidak pernah menolong orang lain dan tidak memberi tahu orang lain bahwa dirinya membutuhkan pertolongan.
- b. Potensi penyedia dukungan dan komposisi, penyedia dukungan terkadang tidak mempunyai apa yang dibutuhkan orang lain, sehingga terkesan tidak memikirkan orang lain.

- c. Struktur jaringan sosial adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang dalam keluarga dan lingkungan. Hubungan ini bervariasi dalam ukuran, frekuensi hubungan komposisi dan kedekatan hubungan.

Cohen dan Syme (Andarini dan Fatma, 2013) mengemukakan faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, sebagai berikut:

- a. Pemberian dukungan dilakukan kepada orang-orang yang memiliki arti penting dalam pencapaian hidup sehari-hari.
- b. Jenis dukungan dilakukan apabila dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang ada.
- c. Penerimaan dukungan seperti kepribadian, kebiasaan dan peran sosial akan menentukan keefektifan dukungan.
- d. Permasalahan yang dihadapi, dukungan sosial yang tepat dipengaruhi oleh kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang ada.
- e. Waktu pemberian dukungan, dukungan sosial akan optimal di dalam satu situasi akan tetapi menjadi tidak optimal dalam situasi yang lain. Lamanya pemberian dukungan tergantung pada kapasitasnya.

Berdasarkan pemaparan dari beberapa tokoh diatas, maka dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah adanya empati, norma dan nilai sosial, pertukaran sosial, potensi penerima dukungan, potensi penyedia dukungan dan komposisi, struktur jaringan sosial, pemberian dukungan, jenis dukungan, penerimaan dukungan, permasalahan yang dihadapi, waktu pemberian dukungan.

4. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Rosenfeld dkk (2000) menyatakan bahwa individu mendapat dukungan sosial dari beberapa pihak, yaitu:

- a. Orang tua, merupakan sumber dukungan yang paling utama dan bersifat tidak menghakimi individu. Namun lebih kepada dukungan yang bersedia untuk mendengarkan, memberikan dukungan emosional, memberi penegasan atas kenyataan dan bantuan pribadi. Dukungan emosional meliputi kenyamanan, kepedulian dan dukungan untuk selalu berada disisi individu yang membutuhkan dukungan tersebut. Orang tua

memberi penegasan atas kenyataan, hal ini berarti bahwa orang tua memberikan cara pandang yang sama untuk menyelesaikan masalah secara objektif.

- b. Teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial yang dianggap memiliki hubungan sosial yang dekat dilingkungan individu. Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya lebih kepada dukungan emosional. Dukungan emosional ini dapat meningkatkan efikasi diri individu untuk mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.
- c. Pengajar merupakan salah satu sumber dukungan bagi individu yang berada dalam lingkungan pendidikan. Pengajar dapat memberikan dukungan sosial kepada individu dalam bentuk dukungan emosional dan dukungan penghargaan. Dukungan penghargaan yang diberikan oleh tenaga pengajar ini meliputi penghargaan atas usaha-usaha yang telah dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah.

Daalen, dkk (2005) mengemukakan dukungan sosial diperoleh dari sumber-sumber sebagai berikut

- a. Relasi kerja adalah sumber dukungan sosial berasal dari atasan dan rekan kerja individu. Individu yang bekerja pada suatu instansi atau kantor akan cenderung mendapatkan dukungan dari atasan dan rekan kerja individu tersebut.
- b. Selain relasi kerja, dukungan sosial dapat diterima individu dari sumber-sumber lain yang berada diluar dunia kerja individu. Sumber selain relasi kerja dapat diperoleh dari pasangan, keluarga, kerabat dan teman-teman. Perempuan lebih banyak mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman-teman. Laki-laki lebih banyak mendapat dukungan dari pasangan hidup.

Gottlieb (Maslihah, 2011) menyebutkan ada dua macam sumber dukungan sosial, yaitu:

- a. Hubungan profesional bersumber dari orang-orang yang ahli dibidangnya seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara.

- b. Hubungan non professional bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman dan keluarga.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh mengenai sumber dukungan sosial, dapat disimpulkan sumber dukungan sosial yaitu orang tua, teman sebaya, pengajar, relasi kerja, selain relasi kerja, hubungan profesional dan hubungan non professional.

D. Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Hurlock (2002) menyatakan bahwa tugas-tugas perkembangan dewasa awal berkaitan dengan pekerjaan merupakan tugas yang penting, sangat banyak dan kemungkinan untuk sulit diatasi. Mahasiswa tingkat akhir biasanya sudah mulai memikirkan dan mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja. Ketatnya persaingan dan berbagai tantangan dalam dunia kerja yang akan dihadapi mahasiswa setelah menyelesaikan pendidikan diperguruan tinggi dapat memunculkan perasaan yang negatif seperti kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Beiter (Fauziyah dan Ariati, 2015) menemukan bahwa mahasiswa tingkat akhir biasanya memiliki kecemasan yang lebih tinggi terhadap rencana setelah lulus kuliah dan saat mencari pekerjaan dibandingkan dengan individu yang berada pada tingkat dibawahnya.

Kecemasan menurut Alloy, ddk (Azhari dan Mirza, 2016) merupakan perasaan takut terhadap sesuatu yang berupa ancaman, keadaan tidak menentu, ketidakpastian dan hal yang belum jelas dikemudian hari. Kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang akan memasuki dunia kerja disebut dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berbeda-beda pada setiap individu. Seyogyanya kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan hal yang wajar, rasa cemas tidak selalu membawa dampak negatif karena rasa cemas yang normal dibutuhkan mahasiswa berkaitan dengan kewaspadaan, persiapan diri maupun peningkatan daya upaya. Kecemasan yang positif akan membantu mahasiswa untuk berperilaku dalam perencanaan terhadap masa depannya

sedangkan kecemasan yang negatif akan membuat mahasiswa menjadi kehilangan motivasi dan melakukan penundaan terhadap tugas akhir.

Fenomena kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa dapat diasumsikan terkait dengan faktor internal dan faktor eksternal dari mahasiswa tersebut. Hal tersebut sesuai dengan faktor-faktor kecemasan yang dikemukakan oleh Hawari (2016) yaitu terdapat faktor internal dan faktor eksternal. Banyak faktor internal yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja salah satunya adalah regulasi diri.

Husna, dkk (2014) berpendapat bahwa regulasi diri adalah bagaimana individu mengenali diri sendiri, menyadari pentingnya kerja keras bagi dirinya dan orang lain, mempunyai tujuan hidup yang jelas dan bermakna, bekerja keras mengendalikan diri, tetap bertahan berada di jalur yang sesuai dengan target, mengelola diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengatasi hambatan internal dan eksternal, membuka diri untuk menerima tantangan dan yang terakhir mensyukuri proses yang dilalui dan apapun hasil yang telah dicapai, serta kembali bertekad untuk mencapai target yang telah ditentukan.

Individu yang memiliki regulasi diri rendah akan merasakan kecemasan karena kurang mampu mengontrol perilakunya sendiri dengan kondisinya saat ini. Sebaliknya individu yang memiliki regulasi diri yang tinggi lebih dapat mengontrol perilakunya dan menetapkan tujuan sehingga akan meminimalkan kecemasan. Freud (Feist dan Feist, 2010) mengatakan kecemasan dapat mengatur dirinya sendiri (*self-regulating*) karena bisa memicu represi atau penekanan yang kemudian mengurangi rasa sakit akibat kecemasan. Dengan adanya regulasi diri yang baik mahasiswa akan mengelola kecemasan yang dialami dengan melakukan persiapan seperti membuat penetapan tujuan, perencanaan, dan melakukan pengawasan kemajuan diri sehingga membuat mahasiswa mengetahui kekurangan dari proses yang telah dijalani dan dapat mempersiapkan lebih matang lagi.

Selain regulasi diri faktor eksternal berupa dukungan sosial juga dapat mempengaruhi kecemasan. Dukungan sosial memberikan pengaruh yang besar terhadap tinggi rendahnya kecemasan yang dialami seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Puspasari (Sari dan Dewi, 2013) menyimpulkan bahwa dukungan

sosial yang positif dapat mengurangi tingkat stres yang disebabkan oleh kecemasan pada individu. Kurangnya dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Hobfoll dan Stroke (Adawiyah, 2013) menjelaskan dukungan sosial sebagai perasaan kasih sayang maupun bantuan yang nyata diberikan kepada individu dari lingkungan disekitarnya sebagai rasa kepedulian dan cinta. Pierce (Andarini dan Fatma, 2013) menyatakan dukungan sosial dijadikan sumber emosi, informasi maupun pendampingan yang diberikan kepada individu yang mengalami masalah dalam kehidupannya dari orang-orang disekitar individu.

Uchino (Fauziyah dan Ariati, 2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan adanya perasaan nyaman, dipedulikan, dan dihormati serta adanya pertolongan yang diterima individu dari individu yang lain. Sarafino (Rianto, dkk 2012) menyatakan bahwa dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri, atau segala bentuk bantuan lainnya yang diterima dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial tidak hanya berasal dari teman sebaya, orang tua, anggota keluarga maupun dosen namun juga bisa diberikan oleh lingkungan kampus, agar mahasiswa mampu mengoptimalkan kemampuan dan keahliannya selama diperkuliahan serta siap untuk terjun ke dalam dunia kerja setelah lulus kuliah.

E. Hipotesis

1. Ada hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula.
2. Ada hubungan negatif antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Artinya, semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula.

3. Ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Artinya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan suatu langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dengan menentukan fungsi masing-masing variabel (Azwar, 2012). Identifikasi variabel dapat membantu peneliti dalam menentukan alat pengumpulan data dan teknik analisis yang akan digunakan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel tergantung dan variabel tergantung adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Adapun variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel Bebas 1 (X1) : Regulasi Diri

Variabel Bebas 2 (X2) : Dukungan Sosial

Variabel Tergantung (Y) : Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

B. Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk memberikan gambaran mengenai variabel yang akan diukur (Mustafa, 2010). Adapun definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan kondisi atau perasaan yang tidak menyenangkan tentang sesuatu hal yang buruk akan terjadi yangmana objek penyebab kecemasan itu tidak jelas, sehingga menyebabkan individu merasa gelisah, gugup, cemas, takut, adanya keprihatinan atau ketakutan serta terganggunya respon fisiologis saat memikirkan tentang dunia kerja. Adapun aspek kecemasan menghadapi dunia kerja yang digunakan peneliti untuk penyusunan alat ukur mengacu pada aspek Greenberg dan Padesky (2004) yaitu reaksi fisik, pemikiran, perilaku, dan suasana hati.

Semakin tinggi skor total subjek pada skala kecemasan, maka semakin tinggi pula kecemasan subjek dan sebaliknya.

2. Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol perilaku dan tindakannya sendiri dalam upaya mencapai target dengan mengendalikan perilaku atau tindakan yang tidak sesuai dengan target tersebut. Adapun aspek-aspek regulasi diri yang digunakan peneliti dalam penyusunan alat ukur menggunakan pendapat Zimmerman (Rozali, 2014) meliputi: metakognisi, motivasi dan perilaku. Semakin tinggi skor total subjek pada skala regulasi diri, maka semakin tinggi pula tingkat regulasi diri subjek dan sebaliknya.

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu bentuk perhatian, pemahaman dan kepedulian dari keluarga, teman dan orang lain terhadap individu yang sedang berada dalam masa-masa yang sulit. Adapun aspek dukungan sosial yang digunakan peneliti untuk penyusunan alat ukur mengacu pada aspek dari Sarafino (Kumalasari, 2012) meliputi: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Semakin tinggi skor total subjek pada skala dukungan sosial, maka semakin tinggi pula dukungan sosial yang diterima subjek dan sebaliknya.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan sebagian kelompok subjek yang hendak dikenakan generalisasi atau hasil dalam suatu penelitian (Azwar, 2012). Penelitian ini menggunakan populasi dengan kriteria sebagai berikut:

1. Subjek terdaftar sebagai mahasiswa aktif angkatan 2014 dan belum lulus atau di wisuda dari Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Subjek sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas teknologi industri dan fakultas psikologi angkatan 2014 yang berjumlah 329, jumlah tersebut diperoleh dari ruang tata usaha. Alasan mengambil sampel mahasiswa angkatan 2014 karena studi pendahuluan dilakukan pada mahasiswa angkatan 2014 yang sebagian besar sedang menyelesaikan tahap akhir perkuliahan yaitu tugas akhir atau skripsi dan lebih sering dijumpai daripada angkatan yang berada diatasnya seperti angkatan 2012 dan 2013. Data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian

NO	Nama Prodi	Jumlah
1.	Fakultas teknologi industri	189
2.	Fakultas psikologi	140
Total		329

2. Sampel

Azwar, (2012) menjelaskan sampel adalah yang menjadi bagian dari populasi. Sampel merupakan bagian dari anggota populasi yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian (Hadi, 2001). Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagaian mahasiswa angkatan 2014.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Subjek yang dijadikan sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *Accidental random Sampling*. Teknik *accidental random sampling* merupakan teknik penentuan sampel yang dilakukan secara kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang individu yang kebetulan ditemui cocok dan memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan (Sugiyono, 2014). Alasan mengambil teknik ini karena peneliti kesulitan menemui mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Mahasiswa tingkat akhir sudah sibuk dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi sehingga mahasiswa hanya datang ke kampus bila ada keperluan bimbingan skripsi.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Skala adalah sejumlah pertanyaan yang dianjurkan untuk dijawab subjek yang mana interpretasi dari pertanyaan-pertanyaan tersebut merupakan proyeksi keadaan subjek (Azwar, 2016). Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada tiga macam yaitu skala kecemasan menghadapi dunia kerja, regulasi diri, dan dukungan sosial dengan empat pilihan jawaban yaitu “sangat setuju”, “setuju”, “tidak setuju”, dan “sangat tidak setuju” serta didalam kuesioner terdapat lembar jawaban mengenai cara mengisi skala yang benar serta lembar identitas subjek. Setiap aitem memiliki dua jenis pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Berikut ini adalah tabel skor aitem dari jenis respon yang dipilih oleh subjek:

Jenis Respon	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja bertujuan untuk mengetahui apakah mahasiswa mengalami kecemasan saat menghadapi dunia kerja. Skala ini disusun berdasarkan aspek (Greenberg & Padesky, 2004) meliputi reaksi fisik, pemikiran, perilaku, suasana hati yang terdiri dari 40 aitem dan masing-masing terdiri dari 20 pernyataan *favorable* dan 20 pernyataan *unfavorable*.

Tabel 2. *Blue Print* Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Presentase
		F	U		
1.	Reaksi Fisik	5	5	10	25%
2.	Pemikiran	5	5	10	25%
3.	Perilaku	5	5	10	25%
4.	Suasana hati	5	5	10	25%
Total		20	20	40	100%

Keterangan : F = *Favorable*

U = *Unfavorable*

2. Regulasi Diri

Skala regulasi diri juga bertujuan untuk mengetahui apakah mahasiswa mempunyai regulasi diri yang baik saat menghadapi dunia kerja. Skala ini disusun berdasarkan aspek dari Zimmerman (Rozali, 2014) yaitu dari metakognisi, motivasi, perilaku yang terdiri dari 42 aitem dan masing-masing terdiri dari 21 pernyataan *favorable* dan 21 pernyataan *unfavorable*.

Tabel 3. *Blue Print* Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Presentase
		F	U		
1.	Metakognisi	7	7	14	33,333%
2.	Motivasi	7	7	14	33,333%
3.	Perilaku	7	7	14	33,333%
Total		21	21	42	100%

Keterangan : F = *Favorable*

U = *Unfavorable*

3. Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial digunakan untuk mengetahui seberapa baik dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa. Skala yang digunakan menggunakan aspek dari sarafino (Kumalasari, 2012) meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi yang terdiri dari 40 aitem dan masing-masing terdiri dari 20 pernyataan *favorable* dan 20 pernyataan *unfavorable*.

Tabel 4. *Blue Print* Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Presentase
		F	U		
1.	Dukungan Emosional	5	5	10	25%
2.	Dukungan Penghargaan	5	5	10	25%
3.	Dukungan Instrumental	5	5	10	25%
4.	Dukungan Informasi	5	5	10	25%
Total		20	20	40	100%

Keterangan : F = *Favorable*

U = *Unfavorable*

E. Validitas, Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem

1. Validitas

Validitas berfungsi untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat dan sesuai dengan tujuan pengukurannya (Azwar, 2016). Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa validitas merupakan kecermatan dan ketepatan alat ukur dalam melaksanakan fungsi pengukuran. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi adalah keselarasan antara aitem yang telah dibuat dengan memasukan atribut yang akan diukur (Azwar, 2016). Validitas isi dapat dievaluasi secara nalar dan akal sehat. Keputusan mengenai valid atau selarasnya aitem dengan tujuan alat ukur tidak dapat dinilai sendiri oleh peneliti, melainkan juga memerlukan kesepakatan penilaian dari penilai yang kompeten atau yang disebut dengan *professional judgment*. Pendapat profesional dalam mengkaji validitas skala penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya dan dapat memberikan hasil yang relatif tidak berbeda apabila dilakukan kembali terhadap subjek yang sama (Azwar, 2016). Sugiyono (2014) berpendapat variabel adalah kestabilan hasil alat ukur yang diperoleh dari subjek yang sama, saat dilakukan tes ulang akan menghasilkan data yang sama. Reliabilitas aitem dinyatakan baik, apabila koefisien reliabilitasnya berada pada rentang 0 sampai 1,00 dan semakin baik apabila mendekati 1,00 (Azwar, 2016). Pengujian reliabilitas alat ukur yang digunakan yaitu melalui SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 20.0 dengan teknik uji analisis *Alpha Cronbach*.

3. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem dilaksanakan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mampu menjelaskan atribut yang akan diukur (Azwar, 2016). Uji daya beda aitem dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* menggunakan program SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 20.0. Kriteria dalam memilih aitem berdasarkan korelasi aitem total

digunakan batasan skor $r_{ix} \geq 0,30$. Aitem yang memiliki koefisien korelasi aitem sama dengan atau lebih besar dari batasan 0,30 maka daya beda aitem dianggap tinggi sebaliknya pada aitem yang mempunyai skor r_{ix} dibawah 0,30 daya beda dianggap rendah atau gugur. Jika terdapat aitem yang belum memenuhi tiap aspek dalam instrument alat ukur yang digunakan, maka peneliti akan menurunkan indek daya beda aitem menjadi 0,25 (Azwar, 2016).

F. Metode Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah data dari semua responden terkumpul seperti mengelompokan data, tabulasi data dan menyajikan data dari setiap variabel dan jenis responden sehingga dapat ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2014). Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis statistik untuk menguji hipotesis yang diteliti. Metode yang digunakan untuk menganalisis penelitian menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor atau anareg 2 prediktor. Analisis regresi dua prediktor digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel bebas (X_1 dan X_2) dengan variabel tergantung (Y). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 20.0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Salah satu tahap yang harus dilalui sebelum penelitian adalah perlunya dalam memahami kancan atau tempat yang dijadikan penelitian dan persiapan segala sesuatu yang terkait dengan jalannya penelitian. Tahap awal dalam penelitian ini adalah melakukan observasi dan wawancara terhadap beberapa mahasiswa di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Tahap selanjutnya adalah memahami tempat pelaksanaan penelitian kemudian menentukan populasi dan sampel penelitian serta membuat perijinan penelitian.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang merupakan perguruan tinggi swasta terletak di Jl. Raya Kaligawe Km. 04 Kota Semarang. Universitas Islam Sultan Agung berdiri sejak tanggal 20 Mei 1962 M (16 Dzulhijjah 1369 H) oleh Yayasan Badan Waqaf Sultan Agung (YBW-SA) dan memiliki sebelas fakultas yaitu fakultas psikologi, fakultas ilmu keperawatan, fakultas kedokteran, fakultas bahasa dan ilmu komunikasi, fakultas ekonomi, fakultas ilmu keperawatan, fakultas hukum, fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, fakultas teknik, fakultas teknologi industri.

Alasan yang dijadikan sebagai pertimbangan peneliti menjadikan Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai tempat penelitian karena studi pendahuluan dilakukan dari beberapa mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung dan kondisi mahasiswa sesuai dengan permasalahan yang diteliti. Alasan lain penelitian yaitu peneliti cukup memahami lokasi, sehingga memudahkan untuk menentukan sampel dalam penelitian dan telah mendapatkan ijin dari pihak fakultas di Universitas Islam Sultan Agung untuk melaksanakan penelitian.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dimulai dari melakukan penyusunan alat ukur psikologi, mengurus surat ijin melakukan penelitian dan meminta data mahasiswa, melakukan uji coba terhadap alat ukur dan melakukan estimasi daya beda aitem serta reliabilitas sebelum melakukan proses penelitian.

a. Penyusunan Alat Ukur

Penyusunan alat ukur merupakan salah satu persiapan dalam penelitian yang akan digunakan sebagai alat pengumpulan data. Alat pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode skala. Pembuatan skala dilakukan dengan menentukan aspek dari variabel yang akan diteliti kemudian disusun menjadi beberapa aitem pertanyaan.

Setiap skala dalam penelitian ini terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* adalah aitem yang mendukung terhadap variabel yang hendak diukur atau diteliti, sedangkan *unfavorable* merupakan aitem yang tidak mendukung terhadap variabel yang hendak diukur atau diteliti

Pada skala terdapat empat alternatif jawaban yang disediakan yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Pemberian skor pada aitem *favorable* SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1, dan sebaliknya untuk *unfavorable* nilai SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4. Skala yang digunakan ada tiga yaitu, skala kecemasan menghadapi dunia kerja, skala regulasi diri, dan skala dukungan sosial.

a) Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja dibuat sendiri oleh peneliti dengan pertimbangan dari *professional judgment* oleh dosen pembimbing. Skala kecemasan menghadapi dunia kerja disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh (Greenberg dan Padesky, 2004) reaksi fisik, pemikiran, perilaku, dan suasana hati.

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja terdiri dari 40 aitem dengan jumlah 20 pernyataan *favorable* dan jumlah 20 pernyataan

unfavorable. Adapun sebaran aitem skala kecemasan menghadapi dunia kerja dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Persentase
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Reaksi Fisik	1, 9, 17, 25, 33	5, 13, 21, 29, 37	10	25%
2	Pemikiran	6, 14, 22, 30, 38	2, 10, 18, 26, 34	10	25%
3	Perilaku	3, 11, 19, 27, 35	7, 15, 23, 31, 39	10	25%
4	Suasana Hati	8, 16, 24, 32, 40	4, 12, 20, 28, 36	10	25%
Jumlah		20	20	40	100%

b) Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri dibuat sendiri oleh peneliti dengan pertimbangan dari *professional judgment* oleh dosen pembimbing. Skala ini disusun berdasarkan aspek dari Zimmerman (Rozali, 2014) yaitu dari metakognisi, motivasi, dan perilaku.

Skala regulasi diri terdiri dari 42 aitem dengan jumlah 21 pernyataan *favorable* dan jumlah 21 pernyataan *unfavorable*. Adapun sebaran aitem skala regulasi diri dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Presentase
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Metakognisi	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	14	33,333%
2	Motivasi	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38	14	33,333%
3	Perilaku	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42	14	33,333%
Jumlah		21	21	42	100%

c) Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial dibuat sendiri oleh peneliti dengan pertimbangan dari *professional judgment* oleh dosen pembimbing. Skala yang digunakan menggunakan aspek dari sarafino (Kumalasari, 2012) meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

Skala dukungan sosial terdiri dari 40 aitem dengan jumlah 20 pernyataan *favorable* dan jumlah 20 pernyataan *unfavorable*. Adapun sebaran aitem skala dukungan sosial dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Presentase
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Dukungan Emosional	1, 9, 17, 25, 33	5, 13, 21, 29, 37	10	25%
2	Dukungan Penghargaan	6, 14, 22, 30, 37	2, 10, 18, 26, 34	10	25%
3	Dukungan Instrumental	3, 11, 19, 27, 35	7, 15, 23, 31, 39	10	25%
4	Dukungan Informasi	8, 16, 24, 32, 40	4, 12, 20, 28, 36	10	25%
Jumlah		20	20	40	100%

b. Persiapan Izin Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti membuat surat izin untuk pengambilan data dan surat izin penelitian yang ditujukan kepada Dekan seluruh Fakultas di Universitas Islam Sultan Agung. Surat izin penelitian diperoleh dari Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung dengan nomor 1106/C.1/Psi-SA/VII/2018. Surat tersebut peneliti berikan kepada Kepala Tata Usaha setiap Fakultas di Universitas Islam Sultan Agung untuk diteruskan kepada setiap Dekan Fakultas di Universitas Islam Sultan Agung.

Langkah selanjutnya setelah membuat perizinan, peneliti kemudian menentukan fakultas mana yang akan dijadikan *tryout* dan penelitian. Subjek untuk *tryout* terdiri dari fakultas ekonomi dan fakultas teknik, sedangkan yang dijadikan untuk penelitian adalah fakultas psikologi dan fakultas teknologi industri.

c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh aitem dengan daya beda tinggi dan alat ukur yang valid dan reliabel. Pelaksanaan penelitian diawali dengan menyebarkan skala untuk dijadikan uji coba (*tryout*) yang dilaksanakan setelah mendapat izin dari dekan fakultas ekonomi dan fakultas teknik. Setelah mendapat izin, skala disebar pada tanggal 30 Juli sampai 8 agustus 2018. Subjek pada uji coba ini berjumlah 80. Subjek yang berjumlah 80 mahasiswa tersebut terdiri dari 55 mahasiswa fakultas ekonomi, dan 25 mahasiswa fakultas teknik di Universitas Islam Sultan Agung. Penyebaran skala *tryout* berlangsung pada jam 10.00 – 15.00 WIB. Setelah memperoleh hasil uji coba skala, peneliti kemudian melakukan uji coba daya beda aitem dan estimasi reliabilitas skala dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 20.0.

d. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Uji daya beda aitem dan estimasi reliabilitas alat ukur bertujuan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Setelah data uji coba alat ukur terkumpul, selanjutnya dilakukan penskoran terhadap skala kecemasan menghadapi dunia kerja, skala regulasi diri dan skala dukungan sosial. Hasil yang diperoleh dari skala tersebut adalah sebagai berikut:

1) Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Berdasarkan uji daya beda aitem terhadap skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang berjumlah 40 aitem, diperoleh 22 aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan 18 yang memiliki daya beda aitem rendah. Dalam uji coba skala ini, pengujian alat ukur menggunakan koefisien korelasi $\geq 0,30$ karena jumlah aitem yang memiliki daya beda tinggi pada penelitian sesuai dengan jumlah yang diinginkan. Koefisien korelasi daya beda aitem dalam skala ini berkisar antara 0,301 – 0,573.

Estimasi reliabilitas alat ukur skala kecemasan menghadapi dunia kerja dilakukan terhadap 22 aitem yang memiliki daya beda yang tinggi. estimasi reliabilitas menggunakan teknik *alpha cronbach* dengan koefisien sebesar 0,860. Jadi hasil uji coba skala kecemasan menghadapi dunia kerja dinyatakan reliabel. Adapun aitem yang memiliki daya beda yang rendah dan tinggi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Daya Beda Aitem Tinggi
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Reaksi Fisik	1*, 9, 17*, 25, 33*	5, 13*, 21, 29*, 37	10	5
2	Pemikiran	6*, 14, 22, 30, 38*	2*, 10, 18, 26, 34*	10	6
3	Perilaku	3*, 11*, 19*, 27*, 35*	7, 15*, 23, 31, 39*	10	3
4	Suasana Hati	8, 16, 24, 32, 40*	4, 12, 20, 28, 36*	10	8
Jumlah		20	20	40	22

Keterangan : * aitem yang gugur

2) Skala Regulasi Diri

Berdasarkan uji daya beda aitem terhadap skala regulasi diri yang berjumlah 42 aitem, diperoleh 32 aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan 10 yang memiliki daya beda aitem rendah. Dalam uji coba skala ini, pengujian alat ukur menggunakan koefisien korelasi $\geq 0,30$ karena jumlah aitem yang memiliki daya beda tinggi pada penelitian sesuai dengan jumlah yang diinginkan. Koefisien korelasi daya beda aitem dalam skala ini berkisar antara 0,307 – 0,603.

Estimasi reliabilitas alat ukur skala regulasi diri dilakukan terhadap 32 aitem yang memiliki daya beda yang tinggi. Estimasi reliabilitas menggunakan teknik *alpha cronbach* dengan koefisien sebesar 0,904. Jadi hasil uji coba skala regulasi diri dinyatakan reliabel. Adapun aitem yang memiliki daya beda yang rendah dan tinggi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Daya Beda Aitem Tinggi
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Metakognisi	1*, 7, 13, 19, 25, 31, 37*	4, 10, 16, 22, 28, 34*, 40	14	11
2	Motivasi	5, 11, 17, 23, 29*, 35, 41	2*, 8*, 14*, 20, 26, 32, 38	14	10
3	Perilaku	3, 9*, 15, 21, 27*, 33, 39	6*, 12, 18, 24, 30, 36, 42	14	11
Jumlah		21	21	42	32

Keterangan : * aitem yang gugur

3) Skala Dukungan Sosial

Berdasarkan uji daya beda aitem terhadap skala dukungan sosial yang berjumlah 40 aitem, diperoleh 28 aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan 12 yang memiliki daya beda aitem rendah. Dalam uji coba skala ini, pengujian alat ukur menggunakan koefisien korelasi $\geq 0,30$ karena jumlah aitem yang memiliki daya beda tinggi pada penelitian sesuai dengan jumlah yang diinginkan. Koefisien korelasi daya beda aitem dalam skala ini berkisar antara 0,329 – 0,643.

Estimasi reliabilitas alat ukur skala dukungan sosial dilakukan terhadap 28 aitem yang memiliki daya beda yang tinggi. estimasi reliabilitas menggunakan teknik *alpha cronbach* dengan koefisien sebesar 0,901. Jadi hasil uji coba skala dukungan sosial dinyatakan reliabel. Adapun aitem yang memiliki daya beda yang rendah dan tinggi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Daya Beda Aitem Tinggi
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Dukungan Emosional	1, 9, 17, 25, 33	5*, 13*, 21, 29, 37	10	8
2	Dukungan Penghargaan	6, 14, 22, 30, 38	2, 10, 18*, 26, 34*	10	8
3	Dukungan Instrumental	3*, 11, 19, 27*, 35*	7, 15*, 23, 31*, 39*	10	4
4	Dukungan Informasi	8, 16, 24, 32, 40	4, 12*, 20*, 28, 36	10	8
Jumlah		20	20	40	24

Keterangan : * aitem yang gugur

e. Penyusunan Skala Baru

Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyusun skala baru berdasarkan aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi. Adapun distribusi aitem skala penelitian yang telah disusun ulang dari variabel kecemasan menghadapi dunia kerja, regulasi diri dan dukungan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 11. Penyusunan Skala Baru Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Reaksi Fisik	1 (9), 8 (25)	4 (5), 11 (21), 17 (37)	5
2	Pemikiran	5 (14), 12 (22), 18 (30)	2 (10), 9 (18), 15 (26),	6
3	Perilaku	-	6 (7), 13 (23), 19 (31)	3
4	Suasana Hati	7 (8), 14 (16), 20 (24), 22 (32)	3 (4), 10 (12), 16 (20), 21 (28)	8
Jumlah		9	13	22

Keterangan : () merupakan nomor yang dahulu digunakan untuk *tryout*.

Tabel 12. Penyusunan Skala Baru Regulasi Diri (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Metakognisi	1 (7), 7 (13), 13 (19), 19 (25), 25 (31)	4 (4), 10 (10), 16 (16), 22 (22), 28 (27), 40 (30)	11
2	Motivasi	5 (5), 11 (11), 17 (17), 23 (23), 28 (35), 31 (41)	2 (20), 8 (26), 14 (32), 20 (38)	10
3	Perilaku	3 (3), 9 (15), 15 (21), 21 (33), 26 (39)	6 (12), 12 (18), 18 (24), 24 (30), 29 (36), 32 (42)	11
Jumlah		16	16	32

Keterangan : () merupakan nomor yang dahulu digunakan untuk *tryout*.

Tabel 13. Penyusunan Skala Baru Dukungan Sosial (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan Emosional	1 (1), 9 (9), 17 (17), 23 (25), 26 (33)	5 (21), 13 (29), 20 (37)	8
2	Dukungan Penghargaan	6 (6), 14 (14), 21 (22), 24 (30), 27 (38)	2 (2), 10 (10), 18 (26)	8
3	Dukungan Instrumental	3 (11), 11 (19)	7 (7), 15 (23)	6
4	Dukungan Informasi	8 (8), 16 (16), 22 (24), 25 (32), 28 (40)	4 (4), 12 (28), 19 (36)	6
Jumlah		17	11	28

Keterangan : () merupakan nomor yang dahulu digunakan untuk *tryout*.

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 13 sampai 31 agustus 2018 pada jam 10.00-15.00 WIB. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi dan fakultas teknologi industri angkatan 2014 yang sedang mengerjakan skripsi. Sampel diambil dengan menggunakan dengan teknik *accidental random sampling* yang berjumlah 130. Alasan menggunakan *accidental random sampling* karena mahasiswa aktif angkatan 2014 sudah jarang berada dikampus.

Penelitian dimulai dengan pengenalan diri terlebih dahulu kepada subjek yang akan dijadikan sampel kemudian peneliti melakukan wawancara singkat guna mengetahui identitas peneliti dan kesediaanya menjadi sampel penelitian. Peneliti memberikan skala kepada subjek yang bersedia menjadi sampel penelitian untuk mengisi skala dengan baik tanpa melewati pengisian identitas maupun saat mengisi aitem untuk memastikan tidak ada aitem yang terlewat.

Adapun pelaksanaan penelitian dilakukan sendiri saat menyebar di fakultas psikologi dan di fakultas teknologi industri. Pembagian pada fakultas psikologi yang dibagi oleh peneliti sendiri berjumlah 84 skala dan terisi lengkap. Pembagian yang dibagikan sendiri di fakultas teknologi industri berjumlah 46, skala yang terisi lengkap berjumlah 44 dan 2 skala tidak terisi lengkap, sehingga total sampel dalam penelitian ini hanya 128 yang layak dianalisis.

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk menentukan analisis yang akan digunakan dalam menguji hasil penelitian yang meliputi uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolineritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna melihat normal atau tidak suatu distribusi variabel-variabel penelitian. Uji normalitas sebaran dilakukan dengan menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menggunakan program SPSS versi 20.0. Kaidah penentu normal atau tidak distribusi variabel penelitian adalah jika ($p > 0,05$) berarti menunjukkan normal, sebaliknya ($p < 0,05$) menunjukkan nilai variabel penelitian tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Deviasi	KS-Z	Sig	P	Keterangan
Kecemasan	46,4375	6,96080	0,782	0,573	$>0,05$	Normal
Regulasi Diri	98,6172	10,57640	1,091	0,185	$>0,05$	Normal
Dukungan Sosial	87,1797	11,09546	0,757	0,615	$>0,05$	Normal

Hasil uji normalitas kecemasan menghadapi dunia kerja memperoleh nilai KS-Z = 0,782 dengan taraf signifikan = 0,573, sehingga dapat disimpulkan ($0,573 > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki distribusi normal.

Hasil uji normalitas regulasi diri memperoleh nilai KS-Z = 1,091 dengan taraf signifikan = 0,185, sehingga dapat disimpulkan ($0,185 > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel regulasi diri memiliki distribusi normal.

Hasil uji normalitas dukungan sosial memperoleh nilai KS-Z = 0,757 dengan taraf signifikan = 0,615, sehingga dapat disimpulkan ($0,615 > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel dukungan sosial memiliki distribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linear atau tidaknya antar variabel yang diteliti. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan uji F dengan bantuan SPSS versi 20.0. Hasil analisis uji linearitas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Uji linearitas antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh koefisien $F_{linier} = 59,297$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja adalah linear atau persamaan kedua variabel tersebut membentuk garis lurus.
- 2) Uji linearitas antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh koefisien $F_{linier} = 28,889$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja adalah linear atau persamaan kedua variabel tersebut membentuk garis lurus.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji ada tidaknya hubungan antar variabel bebas pada model regresi. Pedoman uji multikolinearitas adalah mempunyai nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) dengan batas < 10 dan mempunyai angka *tolerance* dengan batas $> 0,1$.

Berdasarkan uji multikolinearitas diperoleh nilai *tolerance* = 0,451 ($> 0,1$) dan nilai VIF = 2,217 (< 10). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas pada penelitian ini.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor dan analisis korelasi parsial. Teknik analisis regresi dua prediktor digunakan untuk mengetahui hubungan secara bersama-sama antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sedangkan teknik analisis korelasi parsial digunakan untuk menguji hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung, dimana salah satu variabel bebas akan dikendalikan.

a. Hipotesis Pertama

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan, dihasilkan koefisien korelasi $R = 0,566$ dan $F_{hitung} = 29,453$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima. Regulasi diri dan dukungan sosial pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 32% yang dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,320.

b. Hipotesis Kedua

Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan antara variabel regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dimana dukungan sosial digunakan untuk mengontrol diperoleh koefisien korelasi $r_{x1-2y} = -0,406$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga hipotesis kedua diterima. Semakin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja.

c. Hipotesis Ketiga

Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dimana regulasi diri digunakan untuk mengontrol diperoleh koefisien korelasi $r_{x2-1y} = -0,023$ dengan taraf signifikansi $p = 0,797$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga hipotesis ditolak.

3. Deskripsi Data

Deskripsi data bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai deskripsi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran. Hal ini juga berfungsi untuk mengetahui informasi mengenai keadaan responden pada variabel yang diteliti. Kategorisasi subjek secara normatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan model distribusi normal. Tujuan dibuatnya kategorisasi adalah menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2012).

Azwar (2012) menjelaskan bahwa suatu distribusi normal terbagi menjadi enam bagian atau enam satuan standar deviasi. Tiga bagian terdapat disebalah kiri *mean* (bertanda negatif) dan tiga bagian berada disebalah kanan (bertanda positif). Adapun distribusi normal kelompok subjek dalam penelitian ini dibagi atas lima satuan deviasi, sehingga diperoleh $6/5 = 1,2$. Adapun norma kategorisasi yang digunakan adalah:

Tabel 15. Norma Kategorisaasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.8 \text{ SD} < X \leq \mu + 3 \text{ SD}$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.6 \text{ SD} < X \leq \mu + 1.8 \text{ SD}$	Tinggi
$\mu - 0.6 \text{ SD} < X \leq \mu + 0.6 \text{ SD}$	Sedang
$\mu - 1.8 \text{ SD} < X \leq \mu - 0.6 \text{ SD}$	Rendah
$\mu - 3 \text{ SD} < X \leq \mu - 1.8 \text{ SD}$	Sangat Rendah

Keterangan : X = Skor yang diperoleh

μ = Mean

SD = Standar deviasi hipotetik

a. Deskripsi Data Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja terdiri dari 22 aitem dengan daya beda tinggi masing-masing aitem diberi skor yang berkisar dari 1 sampai 4. Skor terkecil yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah 22 (22×1) dan skor terbesar adalah 88 (22×4). Rentang skor skala adalah 66 ($88 - 22$) dengan *mean* hipotetik sebesar 55 ($[(22+88)/2]$) dan standar deviasi hipotetik sebesar 11 ($66/6$).

Berdasarkan hasil penelitian empirik deskripsi skor subjek skala kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh skor minimum 22, skor maksimum 65, mean hipotetik sebesar 46,4375 dan standar deviasi sebesar 6,96080. Adapun deskripsi skor pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai berikut:

Tabel 16. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	22	22
Skor Maksimum	65	88
Rerata (<i>Mean</i>)	46,4375	55
Standar Deviasi	6,96080	11

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek, dapat dilihat *mean* empirik lebih kecil dari pada *mean* hipotetik yaitu $46,4375 < 55$. Distribusi kategorisasi skor pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kategorisasi	Rentang Skor	Jumlah Subjek	%
Sangat Tinggi	74,8 – 88	0	0%
Tinggi	61,1 – 74,8	1	1%
Sedang	48,4 – 61,1	56	43,7%
Rendah	35,2 – 48,4	65	50,7%
Sangat Rendah	22 – 35,2	6	4,6%
Jumlah		128	100 %

Berdasarkan kategorisasi tersebut menunjukkan tidak ada subjek yang mendapatkan skor kecemasan menghadapi dunia kerja sangat tinggi. Ada 1 subjek yang mendapatkan skor tinggi. Ada 56 subjek yang mendapatkan skor sedang. Ada 6 subjek yang mendapatkan skor sangat rendah dan 65 subjek yang mendapatkan skor rendah. Rentang skor kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai berikut:

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
22	35,2	48,4	61,1	74,8
				88

Gambar 1. Rentang Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

b. Deskripsi Data Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri terdiri dari 32 aitem dengan daya beda tinggi masing-masing aitem diberi skor yang berkisar dari 1 sampai 4. Skor terkecil yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah 32 (32×1) dan skor terbesar adalah 128 (32×4). Rentang skor skala adalah 96 ($128 - 32$) dengan *mean* hipotetik sebesar 80 ($[(32+128)/2]$) dan standar deviasi hipotetik sebesar 16 ($96/6$).

Berdasarkan hasil penelitian empirik deskripsi skor subjek skala regulasi diri diperoleh skor minimum 76, skor maksimum 128, mean hipotetik sebesar 98,6172 dan standar deviasi sebesar 10,57640. Adapun deskripsi skor pada skala regulasi diri sebagai berikut:

Tabel 18. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Regulasi Diri

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	76	32
Skor Maksimum	128	128
Rerata (<i>Mean</i>)	98,6172	80
Standar Deviasi	10,57640	16

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek, dapat dilihat *mean* empirik lebih besar dari pada *mean* hipotetik yaitu $98,6172 > 80$. Distribusi kategorisasi skor pada skala regulasi diri dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Regulasi Diri

Kategorisasi	Rentang Skor	Jumlah Subjek	%
Sangat Tinggi	108,8 – 128	17	13,3%
Tinggi	89,6 – 108,8	92	71,9%
Sedang	70,4 – 89,6	19	14,8%
Rendah	51,2 – 70,4	0	0%
Sangat Rendah	32 – 51,2	0	0%
Jumlah		128	100

Berdasarkan kategorisasi tersebut menunjukkan tidak ada subjek yang mendapatkan skor regulasi diri sangat rendah maupun rendah. Ada 19 subjek yang mendapatkan skor sedang. Ada 92 subjek yang mendapatkan skor tinggi. Ada 17 subjek yang mendapatkan skor sangat tinggi. Rentang skor regulasi diri sebagai berikut:

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
32	51,2	70,4	89,6	108,8
				128

Gambar 2. Rentang Skor Skala Regulasi Diri

c. Deskripsi Data Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial terdiri dari 28 aitem dengan daya beda tinggi masing-masing aitem diberi skor yang berkisar dari 1 sampai 4. Skor terkecil yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah 28 (28×1) dan skor terbesar adalah 112 (28×4). Rentang skor skala adalah 84 ($112 - 28$) dengan *mean* hipotetik sebesar 70 ($(28+112)/2$) dan standar deviasi hipotetik sebesar 14 ($84/6$).

Berdasarkan hasil penelitian empirik deskripsi skor subjek skala dukungan sosial diperoleh skor minimum 61, skor maksimum 112, mean hipotetik sebesar 87,1797 dan standar deviasi sebesar 11,09546. Adapun deskripsi skor pada skala dukungan sosial sebagai berikut:

Tabel 20. Deskripsi Skor Subjek Pada Skala Dukungan Sosial

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	61	28
Skor Maksimum	112	112
Rerata (<i>Mean</i>)	87,1797	70
Standar Deviasi	11,09546	14

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek, dapat dilihat *mean* empirik lebih besar dari pada *mean* hipotetik yaitu $87,1797 > 70$. Distribusi kategorisasi skor pada skala dukungan sosial dapat dilihat dari table berikut:

Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial

Kategorisasi	Rentang Skor	Jumlah Subjek	%
Sangat Tinggi	95,2 – 112	28	21,9%
Tinggi	78,4 – 95,2	74	57,8%
Sedang	61,6 – 78,4	26	20,3%
Rendah	44,8 – 61,6	0	0%
Sangat Rendah	28 – 44,8	0	0%
Jumlah		128	100

Berdasarkan kategorisasi tersebut menunjukkan tidak ada subjek yang mendapatkan skor dukungan sosial sangat rendah maupun rendah. Ada 26 subjek yang mendapatkan skor sedang. Ada 74 subjek yang mendapatkan skor tinggi. Ada 28 subjek yang mendapatkan skor sangat tinggi. Rentang skor dukungan sosial sebagai berikut:

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
32	51,2	70,4	89,6	108,8
				128

Gambar 3. Rentang Skor Skala Dukungan Sosial

D. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan analisis regresi dua prediktor untuk mengetahui adanya hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Hasil analisis uji hipotesis pertama menunjukkan koefisien korelasi $R = 0,566$ dan $F_{hitung} = 29,453$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0,01$). Ini berarti bahwa hipotesis pertama pada penelitian ini dapat diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula.

Nugrahaningtyas, dkk (2014) mengemukakan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja dapat diartikan sebagai suatu perasaan sementara yang tidak menyenangkan mengenai dunia kerja, karena adanya ketidakpastian mengenai kemungkinan yang akan terjadi dimasa depan yang dapat menimbulkan kekhawatiran pada individu. Hawari (2016) menjelaskan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Dalam hal ini faktor internal merupakan kemampuan dalam meregulasi diri atau melakukan pengaturan diri, sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan berupa kurang adanya dukungan dari orang-orang di sekitar. Hal tersebut menunjukan bahwa regulasi diri dan dukungan sosial merupakan faktor

yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Hipotesis kedua pada penelitian ini ingin menguji apakah ada hubungan negatif antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Hasil perhitungan korelasi parsial menunjukkan nilai korelasi $r_{x1-2y} = -0,406$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga diketahui hipotesis kedua diterima. Semakin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rosliani dan Ariati, (2016) mengenai regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada pengurus ikatan lembaga mahasiswa Psikologi Indonesia (ILMPI) menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan nilai korelasi sebesar $-0,610$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), hal ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif. Artinya semakin tinggi kemampuan regulasi diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja.

Kecemasan dapat terjadi bila individu dihadapkan pada hal yang mengancam diluar kemampuannya. Klenk, dkk (2012) menyatakan bahwa untuk mengurangi kecemasan dapat dilakukan dengan menerapkan prinsip pengaturan diri atau regulasi diri. Klenk, dkk (2012) berpendapat seseorang yang gagal dalam proses regulasi diri seperti tidak mampu menentukan tujuan atau telah menentukan tujuan, namun gagal dalam melakukannya dapat berdampak pada terjadinya kecemasan. Gagalnya individu dalam menentukan tujuan dimasa depan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dapat menyebabkan gejala kecemasan dan depresi.

Individu yang memiliki kemampuan meregulasi diri dengan baik akan mampu mengatur pikiran serta tindakannya, misalnya memikirkan strategi untuk

menghadapi dunia kerja, mengikuti organisasi untuk menambah pengalaman dan teman serta mengikuti berbagai pelatihan untuk menambah keterampilan yang berguna dalam dunia kerja. Sebaliknya individu yang tidak memiliki kemampuan regulasi diri yang baik akan merasa kesulitan dalam mengatur pikiran dan tindakan sehingga seringkali mengalami dampak negatif yaitu mengalami perasaan cemas.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini ingin menguji apakah ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula. Hasil perhitungan korelasi parsial menunjukkan nilai korelasi $r_{x2-1y} = -0,023$ dengan taraf signifikansi $p = 0,797$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Hal ini berarti hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak.

Hasil tersebut tidak sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sekarina dan Indriana (2018) mengenai dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII SMK Yudya Karya Magelang menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan nilai korelasi sebesar $-0,519$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti terbukti, yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Begitu pula hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugrahaningtyas, dkk (2014) mengenai dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Wedi Klaten menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dengan nilai korelasi sebesar $-0,433$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa

hipotesis yang diajukan peneliti terbukti, yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.

Kerlinger (2004) menyebutkan bahwa terdapat hal-hal yang menjadi penyebab atau tidak terbuktinya hipotesis antara lain teori dan hipotesis yang salah, metodologi yang tidak tepat, pengukuran yang tidak adekuat atau pengukuran yang ceroboh dan analisis yang salah. Widhiarso (2012) juga menyebutkan bahwa penyebab hasil uji hipotesis tidak signifikan adalah kurang kuatnya teori yang digunakan, peneliti kurang cermat dalam menjabarkan konsep teoritik menjadi butir pernyataan, ukuran sampel yang terlalu kecil, dan teori belum banyak diuji dalam penelitian. Hasil penelitian yang tidak signifikan didalam penelitian ini sesuai dengan pendapat Widhiarso (2012) bahwa yang pertama penelitian ini memiliki ukuran sampel yang kecil sehingga mempengaruhi hasil signifikansi dan minimnya pengujian dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tingkat Universitas pada penelitian-penelitian yang sebelumnya. Alasan lain yang mungkin terjadi, mahasiswa pada tingkat akhir sudah mulai sibuk dengan urusan skripsi sehingga jarang berkumpul dengan teman-temannya dan kebanyakan mahasiswa jarang pulang kerumah orang tua. Hal tersebut membuat mahasiswa kurang mendapatkan dukungan sosial dari orang tua maupun temannya. Padahal Rosenfeld, dkk (2000) berpendapat dukungan sosial didapatkan dari teman sebaya, saudara maupun keluarganya.

Berdasarkan hasil deskripsi data skala kecemasan menghadapi dunia kerja menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung tergolong rendah. Hal ini dapat diketahui dari rentang skor subjek yang berada dalam kategori rendah dengan jumlah 65 mahasiswa dari 128 mahasiswa subjek penelitian. Hasil data tersebut menunjukkan adanya perbedaan dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi, Fakultas Hukum, dan Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung. Studi pendahuluan yang dilakukan yaitu observasi dan wawancara pada beberapa mahasiswa menunjukkan hasil

bahwa terdapat gejala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Perbedaan ini dikarenakan terlalu sedikitnya subjek dalam studi pendahuluan sehingga kurang representatif. Studi pendahuluan hanya dilakukan di Fakultas Psikologi, Fakultas Hukum, dan Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung sedangkan penelitian berada di Fakultas Teknologi Industri.

Adapun besarnya pengaruh regulasi diri dan dukungan sosial pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 32% yang dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,320. Keseluruhan sumbangan efektif berasal dari regulasi diri. Hal ini menunjukkan masih ada 68% dari faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja yang tidak diungkap dalam penelitian ini misalnya faktor jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian seperti efikasi diri, kepercayaan diri, konsep diri, harga diri, kematangan karir, dan kontrol diri.

E. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki banyak kelemahan dalam proses pelaksanaan, diantaranya sebagai berikut:

1. Peneliti saat mengambil data untuk studi pendahuluan kurang representatif yaitu hanya pada mahasiswa psikologi hukum dan ekonomi, sehingga data awal tentang kecemasan menghadapi dunia kerja berbeda dengan hasil penelitian. Hasil studi akan lebih representatif apabila studi pendahuluan dilakukan pada tiap fakultas di Universitas Islam Sultan Agung.
2. Penelitian dilakukan di Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri sedangkan peneliti tidak melakukan studi pendahuluan di Fakultas Teknologi Industri. Seyogyanya peneliti mengambil penelitian di Fakultas Hukum dan Fakultas Ekonomi.
3. Waktu yang kurang tepat dalam memberikan skala kepada subjek karena bertepatan dengan bimbingan skripsi maupun urusan lain sehingga subjek tergesa-gesa dalam mengisi skala.
4. Jumlah aitem dalam skala yang terlalu banyak yaitu 82 aitem, sehingga menyebabkan subjek bosan dan malas untuk mengisi skala dengan teliti.

5. Pengisian skala dilakukan tanpa pantauan secara menyeluruh kepada subjek penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula, dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima dan memiliki sumbangan efektif sebesar 32%.
2. Hasil hipotesis kedua pada penelitian ini bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula, sehingga hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung, dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri, maka semakin tinggi kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung.
3. Hasil hipotesis ketiga pada penelitian ini bahwa tidak ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Fakultas Teknologi Industri Unissula, sehingga hipotesis ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan, maka penulis dapat mengajukan saran kepada:

1. Saran Bagi Mahasiswa

- a. Kecemasan menghadapi dunia kerja berada kategori rendah, mahasiswa diharapkan tetap mempertahankan untuk tidak mengalami kecemasan saat menghadapi dunia kerja.

- b. Mahasiswa diharapkan mampu mempertahankan regulasi diri dengan cara membuat tujuan atau target masa depan setelah lulus kuliah, merencanakan segala sesuatu dengan baik, tidak mudah menyerah ketika mengalami masalah dalam proses menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa, dan mengembangkan potensi diri dengan mengikuti seminar atau pelatihan.
- c. Mahasiswa juga diharapkan selalu menjaga hubungan baik dengan teman, keluarga maupun dosen agar memperoleh dukungan yang positif dan diberi bimbingan ketika mengalami suatu permasalahan. Selain itu, saran bagi orang tua maupun dosen wali agar selalu mengawasi dan memberikan informasi dan arahan terhadap hal-hal yang belum diketahui mahasiswa yang berkaitan dengan dunia kerja.

2. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya dapat melakukan studi pendahuluan yang lebih mendalam mengenai kecemasan menghadapi dunia kerja dengan subjek yang lebih representatif untuk mendapatkan data yang lebih akurat mengenai permasalahan penelitian.
- b. Peneliti selanjutnya juga dapat lebih spesifikasi lagi terhadap subjek penelitian misalnya perbedaan kecemasan menghadapi dunia kerja ditinjau dari jenis kelamin (mahasiswa dan mahasiswi).
- c. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai kecemasan menghadapi dunia kerja yang dihubungkan dengan variabel bebas lain yang secara teoritis dapat memberikan kontribusi yang lebih besar pada kecemasan menghadapi dunia kerja seperti kematangan karir, efikasi diri, kontrol diri dan konsep diri.
- d. Selain itu peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat mengawasi atau mendampingi subjek penelitian secara langsung hingga selesai mengisi skala.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. A. R. (2013). Kecerdasan emosional, dukungan sosial dan kecenderungan burnout. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 99–107.
- Ahmar, D. S. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan kemampuan berpikir kreatif dalam kimia peserta didik kelas XI ipa se- kabupaten Takalar. *Jurnal Sainsmat*, V(1), 7–23.
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi*, II(2), 159–180.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. (2004). *Pengantar psikologi. Alih bahasa: Nurjanah*. Jakarta: Erlangga.
- Azhari, T. R., & Mirza. (2016). Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir universitas syiah kuala. *Mediapsi*, 2(2), 23–29.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cervone, D., & Lawrence, A. (2012). *Kepribadian: Teori dan penelitian. Alih bahasa: Aliya Tusyani*. Jakarta: Salemba Empat.
- Chairani, L., & Subandi, M. . (2010). *Psikologi santri penghafal al-quran, peranan regulasi diri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Daalen, G. Van, Sanders, K., & Willemsen, T. M. (2005). Sources of social support as predictors of health , psychological well-being and life satisfaction among dutch male and female dual-earners. *Journal of Woman & Health*, 41(2), 43–62.
- Dobson, C. (2012). Effects of academic anxiety on the performance of students with and without learning disabilities and how students can cope with anxiety at school. *Academic Anxiety And Coping With Anxiety*, 5(6), 1–36.
- Dradjat, Z. (1979). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Entezar, R., Jamkhaneh, Z., & Fallah, V. (2014). The relation between emotional intelligence, social support and mental health among Iranian and Malaysian mothers of mild intellectually disabled children. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 4(7), 442–455.
- Fauziyah, K. F., & Ariati, J. (2015). Dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 4(4), 255–261.

- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian theories of personality*. Alih bahasa: Smita Prathita Sjahputri. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitriya, & Lukmawati. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan (stikes) mitra adiguna Palembang. *Psikis-Jurnal Psikologi Islami*, 2(1), 63–74.
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2006). *Kepribadian teori klasik dan riset modern*. Alih bahasa: Fransiska Dian Ikarini. Jakarta: Erlangga.
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi diri (pengaturan diri) sebagai determinan hasil belajar siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(2), 37–44.
- Greenberg, D., & Padesky, C. A. (2004). *Manajemen pikiran*. Alih bahasa: Yosep Bambang Margono. Bandung: Kaifa.
- Gunarsa, S. (1986). *Psikologi olah raga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hadi, S. (2001). *Metodologi penelitian jilid 1*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hastuti, R. Y., & Arumsari, A. (2008). Pengaruh terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di stikes muhammadiyah Klaten. *Motorik*, 10(21), 26–34.
- Hawari, D. (2016). *Manajemen stres cemas dan depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hendrianur. (2015). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi mahasiswa fakultas ilmu sosial dan ilmu politik universitas mulawarman Samarinda tahun 2013 angkatan 2007-2008. *eJournal Psikologi*, 3(30), 528–542.
- Hidayatin, A., & Darmawanti, I. (2013). Hubungan antara religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII man 1 model Bojonegoro. *Character*, 2(1), 1–9.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Husna, A. N., Hidayati, F. N. R., & Ariati, J. (2014). Regulasi diri mahasiswa berprestasi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(1), 50–63.
- Kartono, K. (2003). *Patologi Sosial: Gangguan-gangguan kejiwaan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kerlinger, F. (2004). *Asas-asas penelitian behavioral*. Alih bahasa Landung Simatupang. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- King, L. A. (2010). *Psikologi umum sebuah pandangan apresiatif edisi (1)*. Alih bahasa: Petty Gina Bayatri. Jakarta: Salemba Humanika.

- Klenk, M. M., Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (2012). Regulatory focus and anxiety: A self-regulatory model of gad-depression comorbidity. *NIH Public Access*, 50(7), 935–943.
- Kristanto, P. H., Sumardjono, & Setyorini. (2010). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyusun proposal skripsi. *Satya Widya*, 30(1), 43–48.
- Kumalasari, F. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21–31.
- Lutfu, U., & Maliya, A. (2008). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari prestasi akademik. *Berita Ilmu Keperawatan*, 1(4), 187–192.
- Mahardika. (2008). *Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari prestasi akademik*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Marfu'i, L. N. R., Nurihsan, A. J., Nurhudaya, & Damaianti, V. S. (2018). Self-regulation in critical thinking skills of buddhist teenagers for solving problems in Indonesia. *Brain – Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 9(1), 101–113.
- Marni, A., & Rudy, Y. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti wredha budhi dharma Yogyakarta. *Jurnal Empati*, 3(1), 1–7.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa smpit assyfa boarding school Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 103–114.
- Mustafa, S., Melonashi, E., Shkemi, F., Besimi, K., & Fanaj, N. (2015). Anxiety and self-esteem among university students : comparison between Albania and Kosovo. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205(May), 189–194. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.057>
- Mustafa, Z. (2010). *Mengurai variabel hingga instrumentasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Neal, D. J., & Carey, K. B. (2008). A follow-up psychometric analysis of the self-regulation questionnaire. *Psychol Addict Behav*, 19(4), 414–422.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*. Edisi Kelima. Jilid I. Alih bahasa: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.
- Nugrahaningtyas, W., Wiyanti, S., & Priyatama, A. N. (2014). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII smk muhammadiyah 1 wedi Klaten. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 3(2), 134–144.

- Nugroho, F. W., & Karyono. (2011). Hubungan antara hardiness dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Fakultas Psikologi Undip*, 3(3), 1–9.
- Nurmalasari, Y., & Putri, D. E. (2015). Dukungan sosial dan harga diri pada remaja penderita lupus. *Jurnal Psikologi*, 8(100), 46–51.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2011). *Human development*. Alih bahasa: Brian Marwensdy. Jakarta: Kencana Persada Media Group.
- Rianto, Y., Hardjono, & Karyanta, N. A. (2012). Perbedaan burnout ditinjau dari dukungan sosial pada atlet women's national basketball league (wnbl) Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 85–96.
- Rosenfeld, L. B., Richman, J. M., & Bowen, G. L. (2000). Social support networks and school outcomes: The centrality of the teacher. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 17(3), 205–226.
- Rosliani, N., & Ariati, J. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada pengurus ikatan lembaga mahasiswa psikologi Indonesia. *Jurnal Empati*, 5(4), 744–749.
- Rostiana, T., & Kurniati, N. M. T. (2009). Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. *Jurnal Psikologi*, 3(100), 76–86.
- Rozali, Y. A. (2014). Hubungan self regulation dengan self determination (studi pada mahasiswa aktif semester genap 2013/2014, ipk < 2,75, fakultas psikologi, universitas X, Jakarta). *Jurnal Psikologi*, 12(2), 61–66.
- Safree, A. M., Yasin, M., & Dzulkifli, M. A. (2011). Differences in depression , anxiety and stress between low-and high-achieving students. *Journal of Sustainability Science and Management*, 6(1), 169–178.
- Santrock, J. W. (2007). *Education psychology*. Alih bahasa: Benedictine Widayasinta. Canada: McGraw-Hill Book Company.
- Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari konsep diri pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 3(4), 1–12.
- Sari, N. P. R. D., & Dewi, D. K. (2013). erbedaan tingkat kecemasan masa depan karir anak ditinjau dari self-concept dan persepsi dukungan sosial pada ibu anak tunarungu di smalb-b karya mulia Surabaya. *Character*, 1(1), 1–7.
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII smk yudya karya Magelang. *Jurnal Empati*, 7(Nomor 1), 381–386.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sugiyanto. (2006). Implikasi pengukuran terhadap pembangunan nasional serta strategi pemecahannya. *Value Added*, 2(2), 1–17.

- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Suharti, L., & Sirine, H. (2011). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap niat kewirausahaan (entrepreneurial intention) (studi terhadap mahasiswa universitas kristen satya wacana, Salatiga). *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 13(2), 124–134.
- Sukidjo. (2005). Peran kewirausahaan dalam mengatasi pengangguran di Indonesia. *Jurnal Economi*, 1(1), 17–28.
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology 7 edition*. Singapura: McGraw-Hill.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2015). *Psikologi sosial edisi kedua belas. Alih bahasa: Tri Wibowo*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner , family, and friends : Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social & Personal Relationships*, 17(3), 5–30.
- Waqiati, H. A., Hardjajani, T., & Nugroho, A. A. (2010). Hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada penyandang tuna daksa. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 78–82.
- Widhiarso, W. (2012). Hasil uji statistik tidak signifikan, mengapa? Diambil dari www.widhiarso.staff.ugm.ac.id
- Wisudaningtyas, A. (2012). Kecemasan dalam menghadapi ujian skripsi ditinjau dari self efficacy pada mahasiswa fakultas psikologi universitas katolik soegijapranata Semarang. *Lembaran Ilmu Kependidikan*, 41(12), 90–92.

LAMPIRAN 1

SKALA UJI COBA

- 1-1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja
- 1-2. Skala Regulasi Diri
- 1-3. Skala Dukungan Sosial

SKALA PSIKOLOGI



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2018**

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula. Dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, saya bermaksud mengadakan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon Saudara/Saudari bersedia untuk mengisi skala ini.

Lembar skala ini berisi sejumlah pernyataan yang harus Anda jawab semua. Anda diminta untuk memilih salah satu dari empat pilihan jawaban yang tersedia. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda karena tidak ada jawaban yang salah. Anda tidak perlu khawatir tentang identitas Anda karena identitas saudara sebagai responden akan dirahasiakan. Semua jawaban yang masuk, akan saya jaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.

Atas kesediaan saudara meluangkan waktu untuk mengisi skala ini saya ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Hormat Saya,

Reza Yuliansyah

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :
 Jenis Kelamin : P / L (Lingkari salah satu)
 Usia :
 Angkatan :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah dengan teliti sebelum mengisi jawaban pernyataan yang ada.
2. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang **sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara** dari empat pilihan jawaban yang disediakan yaitu:

SS : Bila anda merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

S : Bila anda merasa **SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

TS : Bila anda merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

STS : Bila anda merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

Usahakan untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan tersebut.

Contoh :

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya cemas tidak mendapatkan pekerjaan		X		

3. Apabila terdapat kesalahan dalam memilih jawaban, cukup berikan tanda “=” di atas tanda “X” kemudian pilih kembali jawaban anda seperti cara di atas.

Contoh :

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya cemas tidak mendapatkan pekerjaan		X	X	

4. Semua pilihan jawaban adalah benar, asalkan sesuai dengan apa yang terjadi pada diri anda.
5. Jika telah selesai, periksa kembali jawaban Anda, pastikan semua jawaban telah terisi.
6. Kami sangat menghargai kesungguhan dan kejujuran anda. Kerahasiaan identitas dan jawaban insyaallah kami jamin.

SELAMAT MENGERJAKAN

1-1 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya pusing memikirkan apa yang harus saya lakukan setelah lulus nanti.				
2	Saya tidak khawatir dengan persaingan pekerjaan yang semakin berat.				
3	Saya menghindari pembicaraan tentang dunia kerja.				
4	Saya tidak cemas dengan dunia kerja yang penuh dengan tantangan.				
5	Saya selalu semangat saat mencari kerja nanti.				
6	Saya merasa kurang mampu dalam menghadapi persaingan dunia kerja.				
7	Saya mengikuti perkembangan permasalahan dunia kerja saat ini.				
8	Saya cemas menghadapi persaingan kerja kelak.				
9	Saya merasa tegang yang berlebihan ketika ingat tentang dunia kerja.				
10	Saya merasa bisa mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan.				
11	Saya menolak ajakan teman mengikuti bursa kerja.				
12	Saya yakin akan mendapatkan pekerjaan setelah lulus.				
13	Saya tidak gelisah apabila setelah lulus tidak mendapatkan pekerjaan.				
14	Saya merasa khawatir ketika akan menghadapi dunia kerja.				
15	Saya mengisi waktu saya dengan magang di perusahaan untuk mencari pengalaman.				
16	Saya takut tidak bisa bersaing dalam mendapatkan pekerjaan.				
17	Jantung saya berdegup kencang menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat.				
18	Saya tidak khawatir menghadapi persaingan kerja.				
19	Saya enggan mengikuti pelatihan dunia kerja.				
20	Saya optimis masa depan baik setelah lulus kuliah.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
21	Saya tetap tenang, ketika mendengar informasi beratnya persaingan dunia kerja.				
22	Saya susah tidur jika mengingat masa depan.				
23	Saya selalu sharing dengan teman yang sudah kerja tentang pengalamannya dalam bekerja.				
24	Saya tiba-tiba merasa panik jika teringat dunia kerja.				
25	Badan saya lemas ketika memikirkan persaingan kerja yang semakin berat.				
26	Saya selalu berpikir positif dalam menghadapi permasalahan dunia kerja.				
27	Banyaknya pilihan pekerjaan membuat saya ragu untuk menentukan karier saya di masa depan.				
28	Saya tidak takut jika harus mendapat pekerjaan jauh dari tempat tinggal saya.				
29	Denyut jantung saya normal ketika memikirkan sempitnya lapangan pekerjaan.				
30	Saya susah untuk konsentrasi kalau mengingat akan masa depan nanti.				
31	Saya rajin mengakses informasi bursa kerja agar memiliki wawasan tentang dunia kerja.				
32	Saya jengkel jika mengingat tentang dunia kerja.				
33	Saya mengalihkan pembicaraan jika ada yang membicarakan tentang pekerjaan.				
34	Saya yakin lowongan kerja akan selalu tersedia.				
35	Saya belum memutuskan pekerjaan apa yang akan saya pilih nanti setelah lulus.				
36	Saya senang meskipun saya harus menghadapi wawancara berulang kali.				
37	Saya tidak merasakan tegang menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat.				
38	Saya merasa persaingan dunia kerja sangat kejam.				
39	Saya sering meminta nasehat tentang bagaimana menghadapi dunia kerja.				
40	Saya ragu apakah saya mempunyai kesempatan mendapatkan pekerjaan.				

1-2. Skala Regulasi Diri

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mengikuti pelatihan kerja atau seminar yang diadakan oleh kampus.				
2	Saya kurang yakin bisa diterima di pekerjaan yang saya inginkan setelah lulus.				
3	Ketika masuk semester akhir, saya bertanya kepada orang mengenai dunia kerja.				
4	Selama masih kuliah, saya tidak merencanakan apapun terkait dunia kerja.				
5	Saya ingin mengikuti jejak orang sukses.				
6	Saya khawatir tidak terampil menjawab saat wawancara pekerjaan.				
7	Saya mencari informasi seputar dunia kerja jauh hari sebelum lulus kuliah.				
8	Orang tua kurang memberikan motivasi kepada saya untuk meningkatkan keterampilan saya terkait dunia kerja.				
9	Saya akan mencari lowongan pekerjaan setelah lulus kuliah.				
10	Bagi saya organisasi tidak menunjang dalam menghadapi persaingan kerja.				
11	Saya selalu berpikir positif terhadap kemungkinan yang terjadi dalam menghadapi persaingan kerja.				
12	Saya malas jika mencari kerja di bursa kerja.				
13	Saat kuliah saya senang menambah relasi.				
14	Mencari pekerjaan sekarang sulit sehingga membuat saya merasa cemas.				
15	Walau masih kuliah, saya senang membantu teman yang sedang mencari pekerjaan.				
16	Walau sudah semester akhir, saya masih malas mencari informasi terkait pekerjaan.				
17	Saya meyakinkan diri bahwa saya mampu menghadapi persaingan kerja.				
18	Saya malas dengan teman yang sedang membicarakan mengenai dunia kerja.				
19	Saya mengikuti organisasi untuk melatih dan menunjang kemampuan diri.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
20	Saat kuliah saya malas untuk memperbaiki kekurangan yang menunjang pekerjaan.				
21	Saya merubah pola pikir selama dikuliah guna menyesuaikan saat mencari pekerjaan.				
22	Melihat kemampuan di kampus, saya merasa tidak mampu bersaing dalam mencari kerja.				
23	Saat semester akhir saya mulai fokus terhadap hal yang dibutuhkan dalam dunia kerja.				
24	Selama kuliah saya jarang membicarakan mengenai pekerjaan setelah lulus.				
25	Mengikuti organisasi membuat saya yakin mampu menghadapi persaingan kerja.				
26	Setelah lulus kuliah saya bersantai dahulu.				
27	Saya selalu menghadiri kegiatan seperti workshop guna melatih kecakapan kerja.				
28	Selama kuliah saya malas mengikuti pelatihan kerja atau seminar.				
29	Saya tidak cemas menghadapi dunia kerja, karena sudah mempersiapkan diri dengan baik.				
30	Saat kuliah saya malas melatih kecakapan diri .				
31	Semester akhir ini saya akan membuat perencanaan dalam menghadapi dunia kerja.				
32	Saya merasa kurang berusaha menambah keterampilan yang terkait dengan dunia kerja.				
33	Saya tertarik ketika diajak teman untuk berbicara mengenai bisnis.				
34	Saya tidak peduli dengan kekurangan saya terkait dunia kerja selama kuliah.				
35	Melihat kemampuan selama kuliah, saya yakin dapat mendapat pekerjaan yang diinginkan.				
36	Saya malas mengikuti workshop yang diadakan kampus.				
37	Ketika masuk semester akhir saya aktif mencari informasi terkait dunia kerja.				
38	Melihat orang yang sukses, saya beranggapan hal itu biasa saja.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
39	Saya senang dengan teman yang memberikan tips lolos seleksi pekerjaan.				
40	Melihat persaingan kerja yang semakin sulit membuat saya malas untuk cepat lulus kuliah.				
41	Ketika memasuki semester akhir, orang tua saya selalu memberikan motivasi.				
42	Saya kurang tertarik tawaran teman saya untuk bekerja dengannya setelah lulus kuliah.				

1-3. Skala Dukungan Sosial

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa bahwa teman saya bersedia mendengarkan keluh kesah saya.				
2	Saya merasa orang dilingkungan sekitar kurang memberikan motivasi.				
3	Fasilitas dikampus menunjang dalam menghadapi persaingan kerja.				
4	Teman saya kurang peduli bila saya mendapatkan masalah.				
5	Saya terkadang merasa bahwa orang lain tidak mendukung keputusan yang saya ambil.				
6	Orang tua mendukung bakat dan kegemaran yang saya miliki.				
7	Saya terkadang berpikir teman akan membantu saya hanya jika ada imbalan.				
8	Saya merasa memiliki teman yang mampu memberikan arahan yang baik.				
9	Saya merasa bahagia ketika mendapatkan banyak dukungan dari teman-teman.				
10	Orang tua selalu membandingkan saya dengan saudara yang lain.				
11	Orang tua memberikan bantuan ketika saya sedang kesulitan.				
12	Saya merasa orang lain tidak sepenuhnya bersedia memberikan saran kepada saya.				
13	Saya jengkel ketika orang tua sibuk dengan pekerjaan sehingga kurang menyediakan waktu bersama saya.				
14	Keluarga saya memberikan semangat untuk cepat lulus kuliah.				
15	Saya merasa fasilitas kampus kurang mendukung pelatihan bekerja.				
16	Orang tua mengarahkan saya untuk mencapai cita-cita yang saya impikan.				
17	Saya merasa memiliki teman yang peduli terhadap saya.				
18	Teman-teman terkadang menertawakan cita-cita yang saya sampaikan.				
19	Teman saya selalu ada ketika membutuhkan bantuan.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
20	Saat saya sedang bingung, orang lain cuek dengan kondisi saya.				
21	Saya merasa orang tua cuek dengan masa depan saya.				
22	Orang tua setuju dengan apa yang menjadi cita-cita saya.				
23	Teman saya tidak pernah ada jika saya membutuhkan bantuan.				
24	Saya memiliki banyak teman yang bersedia berbagi informasi tentang pekerjaan.				
25	Orang tua saya memperhatikan kegiatan yang saya lakukan sehari hari.				
26	Orang di sekitar saya cuek dengan sesuatu yang telah saya capai selama ini.				
27	Dalam menyelesaikan kegiatan saya dibantu oleh teman saya.				
28	Orang tua saya jarang memberikan motivasi.				
29	Saya merasa tidak ada orang yang peduli terhadap saya.				
30	Saya merasa orang di sekitar saya bangga dengan prestasi yang saya raih.				
31	Orang tua tidak mau memberikan dana untuk keperluan pelatihan pekerjaan yang diadakan kampus.				
32	Saya merasa mudah mendapatkan saran dari teman.				
33	Teman saya peduli terhadap perkembangan kuliah saya.				
34	Orang tua kurang setuju dengan apa yang saya cita-citakan.				
35	Dosen selalu memberikan pengarahan terkait dunia kerja.				
36	Memasuki semester akhir teman jarang yang memberikan informasi terkait dunia kerja.				
37	Teman saya menghindar ketika saya ingin menceritakan sesuatu.				
38	Saya merasa orang disekitar saya banyak memotivasi saya.				
39	Fasilitas dari orang tua kurang mampu membantu saya menyelesaikan tugas.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
40	Saya merasa teman-teman saya banyak membantu saya dalam meraih cita-cita.				

LAMPIRAN 2

TABULASI DATA UJI COBA

- 2-1. Tabulasi Data Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi
Dunia Kerja
- 2-2. Tabulasi Data Uji Coba Skala Regulasi Diri
- 2-3. Tabulasi Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial

2-1. Tabulasi Data Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

S/I	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	16	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	JUMLAH
1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	54
2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	75
3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	91
4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	89
5	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	91
6	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	84
7	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	4	1	2	1	2	2	2	2	2	1	80
8	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	4	3	2	2	2	2	1	2	3	4	3	2	1	90
9	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79
10	4	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	1	2	3	3	1	1	85
11	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	76
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	84
14	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	84
15	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	95
16	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	80
17	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	4	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	85
18	3	1	2	3	1	4	2	3	3	1	2	1	3	3	1	2	2	2	1	1	1	3	1	2	1	1	2	1	4	3	1	1	1	1	3	1	3	3	1	2	77
19	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	3	1	2	3	80
20	3	3	1	2	2	2	2	3	1	2	2	1	4	2	1	3	1	2	1	1	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	2	4	3	3	1	2	83
21	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	4	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	88
22	4	2	1	3	1	3	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	94
23	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	85
24	3	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	102
25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	84
26	3	3	2	3	1	2	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	4	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	89
27	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	3	3	2	2	93
28	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	92
29	1	1	2	2	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	1	2	2	1	4	3	4	4	2	2	3	4	4	4	4	2	2	1	1	4	2	3	4	1	112
30	2	3	2	3	2	4	2	3	2	2	1	2	3	4	4	4	2	3	1	1	2	2	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	1	3	91
31	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	4	3	3	1	2	78
32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	82
33	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	69
34	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	86
35	4	3	2	3	1	1	1	3	2	2	1	1	4	3	1	3	4	3	1	1	2	3	1	3	2	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	2	3	4	1	2	82
36	2	3	1	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	4	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	1	1	2	2	2	2	1	2	3	3	2	75
37	2	3	1	2	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	103
38	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	69
39	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	80	
40	1	4	4	1	2	3	2	1	1	2	3	1	4	3	3	2	3	2	4	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	3	2	2	77
41	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	3	1	3	2	2	2	75	

42	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	4	2	1	2	2	1	3	1	2	4	1	1	74
43	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	95	
44	2	1	1	2	1	2	2	3	1	2	1	1	4	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	66		
45	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	75			
46	2	2	2	2	1	4	2	1	3	2	1	1	1	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	72			
47	3	3	1	3	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	1	2	1	2	1	4	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	82			
48	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	93			
49	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2	67			
50	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	4	3	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	76		
51	3	3	4	3	2	1	2	2	2	2	3	3	4	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	1	2	2	3	1	2	1	4	2	2	3	2	2	87			
52	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	80		
53	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	2	4	66			
54	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	4	2	1	1	2	2	2	2	3	2	85			
55	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	3	1	2	4	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	67		
56	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	87			
57	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	1	3	2	3	1	3	4	1	1	1	1	3	1	2	1	1	3	1	2	4	1	1	1	1	4	1	1	4	1	2	72			
58	2	1	1	3	2	1	2	3	3	3	1	1	4	2	2	2	3	2	4	1	2	4	1	4	2	2	3	2	2	2	3	2	4	1	2	4	3	4	1	1	92			
59	2	2	1	2	1	2	3	3	2	2	2	1	4	3	2	3	3	2	1	1	3	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	86			
60	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	1	1	4	1	4	4	2	2	4	4	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	4	101			
61	4	4	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	93			
62	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	4	2	2	84			
63	3	2	3	3	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	84			
64	3	2	4	2	1	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	86			
65	2	3	1	1	1	2	1	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	3	3	2	2	78			
66	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	4	2	2	89			
67	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	73			
68	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	1	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	103			
69	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	3	2	3	3	1	2	89			
70	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	82			
71	2	3	2	1	1	1	3	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	4	1	2	3	2	2	3	2	3	4	1	3	2	90		
72	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	1	3	88			
73	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	81			
74	3	2	2	3	2	1	2	3	1	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	4	1	2	2	2	1	2	3	2	4	1	1	86			
75	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	90			
76	3	4	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	4	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	99			
77	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	1	3	4	1	3	2	2	2	3	3	2	2	4	2	1	2	3	3	2	1	1	92			
78	3	2	2	3	1	2	2	3	1	2	2	1	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	1	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	4	4	3	3	2	3	89			
79	3	2	1	2	1	3	1	4	4	1	2	1	3	2	1	3	3	2	1	1	1	4	1	3	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	3	2	4	2	1	2	78			
80	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	4	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	64		

2-2. Tabulasi Data Uji Coba Skala Regulasi Diri

S/I	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	JUMLAH	
1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	2	150	
2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	134	
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	1	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	118	
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	1	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	109	
5	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	112
6	2	2	2	3	1	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	109	
7	3	3	4	3	4	2	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	136
8	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	4	4	3	4	137	
9	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	137
10	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	134	
11	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	2	4	4	133
12	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	126	
13	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	122	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	130	
15	4	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	126	
16	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	118	
17	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	4	3	4	133	
18	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	1	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	1	4	4	3	4	4	4	4	3	145
19	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	4	3	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	130	
20	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	129
21	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	3	4	3	4	2	123	
22	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	4	1	3	2	4	3	3	1	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	115	
23	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	121	
24	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	122
25	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	125	
26	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	127
27	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	127
28	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	121
29	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	1	2	3	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	1	1	1	1	2	1	3	4	4	3	2	1	2	122	
30	3	2	3	3	4	1	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	1	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	126	
31	4	4	4	2	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	3	145	
32	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	134
33	2	3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	1	4	3	2	4	3	3	2	4	1	3	2	3	2	4	3	4	3	129	
34	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	4	126	
35	3	2	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	3	4	4	143	
36	3	1	4	2	4	3	3	1	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	1	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	134	
37	3	2	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	4	2	3	3	4	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	116	
38	4	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	128	
39	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	1	3	4	3	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	136	

40	3	4	3	4	4	4	4	2	4	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	4	3	1	4	3	3	145				
41	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	1	3	3	4	3	122				
42	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	4	3	4	137				
43	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	107			
44	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	1	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	146				
45	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	129				
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	168				
47	3	4	2	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	145				
48	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	122				
49	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	135		
50	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	129			
51	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	135		
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	124			
53	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	151	
54	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	135			
55	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	161		
56	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	114		
57	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	152
58	4	4	4	1	4	2	4	1	4	4	2	2	1	4	3	2	1	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	4	4	4	129	
59	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	1	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	130		
60	4	2	2	4	1	4	2	2	4	2	2	4	1	4	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	1	4	1	4	1	3	2	3	3	3	2	3	2	114	
61	4	3	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	124		
62	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130		
63	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	4	3	4	132		
64	2	3	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	113
65	3	2	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	134	
66	2	3	3	3	4	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	4	4	2	4	4	126	
67	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	122		
68	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	134		
69	3	3	4	2	2	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	114		
70	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124		
71	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	1	4	2	3	1	3	3	111		
72	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	129		
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	125		
74	3	3	4	4	3	3	4	1	4	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	136	
75	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	128	
76	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	132	
77	3	4	3	4	4	2	4	1	4	3	3	4	3	1	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	131		
78	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	139		
79	4	1	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	3	4	4	4	3	1	4	3	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	143		
80	3	4	2	3	4	3	4	4	2	3	4	3																																	

2-3. Tabulasi Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial

S/	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	JUMLAH
1	3	3	1	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	141
2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	111
3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	104
4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	2	3	2	1	3	1	3	4	1	3	2	1	4	2	4	110
5	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	101
6	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	100
7	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	1	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	127
8	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	1	3	2	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	127
9	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	126
10	3	4	2	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	126	
11	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	1	4	3	3	4	3	3	3	2	3	125	
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	124	
13	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	114
14	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	121	
15	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	4	4	2	3	2	3	2	2	4	4	2	2	3	2	2	4	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	104
16	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	116
17	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	104
18	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	144	
19	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	120	
20	3	3	1	3	3	4	2	3	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	4	2	3	121
21	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	116	
22	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	105
23	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	110	
24	3	3	3	3	2	3	3	3	4	1	4	3	2	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124	
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123
26	4	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4	1	3	122
27	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	2	3	3	4	3	126
28	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	114
29	3	3	2	3	3	3	1	1	4	4	3	4	2	2	1	4	3	2	3	4	1	1	2	2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	1	3	2	111
30	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	125
31	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	4	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	138	
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	121	
33	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	4	2	2	4	1	4	3	1	4	3	3	4	3	4	2	3	3	1	1	4	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	110
34	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	121	
35	3	3	2	1	1	4	1	2	3	2	3	1	1	4	2	4	3	2	1	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	1	1	3	3	2	1	2	4	2	100
36	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	4	123	
37	3	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	103	
38	4	4	3	1	2	3	3	4	4	3	4	3	1	4	2	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	130	
39	4	2	4	3	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	143	

40	4	1	4	4	4	4	3	4	2	1	3	3	2	3	2	4	4	3	4	1	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	1	1	3	3	4	3	1	4	4	4		123		
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3		117		
42	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4		124	
43	4	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2		104		
44	3	3	3	1	2	4	1	3	4	3	4	2	2	3	1	3	3	1	3	1	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3		115	
45	3	3	2	2	3	3	4	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3		111	
46	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4		142		
47	4	3	1	3	1	1	1	1	4	2	1	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4		123
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		120		
49	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3		135		
50	3	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	4	2	2	3	4	4	4	1	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3		128		
51	3	3	2	3	3	3	1	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	1	2	2	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	1	4	4	3	4	3		119		
52	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2		107		
53	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4		136	
54	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	1	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4		129		
55	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	1	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3		142		
56	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3		103	
57	3	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	1	2	4	1	3	4	1	3	2	1	3	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	4	2	2		94		
58	2	3	3	2	3	4	4	3	4	4	2	2	2	4	3	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3		130		
59	3	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	2	3	1	3	3	3	3	2	2		119		
60	4	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	1	4	4	1	4	1	1	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2		106		
61	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	4	4	2	3	2	3	2	2	4	4	2	2	3	2	2	4	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2		104		
62	4	4	3	1	2	3	3	4	4	3	4	3	1	4	2	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3		130		
63	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2		104		
64	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2		96		
65	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3		135	
66	4	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	2	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3		127		
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		120		
68	3	2	3	2	2	2	4	1	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	1	3	3	1	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3		108		
69	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	1	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	4	1	2	3	3	1	3		105		
70	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3		116		
71	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3		111		
72	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3		107		
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3		117		
74	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	1	4		133		
75	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2		96		
76	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	2	3	2	3	3		116		
77	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3		121	
78	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4		116		
79	4	1	4	4	1	4	4	4	4	3	4	1	4	4	2	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4		132	
80	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4		142		

LAMPIRAN 3

RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM SKALA **UJI COBA**

- 3-1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja
- 3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Regulasi Diri
- 3-3. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba
Skala Dukungan Sosial

3-1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Putaran I)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.838	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.40	.722	80
VAR00002	2.38	.753	80
VAR00003	1.81	.695	80
VAR00004	2.21	.650	80
VAR00005	1.64	.579	80
VAR00006	2.11	.729	80
VAR00007	2.01	.490	80
VAR00008	2.35	.748	80
VAR00009	2.10	.722	80
VAR00010	1.99	.684	80
VAR00011	1.95	.614	80
VAR00012	1.61	.562	80
VAR00013	2.84	.834	80
VAR00014	2.45	.614	80
VAR00015	2.23	.763	80
VAR00016	2.38	.663	80
VAR00017	2.29	.679	80
VAR00018	2.19	.618	80
VAR00019	1.94	.700	80
VAR00020	1.46	.615	80

VAR00021	2.03	.616	80
VAR00022	2.18	.759	80
VAR00023	1.83	.632	80
VAR00024	2.04	.683	80
VAR00025	1.86	.611	80
VAR00026	1.71	.532	80
VAR00027	2.11	.551	80
VAR00028	1.99	.849	80
VAR00029	2.43	.759	80
VAR00030	2.13	.736	80
VAR00031	2.14	.742	80
VAR00032	1.95	.571	80
VAR00033	1.95	.571	80
VAR00034	1.63	.582	80
VAR00035	2.29	.660	80
VAR00036	2.21	.724	80
VAR00037	2.38	.682	80
VAR00038	2.61	.738	80
VAR00039	1.84	.645	80
VAR00040	2.03	.656	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	81.23	95.417	.237	.837
VAR00002	81.25	95.557	.214	.838
VAR00003	81.81	97.699	.080	.841
VAR00004	81.41	93.714	.408	.832
VAR00005	81.99	93.759	.462	.832
VAR00006	81.51	94.785	.279	.836
VAR00007	81.61	95.937	.323	.835
VAR00008	81.28	90.101	.607	.826
VAR00009	81.53	93.240	.395	.833
VAR00010	81.64	92.791	.456	.831
VAR00011	81.68	98.121	.064	.841
VAR00012	82.01	95.304	.333	.835
VAR00013	80.79	95.942	.162	.840
VAR00014	81.18	93.893	.421	.832

VAR00015	81.40	97.382	.087	.841
VAR00016	81.25	94.266	.355	.834
VAR00017	81.34	97.467	.101	.840
VAR00018	81.44	94.173	.393	.833
VAR00019	81.69	97.230	.113	.840
VAR00020	82.16	94.011	.410	.833
VAR00021	81.60	92.749	.518	.830
VAR00022	81.45	92.833	.401	.832
VAR00023	81.80	94.390	.365	.834
VAR00024	81.59	91.739	.540	.829
VAR00025	81.76	92.411	.553	.829
VAR00026	81.91	93.650	.518	.831
VAR00027	81.51	95.544	.318	.835
VAR00028	81.64	89.905	.537	.828
VAR00029	81.20	95.478	.217	.838
VAR00030	81.50	93.494	.368	.833
VAR00031	81.49	93.088	.394	.833
VAR00032	81.68	93.944	.452	.832
VAR00033	81.68	95.944	.268	.836
VAR00034	82.00	96.152	.244	.836
VAR00035	81.34	100.302	-.111	.845
VAR00036	81.41	95.258	.247	.837
VAR00037	81.25	93.633	.392	.833
VAR00038	81.01	96.671	.142	.840
VAR00039	81.79	95.942	.231	.837
VAR00040	81.60	96.673	.169	.838

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
83.63	99.275	9.964	40

3-1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Putaran II)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	23

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00004	2.21	.650	80
VAR00005	1.64	.579	80
VAR00007	2.01	.490	80
VAR00008	2.35	.748	80
VAR00009	2.10	.722	80
VAR00010	1.99	.684	80
VAR00012	1.61	.562	80
VAR00014	2.45	.614	80
VAR00016	2.38	.663	80
VAR00018	2.19	.618	80
VAR00020	1.46	.615	80
VAR00021	2.03	.616	80
VAR00022	2.18	.759	80
VAR00023	1.83	.632	80
VAR00024	2.04	.683	80
VAR00025	1.86	.611	80
VAR00026	1.71	.532	80
VAR00027	2.11	.551	80
VAR00028	1.99	.849	80
VAR00030	2.13	.736	80

VAR00031	2.14	.742	80
VAR00032	1.95	.571	80
VAR00037	2.38	.682	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	44.50	51.671	.397	.857
VAR00005	45.07	51.488	.479	.854
VAR00007	44.70	52.922	.370	.858
VAR00008	44.36	49.247	.571	.850
VAR00009	44.61	51.456	.369	.858
VAR00010	44.73	50.632	.483	.854
VAR00012	45.10	52.344	.386	.857
VAR00014	44.26	52.297	.352	.858
VAR00016	44.34	52.353	.314	.860
VAR00018	44.53	52.227	.357	.858
VAR00020	45.25	51.835	.405	.857
VAR00021	44.69	50.445	.569	.851
VAR00022	44.54	51.087	.381	.858
VAR00023	44.89	51.924	.382	.857
VAR00024	44.68	50.121	.539	.852
VAR00025	44.85	50.737	.539	.852
VAR00026	45.00	51.595	.513	.854
VAR00027	44.60	53.104	.298	.860
VAR00028	44.73	48.911	.519	.853
VAR00030	44.59	50.802	.425	.856
VAR00031	44.57	51.336	.368	.858
VAR00032	44.76	51.652	.466	.855
VAR00037	44.34	51.492	.393	.857

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
46.71	55.802	7.470	23

3-1. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja (Putaran III)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.860	22

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00004	2.21	.650	80
VAR00005	1.64	.579	80
VAR00007	2.01	.490	80
VAR00008	2.35	.748	80
VAR00009	2.10	.722	80
VAR00010	1.99	.684	80
VAR00012	1.61	.562	80
VAR00014	2.45	.614	80
VAR00016	2.38	.663	80
VAR00018	2.19	.618	80
VAR00020	1.46	.615	80
VAR00021	2.03	.616	80
VAR00022	2.18	.759	80
VAR00023	1.83	.632	80
VAR00024	2.04	.683	80
VAR00025	1.86	.611	80
VAR00026	1.71	.532	80
VAR00028	1.99	.849	80
VAR00030	2.13	.736	80
VAR00031	2.14	.742	80

VAR00032	1.95	.571	80
VAR00037	2.38	.682	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	42.39	49.126	.390	.855
VAR00005	42.96	49.024	.462	.853
VAR00007	42.59	50.296	.369	.856
VAR00008	42.25	46.747	.567	.849
VAR00009	42.50	48.835	.371	.856
VAR00010	42.61	48.038	.485	.852
VAR00012	42.99	49.810	.375	.856
VAR00014	42.15	49.724	.347	.857
VAR00016	42.23	49.847	.301	.859
VAR00018	42.41	49.461	.375	.856
VAR00020	43.14	49.234	.404	.855
VAR00021	42.58	47.842	.573	.849
VAR00022	42.43	48.577	.373	.857
VAR00023	42.78	49.291	.385	.856
VAR00024	42.56	47.540	.541	.850
VAR00025	42.74	48.171	.538	.851
VAR00026	42.89	48.962	.518	.852
VAR00028	42.61	46.291	.527	.850
VAR00030	42.48	48.202	.427	.854
VAR00031	42.46	48.809	.361	.857
VAR00032	42.65	49.041	.467	.853
VAR00037	42.23	48.734	.410	.855

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
44.60	53.104	7.287	22

3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri (Putaran I)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.891	42

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.06	.603	80
VAR00002	2.90	.686	80
VAR00003	3.10	.542	80
VAR00004	3.04	.683	80
VAR00005	3.49	.693	80
VAR00006	2.85	.677	80
VAR00007	3.03	.656	80
VAR00008	2.99	.987	80
VAR00009	3.29	.660	80
VAR00010	3.01	.771	80
VAR00011	3.20	.664	80
VAR00012	3.19	.638	80
VAR00013	3.20	.683	80
VAR00014	2.71	.799	80
VAR00015	2.90	.565	80
VAR00016	3.04	.605	80
VAR00017	3.25	.684	80
VAR00018	3.25	.585	80
VAR00019	3.33	.471	80
VAR00020	3.00	.712	80
VAR00021	3.26	.443	80

VAR00022	3.21	.567	80
VAR00023	3.21	.412	80
VAR00024	2.91	.697	80
VAR00025	3.23	.573	80
VAR00026	3.19	.713	80
VAR00027	3.09	.556	80
VAR00028	2.93	.759	80
VAR00029	3.08	.546	80
VAR00030	2.96	.737	80
VAR00031	3.23	.503	80
VAR00032	2.50	.636	80
VAR00033	3.36	.557	80
VAR00034	2.49	.763	80
VAR00035	3.23	.503	80
VAR00036	3.06	.735	80
VAR00037	3.20	.488	80
VAR00038	2.99	.787	80
VAR00039	3.34	.550	80
VAR00040	3.20	.719	80
VAR00041	3.40	.565	80
VAR00042	3.03	.693	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	126.83	130.906	.339	.889
VAR00002	126.99	132.975	.158	.892
VAR00003	126.79	129.612	.490	.887
VAR00004	126.85	129.015	.417	.888
VAR00005	126.40	127.509	.508	.887
VAR00006	127.04	130.796	.303	.890
VAR00007	126.86	128.399	.479	.887
VAR00008	126.90	132.344	.116	.895
VAR00009	126.60	132.192	.219	.891
VAR00010	126.88	130.085	.300	.890
VAR00011	126.69	127.154	.558	.886
VAR00012	126.70	128.947	.455	.888
VAR00013	126.69	128.420	.457	.887

VAR00014	127.18	131.969	.182	.892
VAR00015	126.99	130.645	.386	.889
VAR00016	126.85	127.446	.596	.886
VAR00017	126.64	129.525	.382	.889
VAR00018	126.64	129.550	.455	.888
VAR00019	126.56	130.173	.516	.887
VAR00020	126.89	126.000	.591	.885
VAR00021	126.63	131.655	.403	.889
VAR00022	126.68	129.387	.484	.887
VAR00023	126.68	131.184	.487	.888
VAR00024	126.98	130.177	.332	.889
VAR00025	126.66	129.771	.448	.888
VAR00026	126.70	127.934	.465	.887
VAR00027	126.80	132.137	.274	.890
VAR00028	126.96	126.594	.514	.886
VAR00029	126.81	133.952	.134	.892
VAR00030	126.93	126.425	.542	.886
VAR00031	126.66	130.631	.441	.888
VAR00032	127.39	129.506	.417	.888
VAR00033	126.53	129.037	.522	.887
VAR00034	127.40	134.851	.029	.895
VAR00035	126.66	131.923	.327	.889
VAR00036	126.83	127.336	.487	.887
VAR00037	126.69	132.192	.314	.890
VAR00038	126.90	128.344	.391	.889
VAR00039	126.55	130.377	.420	.888
VAR00040	126.69	127.053	.517	.886
VAR00041	126.49	131.240	.339	.889
VAR00042	126.86	130.297	.327	.890

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
129.89	135.949	11.660	42

3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri (Putaran II)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.905	35

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.06	.603	80
VAR00003	3.10	.542	80
VAR00004	3.04	.683	80
VAR00005	3.49	.693	80
VAR00006	2.85	.677	80
VAR00007	3.03	.656	80
VAR00010	3.01	.771	80
VAR00011	3.20	.664	80
VAR00012	3.19	.638	80
VAR00013	3.20	.683	80
VAR00015	2.90	.565	80
VAR00016	3.04	.605	80
VAR00017	3.25	.684	80
VAR00018	3.25	.585	80
VAR00019	3.33	.471	80
VAR00020	3.00	.712	80
VAR00021	3.26	.443	80
VAR00022	3.21	.567	80
VAR00023	3.21	.412	80
VAR00024	2.91	.697	80
VAR00025	3.23	.573	80

VAR00026	3.19	.713	80
VAR00028	2.93	.759	80
VAR00030	2.96	.737	80
VAR00031	3.23	.503	80
VAR00032	2.50	.636	80
VAR00033	3.36	.557	80
VAR00035	3.23	.503	80
VAR00036	3.06	.735	80
VAR00037	3.20	.488	80
VAR00038	2.99	.787	80
VAR00039	3.34	.550	80
VAR00040	3.20	.719	80
VAR00041	3.40	.565	80
VAR00042	3.03	.693	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	106.29	110.967	.314	.904
VAR00003	106.25	109.405	.496	.901
VAR00004	106.31	109.053	.406	.903
VAR00005	105.86	107.512	.509	.901
VAR00006	106.50	111.139	.261	.905
VAR00007	106.33	108.830	.443	.902
VAR00010	106.34	109.821	.303	.905
VAR00011	106.15	107.066	.569	.900
VAR00012	106.16	108.518	.481	.901
VAR00013	106.15	107.952	.487	.901
VAR00015	106.45	110.276	.398	.903
VAR00016	106.31	107.509	.594	.900
VAR00017	106.10	109.230	.393	.903
VAR00018	106.10	109.585	.441	.902
VAR00019	106.03	110.025	.513	.901
VAR00020	106.35	106.230	.585	.900
VAR00021	106.09	111.169	.423	.902
VAR00022	106.14	109.614	.454	.902
VAR00023	106.14	110.930	.487	.902
VAR00024	106.44	110.072	.326	.904

VAR00025	106.13	109.706	.440	.902
VAR00026	106.16	107.657	.483	.901
VAR00028	106.43	106.399	.533	.900
VAR00030	106.39	106.645	.534	.900
VAR00031	106.13	110.161	.465	.902
VAR00032	106.85	109.268	.424	.902
VAR00033	105.99	108.899	.526	.901
VAR00035	106.13	111.275	.358	.903
VAR00036	106.29	107.018	.510	.901
VAR00037	106.15	112.256	.273	.904
VAR00038	106.36	108.310	.390	.903
VAR00039	106.01	109.962	.438	.902
VAR00040	106.15	106.711	.545	.900
VAR00041	105.95	110.706	.361	.903
VAR00042	106.33	109.640	.358	.903

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
109.35	115.319	10.739	35

3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri (Putaran III)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.905	33

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.06	.603	80
VAR00003	3.10	.542	80
VAR00004	3.04	.683	80
VAR00005	3.49	.693	80
VAR00007	3.03	.656	80
VAR00010	3.01	.771	80
VAR00011	3.20	.664	80
VAR00012	3.19	.638	80
VAR00013	3.20	.683	80
VAR00015	2.90	.565	80
VAR00016	3.04	.605	80
VAR00017	3.25	.684	80
VAR00018	3.25	.585	80
VAR00019	3.33	.471	80
VAR00020	3.00	.712	80
VAR00021	3.26	.443	80
VAR00022	3.21	.567	80
VAR00023	3.21	.412	80
VAR00024	2.91	.697	80
VAR00025	3.23	.573	80
VAR00026	3.19	.713	80

VAR00028	2.93	.759	80
VAR00030	2.96	.737	80
VAR00031	3.23	.503	80
VAR00032	2.50	.636	80
VAR00033	3.36	.557	80
VAR00035	3.23	.503	80
VAR00036	3.06	.735	80
VAR00038	2.99	.787	80
VAR00039	3.34	.550	80
VAR00040	3.20	.719	80
VAR00041	3.40	.565	80
VAR00042	3.03	.693	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	100.24	104.209	.298	.904
VAR00003	100.20	102.516	.495	.901
VAR00004	100.26	102.424	.387	.903
VAR00005	99.81	100.534	.519	.901
VAR00007	100.28	102.253	.419	.902
VAR00010	100.29	102.714	.315	.905
VAR00011	100.10	100.142	.576	.900
VAR00012	100.11	101.696	.477	.901
VAR00013	100.10	101.180	.480	.901
VAR00015	100.40	103.559	.379	.903
VAR00016	100.26	100.677	.593	.900
VAR00017	100.05	102.504	.380	.903
VAR00018	100.05	102.656	.442	.902
VAR00019	99.98	103.215	.501	.902
VAR00020	100.30	99.605	.572	.900
VAR00021	100.04	104.214	.423	.903
VAR00022	100.09	102.891	.437	.902
VAR00023	100.09	104.030	.481	.902
VAR00024	100.39	103.126	.327	.904
VAR00025	100.08	102.956	.426	.902
VAR00026	100.11	100.582	.500	.901
VAR00028	100.38	99.402	.546	.900

VAR00030	100.34	99.594	.551	.900
VAR00031	100.08	103.209	.468	.902
VAR00032	100.80	102.314	.429	.902
VAR00033	99.94	102.034	.524	.901
VAR00035	100.08	104.374	.352	.903
VAR00036	100.24	100.158	.512	.901
VAR00038	100.31	101.382	.393	.903
VAR00039	99.96	102.973	.445	.902
VAR00040	100.10	99.686	.560	.900
VAR00041	99.90	103.686	.368	.903
VAR00042	100.28	102.177	.398	.903

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
103.30	108.238	10.404	33

3-2. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri (Putaran IV)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.904	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00003	3.10	.542	80
VAR00004	3.04	.683	80
VAR00005	3.49	.693	80
VAR00007	3.03	.656	80
VAR00010	3.01	.771	80
VAR00011	3.20	.664	80
VAR00012	3.19	.638	80
VAR00013	3.20	.683	80
VAR00015	2.90	.565	80
VAR00016	3.04	.605	80
VAR00017	3.25	.684	80
VAR00018	3.25	.585	80
VAR00019	3.33	.471	80
VAR00020	3.00	.712	80
VAR00021	3.26	.443	80
VAR00022	3.21	.567	80
VAR00023	3.21	.412	80
VAR00024	2.91	.697	80
VAR00025	3.23	.573	80
VAR00026	3.19	.713	80
VAR00028	2.93	.759	80

VAR00030	2.96	.737	80
VAR00031	3.23	.503	80
VAR00032	2.50	.636	80
VAR00033	3.36	.557	80
VAR00035	3.23	.503	80
VAR00036	3.06	.735	80
VAR00038	2.99	.787	80
VAR00039	3.34	.550	80
VAR00040	3.20	.719	80
VAR00041	3.40	.565	80
VAR00042	3.03	.693	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00003	97.14	98.677	.487	.901
VAR00004	97.20	98.567	.381	.903
VAR00005	96.75	96.696	.516	.900
VAR00007	97.21	98.321	.420	.902
VAR00010	97.23	98.911	.307	.904
VAR00011	97.04	96.138	.586	.899
VAR00012	97.05	97.820	.474	.901
VAR00013	97.04	97.302	.478	.901
VAR00015	97.34	99.720	.370	.903
VAR00016	97.20	96.668	.603	.899
VAR00017	96.99	98.595	.379	.903
VAR00018	96.99	98.721	.443	.902
VAR00019	96.91	99.397	.488	.901
VAR00020	97.24	95.753	.571	.899
VAR00021	96.98	100.303	.418	.902
VAR00022	97.03	98.835	.448	.901
VAR00023	97.03	100.126	.475	.902
VAR00024	97.33	99.159	.329	.904
VAR00025	97.01	99.202	.410	.902
VAR00026	97.05	96.605	.506	.900
VAR00028	97.31	95.585	.542	.900
VAR00030	97.28	95.620	.558	.899
VAR00031	97.01	99.228	.472	.901

VAR00032	97.74	98.348	.432	.902
VAR00033	96.88	98.035	.532	.900
VAR00035	97.01	100.367	.356	.903
VAR00036	97.18	96.399	.504	.901
VAR00038	97.25	97.430	.396	.903
VAR00039	96.90	99.053	.443	.902
VAR00040	97.04	95.783	.562	.899
VAR00041	96.84	99.758	.366	.903
VAR00042	97.21	98.068	.412	.902

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
100.24	104.209	10.208	32

3-3. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Dukungan Sosial (Putaran I)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.893	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.15	.506	80
VAR00002	2.83	.742	80
VAR00003	2.63	.663	80
VAR00004	2.89	.711	80
VAR00005	2.59	.650	80
VAR00006	3.20	.770	80
VAR00007	2.74	.838	80
VAR00008	3.01	.720	80
VAR00009	3.34	.635	80
VAR00010	2.88	.802	80
VAR00011	3.36	.698	80
VAR00012	2.73	.675	80
VAR00013	2.65	.828	80
VAR00014	3.48	.616	80
VAR00015	2.39	.755	80
VAR00016	3.34	.655	80
VAR00017	3.16	.665	80
VAR00018	2.59	.807	80
VAR00019	2.94	.718	80
VAR00020	2.58	.689	80
VAR00021	3.19	.828	80

VAR00022	3.35	.658	80
VAR00023	2.98	.656	80
VAR00024	3.09	.578	80
VAR00025	2.98	.675	80
VAR00026	2.79	.630	80
VAR00027	2.76	.557	80
VAR00028	3.24	.846	80
VAR00029	3.19	.658	80
VAR00030	2.91	.679	80
VAR00031	3.30	.802	80
VAR00032	2.93	.591	80
VAR00033	2.90	.565	80
VAR00034	3.09	.830	80
VAR00035	2.85	.638	80
VAR00036	2.81	.618	80
VAR00037	2.84	.754	80
VAR00038	3.06	.718	80
VAR00039	3.04	.787	80
VAR00040	2.96	.683	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	115.52	147.189	.462	.890
VAR00002	115.85	144.965	.425	.891
VAR00003	116.05	149.137	.218	.894
VAR00004	115.79	144.929	.448	.890
VAR00005	116.09	149.701	.188	.894
VAR00006	115.48	145.341	.387	.891
VAR00007	115.94	143.831	.427	.891
VAR00008	115.66	142.834	.567	.888
VAR00009	115.34	144.429	.542	.889
VAR00010	115.80	145.225	.375	.891
VAR00011	115.31	145.711	.410	.891
VAR00012	115.95	147.162	.336	.892
VAR00013	116.02	148.961	.171	.895
VAR00014	115.20	145.529	.485	.890
VAR00015	116.29	148.182	.237	.894

VAR00016	115.34	144.809	.499	.889
VAR00017	115.51	145.418	.452	.890
VAR00018	116.09	148.511	.201	.894
VAR00019	115.74	145.690	.398	.891
VAR00020	116.10	150.243	.141	.895
VAR00021	115.49	142.531	.500	.889
VAR00022	115.33	146.703	.375	.891
VAR00023	115.70	144.263	.534	.889
VAR00024	115.59	147.005	.412	.891
VAR00025	115.70	145.124	.463	.890
VAR00026	115.89	145.443	.478	.890
VAR00027	115.91	150.435	.173	.894
VAR00028	115.44	140.629	.587	.888
VAR00029	115.49	145.924	.425	.891
VAR00030	115.76	147.475	.314	.892
VAR00031	115.38	146.769	.293	.893
VAR00032	115.75	145.937	.478	.890
VAR00033	115.77	145.139	.562	.889
VAR00034	115.59	146.929	.273	.893
VAR00035	115.83	148.602	.263	.893
VAR00036	115.86	145.411	.491	.890
VAR00037	115.84	142.163	.577	.888
VAR00038	115.61	143.506	.528	.889
VAR00039	115.64	147.475	.262	.893
VAR00040	115.71	142.587	.616	.888

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
118.68	153.108	12.374	40

3-3. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Dukungan Sosial (Putaran II)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	29

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.15	.506	80
VAR00002	2.83	.742	80
VAR00004	2.89	.711	80
VAR00006	3.20	.770	80
VAR00007	2.74	.838	80
VAR00008	3.01	.720	80
VAR00009	3.34	.635	80
VAR00010	2.88	.802	80
VAR00011	3.36	.698	80
VAR00012	2.73	.675	80
VAR00014	3.48	.616	80
VAR00016	3.34	.655	80
VAR00017	3.16	.665	80
VAR00019	2.94	.718	80
VAR00021	3.19	.828	80
VAR00022	3.35	.658	80
VAR00023	2.98	.656	80
VAR00024	3.09	.578	80
VAR00025	2.98	.675	80
VAR00026	2.79	.630	80
VAR00028	3.24	.846	80

VAR00029	3.19	.658	80
VAR00030	2.91	.679	80
VAR00032	2.93	.591	80
VAR00033	2.90	.565	80
VAR00036	2.81	.618	80
VAR00037	2.84	.754	80
VAR00038	3.06	.718	80
VAR00040	2.96	.683	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	85.08	100.906	.496	.898
VAR00002	85.40	100.015	.379	.899
VAR00004	85.34	99.897	.408	.899
VAR00006	85.03	99.873	.373	.900
VAR00007	85.49	99.012	.389	.900
VAR00008	85.21	97.461	.578	.895
VAR00009	84.89	98.683	.564	.896
VAR00010	85.35	100.205	.334	.901
VAR00011	84.86	100.247	.391	.899
VAR00012	85.50	101.772	.292	.901
VAR00014	84.75	99.582	.508	.897
VAR00016	84.89	98.987	.521	.897
VAR00017	85.06	99.072	.506	.897
VAR00019	85.29	99.321	.445	.898
VAR00021	85.04	98.011	.458	.898
VAR00022	84.88	100.744	.380	.899
VAR00023	85.25	98.468	.561	.896
VAR00024	85.14	100.500	.463	.898
VAR00025	85.25	99.557	.460	.898
VAR00026	85.44	99.819	.475	.898
VAR00028	84.99	96.595	.535	.896
VAR00029	85.04	100.695	.384	.899
VAR00030	85.31	100.800	.363	.900
VAR00032	85.30	100.086	.488	.897
VAR00033	85.33	99.260	.588	.896
VAR00036	85.41	99.891	.480	.897

VAR00037	85.39	97.177	.569	.896
VAR00038	85.16	97.530	.575	.896
VAR00040	85.26	97.107	.641	.894

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
88.23	106.202	10.305	29

3-3. Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Dukungan Sosial (Putaran III)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	28

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.15	.506	80
VAR00002	2.83	.742	80
VAR00004	2.89	.711	80
VAR00006	3.20	.770	80
VAR00007	2.74	.838	80
VAR00008	3.01	.720	80
VAR00009	3.34	.635	80
VAR00010	2.88	.802	80
VAR00011	3.36	.698	80
VAR00014	3.48	.616	80
VAR00016	3.34	.655	80
VAR00017	3.16	.665	80
VAR00019	2.94	.718	80
VAR00021	3.19	.828	80
VAR00022	3.35	.658	80
VAR00023	2.98	.656	80
VAR00024	3.09	.578	80
VAR00025	2.98	.675	80
VAR00026	2.79	.630	80
VAR00028	3.24	.846	80
VAR00029	3.19	.658	80

VAR00030	2.91	.679	80
VAR00032	2.93	.591	80
VAR00033	2.90	.565	80
VAR00036	2.81	.618	80
VAR00037	2.84	.754	80
VAR00038	3.06	.718	80
VAR00040	2.96	.683	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	82.35	96.585	.496	.897
VAR00002	82.68	96.070	.354	.900
VAR00004	82.61	95.810	.392	.899
VAR00006	82.30	95.352	.388	.899
VAR00007	82.76	94.842	.382	.900
VAR00008	82.49	93.114	.586	.895
VAR00009	82.16	94.315	.572	.896
VAR00010	82.63	95.959	.329	.901
VAR00011	82.14	95.867	.396	.899
VAR00014	82.03	95.113	.523	.897
VAR00016	82.16	94.518	.536	.896
VAR00017	82.34	94.809	.504	.897
VAR00019	82.56	95.009	.447	.898
VAR00021	82.31	93.686	.462	.898
VAR00022	82.15	96.154	.402	.899
VAR00023	82.53	94.126	.567	.896
VAR00024	82.41	96.169	.465	.898
VAR00025	82.53	95.215	.464	.898
VAR00026	82.71	95.575	.471	.898
VAR00028	82.26	92.247	.542	.896
VAR00029	82.31	96.496	.375	.899
VAR00030	82.59	96.549	.357	.900
VAR00032	82.58	95.918	.476	.898
VAR00033	82.60	95.053	.581	.896
VAR00036	82.69	95.686	.472	.898
VAR00037	82.66	93.087	.558	.896
VAR00038	82.44	93.287	.575	.895
VAR00040	82.54	92.834	.643	.894

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
85.50	101.772	10.088	28

LAMPIRAN 4

SKALA PENELITIAN

- 4-1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja
- 4-2. Skala Regulasi Diri
- 4-3. Skala Dukungan Sosial

SKALA PSIKOLOGI



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2018**

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula. Dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, saya bermaksud mengadakan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon Saudara/Saudari bersedia untuk mengisi skala ini.

Lembar skala ini berisi sejumlah pernyataan yang harus Anda jawab semua. Anda diminta untuk memilih salah satu dari empat pilihan jawaban yang tersedia. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda karena tidak ada jawaban yang salah. Anda tidak perlu khawatir tentang identitas Anda karena identitas saudara sebagai responden akan dirahasiakan. Semua jawaban yang masuk, akan saya jaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.

Atas kesediaan saudara meluangkan waktu untuk mengisi skala ini saya ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Hormat Saya,

Reza Yuliansyah

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :
 Jenis Kelamin : P / L (Lingkari salah satu)
 Usia :
 Angkatan :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah dengan teliti sebelum mengisi jawaban pernyataan yang ada.
2. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang **sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara** dari empat pilihan jawaban yang disediakan yaitu:

SS : Bila anda merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

S : Bila anda merasa **SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

TS : Bila anda merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

STS : Bila anda merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

Usahakan untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan tersebut.

Contoh :

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya cemas tidak mendapatkan pekerjaan		X		

3. Apabila terdapat kesalahan dalam memilih jawaban, cukup berikan tanda “=” di atas tanda “X” kemudian pilih kembali jawaban anda seperti cara di atas.

Contoh :

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya cemas tidak mendapatkan pekerjaan		X	X	

4. Semua pilihan jawaban adalah benar, asalkan sesuai dengan apa yang terjadi pada diri anda.
5. Jika telah selesai, periksa kembali jawaban Anda, pastikan semua jawaban telah terisi.
6. Kami sangat menghargai kesungguhan dan kejujuran anda. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda insyaallah kami jamin.

SELAMAT MENGERJAKAN

4-1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tegang yang berlebihan ketika ingat tentang dunia kerja.				
2	Saya merasa bisa mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan.				
3	Saya tidak cemas dengan dunia kerja yang penuh dengan tantangan.				
4	Saya selalu semangat saat mencari kerja nanti.				
5	Saya merasa khawatir ketika akan menghadapi dunia kerja.				
6	Saya mengikuti perkembangan permasalahan dunia kerja saat ini.				
7	Saya cemas menghadapi persaingan kerja kelak.				
8	Badan saya lemas ketika memikirkan persaingan kerja yang semakin berat.				
9	Saya tidak khawatir menghadapi persaingan kerja.				
10	Saya yakin akan mendapatkan pekerjaan setelah lulus.				
11	Saya tetap tenang, ketika mendengar informasi beratnya persaingan dunia kerja.				
12	Saya susah tidur jika mengingat masa depan.				
13	Saya selalu sharing dengan teman yang sudah kerja tentang pengalamannya dalam bekerja.				
14	Saya takut tidak bisa bersaing dalam mendapatkan pekerjaan.				
15	Saya selalu berpikir positif dalam menghadapi permasalahan dunia kerja.				
16	Saya optimis masa depan baik setelah lulus kuliah.				
17	Saya tidak merasakan tegang menghadapi persaingan kerja yang semakin ketat.				
18	Saya susah untuk konsentrasi kalau mengingat akan masa depan nanti.				
19	Saya rajin mengakses informasi bursa kerja agar memiliki wawasan tentang dunia kerja.				
20	Saya tiba-tiba merasa panik jika teringat dunia kerja.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
21	Saya tidak takut jika harus mendapat pekerjaan jauh dari tempat tinggal saya.				
22	Saya jengkel jika mengingat tentang dunia kerja.				

4-2. Skala Regulasi Diri

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mencari informasi seputar dunia kerja jauh hari sebelum lulus kuliah.				
2	Saat kuliah saya malas untuk memperbaiki kekurangan yang menunjang pekerjaan.				
3	Ketika masuk semester akhir, saya bertanya kepada orang mengenai dunia kerja.				
4	Selama masih kuliah, saya tidak merencanakan apapun terkait dunia kerja.				
5	Saya ingin mengikuti jejak orang sukses.				
6	Saya malas jika mencari kerja di bursa kerja.				
7	Saat kuliah saya senang menambah relasi.				
8	Setelah lulus kuliah saya bersantai dahulu.				
9	Walau masih kuliah, saya senang membantu teman yang sedang mencari pekerjaan.				
10	Bagi saya organisasi tidak menunjang dalam menghadapi persaingan kerja.				
11	Saya selalu berpikir positif terhadap kemungkinan yang terjadi dalam menghadapi persaingan kerja.				
12	Saya malas dengan teman yang sedang membicarakan mengenai dunia kerja.				
13	Saya mengikuti organisasi untuk melatih dan menunjang kemampuan diri.				
14	Saya merasa kurang berusaha menambah keterampilan yang terkait dengan dunia kerja.				
15	Saya merubah pola pikir selama dikuliah guna menyesuaikan saat mencari pekerjaan.				
16	Walau sudah semester akhir, saya masih malas mencari informasi terkait pekerjaan.				
17	Saya meyakinkan diri bahwa saya mampu menghadapi persaingan kerja.				
18	Selama kuliah saya jarang membicarakan mengenai pekerjaan setelah lulus.				
19	Mengikuti organisasi membuat saya yakin mampu menghadapi persaingan kerja.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
20	Melihat orang yang sukses, saya beranggapan hal itu biasa saja.				
21	Saya tertarik ketika diajak teman untuk berbicara mengenai bisnis.				
22	Melihat kemampuan dikampus, saya merasa tidak mampu bersaing dalam mencari kerja.				
23	Saat semester akhir saya mulai fokus terhadap hal yang dibutuhkan dalam dunia kerja.				
24	Saat kuliah saya malas melatih kecakapan diri.				
25	Semester akhir ini saya akan membuat perencanaan dalam menghadapi dunia kerja.				
26	Saya senang dengan teman yang memberikan tips lolos seleksi pekerjaan.				
27	Selama kuliah saya malas mengikuti pelatihan kerja atau seminar.				
28	Melihat kemampuan selama kuliah, saya yakin dapat mendapat pekerjaan yang diinginkan.				
29	Saya malas mengikuti workshop yang diadakan kampus.				
30	Melihat persaingan kerja yang semakin sulit membuat saya malas untuk cepat lulus kuliah.				
31	Ketika memasuki semester akhir, orang tua saya selalu memberikan motivasi.				
32	Saya kurang tertarik tawaran teman saya untuk bekerja dengannya setelah lulus kuliah.				

4-3. Skala Dukungan Sosial

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa bahwa teman saya bersedia mendengarkan keluh kesah saya.				
2	Saya merasa orang dilingkungan sekitar kurang memberikan motivasi.				
3	Orang tua memberikan bantuan ketika saya sedang kesulitan.				
4	Teman saya kurang peduli bila saya mendapatkan masalah.				
5	Saya merasa orang tua cuek dengan masa depan saya.				
6	Orang tua mendukung bakat dan kegemaran yang saya miliki.				
7	Saya terkadang berpikir teman akan membantu saya hanya jika ada imbalan.				
8	Saya merasa memiliki teman yang mampu memberikan arahan yang baik.				
9	Saya merasa bahagia ketika mendapatkan banyak dukungan dari teman-teman.				
10	Orang tua selalu membandingkan saya dengan saudara yang lain.				
11	Teman saya selalu ada ketika membutuhkan bantuan.				
12	Orang tua saya jarang memberikan motivasi.				
13	Saya merasa tidak ada orang yang peduli terhadap saya.				
14	Keluarga saya memberikan semangat untuk cepat lulus kuliah.				
15	Teman saya tidak pernah ada jika saya membutuhkan bantuan.				
16	Orang tua mengarahkan saya untuk mencapai cita-cita yang saya impikan.				
17	Saya merasa memiliki teman yang peduli terhadap saya.				
18	Orang di sekitar saya cuek dengan sesuatu yang telah saya capai selama ini.				
19	Memasuki semester akhir teman jarang yang memberikan informasi terkait dunia kerja.				
20	Teman saya menghindar ketika saya ingin menceritakan sesuatu.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
21	Orang tua setuju dengan apa yang menjadi cita-cita saya.				
22	Saya memiliki banyak teman yang bersedia berbagi informasi tentang pekerjaan.				
23	Orang tua saya memperhatikan kegiatan yang saya lakukan sehari hari.				
24	Saya merasa orang di sekitar saya bangga dengan prestasi yang saya raih.				
25	Saya merasa mudah mendapatkan saran dari teman.				
26	Teman saya peduli terhadap perkembangan kuliah saya.				
27	Saya merasa orang disekitar saya banyak memotivasi saya.				
28	Saya merasa teman-teman saya banyak membantu saya dalam meraih cita-cita.				

LAMPIRAN 5

TABULASI DATA PENELITIAN

- 5-1. Tabulasi Data Penelitian Skala Kecemasan
Menghadapi Dunia Kerja
- 5-2. Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Diri
- 5-3. Tabulasi Data Penelitian Skala Dukungan Sosial

5-1. Tabulasi Data Penelitian Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

S/I	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	JUMLAH
1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	53
2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	51
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	45
4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	47
5	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	3	1	37
6	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	40
7	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	49
8	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	36
9	1	2	3	1	3	4	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	42
10	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	54
11	3	1	3	1	3	1	3	1	4	1	2	1	1	1	1	1	4	1	4	1	2	1	41
12	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	51
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
14	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	34
15	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	43
16	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	57
17	3	2	1	1	2	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	3	2	1	3	1	2	43
18	3	1	2	2	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	1	1	3	2	1	2	1	2	46
19	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	49
20	3	2	1	2	1	2	2	2	4	2	2	1	1	2	4	2	2	2	2	2	3	1	45
21	2	2	3	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	38
22	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	44
23	3	2	4	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	56
24	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	59
25	2	1	1	1	4	3	4	4	1	1	3	2	1	4	1	1	3	4	1	1	1	1	45
26	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	41
27	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	48
28	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	54
29	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	3	1	38
30	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	57
31	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	43
32	1	1	3	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	32
33	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	39
34	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	54

35	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	49
36	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	50
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	34
38	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	1	43
39	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	53	
40	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	45	
41	2	2	2	1	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	38
42	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	1	2	4	2	2	2	1	47	
43	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	47	
44	3	2	3	1	3	2	4	2	3	1	1	2	1	3	1	1	2	2	1	2	1	1	42	
45	2	1	2	1	2	3	4	3	2	1	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	44	
46	2	2	3	1	1	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	40	
47	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	1	2	49	
48	3	2	3	1	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	50	
49	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	45	
50	3	2	3	2	3	2	2	1	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	46	
51	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	42	
52	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	43	
53	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	39	
54	2	2	2	1	2	3	2	1	3	1	2	2	1	2	1	2	2	3	3	3	2	3	45	
55	1	3	4	2	1	4	4	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	41	
56	3	1	3	2	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	54	
57	4	3	3	2	4	3	4	4	3	2	1	4	3	4	1	1	3	4	2	4	2	4	65	
58	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	
59	2	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	1	2	38	
60	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	40	
61	2	1	1	1	2	3	3	3	2	1	1	3	1	2	1	1	2	2	1	2	3	2	40	
62	2	2	3	3	3	3	4	2	3	1	3	2	2	1	3	1	3	2	3	3	2	1	52	
63	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	2	54	
64	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	1	1	1	39	
65	4	1	3	1	3	2	4	4	3	1	2	3	2	3	1	1	3	3	2	3	3	3	55	
66	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	43	
67	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	44	
68	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	41	
69	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	2	3	1	3	1	3	1	3	2	3	2	2	56	
70	1	3	3	2	4	2	3	1	2	2	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	53	
71	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	53	
72	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	2	4	2	1	54	

73	3	1	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	2		48
74	3	1	3	2	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	1	3	2	2	2	4	2		50
75	3	2	3	1	3	1	3	4	3	1	1	2	1	2	1	2	3	1	1	2	1	1		42
76	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2		45
77	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2		44
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		22
79	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2		41
80	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2		54	
81	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2		44
82	2	1	2	2	3	4	3	3	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2		46
83	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		41
84	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2		52
85	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2		40
86	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2		54
87	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	3	1	2	1	1	3	1	2	1	1		35	
88	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3		53
89	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2		50
90	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	2		50
91	2	2	3	1	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2		49
92	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2		47
93	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2		48
94	3	1	1	1	2	2	3	3	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	3	3		39
95	3	1	2	1	3	1	4	3	2	1	1	4	1	4	1	1	3	2	1	2	1	2		44
96	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1		47
97	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		47
98	3	3	2	2	3	2	4	4	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	1	4		57
99	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	2	2	2	4	3	2	1	2		52
100	2	1	1	1	2	3	2	2	1	1	2	4	2	2	1	1	3	4	1	3	1	2		42
101	3	2	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1		34
102	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	3	1	2	1		36
103	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1	1	3	3	3	1	2	3	2	4	2		52
104	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2		52
105	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1		31
106	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2		42
107	3	2	1	2	2	3	4	3	3	1	2	4	2	1	1	2	4	4	2	4	4	2		56
108	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	2	3	1	3	2		38
109	2	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2		54
110	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2		46

111	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	42
112	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	44
113	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	1	3	1	1	3	4	2	3	56
114	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	56
115	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	3	1	3	3	2	4	4	2	3	1	4	57
116	2	4	2	4	1	2	1	1	2	2	4	2	3	4	2	3	2	2	2	4	4	4	57
117	2	1	3	3	4	2	3	4	3	2	2	4	1	1	2	1	4	2	2	2	3	2	53
118	2	4	4	1	3	3	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	50
119	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	51
120	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	51
121	3	3	3	2	4	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	43
122	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	4	1	1	1	4	3	3	4	1	4	4	1	57
123	4	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	4	2	2	1	4	3	52
124	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	4	2	41
125	2	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	3	1	49
126	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	53
127	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	48
128	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	4	49

5-2. Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Diri

S/I	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	JUMLAH
1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	91
3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	
4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	99
5	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	108
6	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	106
7	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	92
8	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	110
9	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	2	4	4	3	1	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	2	4	1	4	3	3	4	99
10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	91
11	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	127
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	93
14	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	4	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91
15	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	95
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92
17	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97
18	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	107
19	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	3	113
20	3	2	4	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	1	4	3	2	3	2	1	4	1	4	3	2	3	91
21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123
22	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93
23	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91
24	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	86
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125
26	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	2	4	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	100
27	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	105
28	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	108
29	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	107
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	92
31	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95
32	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	114
33	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	96
34	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	1	4	4	3	4	3	102

35	3	3	3	2	4	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

73	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3		97	
74	2	3	3	3	4	3	4	2	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	107
75	4	2	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	2	1	3	1	4	1	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	3	3	91
76	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95
77	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	4	2	2	4	3	3	3	1	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	2	3	99
78	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	128
79	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	104
80	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104
81	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	98
82	3	2	2	1	3	3	4	3	4	3	4	1	2	2	4	2	4	3	2	4	4	4	3	2	3	4	2	3	2	3	3	1	90
83	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	91	
84	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	86
85	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99
86	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98
87	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	122
88	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	77
89	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	93
90	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	87
91	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	4	4	3	95
92	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95
93	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	90
94	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	116
95	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	121
96	3	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	114
97	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	94
98	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	2	4	3	3	1	4	1	4	4	3	4	1	1	4	3	91
99	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	100
100	4	2	4	1	4	3	4	3	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	3	4	1	4	4	3	4	3	4	4	1	103
101	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	113
102	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	3	101
103	3	3	4	3	4	2	3	4	2	1	3	4	3	2	4	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	96
104	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	90
105	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	118
106	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	103
107	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	1	3	2	4	4	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	105
108	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	4	3	4	4	4	100
109	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	92
110	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	99

111	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	99		
112	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	101		
113	3	2	4	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	1	3	1	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	85	
114	2	2	4	2	2	3	1	2	3	2	4	2	4	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	79	
115	1	2	4	3	1	2	4	1	3	4	2	2	2	2	4	2	4	3	3	2	4	3	1	3	2	3	3	2	4	3	3	4	86	
116	2	4	1	3	3	1	2	2	4	3	3	2	4	1	3	2	1	4	2	2	4	2	4	1	3	2	2	4	2	2	1	1	77	
117	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	98	
118	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	100	
119	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	96	
120	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	103	
121	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	100
122	2	4	2	4	2	3	1	4	4	3	1	2	1	3	2	1	4	3	3	3	3	1	1	2	1	2	3	1	3	3	1	3	76	
123	2	3	2	3	2	3	3	4	4	4	2	4	2	3	1	2	2	4	3	1	3	3	4	1	2	3	2	3	4	2	4	1	3	86
124	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	1	3	4	4	3	3	110	
125	3	2	4	1	4	4	2	2	4	3	3	3	1	1	4	2	4	4	2	4	3	1	4	1	4	2	2	2	3	3	2	2	86	
126	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	84	
127	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	94	
128	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	1	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	1	96	

5-3. Tabulasi Data Penelitian Skala Dukungan Sosial

[illegible]

35	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	95
36	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	76
37	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
38	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	95
39	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	69
40	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	92
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
42	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	98
43	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	85
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
45	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	97
46	3	3	3	4	4	4	1	2	3	2	1	2	2	3	3	1	2	2	4	1	1	3	3	2	3	3	4	70
47	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	90
48	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	89
49	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	93
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	108
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	107
52	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	90
53	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	94
54	2	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	66
55	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	98
56	2	2	4	3	4	4	3	2	3	2	4	2	3	4	1	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	84
57	4	2	4	2	3	4	3	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	2	2	2	4	2	4	3	3	2	4	84
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
59	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	99
60	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	97
61	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	100
62	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	97
63	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	100
64	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	90
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
66	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	87
67	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	80
68	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
69	4	1	3	2	2	4	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	4	4	3	3	3	2	2	72
70	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	88
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81
72	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	89

73	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	67
74	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	99
75	4	4	4	3	1	1	1	4	1	1	4	2	2	3	1	1	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	70
76	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85	
77	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	2	4	2	3	3	3	2	1	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	4	76
78	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112	
79	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	94
80	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	73	
81	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	94	
82	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	3	4	2	1	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	79	
83	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	89	
84	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	81	
85	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	91	
86	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	
87	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	102	
88	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	72	
89	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	69	
90	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	77	
91	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	
92	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	74	
93	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	80	
94	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	98	
95	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110	
96	3	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	2	4	4	3	4	2	1	4	3	3	3	92	
97	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	92	
98	4	3	3	1	3	4	1	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	4	4	3	2	2	3	3	86	
99	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	88	
100	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	79	
101	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106	
102	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	88	
103	2	3	4	3	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	91	
104	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3	91	
105	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	103	
106	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	89	
107	4	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	96	
108	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	101	
109	3	3	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	81		
110	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	

111	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	78
112	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
113	3	3	3	1	2	4	3	4	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	73
114	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	4	4	2	4	68
115	4	4	2	4	4	3	3	3	2	2	2	1	2	4	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	4	1	77
116	4	1	1	2	2	3	4	3	4	2	2	1	2	4	1	4	3	1	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	69
117	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	85
118	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
119	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	87
120	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	87
121	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	97
122	4	2	1	4	3	3	4	2	1	3	2	1	2	4	2	1	3	4	2	4	4	2	1	1	3	2	2	4	71
123	3	2	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	1	1	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	66
124	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	94
125	4	2	1	2	3	4	1	1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	65
126	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	72
127	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	86
128	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	91

LAMPIRAN 6

ANALISIS DATA PENELITIAN

- 6-1. Uji Normalitas
- 6-2. Uji Linieritas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia
Kerja dengan Skala Regulasi Diri
- 6-3. Uji Linieritas Skala dengan Skala Dukungan Sosial
- 6-4. Uji Multikolinieritas

1. Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kecemasan	128	46.4375	6.96080	22.00	65.00
Regulasi_diri	128	98.6172	10.57640	76.00	128.00
Duksos	128	87.1797	11.09546	61.00	112.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kecemasan	Regulasi_diri	Duksos
N	128	128	128
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	46.4375	98.6172
	Std. Deviation	6.96080	10.57640
Most Extreme Differences	Absolute	.069	.096
	Positive	.059	.096
	Negative	-.069	-.064
Kolmogorov-Smirnov Z	.782	1.091	.757
Asymp. Sig. (2-tailed)	.573	.185	.615

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

2. Uji Linearitas

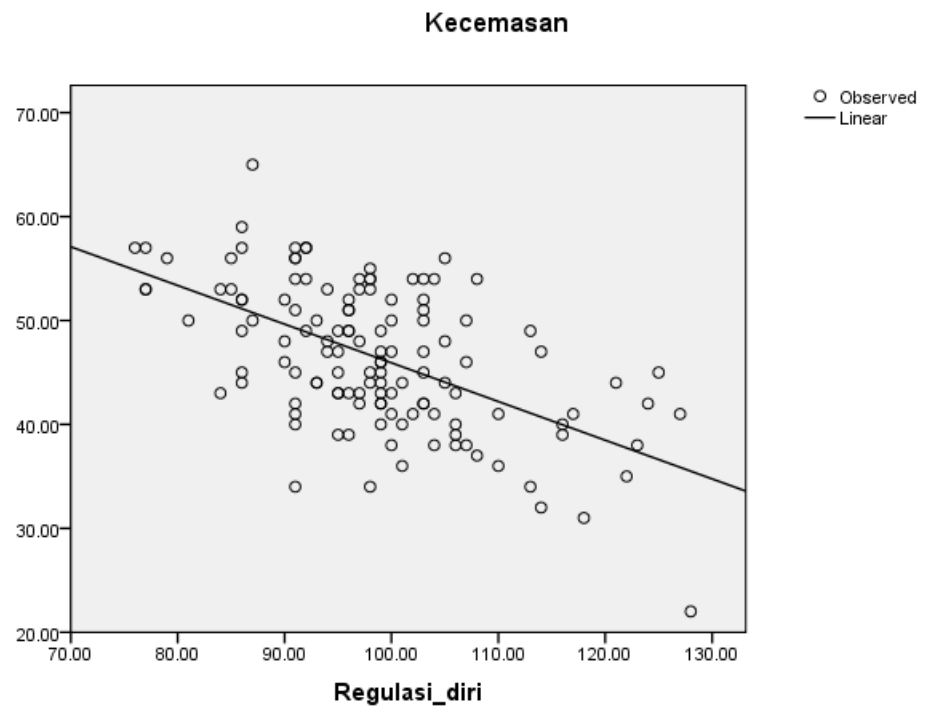
a) Uji Linearitas Skala Kecemasan Menghadapi dunia kerja dan Skala Regulasi Diri

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:Kecemasan

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.320	59.279	1	126	.000	83.150	-.372

The independent variable is Regulasi_diri.



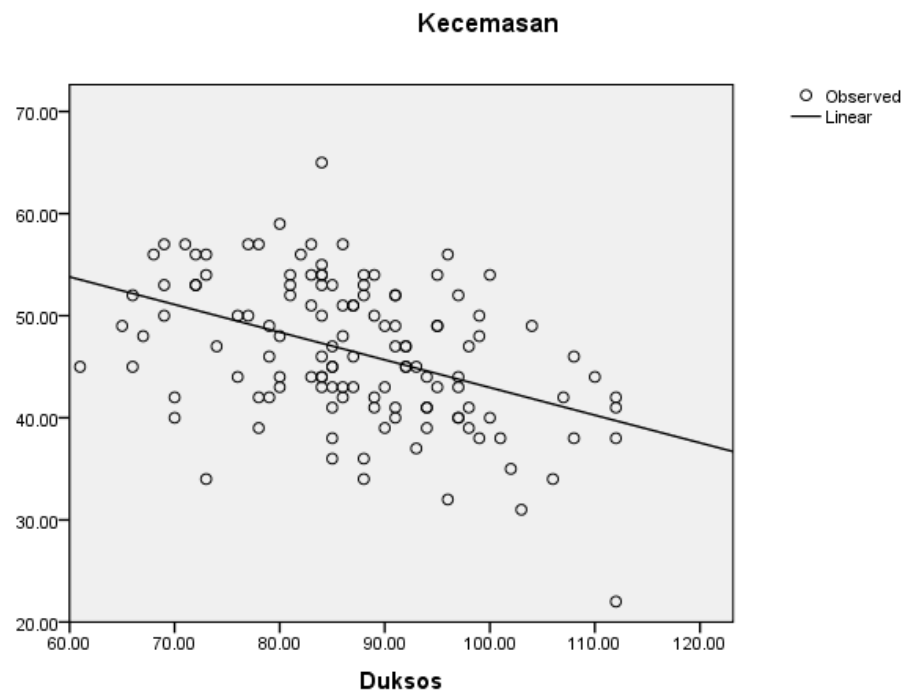
b) Uji Linearitas Skala Kecemasan Menghadapi dunia kerja dan Skala Dukungan Sosial

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:Kecemasan

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.187	28.889	1	126	.000	70.058	-.271

The independent variable is Dukungan Sosial.



3. Uji Multikolinieritas

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1 (Constant)	83.337	4.868		17.121	.000					
Regulasi_diri	-.358	.072	-.545	-4.960	.000	-.566	-.406	-.366	.451	2.217
Duksos	-.018	.069	-.028	-.258	.797	-.432	-.023	-.019	.451	2.217

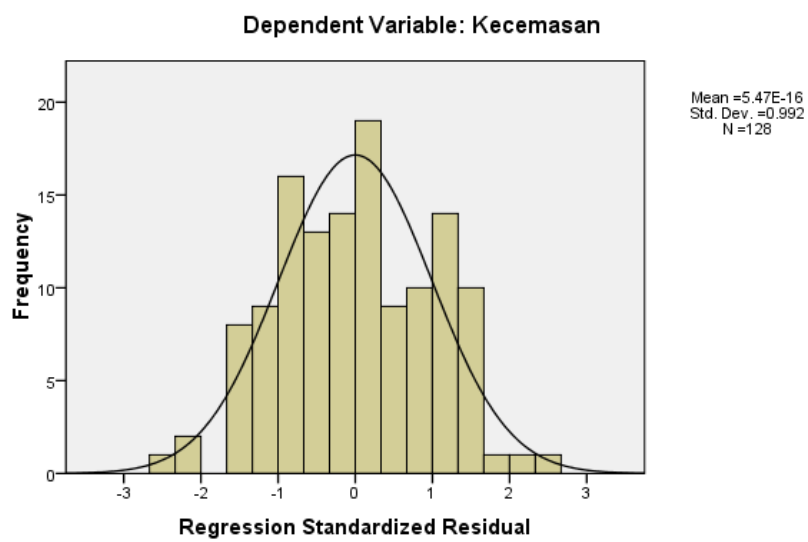
a. Dependent Variable: Kecemasan

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Regulasi_diri	Duksos
1	1	2.988	1.000	.00	.00	.00
	2	.008	19.060	.83	.02	.30
	3	.003	30.213	.17	.98	.70

a. Dependent Variable: Kecemasan

Histogram



LAMPIRAN 7

UJI HIPOTESIS

- 7-1. Uji Hipotesis Pertama
- 7-2. Uji Hipotesis Kedua
- 7-3. Uji Hipotesis Ketiga

1. Uji hipotesis

a) Hipotesis Pertama

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.566 ^a	.320	.309	5.78446	.320	29.453	2	125	.000

a. Predictors: (Constant), Duksos, Regulasi_diri

b. Dependent Variable: Kecemasan

b) Hipotesis Kedua

Correlations

Control Variables			Kecemasan	Regulasi_diri
Duksos	Kecemasan	Correlation	1.000	-.406
		Significance (2-tailed)	.	.000
		df	0	125
	Regulasi_diri	Correlation	-.406	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.
		df	125	0

c) Hipotesis Ketiga

Correlations

Control Variables			Kecemasan	Duksos
Regulasi_diri	Kecemasan	Correlation	1.000	-.023
		Significance (2-tailed)	.	.797
		df	0	125
	Duksos	Correlation	-.023	1.000
		Significance (2-tailed)	.797	.
		df	125	0

LAMPIRAN 8

SURAT KETERANGAN PENELITIAN



**YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)**

Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp.(024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455
email: informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

Fakultas Teknik

Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah

Nomor : 348/ A.1/ SA-T/ VIII/ 2018
Lampiran : -
Perihal : **Mohon Data**

Kepada : Yth. **Wakil Dekan I Fakultas Psikologi**
Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA)
Semarang.

Assalamu'alaikum wr. wb.

Menanggapi surat dari Wakil Dekan I Fakultas Psikologi UNISSULA
Nomor: 1106/ C.1/ Psi - SA/ VII/ 2018, tanggal 30 Juli 2018, tentang :
Mohon Data Mahasiswa Fakultas Teknik dan Penelitian untuk
Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA:

Nama : Reza Yuliansyah
NIM : 30701401531
Prodi : Psikologi
Alamat : Banjarnegara

Maka dengan ini kami sampaikan bahwa penelitian tersebut boleh
dilaksanakan. Untuk selanjutnya agar yang bersangkutan mengatur
jalannya penelitian agar tidak mengganggu kegiatan yang ada di
Fakultas Teknik.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Semarang , 7 Agustus 2018

An. Dekan Fakultas Teknik

Wakil Dekan I



Dr. Abdul Rochim, ST., MT
NIK.210200031



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)

Jl. Raya Kaligawe Km. 4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax. (024) 6582455
 email : informasi @unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah

Nomor : 506/F/SA-TI/VIII/2018
 Lampiran : ---
 Perihal : **Ijin Penelitian**

Semarang, 1 Agustus 2018

Kepada : Yth. **Dekan**
Fakultas Psikologi
 Universitas Islam Sultan Agung
 Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Menindaklanjuti surat dari Fakultas Psikologi nomor 1106/C.1/Psi-SA/VII/2018 perihal pada pokok tersebut diatas, bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan dan mengijinkan mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai berikut :

Nama	: Reza Yuliansyah
NIM	: 30701401531
Alamat	: Banjarnegara
Judul Skripsi	: Hubungan Antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UNISSULA
Subyek	: Mahasiswa angkatan 2014 dan 2015
Pembimbing	: Ratna Supradewi, S.Psi.,M.Si, Psi

untuk melakukan kegiatan Penelitian untuk keperluan penyusunan Skripsi / Tugas Akhir di Fakultas Teknologi Industri.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

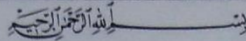
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.


Dr. H. Sri Arttini Dwi P., M.Si
 NIK. 210695009



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)
FAKULTAS EKONOMI

Jl. Raya Kaligawe Km. 4 PO. Box. 1054/SM SEMARANG 50112 Telp. 6583584 (8 sal) Fax 6582455



Nomor : 0976/D.1/SA-E/VIII/2018
Hal : Pemberian Izin Penelitian

Semarang, 20 Dzulqo'dah 1439 H
02 Agustus 2018 M

Yth. Dekan
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA)
Di Semarang

Assalamu 'alaikum Wr Wb.

Menindak lanjuti surat Nomor : 1106/C.1/Psi-SA/VII/2018 tanggal 30 Juli 2018 perihal
Permohonan Ijin Riset bagi mahasiswa :

Nama : Reza Yuliansyah
NIM : 30701401531
Fakultas : Psikologi
Nama perguruan tinggi : Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Kami memberikan izin pelaksanaan kegiatan penelitian kepada mahasiswa tersebut diatas.
Judul Skripsi: "Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan
Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Sultan Agung
Semarang"

Atas kerjasama yang baik ini, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr Wb.



Dr. Hendar, SE., MSi
NIDN. 0602016301



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)
 Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455
 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id



FAKULTAS PSIKOLOGI

Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah

SURAT KETERANGAN

No. 1325/C.1/Psi-SA/IX/2018

Pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang menerangkan bahwa :

Nama : Reza Yuliansyah
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Semarang
 NIM : 30701401531

Telah melakukan penelitian di lingkungan kampus Fakultas Psikologi Unissula Semarang dalam rangka penyusunan skripsi :

Judul : Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Sultan Agung.
 Subyek : Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Unissula
 Dosen Pembimbing : Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psi
 Tempat : Kampus Fakultas Psikologi Unissula Semarang
 Jl. Kaligawe Km. 4 Semarang

Demikian keterangan diberikan guna keperluan dimaksud, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepada pihak yang terkait diharap maklum adanya.

Semarang, 24 September 2018



Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi
 NIDN : 0605017601

