

**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. **Abdurrohim, 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**

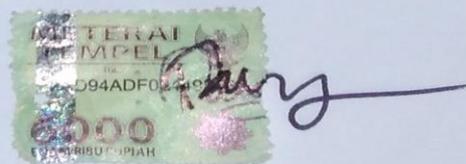
## PERNYATAAN

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 postage stamp with the text "METERAI TEMPEL" at the top, "Rp 3000" in the middle, and "TIGA RIBU RUPIAH" at the bottom. The stamp has a perforated edge and a signature written over it in black ink.

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 kehadirat atas 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 Arjangga, 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 pengurus 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