

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN.....	ii
PERSETUJUAN .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK.....	xviii
<i>ABSTRACT</i> .....	xix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI .....	10
A. Kecemasan Menghadapi Ujian .....	10
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Ujian.....	10
2. Aspek-Aspek Kecemasan.....	11
3. Jenis-Jenis Kecemasan .....	13
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	14
5. Tingkat- Tingkat Kecemasan .....	16
B. Regulasi Diri.....	18
1. Pengertian Regulasi Diri .....	18
2. Aspek-aspek Regulasi Diri .....	19

3.	Faktor-faktor dan Proses dalam Regulasi Diri .....	21
C.	Dukungan Sosial Keluarga .....	24
1.	Pengertian Dukungan Sosial Keluarga.....	24
2.	Aspek-aspek Dukungan Sosial Keluarga .....	25
D.	Hubungan antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional .....	27
E.	Hipotesis Penelitian .....	29
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
B.	Definisi Operasional.....	30
1.	Kecemasan Menghadapi Ujian.....	31
2.	Regulasi Diri.....	31
3.	Dukungan Sosial Keluarga.....	32
C.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	33
1.	Populasi .....	33
2.	Sampel .....	33
3.	Teknik Sampling .....	34
D.	Metode Pengumpulan Data .....	35
1.	Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.....	35
2.	Skala Regulasi Diri.....	36
3.	Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	37
E.	Uji Validitas, Daya Beda Aitem dan Reliabilitas .....	38
1.	Uji Validitas .....	38
2.	Daya Beda Aitem .....	39
3.	Reliabilitas.....	39
F.	Analisis Data .....	40
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A.	Orientasi Kancan Penelitian .....	41
B.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	43
1.	Persiapan Penelitian .....	43
2.	Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur .....	48

3. Pelaksanaan Penelitian .....	50
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	52
1. Uji Asumsi.....	52
2. Uji Hipotesis.....	53
D. Analisis Deskripsi Variabel Penelitian .....	55
1. Deskripsi Variabel Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional	56
2. Deskripsi Variabel Regulasi Diri .....	57
3. Deskripsi Variabel Dukungan Sosial Keluarga.....	58
E. Pembahasan .....	59
F. Kelemahan Penelitian .....	63
BAB V PENUTUP .....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	66
LAMPIRAN .....	71

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Data Populasi .....	33
Tabel 2. Rincian Sampel Penelitian .....	34
Tabel 3. Rincian Sampel Uji Coba.....	34
Tabel 4. Blue Print Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	36
Tabel 5. Blue Print Skala Regulasi Diri .....	37
Tabel 6. Blue Print Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	38
Tabel 7. Sebaran Nomor Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	45
Tabel 8. Sebaran Nomor Aitem Skala Regulasi Diri .....	46
Tabel 9. Sebaran Nomor Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	47
Tabel 10. Uraian Pembagian Skala Uji Coba.....	48
Tabel 11. Sebaran Nomor Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	49
Tabel 12. Sebaran Nomor Aitem Skala Regulasi Diri .....	49
Tabel 13. Sebaran Nomor Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	50
Tabel 14. Uraian Pembagian Skala Penelitian .....	51
Tabel 15. Sebaran Nomor Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	51
Tabel 16. Sebaran Nomor Aitem Skala Regulasi Diri .....	51
Tabel 17. Sebaran Nomor Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	52
Tabel 18. Hasil Analisis Uji Normalitas .....	52
Tabel 19. Norma Kategorisasi Skor .....	55
Tabel 20. Deskripsi Statistik Variabel Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional .	56
Tabel 21. Deskripsi Data Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional .....	56
Tabel 22. Deskripsi Statistik Variabel Regulasi Diri .....	57
Tabel 23. Deskripsi Data Regulasi Diri .....	57
Tabel 24. Deskripsi Statistik Variabel Dukungan Sosial Keluarga .....	58
Tabel 25. Deskripsi Data Dukungan sosial Keluarga .....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba .....	72
1-1 Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Ujian .....	75
1-2 Skala Uji Coba Regulasi Diri .....	78
1-3 Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	81
Lampiran 2. Tabulasi Skala Uji Coba .....	84
2-1 Tabulasi Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Ujian .....	85
2-2 Tabulasi Skala Uji Coba Regulasi Diri .....	89
2-3 Tabulasi Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	93
Lampiran 3. Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba .....	97
3-1 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Ujian .....	98
3-2 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri .....	100
3-3 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	102
Lampiran 4. Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Setelah di Seleksi .....	104
4-1 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Ujian .....	105
4-2 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Regulasi Diri .....	107
4-3 Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	109
Lampiran 5. Skala Penelitian .....	111
5-1 Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	112
5-2 Skala Regulasi Diri .....	117
5-3 Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	121
Lampiran 6. Tabulasi Skala Penelitian.....	124
6-1 Tabulasi Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	125

6-2	Tabulasi Skala Regulasi Diri .....	130
6-3	Tabulasi Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	135
Lampiran 7. Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Penelitian .....		140
7-1	Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Ujian .....	141
7-2	Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Regulasi Diri .....	143
7-3	Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	145
Lampiran 8. Analisis Data .....		147
8 – 1	Uji Normalitas.....	148
8 – 2	Uji Linieritas .....	149
8 – 3	Uji Multikolinieritas .....	153
8 – 4	Uji Hipotesis .....	153
Lampiran 9. Surat Keterangan Dan Dokumentasi Penelitian .....		157
9 – 1	Surat Keterangan.....	158
9 – 2	Dokumentasi Penelitian .....	161