

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA
SMK CUT NYAK DIEN SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1)
Pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang



Disusun oleh:

Ilham Nabil Azmi

(30701501673)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA
SMK CUT NYAK DIEN SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Ilham Nabil Azmi

(30701501673)

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan dalam mencapai gelar Sarjana Psikologi

Psikologi

Pembimbing

Tanggal

Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

27 Juli 2021

Semarang, 27 Juli 2021

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung



Ruseno Arjuna, S.Psi., M.A

NIK. 210700010

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA SMK CUT NYAK DIEN SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Ilham Nabil Azmi

Nim: 30701501673

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 10 Agustus 2021

Dewan Penguji

1. Agustin Handayani, S.Psi, M.Si
2. Abdurrohim, S.Psi, M.Si
3. Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 19 Agustus 2021

Mengetahui



Psikologi
Sultan Agung

Ruseno Arjanggal, S.Psi, M.A., Psikolog
NIK. 210700010

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya, Ilham Nabil Azmi dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah 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, 2 Agustus 2021

Yang Menyatakan,



(Ilham Nabil Azmi)



MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya

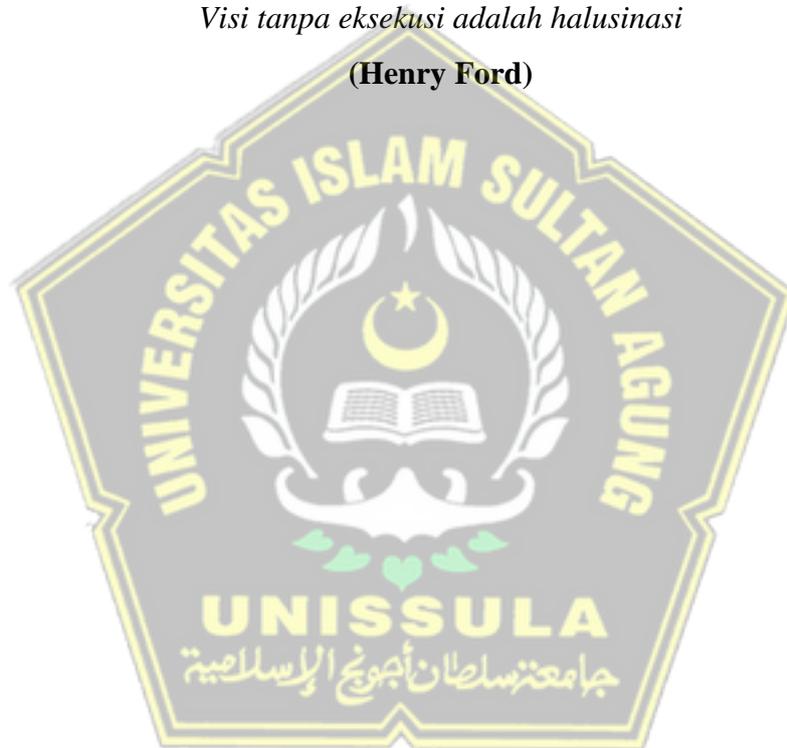
(Q.S Al-Baqarah: 286)

Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan

(Q.S Al-Insyirah: 6)

Visi tanpa eksekusi adalah halusinasi

(Henry Ford)



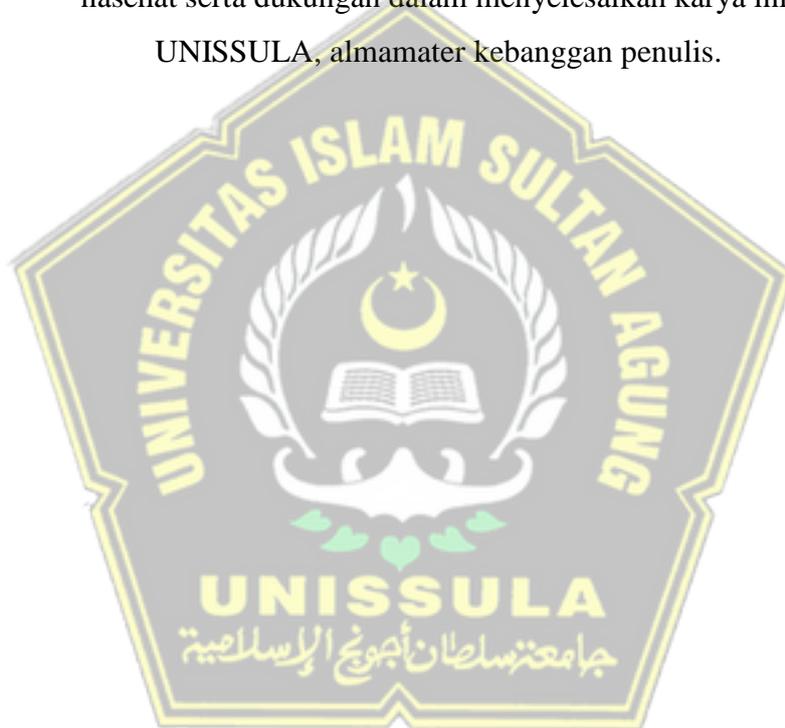
PERSEMBAHAN

Penulis persembahkan karya ini kepada:

Bapak dan Ibu tercinta, Radi Budiawan dan Saropah, yang selalu mencurahkan doa, kasih sayang, bimbingan, dan motivasi serta kakak adikku, Shara Nur Aulia dan Nadya Nur Oktaviani, yang selalu memberikan support.

Dosen pembimbingku Ibu Titin Suprihati, S.Psi, M.Psi yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, pengetahuan, masukan dan nasehat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

UNISSULA, almamater kebanggan penulis.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberi kekuatan dan petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir guna memenuhi syarat derajat S1 Sarjana Psikologi. Penulis menyadari banyaknya rintangan dan kendala dalam penyusunan tugas akhir ini, namun atas dukungan moril dan material akhirnya penulis dapat menyelesaikan. Akhirnya dengan segala ketulusan, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Ruseno Arjanggi, S.Psi, MA, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu selama proses akademik.
2. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, serta masukan selama pelaksanaan tugas akhir dan penelitian serta penyelesaian tugas akhir.
3. Bapak Abdurrohimi, S.Psi, M.Psi, selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan selama proses perkuliahan.
4. Guru dan Siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang yang telah mengizinkan dan membantu dalam proses penelitian.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman selama proses perkuliahan.
6. Seluruh karyawan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan fasilitas dan bantuan selama proses akademik.
7. Bapak dan Ibu tercinta, Radi Budiawan dan Saropah yang telah memberikan kasih sayang, semangat, dan doa yang tidak pernah berhenti hingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Teman-teman kelas B angkatan 2015 yang telah banyak memberikan dukungan, semangat, dan pengalaman selama kuliah hingga menyelesaikan tugas akhir.
9. Kepada Fikri dan Dimas teman sefakultas yang selalu memberikan semangat dan memberikan bantuan dalam segala hal.

10. Teman-teman satu kontrakan Adib, Agil, Didi, Ibun, Lutfi, Marjo, dan Nuki yang selalu mensupport dan bekerja sama, sehingga berbagai pekerjaan dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
11. Teman-teman dan pihak lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama ini.

Penulis menyadari atas segala kekurangan dari karya ini. Maka dengan segenap kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat menyempurnakan penulisan ini sehingga dapat bermanfaat dan berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 2 Agustus 2021



Ilham Nabil Azmi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Kecemasan	8
1. Definisi Kecemasan	8
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	9
3. Aspek-aspek Kecemasan	10
4. Bentuk-bentuk Kecemasan	12
B. Efikasi Diri	14
1. Definisi Efikasi diri.....	14
2. Aspek-aspek Efikasi diri	15

C.	Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK	18
D.	Hipotesis.....	19
BAB III METODE PENELITIAN.....		20
A.	Identifikasi Variabel.....	20
B.	Definisi Operasional.....	20
1.	Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	20
2.	Efikasi Diri.....	21
C.	Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel	21
1.	Populasi.....	21
2.	Sampel	22
3.	Teknik Pengambilan Sampel	22
D.	Metode Pengumpulan Data	22
1.	Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	22
2.	Skala Efikasi Diri.....	24
E.	Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	25
1.	Validitas	25
2.	Uji Daya Beda Aitem.....	25
3.	Reliabilitas Alat Ukur	26
F.	Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		27
A.	Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian	27
1.	Orientasi Kanchah Penelitian.....	27
2.	Persiapan Penelitian dan Pelaksanaan Penelitian	28
B.	Pelaksanaan Penelitian	33
C.	Analisis Data Hasil Penelitian.....	34
1.	Uji Asumsi	34
2.	Uji Hipotesis	34
D.	Deskripsi Hasil Penelitian	35
1.	Deskripsi Data Skor Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	35
2.	Deskripsi Data Skor Skala Efikasi Diri	36

E. Pembahasan.....	38
F. Kelemahan Penelitian.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	44



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Rincian Data Siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang	21
Tabel 2.	<i>Blue Print</i> Skala Kecemasan	23
Tabel 3.	<i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri.....	24
Tabel 4.	Persebaran Nomer Aitem Kecemasan menghadapi dunia kerja	29
Tabel 5.	Persebaran Nomer Aitem Skala Efikasi Diri.....	30
Tabel 6.	Data siswa SMK Cut Nyak Dien yang menjadi subjek uji coba.....	30
Tabel 7.	Sebaran Daya Beda Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	31
Tabel 8.	Sebaran Daya Beda Aitem Skala Efikasi Diri.....	32
Tabel 9.	Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	32
Tabel 10.	Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Pada Skala Efikasi Diri	33
Tabel 11.	Data Siswa yang Menjadi Subjek Penelitian	33
Tabel 12.	Hasil Uji Normalitas.....	34
Tabel 13.	Norma Kategorisasi Skor	35
Tabel 14.	Deskripsi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	36
Tabel 15.	Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	36
Tabel 16.	Deskripsi Skor Skala Efikasi Diri	37
Tabel 17.	Kategorisasi Data Skor Subjek Pada Skala Efikasi Diri	37

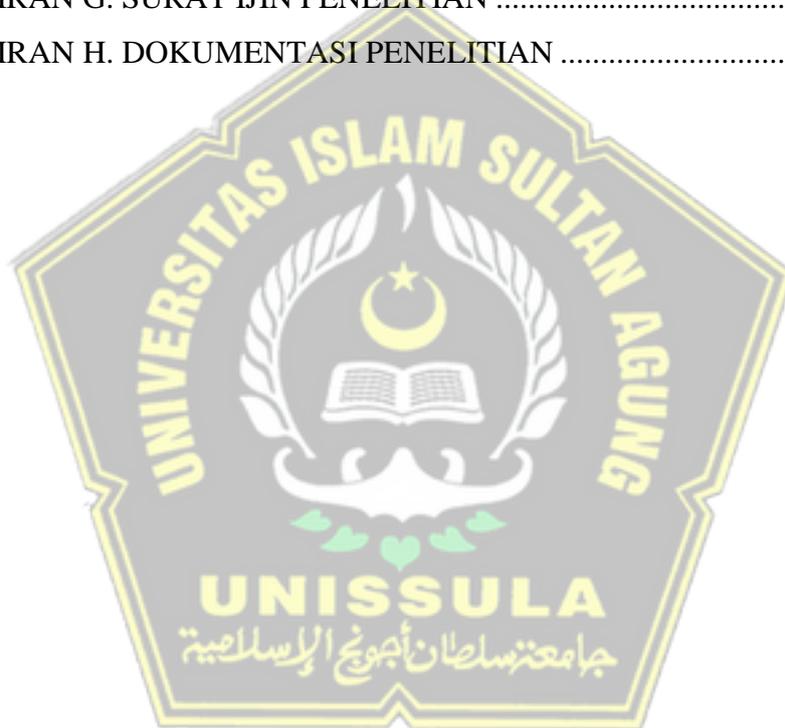
DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja..... 36
Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Efikasi Diri 37



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. SKALA UJI COBA.....	45
LAMPIRAN B. TABULASI DATA SKALA UJI COBA	54
LAMPIRAN C. UJI DAYA BEDA AITEM	65
LAMPIRAN D. SKALA PENELITIAN	70
LAMPIRAN E. TABULASI DATA SKALA PENELITIAN.....	79
LAMPIRAN F. ANALISIS PENELITIAN	86
LAMPIRAN G. SURAT IJIN PENELITIAN	90
LAMPIRAN H. DOKUMENTASI PENELITIAN	93



**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA
SMK CUT NYAK DIEN SEMARANG**

Oleh:

Ilham Nabil Azmi

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

Email: ilhamnabbi197@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang kelas XII yang berjumlah 80 siswa. Metode pengambilan sampel memakai *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala kecemasan menghadapi dunia kerja (24 item valid dengan $\alpha = 0.828$) dan skala efikasi diri (42 item valid dengan $\alpha = 0.896$). Analisis data menggunakan *product moment* dan menunjukkan adanya korelasi antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar $r_{xy} = -0,454$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti yaitu ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa menghadapi dunia kerja dapat diterima. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 20,6% pada kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang dan sebesar 79,4% di pengaruhi faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci: Kecemasan menghadapi dunia kerja, Efikasi diri.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND ANXIETY IN
FACING THE WORLD OF WORK ON STUDENTS AT CUT NYAK DIEN
VOCATIONAL HIGH SCHOOL SEMARANG**

By:

Ilham Nabil Azmi

Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University

Email: ilhamnabbil97@gmail.com

ABSTRACT

*This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in facing the world of work on students at Cut Nyak Dien Vocational High School Semarang. This study used quantitative methods, with the population used in this study was the students of SMK Cut Nyak Dien Semarang class XII, in total 80 students. The sampling method used cluster random sampling. The data was collected using an anxiety scale to face the world of work (24 valid items with $\alpha = 0.828$) and self-efficacy scale (42 valid items with $\alpha = 0.896$). The data analysis used product moment and showed that there was a correlation between self-efficacy and anxiety in facing the world of work of $r_{xy} = -0.454$ with $p = 0.000$ ($p < 0.01$). These results indicated that the hypothesis proposed by the researcher that there was a negative relationship between self-efficacy and student anxiety in facing the world of work was **accepted**. Self-efficacy gave an effective contribution of 20.6% on anxiety in facing the world of work on students at Cut Nyak Dien Vocational High School Semarang and 79.4% were influenced by other factors that were not disclosed in this study.*

Keywords: *Anxiety in facing the world of work, Self-efficacy.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan suatu zaman dicirikan dengan semakin berkembangnya teknologi yang modern, hal tersebut membuat manusia berfikir untuk menghasilkan gaji besar dari pekerjaan yang dimiliki agar mampu mencukupi kebutuhan. Banyaknya pelamar kerja tidak sebanding dengan ketersediaan pekerjaan yang ada. Oleh karena itu, perusahaan memiliki komitmen untuk mendapatkan sumber daya manusia yang unggul. Hal ini ditandai dengan meningkatnya target perusahaan akan kualitas tenaga kerja setiap tahunnya. Sehingga masyarakat dengan kualitas dan kemampuan diri yang kurang dan tidak memenuhi standar perusahaan berpeluang besar menjadi pengangguran. Dari banyaknya pengangguran salah satunya yaitu meliputi sebagian banyak siswa SMK. Siswa SMK tentunya memiliki modal untuk menuju dunia kerja, baik modal yang disiapkan oleh sekolah ataupun yang disiapkan oleh diri sendiri secara mandiri. Sekolah menyiapkan siswanya dengan materi baik itu secara teori ataupun praktik. Dan siswa sendiri memiliki persiapan secara mandiri, misal dengan mengikuti organisasi sesuai minatnya, bergabung dengan komunitas keilmuan sesuai bidangnya, ataupun mengambil kursus dan hal lainnya. Dengan bekal tersebut, diharapkan siswa mampu bersaing dalam dunia kerja. Namun, ternyata dengan pendidikan yang tinggi tidak menjamin seorang siswa mendapatkan kemudahan dalam mencari pekerjaan.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat naiknya angka pengangguran, tepat pada Agustus 2018 dari 7 juta jiwa sampai Agustus 2019 menjadi 7,05 juta orang. BPS memaparkan terdapat 136,18 juta jiwa jumlah angkatan kerja di bulan Februari dan terjadi kenaikan 2,24 juta jiwa dibandingkan dengan bulan Februari 2018. Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) mengalami peningkatan sebesar 0,12% poin dikarenakan naiknya jumlah angkatan kerja (Makkl, 2019). Dari data yang dicatat Badan Kementerian Ketenagakerjaan (Kemenaker) sepanjang 2015-2019, terciptanya lapangan pekerjaan baru mencapai 11.196.270.

Kepala Badan Pusat Statistik (BPS) Suhariyanto mengungkapkan jika dibandingkan dengan data Badan Ketenagakerjaan, jumlah pengangguran sejak Agustus 2015 tidak pernah turun dibawah 7 juta jiwa. Dengan rincian bulan Agustus 2015 terdapat 7,56 juta jiwa, kemudian Agustus 2016 terdapat 7,03 juta jiwa, lalu Agustus 2017 terdapat 7,04 juta jiwa (Makkl, 2019).

Badan Pusat Statistik menyatakan pada 2018 siswa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) mengalami presentase tingkat pengangguran setiap tahunnya menurun. Berdasarkan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) lulusan SMK pada tahun 2015 sebanyak 9,89%, tahun 2017 sebanyak 9,27%, dan pada tahun 2018 menurun sebanyak 0,35% menjadi 8,92% (www.kemendikbud.go.id, 2019). Badan Pusat Statistik mengungkapkan dalam satu tahun terakhir, terdapat pengurangan pengangguran sebanyak 50 ribu jiwa, sesuai dengan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) menurun menjadi 5,01% pada Februari 2019. Kemudian menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2017 lulusan SMK menjadi penyumbang terbesar angka pengangguran di Indonesia yaitu sebesar 11,41% (Makkl, 2019).

Tingginya jumlah pengangguran yang berarti semakin banyak pencari kerja namun minimnya lapangan kerja serta adanya ketentuan dari suatu perusahaan membuat persaingan antara pencari kerja menjadi ketat apalagi khususnya untuk lulusan SMK. Lulusan SMK yang digadang-gadang siap untuk bekerja namun perusahaan tetap memberikan ketentuan dalam memilih karyawan. Pengalaman serta keahlian yang menjadi utama dalam perusahaan mencari pekerja. Kondisi tersebut membuat lulusan SMK mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, dikarenakan belum adanya pengalaman kerja serta minimnya lowongan pekerjaan.

Kecemasan menurut (Nevid, Rathus, & Greene, 2005) yaitu suatu kondisi aprehensif maupun khawatir mengenai hal buruk akan datang. Adapun hal-hal yang bisa membuat cemas seperti ujian, relasi sosial, relasi internasional, kesehatan maupun situasi lingkungan. Kecemasan merupakan hal wajar yang terjadi pada individu masing-masing dikarenakan semua individu pasti mempunyai kecemasan. Menurut Steven Schwartz (Annisa & Ifdil, 2016)

kecemasan ataupun dalam bahasa latin *anxius* yang memiliki arti pencekikan ataupun penyempitan, terkadang disamakan dengan perasaan takut, padahal keduanya berbeda. Ketakutan adalah suatu reaksi atas ancaman yang mempunyai fokus riil serta lebih spesifik, namun kecemasan ditandai oleh rasa khawatir mengenai sesuatu hal di masa depan, meliputi di dalamnya yaitu ancaman yang tak diduga, kecemasan kurang mempunyai fokus yang spesifik.

Menurut Hurlock (Mu'arifah, 2005) menyatakan bahwa kecemasan sendiri bagian dari kehidupan dan hampir tiap individu merasakan, namun tentunya dengan taraf dan kadar yang berbeda. Terdapat sebagian individu yang mampu mengatasi masalah sehingga kecemasan yang dirasakan tidak bertahan lama, kecemasan pada dasarnya merupakan reaksi normal atas tekanan maupun hal yang dianggap mengancam hidup individu. Sedangkan menurut Stuart dan Sunden (Shobah & Laily, 2012) menjelaskan bahwa kecemasan ialah respon afektif yang tidak pasti atau tidak teratur mengenai gambaran yang tidak jelas dari suatu objek.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada beberapa siswakeselas XII SMK Cut Nyak Dien Semarang memberikan tanggapan yang berbeda-beda seperti yang diungkapkan oleh "RS" salah satu siswa laki-laki kelas XII menyatakan jika dirinya merasakan ketakutan ketika diminta pendapat tentang dunia kerja, hal ini dapat diketahui dari kutipan wawancara yang telah peneliti lakukan:

"Kalau ditanya gimana tentang dunia kerja ya kepikiran takut tidak sesuai mas, yang dimaksud takutnya ya seperti yang sudah dipelajari di sekolah kaya teori yang disampaikan guru dan pengalaman magang yang saya dapat tidak sesuai dengan nanti kalau sudah mulai terjun didunia kerja. Walaupun sebenarnya di smk sudah ada basic untuk siap bekerja. Cuma tetep aja takut soalnya yang dipelajari disekolah belum tentu sesuai pas kerja mas"

Siswa lainnya laki-laki yang berinisial "FN" kelas XII menyatakan bahwa dirinya kurang memiliki kesiapan dalam memasuki dunia kerja karena kurangnya keyakinan akan kompetensi yang didapatkannya sehingga menjadikannya kurang siap jika nanti memasuki dunia kerja. FN menyatakan jika nantinya dia akan

melanjutkan pendidikannya ke jenjang kuliah untuk meningkatkan kompetensi, hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan:

“Emmm.. Mungkin kalo aku lebih memilih untuk lanjut kuliah mas, ketimbang kerja nggak tau harus kerjakemana, karena saya rasa saya belum memiliki kompetensi yang cukup, soalnya kadang PT memilih karyawan berdasarkan pengalaman apalagi yang dipelajari disekolah kadang tidak sesuai dengan apa yang nanti jadi pekerjaannya. Dan saya lebih memilih lanjut kuliah bila dikasih kesempatan sama orang tua hehe...”

Lain halnya yang diungkapkan oleh siswa laki-laki “MA” kelas XII yang menyatakan bahwa dirinya merasa khawatirakan dunia kerja karena dirinya kurang memiliki keyakinan akan kemampuannya ditambah lagi dengan rasa kurang siap dalam bertemu orang asing sehingga menjadikan dirinya kurang memiliki kesiapan dalam bekerja karena kurangnya rasa percayadiri.

“Ya pasti khawatir mas, saya kan masih muda buat cari kerja atau nanti bakal jadi karyawan takut mentalnya belumsiap. Makanya saya pengen lanjut kuliah dulu lah sambil ngelatih mental buat siap kerja, ketemu orang-orang luar lingkungan saya. Soalnya saya cenderung gak percaya diri mas kalo disuruh bicara sama orang, sedangkan sebelum masuk kerjakan pasti ada interviewnya nah itu kan sama aja saya ngobrol sama orang lain dong hehe.”

Berdasarkan tanggapan yang telah dinyatakan oleh beberapa siswa, terdapat kecemasan tersendiri yang dialami oleh siswa SMK dalam menghadapi dunia kerja. Kebanyakan siswa SMK mengalami kecemasan yang dirasakan seperti kurang percaya diri akan kemampuan, kurang pengalaman, dan kurangnya kompetensi yang diajarkan oleh sekolah. Bahwa kesiapan kerja berkaitan erat dengan faktor pendukung diantaranya yaitu pengalaman serta kompetensi yang dibutuhkan calon pekerja. Namun tidak sedikit dari beberapa siswa tersebut kurang memiliki kepercayaan akan kemampuan yang dimilikinya, seperti halnya yang diungkapkan oleh salah satu siswa mengenai ketidaksiapan untuk memasuki dunia kerja karena merasa kurang memiliki kemampuan yang cukup untuk bekerja ditambah lagi karena persaingan yang cukup ketat. Kurang yakin akan kemampuan diri sendiri dalam bertindak disebut efikasidiri.

Menurut Bandura (1997) faktor yang dapat berpengaruh terhadap kecemasan yaitu (1). Efikasi diri yaitu suatu perkiraan individu atas kemampuan pada saat menyelesaikan masalah (2). *Outcome expectancy* yaitu perkiraan individu atas peluang terjadinya akibat yang dapat mempengaruhi kecemasan.

Menurut Bandura (Pool & Sewell, 2007) efikasi diri yaitu keyakinan akan kemampuan individu dalam mengorganisir serta melakukan tindakan ketika mengelola situasi nantinya. Keyakinan yang dimiliki seseorang akan berpengaruh terhadap cara berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri serta bertindak.

Efikasi diri yang baik dapat mengatasi kecemasan dalam menghadapi dunia. Efikasi diri menurut Bandura (1994) yaitu keyakinan individu mengenai kemampuan yang ada pada dirinya untuk menunjukkan suatu perilaku. Sedangkan, menurut A.T. Locke Judge, dkk (Mulyani, Mubarak, & Hairina, 2015) dalam bukunya yang berjudul *Dispositional Effect on Job* menjelaskan, bahwa efikasi diri merupakan aspek pemahaman akan diri sendiri yang berakibat pada berbagai aktivitas. Efikasi diri berpengaruh dalam memilih sikap dan tindakan untuk mencapai apa yang diharapkan.

Pada penelitian yang sudah dilakukan (Rahmawati, 2017) yang berjudul Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK Muhammadiyah Surakarta didapatkan hasil penelitian yang membuktikan bahwa adanya hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK. Peranan efikasi diri secara efektif dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebesar 26,8% dan selebihnya 73,2% disebabkan oleh variabel lain. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) yang berjudul Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di MTS Al Hikmah Brebes mengungkapkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa. Efikasi diri memberikan sumbangan secara efektif sebesar 51,6% dan selebihnya 69,4% disebabkan oleh variabel lain.

Orisinalitas penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian sebelumnya berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, dengan judul Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK Muhammadiyah Surakarta pada tahun 2017 (Rahmawati, 2017). Selain itu, perbedaan dalam penelitian yang peneliti lakukan dengan peneliti-peneliti sebelumnya terletak pada aspek-aspek variabel untuk membuat aitem skala penelitian, serta subjek penelitian.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti ingin mendalami mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka dapat disimpulkan rumusan masalah yaitu: Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK?”. Sehingga dari permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

Mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan secara teoritis dan ilmiah bagi akademisi atau pengajar di bidang psikologi pendidikan, klinis dan industri.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan khususnya oleh siswa SMK sebagai bahan masukan atau acuan agar mampu membangun dan meningkatkan kepercayaan diri dalam memasuki dunia kerja nantinya. Tujuannya agar siswa SMK berusaha untuk lebih mengoptimalkan dan mengembangkan kemampuan mereka dalam mempersiapkan diri untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan

1. Definisi Kecemasan

Kecemasan ialah keadaan yang dirasakan individu pada saat mereka mengalami sesuatu yang dianggap memberikan ancaman. Kecemasan merupakan bagian keseharian dari kehidupan. Kecemasan pada dasarnya bersumber dari takut, merupakan peningkatan yang berbahaya dari rasa tidak berdaya serta bersahabat dan merasa diancam dalam dunia (Alwisol, 2004).

Kecemasan merupakan aspek afektif (perasaan) tidak menyenangkan seperti halnya rasa takut, khawatir dan prihatin yang biasanya berbeda-beda pengalamannya antar individu masing-masing (Atkinson, Atkinson, & Hilgard, 1996).

(Halgin & Whitbourne, 2010) menyatakan kecemasan merupakan keadaan pada saat individu merasakan kegelisahan, kekhawatiran, kekhawatiran ketegangan serta perasaan tak nyaman yang tidak terkontrol perihal akan terjadi suatu hal buruk yang pada dasarnya belum tentu terjadi. Kecemasan menjadikan sebagai sumber permasalahan apabila sampai pada tingkat ketegangan yang kompleks, sehingga dapat berpengaruh pada kemampuan peranan individu dalam aktivitas sehari-hari. (Sobur, 2009) menjelaskan bahwa orang yang sedang terancam keselamatannya itu tidak mengetahui langkah yang seharusnya dilakukan supaya dirinya selamat.

(Gunarsa, 2008) menyatakan kecemasan yaitu perasaan takut, khawatir yang tak jelas sumbernya. Kecemasan memberikan pengaruh besar dalam gerak tingkah laku, baik tingkah laku yang terganggu ataupun tingkah laku yang menyimpang, keduanya merupakan pernyataan, penjelmaan ataupun penampilan dari pertahanan individu atas kecemasan. Sedangkan Hurlock (Mu'arifah, 2005) mengemukakan bahwa kecemasan itu sendiri merupakan bentuk kekhawatiran yang bersifat umum tentang suatu

peristiwa ataupun kondisi di masa yang akan datang tidak pasti atau tidak jelas.

Berdasarkan penjelasan dari tokoh-tokoh diatas dapat disimpulkan jika kecemasan merupakan perasaan yang meliputi rasa ketakutan, kekhawatiran, ketegangan, dan rasa prihatin atas diri sendiri untuk menghadapi situasi ataupun keadaan yang mengancamnya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Nevid, Rathus, dan Greene (Faried & Nashori, 2012) menyebutkan faktor yang dapat berpengaruh terhadap kecemasan yakni:

- a. Faktor biologis: dipengaruhi oleh faktor genetis, terdapat gangguan pada fungsi senyawa kimia (neurotransmitter), dan tidak normalnya fungsi pada bagian di otak yang berperan sebagai respon akan terjadinya bahaya.
- b. Faktor perilaku: perilaku yang sering atau selalu menghindari dari objek atau peristiwa yang ditakuti yang kemudian membuat cemas atau khawatir dan individu tersebut akan tetap dalam kecemasan.
- c. Faktor kognitif dan emosional: dipengaruhi dengan kondisi kognitif seseorang yang mempunyai pikiran irasional akan suatu objek atau peristiwa, serta afektif atau emosi yang terlalu sensitif pada suatu ancaman, disebabkan oleh *self efficacy* yang rendah.
- d. Faktor lingkungan sosial: adanya suatu pengalaman traumatis atau yang mengancam pada suatu peristiwa dan kurangnya dukungan dari lingkungan dekatnya (sosial).

(Az-Zahrani, 2005) lain halnya menjelaskan ada faktor yang memberi pengaruh penyebab kecemasan antara lain:

- a. Lingkungan keluarga

Pertengkaran ataupun kesalahpahaman yang sering terjadi di rumah serta ketidakpedulian orangtua dengan anaknya, mampu mengakibatkan ketidaknyaman dan kecemasan anak pada saat sedang di rumah.

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial menjadi faktor penyebab kecemasan pada individu. Apabila individu bergaul diantara lingkungan yang kurang baik, besar kemungkinan individu akan melakukan perilaku buruk, oleh karena itu dapat menimbulkan penilaian buruk pada masyarakat. Sehingga dapat menimbulkan timbulnya kecemasan.

Adler dan Rodman (Annisa & Ifdil, 2016) menjelaskan terdapat dua faktor terjadinya kecemasan antara lain:

a. Pengalaman negatif pada masa lalu

Akar utama yang terjadi timbulnya perasaan cemas datang ketika masa kanak-kanak yakni mengenai peristiwa yang terjadi pada masa depan yang ditimbulkan rasa tidak menyenangkan dimasa lalunya dapat terulang kembali, yang artinya jika individu mengalami kondisi yang sama serta menyebabkan rasa tidak nyaman.

b. Pikiran yang tidak rasional

Pikiran yang kurang rasional terbentuk atas 4, yaitu: 1). Kegagalan ketastropik merupakan asumsi terhadap hal yang buruk akan menimpa dirinya. Individu merasakan kecemasan dan perasaan tidak mampu seta tidak sanggup pada saat mengatasi masalah; 2). Kesempurnaan merupakan harapan suatu individu pada dirinya agar perilakunya sempurna serta tidak mempunyai kecacatan. Kesempurnaan menjadi tujuan individu yang member inspirasi; 3). Persetujuan 4). Generalisasi yang tidak sesuai merupakan generalisasi yang berlebih, biasanya terjadi pada individu yang mempunyai sedikit pengalaman.

3. Aspek-aspek Kecemasan

Blackburn dan Davidson (Safaria & Saputra, 2009) menjabarkan aspek-aspek kecemasan terbagi menjadi ada 2 yaitu:

a. Pengetahuan individu menjelaskan kondisi internal dirinya yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan emosionalnya dalam menghadapi kondisi ataupun situasi yang mengancam.

- b. Pengetahuan individu menjelaskan kondisi eksternal dirinya yaitu meliputi kemampuan mengenali kondisi lingkungan sekitarnya, apakah kondisi tersebut mengancam atau tidak.

Menurut Lazarus (Safaria & Saputra, 2009) menjelaskan tentang aspek kecemasan, yaitu jika seseorang bisa mengenali keadaan buruk yang akan menimpa dirinya dan menguasai berbagai hal termasuk permasalahan yang dapat memicu suatu perasaan (aspek afektif psikologis) yang negatif seperti marah, jemu, rasa takut, maupun cemas itu sendiri.

Dacey (Wicaksono & Saufi, 2013) adapun gejala kecemasan yang dapat kita kenali terdapat 3 aspek antara lain:

- a. Psikologis merupakan reaksi yang nampak pada gejala psikologis meliputi gugup, gelisah, cemas, tegang, mudah terkejut, takut dan merasa tidak aman.
- b. Fisiologis merupakan reaksi terhadap tubuh terutama pada organ meliputi keringat dingin, tekanan darah tinggi (mudah emosi), jantung berdebar, kurangnya sensitifitas sentuhan.
- c. Sosial merupakan sebuah tingkah laku yang ditunjukkan individu di lingkungan sekitarnya. Perilaku tersebut meliputi gangguan tidur serta sikap.

Menurut Calhoun dan Achocella (Safaria & Saputra, 2009) menyebutkan bahwa reaksi kecemasan memiliki tiga aspek yaitu:

- a. Reaksi emosional merupakan reaksi maupun persepsi individu yang timbul akibat kecemasan, meliputi individu tersebut memiliki rasa takut yang besar dengan secara sadar.
- b. Reaksi kognitif merupakan respon dalam wujud berpikir yang meliputi rasa takut yang meluas serta dapat mempengaruhi kemampuan cara memecahkan masalah, mengatasi tuntutan lingkungan serta berpikir positif.
- c. Reaksi psikologis merupakan respon fungsi kerja tubuh atas kecemasan yang meliputi respon tubuh atas perasaan takut seperti pengeras diri dalam bertindak, baik tindakan itu diinginkan ataupun tidak.

Berdasarkan aspek yang dijelaskan ketiga tokoh diatas, yang diambil penulis adalah aspek dari Calhoun dan Achocella (Safaria & Saputra, 2009) yang meliputi reaksi emosional, reaksi kognitif, dan reaksi fisiologis. Hal ini dikarenakan aspek tersebut mewakili tentang aspek-aspek kecemasan, dan hal ini memudahkan dalam membuat indikator untuk skala kecemasan.

4. Bentuk-bentuk Kecemasan

Menurut (Wiscarz & Sundeen, 1995) menyebutkan beberapa kecemasan antara lain:

a. Kecemasan ringan

Kecemasan yang dialami dalam aktivitas keseharian yang menyebabkan individu waspada serta memikirkan cara mencegahnya.

b. Kecemasan sedang

Individu memfokuskan hal penting kemudian menyampingkan hal lain yang akhirnya mampu memperkecil kemungkinan persepsi dirinya.

c. Kecemasan berat

Individu memfokuskan perhatian yang dimiliki pada hal lain agar kecemasannya berkurang serta perlu banyakan pengarahan.

d. Panik

Kondisi seperti ini dapat memberikan ancaman pada kontrol dirinya, seseorang tidak dapat melakukan hal lain sekalipun dengan pengarahan.

(Nevid, Rathus, & Greene, 2005) Kecemasan ditandai beberapa simptom yang meliputi simprom fisik, perilaku, dan kognitif:

- a. *Ciri fisik*, yang dapat ditandai dengan munculnya kegelisahan, kecemasan, gemetar, sesak dibagian dada dan perut, telapak tangan berkeringat, nafas tersengal-sengal, kepala pusing, mulut terasa kering, berkeringat hebat, jantung berdegup kencang, rasa ingin pingsan, mual serta anggota tubuh terasa dingin merupakan indikasi dari beberapa banyak simptom-simpptom fisik lain.
- b. *Ciri perilaku*, yang mencakup perilaku atau tindakan menghindari perilaku bergantung dan perilaku gelisah.

- c. *Ciri kognitif*, yang dapat ditandai dengan munculnya rasa khawatir, perasaan takut ataupun cemas akan hari depan, berlebihan dalam memikirkan sesuatu dengan reaksi yang ada ditubuh, takut hilang kontrol, memikirkan hal yang mengganggu secara berulang, mempunyai pikiran yang membuat bingung, kesulitan untuk konsentrasi serta memfokuskan pikiran, dan berpikir jika segala hal menjadi tidak terkontrol.

Spilberger (Annisa & Ifdil, 2016) mengemukakan ada dua jenis dalam kecemasan yaitu:

a. *Trait anxiety*

Trait anxiety yakni munculnya perasaan khawatir serta merasa terancam yang ada dalam diri individu atas situasi yang pada dasarnya tidaklah berbahaya. Kecemasan timbul pada kepribadian individu yang mempunyai potensi kecemasan dibandingkan dengan individu lainnya.

b. *State anxiety*

State anxiety yakni kondisi emosi serta keadaan sementara pada diri individu dengan munculnya rasa khawatir dan tegang yang bersifat subjektif dan secara sadar dirasakan.

Menurut Freud (Andri & P, 2007) dan (Alwisol, 2004) kecemasan dibagi dalam tiga jenis yaitu:

a. Kecemasan Realitas atau Objektif (*Reality or Objective Anxiety*)

Jenis kecemasan pada objek yang nyata. Misalnya jenis kecemasan yang nyata yaitu ketakutan yang ditimbulkan karena adanya rasa takut pada kebakaran, kecelakaan yang dilihat, bencana alam atau pun hewan. Kecemasan ini mendorong kita supaya dapat melakukan tindakan menghadapi ancaman yang nyata tersebut. Perasaan takut yang ditimbulkan secara berlebihan maka bisa menjadi ekstrim. Contohnya seseorang akan menjadi sangat takut mengendarai atau membonceng motor karena takut akan terjadi kecelakaan.

b. Kecemasan Neurosis (*Neurotic Anxiety*)

Jenis kecemasan ini berpusat pada pengalaman masa kecil, seperti konflik atau pertentangan yang terjadi antara instingtual (id) yang ingin dipuaskan dan ego, kecemasan ini mempunyai alas dalam kehidupan realitas. Munculnya ketakutan pada anak kecil dalam mengekspresikan impuls seksual dan agresifnya ditimbulkan karena pernah mengalami hukuman yang berlebihan (kebutuhan id) akhirnya menjadi kecemasan neurotik. Pusat perhatiannya adalah munculnya ketakutan atas konsekuensi yang akan menimpa individu bila insting tersebut terpenuhi seperti berupa hukuman, bukan karena ketakutan terhadap insting tersebut.

c. Kecemasan Moral (*Moral Anxiety*)

Jenis kecemasan ini ditimbulkan karena adanya pertentangan antara id dan super ego (kata hati). Suatu keinginan individu untuk memenuhi impuls instingtual (id) nya bertentangan dengan nilai moral (superego), maka individu akan merasa bersalah dan malu serta menentukan dirinya sebagai "*conscience stricken*". individu yang kuat akan moralnya (superego) cenderung mengalami pertentangan yang lebih kuat dibandingkan individu yang lemah akan nilai moralnya.

B. Efikasi Diri

1. Definisi Efikasi diri

Bandura (Shobah & Laily, 2012) menjelaskan efikasi diri adalah pengetahuan tentang individu mengenai diri sendiri serta merupakan bagian kognitif sosial yang penting didalam kehidupan, sedangkan menurut Watson (Shobah & Laily, 2012) efikasi diri yaitu persepsi atau pendapat individu untuk lebih mengetahui atau mengenal kemampuan dirinya untuk mengatasi berbagai keadaan.

Menurut (Baron & Byrne, 2003) efikasi diri didefinisikan kegiatan individu ketika mempertimbangkan kompetensi ataupun kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi masalah, mencari hal yang diharapkan serta

melaksanakan tugas (Alwisol, 2004) berpendapat bahwa efikasi diri merupakan persepsi untuk menjelaskan diri individu sendiri, sebaik apa diri sendiri dalam melakukan suatu perannya saat dihadapkan dengan suatu keadaan. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan atas kemampuan diri individu saat melaksanakan suatu hal yang diharapkan. A.T. Locke Judge, dkk (Mulyani, Mubarak, & Hairina, 2015) dalam bukunya yang berjudul *Dispositional Effect on Job* menjelaskan, bahwa efikasi diri merupakan aspek pemahaman akan diri sendiri yang berakibat pada berbagai aktivitas. Efikasi diri berpengaruh dalam memilih tindakan dan sikap untuk meraih apa yang diinginkan.

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh tokoh-tokoh diatas kesimpulannya yaitu efikasi diri yaitu keyakinan atau kepercayaan yang terdapat pada diri individu untuk mengetahui atau mengenal kemampuannya pada saat menghadapi berbagai kondisi ataupun keadaan.

2. Aspek-aspek Efikasi diri

Bandura (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) efikasi diri yang dialami tiap individu berbeda antara individu satu dengan individu lain. Hal ini disampaikan pada skala efikasi diri yang dilandasi aspek efikasi diri oleh Bandura, antara lain:

a. Tingkat (*Level*)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kepelikan peran yang dilakukan individu. Jadi, ada perbedaan antara efikasi diri yang terbatas dalam peranan-peranan yang sedang diatasi sesuai dengan kekuatan yang dimiliki dalam pemenuhan tuntutan perilaku masing-masing yang di butuhkan.

b. Kekuatan (*Strength*)

Berhubungan dengan kekuatan suatu rasa yakin serta harapan individu akan kemampuan yang dimiliki. Kekuatan efikasi diri individu dapat diketahui ketika diukur menggunakan skala efikasi diri. Skala tersebut digunakan dengan tujuan memberikan pandangan perbedaan

antara kekuatan efikasi diri individu dengan individu lainnya pada saat melaksanakan peran.

c. Generalisasi (*Generality*)

Aspek ini berkaitan dengan luasnya bagian tugas perilaku yang membuat keyakinan individu atas kemampuannya. Efikasi diri dapat diukur melalui individu pada saat dalam suatu peranan yang tidak terbatas hanya dengan satu aspek saja. Ada beberapa aspek dalam penelitian ini yang dijadikan sebagai acuan untuk mengukur efikasi diri individu, meliputi; regulasi diri ketika belajar, kompetensi akademik, sumber daya sosial, pemanfaatan waktu luang serta aktivitas tambahan, efikasi diri pada harapan serta regulasi diri orang lain.

Menurut R.J. Corsini (Mulyani, Mubarak, & Hairina, 2015) mengklasifikasikan efikasi diri kedalam 4 aspek, yakni:

a. Aspek Kognisi

Kemampuan suatu individu pada saat memikirkan tindakan ataupun suatu langkah yang nantinya digunakan untuk meraih target yang telah ditentukan. Dalam menentukan tindakan perlu adanya persiapan diri dengan pemikiran yang matang agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Aktivitas berpikir membuat seseorang mampu memperkirakan kejadian-kejadian setiap harinya yang kemungkinan berpengaruh untuk masa depan. Pada aspek kognisi inilah muncul asumsi seperti, semakin efektifnya individu dalam berpikir menganalisa dan memunculkan gagasan pribadi, maka pada hal tersebut nantinya memberikan nilai lebih dalam melakukan target yang diharapkan.

b. Aspek Motivasi

Kemampuan individu dalam berpikir menjadikan dirinya lebih optimis dan memiliki motivasi dalam melakukan sesuatu untuk meraih tujuan yang diharapkan. Seseorang bisa memotivasi diri sendiri dengan menaruh rasa yakin serta mempersiapkan rencananya pada setiap tindakannya yang akan dilakukan. Memotivasi itu penting dalam efikasi

diri, sebab bermanfaat untuk memperkirakan tolak ukur sukses ataupun gagalnya seseorang.

c. Aspek Afeksi

Kemampuan yang dimiliki individu untuk mengontrol emosi yang timbul dalam tahapan meraih target yang diinginkan. Afeksi terjadi pada diri individu secara alamiah. Afeksi bertujuan untuk mengontrol rasa cemas serta rasa depresi yang menghalangi pola pikir yang sebelumnya terarah.

d. Aspek Seleksi

Kemampuan suatu individu dalam melaksanakan seleksi terhadap tindakan, sikap serta memilah lingkungan sekitar yang memberi dukungan dalam usaha meraih target yang diinginkan. Dalam memilah tindakan atau tingkah laku dapat berpengaruh dalam berkembangnya suatu individu. Munculnya asumsi pada aspek seleksi ini yaitu, jika individu tidak mampu melakukan tindakan atau tingkah laku yang diperbuatnya, kemudian munculnya perasaan tidak percaya diri, putus asaan bingung ketika dihadapkan keadaan yang sulit.

Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh tokoh-tokoh diatas, penulis menetapkan aspek dari Bandura (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) yang meliputi aspek tingkat (*level*), aspek kekuatan (*strength*), dan aspek generalisasi (*generality*). Hal ini karena pada penelitian terdahulu banyak menggunakan aspek-aspek efikasi diri dari Bandura karena penjelasannya mewakili dari masing-masing aspek, hal tersebut memudahkan dalam membuat indikator untuk skala efikasi diri.

C. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa SMK

Secara teori garis besar hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dimulai dari Kanfer (Shobah & Laily, 2012) yang menyatakan jika proses seseorang dalam mencari suatu pekerjaan berkaitan dengan seberapa usaha seseorang tersebut untuk menunjukkan kompetensi atau kelebihan dirinya. Asumsinya kemudian jika seseorang dapat menunjukkan bahwa dirinya memiliki kompetensi yang mumpuni maka untuk mendapatkan peluang pekerjaan lebih besar (Shobah & Laily, 2012).

Efikasi diri menurut Muris (Suryaningrum, 2019) berkaitan dengan kecemasan sosial seperti suatu keyakinan yang didapat melalui berbagai pengalaman seseorang yang kemudian memberikan koreksi atas kemampuan dalam menghadapi situasi sosial. Keyakinan yang muncul pada efikasi diri ialah seorang individu yang akan berupaya dan memiliki kemampuan dalam menghadapi berbagai situasi yang dapat menyebabkan munculnya perilaku maladaptive Kashdan & Roberts (Suryaningrum, 2019). Kemudian konsep efikasi ialah keyakinan seseorang untuk mampu melakukan kontrol atas keberfungsian seseorang dan kejadian di lingkungannya.

Efikasi diri mempunyai fungsi yang berhubungan dengan stress serta cemas kemudian berlanjut pada imunosupresi lalu berubahnya fisiologis semacam hormone stress, detak jantung dan tekanan darah. Barlow menjelaskan berdasarkan teori kognitif sosial, seseorang yang memiliki persepsi atas efikasi diri yang rendah terancam tingginya kemunculan kecemasan. Hal seperti itu tidak mengancam, namun rasa tidak yakin atas kemampuannya merupakan akar dari kecemasan (Putri, Suminta, & Handayani, 2017).

Berdasarkan penjelasan dari (Rahmawati, 2017) yang merupakan hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Yang artinya, semakin tingginya efikasi diri maka semakin rendah kecemasan yang dialami siswa dalam menghadapi dunia kerja, begitu pula sebaliknya semakin rendahnya efikasi diri

maka semakin tinggi kecemasan yang dialami siswa dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan uraian diatas maka disimpulkan jika efikasi diri berkaitan dengan kecemasan sosial. Keyakinan-keyakinan yang merupakan bagian dari efikasi diri menunjukkan seberapa cemas atau tidak dalam menghadapi situasi social pada diri seseorang.

D. Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti akan menguji hipotesis sebagai berikut;

Ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan semacam metode dalam menetapkan variabel inti untuk suatu penelitian yang bermanfaat menentukan dari fungsi masing-masing variabel (Azwar S. , 2011). Variabel penelitian pada dasarnya ialah segala bentuk sesuatu yang bisa ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari untuki memperoleh informasi mengenai hal tersebut dan dapat ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Tergantung (Y) : Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja
2. Variabel Bebas (X) : Efikasi Diri

B. Definisi Operasional

Pengertian definisi operasional mengacu pada suatu yang menyangkut variabel tersebut dapat dirumuskan berdasarkan kekhasan sebuah variabel yang diteliti (Azwar S. , 2011). Adapun penjelasan terkait definisi operasional dalam penelitian ini seperti:

1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kecemasan yaitu suatu kekhawatiran umum meliputi suatu peristiwa yang tidak jelas atau tidak pasti terhadap peristiwa yang akan datang.

Kecemasan dalam penelitian ini diukur dengan skala kecemasan yang dijabarkan menurut Calhoun dan Achocella (Safaria & Saputra, 2009), adapun aspek-aspek kecemasan yang dijabarkan dalam 3 reaksi, seperti; reaksi emosional, reaksi kognitif, dan reaksi fisiologis. Melalui skala kecemasan tingginya kecemasan subjek dapat dilihat dengan skor yang diperoleh subjek. Tingginya skor kecemasan yang diperoleh maka semakin tinggi kecemasan subjek. Sebaliknya jika semakin rendahnya skor kecemasan yang diperoleh, maka semakin rendah kecemasan subjek.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan evaluasi seseorang mengenai kemampuan ataupun kompetensi dirinya dalam melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan.

Kecemasan dalam penelitian ini diukur dengan skala efikasi diri yang dijabarkan menggunakan menurut Bandura (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) meliputi aspek tingkat (*level*), aspek generalisasi (*generality*), aspek kekuatan (*strength*). Efikasi diri subjek yang tinggi ditunjukkan dengan skor yang diperoleh subjek melalui skala efikasi diri. Semakin tingginya skor efikasi diri yang diperoleh maka semakin tinggi efikasi diri subjek. Sebaliknya jika semakin rendah skor efikasi diri yang didapat, maka semakin rendahnya efikasi diri pada subjek.

C. Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan dari suatu wilayah generalisasi meliputi objek ataupun subjek yang memiliki kualitas atau kekhasan tertentu kemudian ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulan melalui proses belajar terhadap objek atau subjek yang akan dijadikan sebagai populasi (Sugiyono, 2017). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang kelas XII yang berjumlah 201 siswa. Berikut merupakan rincian jumlah siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang.

Tabel 1. Rincian Data Siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang

No	Kelas	Jumlah
1.	Akuntansi kelola lembaga 1	32
2.	Akuntansi kelola lembaga 2	30
3.	Bisnis daring pemasaran 1	29
4.	Bisnis daring pemasaran 2	25
5.	Otomatisasi tata kelola perkantoran 1	28
6.	Otomatisasi tata kelola perkantoran 2	29
7.	Tata busana	28
	Total	201

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah populasi yang karakteristiknya dapat dianggap mewakili populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Sampel pengumpulan data dan penelitian ini menggunakan Sebagian siswa SMK Cut Nyak Dien kelas XII.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel merupakan teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian (Sugiyono, 2017). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* itu sendiri yaitu randomisasi yang dilakukan terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar S. , 2011).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Skala tersebut sebagai suatu pernyataan yang di susun untuk mengungkap sikap tertentu didasarkan pada respon terhadap pernyataan tersebut. *Skala likert* digunakan dalam penelitian ini, menurut (Sugiyono, 2017) skala *likert* merupakan tujuan untuk mengukur sebuah atribut yang ada dalam diri seseorang seperti sikap, pendapatan dan pandangan seseorang maupun sekelompok orang mengenai fenomena tertentu.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan dua alat ukur yaitu skala kecemasan menghadapi dunia kerja dan efikasi diri.

1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Skala ini bertujuan untuk mengungkap kecemasan menghadapi dunia kerja. Skala yang digunakan untuk mengungkap kecemasan yaitu 3 aspek menurut Calhoun dan Achocella (Safaria & Saputra, 2009) meliputi reaksi emosional, reaksi kognitif dan reaksi fisiologis. Dalam Pengukuran kecemasan menghadapi dunia kerja ini menggunakan skala yang dikembangkan oleh (Rahmanto, 2019).

Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan

No	Aspek	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Emosional	4	4	8
2.	Kognitif	4	4	8
3.	Fisiologis	4	4	8
	Total	12	12	24

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja menggunakan model alternatif jawaban, seperti Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini kemudian terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* mencakup pernyataan-pernyataan yang meliputi aspek yang akan di ungkap, sedangkan aitem *unfavorable* memuat pernyataan-pernyataan yang tidak meliputi aspek yang akan di ungkap. Penskalaan yang akan digunakan yaitu penskalaan subjek, metode penskalaan tersebut berorientas pada subjek kemudian bertujuan untuk memposisikan individu-individu pada suatu penilaian sehingga gambaran individu dari suatu atribut yang akan diukur dapat diperoleh (Azwar S. , 2012)

Nilai yang diperoleh dari aitem *favorable* yaitu skor satu untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), skor dua untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), skor tiga untuk jawaban Sesuai (S), dan skor empat untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Kemudian untuk penilaian pada aitem *unfavorable* yaitu skor empat untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), skor tiga untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), skor dua untuk jawaban Sesuai (S), dan skor satu untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Tinggi atau rendahnya kecemasan diukur dari skor total yang diperoleh subjek pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi skor total yang didapat subjek maka semakin tinggi pula kecemasan menghadapi dunia kerja subjek. Kemudian sebaliknya semakin rendah skor total yang didapat subjek, maka semakin rendah pula kecemasan menghadapi dunia kerja subjek.

2. Skala Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan evaluasi seseorang mengenai kemampuan ataupun kompetensi dirinya dalam melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan.

Skala yang digunakan untuk mengungkap efikasi diri yaitu menggunakan aspek menurut Bandura (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) meliputi aspek tingkat (*level*), aspek generalisasi (*generality*), aspek kekuatan (*strength*). Dalam pengukuran efikasi diri menggunakan skala yang dikembangkan oleh (Ananda, 2019).

Tabel 3. Blue Print Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Level	7	7	14
2.	Generality	7	7	14
3.	Strength	7	7	14
	Total	21	21	42

Skala efikasi diri menggunakan model alternatif jawaban, seperti Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* mencakup pernyataan-pernyataan yang meliputi aspek yang akan di ungkap, sedangkan aitem *unfavorable* memuat pernyataan-pernyataan yang tidak meliputi aspek yang akan di ungkap. Penskalaan yang akan digunakan yaitu penskalaan subjek, metode penskalaan tersebut berorientas pada subjek kemudian bertujuan untuk memposisikan individu-individu pada suatu penilaian sehingga gambaran individu dari suatu atribut yang akan diukur dapat diperoleh (Azwar S. , 2012a).

Nilai yang diperoleh dari aitem *favorable* yaitu skor satu untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), skor dua untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), skor tiga untuk jawaban Sesuai (S), dan skor empat untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Kemudian untuk penilaian pada aitem *unfavorable* yaitu skor empat untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), skor tiga untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), skor dua untuk jawaban Sesuai (S), dan skor satu untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Tinggi atau rendahnya kecemasan

diukur dari skor total yang diperoleh subjek pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi skor total yang didapat subjek maka semakin tinggi pula kecemasan menghadapi dunia kerja subjek. Kemudian sebaliknya semakin rendah skor total yang didapat subjek, maka semakin rendah pula kecemasan menghadapi dunia kerja subjek.

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas ialah seberapa tepat tingkat akurasi pada skala atau tes dalam menjalankan fungsi keukurannya (Azwar S. , 2012b). Bisa dikatakan pengukuran tersebut memiliki validitas tinggi jika data yang ada secara tepat memberikan pandangan variabel yang akan di ukur sesuai dengan tujuan pengukuran (Azwar S. , 2012b).

Validitas yang digunakan pada penelitian ini ialah validitas isi, validitas ini dapat diperkirakan lewat penguji apakah sudah layak dan relevan isi dari aitem sebagai penjelasan indikator-indikator berperilaku atribut yang diukur dengan analisis *expert judgement* (Azwar S. , 2012b). *Expert judgement* pada penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem yaitu seberapa tepat aitem dapat membedakan antara individu ataupun kelompok yang memiliki atau tidaknya atribut yang akan diukur (Azwar S. , 2012a). Uji daya beda item dilakukan berdasarkan memilih aitem sesuai dengan kemiripan fungsi alat ukur dengan fungsi ukur skala (Azwar S. , 2012a). Uji daya diskriminasi dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala, kemudian mendapatkan hasil koefisien korelasi aitem total (r_{ix}) (Azwar S. , 2012a).

Pemilihan aitem ada batasan kriterianya yang berdasarkan korelasi aitem total yaitu $r_{ix} \geq 0,30$ diartikan semua daya beda aitem yang memiliki koefisien korelasi minimal 0,30 disimpulkan memuaskan, sedangkan aitem dengan r_{ix} atau $r_{i(x-1)}$ kurang dari 0,30 disimpulkan sebagai aitem dengan

daya beda rendah (Azwar S. , 2012a). Kemudian jika jumlah aitem yang lolos tidak mencapai yang diinginkan maka dipertimbangkan menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar S. , 2012a)

Uji daya beda aitem yang ada dipenelitian ini di hitung dengan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS (*Statiscal Packages for Social Science*) Versi 20.0.

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur ialah seberapa tepat hasil suatu pengukuran bisa dipercaya (Azwar S. , 2012b). Hasil suatu pengukuran bisa dipercaya ketika pelaksanaan pengukuran mencakup kelompok subjek yang sama maka memperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur tidak berubah (Azwar S. , 2012b). Koefisien reliabilitas ini berada pada kisaran angka 0.00 sampai 1.00 diartikan koefisien reliabilitas besarnya mendekati angka 1.00 maka semakin reliabel alat ukur (Azwar S. , 2012b)

Teknik analisis reliabilitas *Alpa Cronbach* digunakan dalam penelitian ini dengan bantuan program SPSS (*Statiscal Packages for Social Science*) versi 20.0 dalam penelitian ini alat ukurnya yaitu skala kecemasan menghadapi dunia kerja dan efikasi diri.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah cara untuk mengolah data kemudian di peroleh sehingga dapat di tarik kesimpulannya (Azwar S. , 2011). Metode analisis tersebut digunakan untuk menguji hipotesis (Azwar S. , 2011). Dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik, analisis statistik yaitu sistem ilmiah dalam mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisis penyelidikan data dalam bentuk angka. Penelitian ini teknik yang digunakan untuk menganalisis data meliputi teknik analisis deskriptif, uji prasyarat analisis, dan uji hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis *Product Moment*. Kemudian untuk menghitung analisis data menggunakan bantuan program SPSS (*Statiscal Packages for Social Science*) versi 20.0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kanchah Penelitian

Orientasi kanchah penelitian disebut sebagai bagian awal yang dilakukan sebelum penelitian meliputi hal yang berhubungan dalam penelitian. Tahapan yang pertama yaitu menetapkan lokasi penelitian yang didasarkan ciri khas populasi yang sebelumnya ditentukan. Penelitian ini bertempat di SMK Cut Nyak Dien Semarang yang bertempat di Jalan Wolter Monginsidi No. 99, Kec. Genuk Sari, Kota Semarang, Jawa Tengah.

SMK Cut Nyak Dien Semarang merupakan lembaga pendidikan kejuruan menengah di bawah Yayasan Pendidikan Islam Al Mukarromah. Yayasan Pendidikan Islam Al Mukarromah Kota Semarang berdiri pada tahun 1995 dan disahkan sebagai badan hukum oleh Notaris Mustari Sawilin, S.H., tanggal 24 November 1995. Dalam berselang satu tahun, SMK Cut Nyak Dien Kota Semarang telah memperoleh pengesahan dari Kantor Wilayah Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah, dan pada tahun 2004/2005 berstatus terakreditasi A. Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional 31 Maret 2005.

Visi: Terwujudnya insan cerdas, kreatif, terampil, fleksibel, berakhlak karimah, dan berwawasan global.

Misi: 1) Mengembangkan sistim pendidikan menengah yang adaptif, fleksibel, berwawasan internasional, dan dunia; 2) Membangkitkan dan mengembangkan potensi sumber daya insani; 3) Menginspirasi peserta guru, karyawan, dan segenap civitas akademik, agar berkembang menuju kemampuan puncaknya; 4) Mengembangkan iklim belajar, yang berakar pada norma dan nilai budaya, bangsa Indonesia yang religius; 5) Membekali guru, karyawan dan civitas akademik agar siap berkompetisi dan mampu mengembangkan dirinya

dalam era globalisasi; 6) Melaksanakan dan mengembangkan dakwah islam.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Cut Nyak Dien Semarang dengan adanya suatu permasalahan yaitu kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa. Kemudian meminta data yang terkait penelitian termasuk dengan jumlah keseluruhan angkatan 2021 guna untuk menetapkan berapa jumlah populasi dan sampel penelitian yang sesuai. Kemudian tahapan selanjutnya mencari teori yang relevan untuk menjadikan landasan serta mendukung data penelitian.

2. Persiapan Penelitian dan Pelaksanaan Penelitian

Agar penelitian berjalan lancar maka diperlukan persiapan dalam penelitian untuk meminimalisir jika terjadi kesalahan. Persiapan penelitian ini meliputi persiapan perijinan, menyusun dan menguji coba alat ukur, estimasi aitem dan reliabilitas, akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Persiapan perijinan

Penelitian agar terlaksana dengan baik sebelumnya, ada syarat-syarat yang wajib dipenuhi terlebih dahulu seperti perijinan penelitian. Tahap pertama dengan membuat surat ijin penelitian kepada Fakultas Psikologi UNISSULA yang di tunjukkan kepada SMK Cut Nyak Dien Semarang. Pengantar surat dari Fakultas Psikologi UNISSULA dengan nomer surat 66/C.1/Psi-SA/2021 yang di ajukan peneliti ke SMK Cut Nyak Dien Semarang.

b. Penyusunan alat ukur

Penyusunan alat ukur yaitu alat untuk digunakan pada saat penumpulan data. Alat ukur disusun berdasarkan sebuah indikator yang berupa pemaparan dari aspek-aspek variabel. Penelitian ini memakai dua skala yakni kecemasan menghadapi dunia kerja serta skala efikasi diri.

Setiap skala terdiri dari aitem *favorable* aitem yang mendukung pengukuran atribut serta aitem *unfavorable* aitem yang tidak

mendukung atribut pengukuran. Setiap skala memakai empat pilihan jawaban ialah (SS), (S), (TS), dan (STS). Kemudian penilaian aitem *favorable* dengan skor empat hingga satu untuk ketentuan 4 untuk (SS) sangat sesuai, 3 untuk jawaban (S) sesuai, 2 untuk jawaban (TS) tidak sesuai, dan 1 untuk jawaban (STS) sangat tidak sesuai. Sementara pemberian skor dalam aitem *unfavorable* dilakukan dengan cara sebaliknya, dengan member skor 1 pada jawaban (SS) sangat sesuai, 2 pada jawaban (S) sesuai, 3 pada jawaban (TS) tidak sesuai, dan 4 untuk jawaban (STS) sangat tidak sesuai.

1) Skala kecemasan menghadapi dunia kerja

Skala pada penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh (Rahmanto, 2019), dengan aspek yang dikemukakan oleh Calhoun dan Achocela (Safaria & Saputra, 2009) antara lain aspek emosional, kognitif, serta fisiologis. Skala ini berisi 24 aitem terdiri atas 12 aitem *favorable* serta 12 aitem *unfavorable*. Persebaran aitemnya meliputi:

Tabel 4. Persebaran Nomer Aitem Kecemasan menghadapi dunia kerja

No	Aspek	Nomer Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Emosional	1, 2, 3, 4	7, 8, 21, 22	8
2.	Kognitif	5, 6, 14, 15	12, 13, 18, 20	8
3.	Fisiologis	16, 17, 23, 24	9, 10, 11, 19	8
Total		12	12	24

2) Skala efikasi diri

Skala efikasi diri disusun oleh (Ananda, 2019). Penyusunan skala efikasi diri ini didasarkan atas aspek oleh Bandura (1997) mencakup aspek *level*, *generality*, dan *strength*. Skala efikasi diri berisi 42 aitem terdiri atas 21 aitem *favorable* serta 21 aitem *unfavorable*. Persebaran aitemnya meliputi:

Tabel 5. Persebaran Nomer Aitem Skala Efikasi Diri

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

c. Uji Coba Alat Ukur

Tahap selanjutnya yaitu uji coba alat ukur bertujuan mengetahui reliabilitas skala dan daya beda aitem. Uji coba alat ukur ini dilaksanakan tanggal 8 Maret 2021. Subjek pada uji coba ini merupakan siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang angkatan 2021. Dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 6. Data siswa SMK Cut Nyak Dien yang menjadi subjek uji coba

Kelas	Jurusan	Jumlah keseluruhan
XII	AKL 1	32
XII	BDP 2	25
XII	OTKP 2	29
XII	Tata busana	28
Total	4	114

Peneliti membagikan skala uji coba dengan jumlah 114 siswa SMK Cut Nyak Dien angkatan 2021, dikarenakan banyak dari jumlah yang tidak hadir. Kemudian skala yang sudah terisi secara penuh di beri skor sesuai dengan ketentuan dan analisisnya memanfaatkan SPSS versi 20.0.

d. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Tahap selanjutnya yang harus dilakukan setelah memberi skor pada semua skala kemudian uji daya beda aitem dan estimasi koefisien reliabilitas pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja serta skala efikasi diri. Uji tersebut di gunakan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan individu yang mempunyai atribut yang bisa

di ukur atau tidak. Daya beda aitem terbilang tinggi jika memiliki koefisien korelasi aitem total $r_{ix} = 0,30$ apabila aitem lolos tidak memenuhi maka dapat di pertimbangkan dan di turunkan dengan batas kriteria 0,25 (Azwar S. , 2012a). Koefisien korelasi antara skor aitem dengan skor total dihasilkan dari analisis *product moment* yang di bantu program SPSS versi 20.0 for *windows*. Selanjutnya hasil hitungan uji daya beda serta reliabilitas tiap skala dijelaskan dibawah ini:

1) Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Hasil perhitungan uji coba pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja dengan jumlah 24 aitem didapatkan 19 aitem berdaya beda tinggi serta 5 aitem berdaya beda rendah. 24 aitem berdaya beda tinggi memiliki koefisien korelasi dengan kisaran 0,305 - 0,535, sedangkan 5 aitem berdaya rendah memiliki koefisien korelasi dengan kisaran 0,107 - 0,298. Estimasi reliabilitas diukur dengan *Alpha Cronbach* dan didapatkan koefisien reliabilitas dengan nilai 0,828. Persebaran aitem skala kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai berikut:

Tabel 7. Sebaran Daya Beda Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No	Aspek	Nomer Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Emosional	1, 2, 3, 4	7, 8*, 21, 22	8
2.	Kognitif	5, 6, 14, 15*	12, 13*, 18, 20	8
3.	Fisiologis	16, 17, 23, 24*	9, 10, 11, 19*	8
Total		12	12	24

Keterangan: * aitem dengan daya beda rendah

2) Skala Efikasi Diri

Berdasarkan hasil hitung uji coba pada skala efikasi diri yang mempunyai 42 aitem, didapatkan 37 aitem berdaya beda tinggi serta 5 aitem berdaya beda rendah. 37 aitem berdaya beda tinggi memiliki koefisien korelasi dengan kisaran 0,304 - 0,618, sedangkan 5 aitem berdaya rendah memiliki koefisien korelasi dengan kisaran 0,089 - 0,274. Estimasi reliabilitas diukur dengan

Alpha Cronbach didapatkan koefisien reliabilitas dengan nilai 0,896. Persebaran aitem skala efikasi diri yaitu:

Tabel 8. Sebaran Daya Beda Aitem Skala Efikasi Diri

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

Keterangan: * aitem dengan daya beda rendah

e. Penomoran ulang

Tahap selanjutnya setelah dilaksanakan uji daya beda aitem kemudian menyusun aitem menjadi nomor urut baru dengan menghilangkan aitem yang mempunyai daya beda rendah serta yang menggunakan aitem berdaya beda tinggi untuk penelitian. Berikut adalah susunan penomoran baru pada skala kecemasan menghadapi dunia kerja serta skala efikasi diri:

Tabel 9. Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No	Aspek	Nomer Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Emosional	1, 2, 3, 4	7, 21(17), 22(18)	7
2.	Kognitif	5, 6, 14(12)	12(11), 18(15), 20(16)	6
3.	Fisiologis	16(13), 17(14), 23(19)	9(8), 10(9), 11(10)	6
Total		10	9	19

Keterangan: (...) nomer aitem baru pada skala penelitian

Tabel 10. Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Pada Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Nomer Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Level</i>	1, 8(6), 17(14), 20(17), 24(20), 27(23), 35(31)	3, 12(9), 14(11), 22(19), 30(26), 32(28), 38(33)	14
2.	<i>Generality</i>	2, 11(8), 19(16), 28(24), 36(32), 39(34)	5(4), 16(13), 21(18), 26(22), 34(30), 41(36)	12
3.	<i>Strength</i>	13(10), 15(12), 31(27), 33(29), 40(35)	6(5), 10(7), 18(15), 25(21), 29(25), 42(37)	11
Total		18	19	37

Keterangan: (...) nomor aitem baru pada skala penelitian

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan tanggal 16 - 27 April 2021. Penelitian ini memanfaatkan *cluster random sampling*. Sampel yang dilibatkan yaitu kelas: Akuntansi kelola lembaga 2, Bisnis daring pemasaran 1, dan Otomastisasi kelola perkantoran 1. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 87, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 11. Data Siswa yang Menjadi Subjek Penelitian

Kelas	Jumlah keseluruhan	Jumlah skala yang kembali
AKL 2	30	28
BDP 1	29	25
OTKP 1	28	27
Total	87	80

Penelitian ini dilakukan setelah melaksanakan uji coba alat ukur skala guna mendapatkan daya beda aitem dan aitem mana yang lulus untuk di jadikan pengambilan data penelitian. Skala penelitian dibagikan kepada 80 siswa yang terdiri dari tiga kelas. Berdasarkan dari skala penelitian yang dibagikan kepada 87 siswa terdapat subjek yang telah mengisi kuesioner sebanyak 80 siswa yang dikarenakan ada beberapa siswa beralasan seperti tidak mendukungnya *handphone*. Karena skala penelitian menggunakan kuesioner online berupa google formulir. Teknik dalam penentuan *sample* ini menggunakan *cluster random*

sampling dengan mengacak tujuh kelas, empat digunakan untuk uji coba dan tiga kelas digunakan untuk penelitian.

C. Analisis Data Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Suatu tahapan analisis sebelum menganalisis data penelitian, uji asumsi ini meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Uji asumsi ini menggunakan SPSS versi 20.0.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna mengetahui normal tidaknya sebuah data. Dengan mengujikan data normalitas dengan memakai teknik *One – Sample Kolomogorov Smirnov Z*. Kemudian kenormalan data normal apabila signifikasinya >0.05 . Berikut hasil uji normalitasnya:

Tabel 12. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	KS-Z	Sig	P	Keterangan
Kemasan Menghadapi Dunia Kerja	42,30	7,170	0,902	0,391	$>0,05$	Normal
Efikasi Diri	99,20	10,818	1,092	0,184	$>0,05$	Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dibuat untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Dengan menguji data menggunakan uji F_{linier} . Kemudian data terbilang linier jika memiliki signifikasi $0,05$ (Priyatno, 2016).

Berdasarkan uji linieritas variabel efikasi diri dan kecemasan menghadapi dunia kerja diperoleh F_{linier} 20,271 signifikasinya 0,000 (p 0,05). Dengan hasil tersebut mengindikasikan jika efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja berkorelasi secara linier.

2. Uji Hipotesis

Uji prasyarat telah dilaksanakan dan terbukti sudah memenuhi syarat untuk selanjutnya dilakukannya uji hipotesis dengan tujuan untuk menguji kebenaran didasarkan hasil analisis data statistik dan ditarik kesimpulannya

apakah hasilnya diterima atau tidak terima dari pernyataan tersebut. Teknik analisis memanfaatkan *Product Moment*. Berdasarkan hasil analisis dari uji hipotesis menunjukkan korelasi r_{xy} -0,454 dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Hasil dari uraian diatas menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang. Kecemasan menghadapi dunia kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 20,6% yang berdasarkan dari nilai *R squared* sebesar 0,206.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi pada data penelitian ini disusun sebagai fungsi gambaran skor terkait subjek penelitian yang dikenai penilaian. Deskripsi penelitian ini menggunakan model distribusi normal yang bertujuan untuk mengkategorisasikan subjek kedalam tingkatan yang berbeda pada setiap variabel yang di ungkap.

Tabel 13. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah

Keterangan: μ = mean hipotetik
 σ = standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skor Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Skala kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki 19 aitem berdaya beda tinggi dan setiap aitem diberi skor dengan rentang 1 - 4. Skor minimum kemungkin di dapat subjek adalah 19 yang berasal dari (19 x 1) skor tertingginya yaitu 76 yang berasal dari (19 x 4). Rentang skor skala sebesar 57 yang berasal dari (76 - 19) yang kemudian dibagi menjadi enam satuan deviasi standar, sehingga didapatkan nilai standard deviasi 9,5 berasal dari ((76 - 19): 6), dengan hasil mean hipotetik 47,5 berasal dari ((76 + 19): 2).

Deskripsi skor skala kecemasan menghadapi dunia kerja hasil berdasarkan penelitian dihasilkan skor minimum empirik 19, skor maximum empirik 63, mean empirik 42,30 dan standard deviasi empirik sebesar 7,170. Deskripsi skor skala kecemasan menghadapi dunia kerja yaitu:

Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

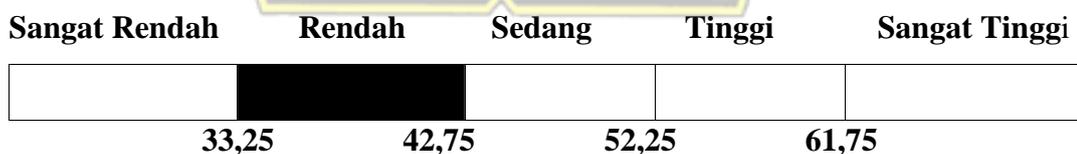
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	19	19
Skor Maximal	63	76
Mean (M)	42,30	47,5
Standart Deviasi (SD)	7,170	9,5

Berdasarkan mean empirik yang terdapat pada norma kategorisasi distribusi kelompok subjek diatas dapat di ketahui jarak skor subjek yang berada dalam kategori sedang yaitu sebesar 42,30.

Deskripsi data variabel kecemasan menghadapi dunia kerja secara keseluruhan menggunakan norma kategorisasi dapat diketahui pada tabel di berikut:

Tabel 15. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Norma	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
$61,75 < X$	Sangat Tinggi	1	1,3%
$52,25 < X$	Tinggi	5	6,3%
$42,75 < X$	Sedang	31	38,8%
$33,25 < X$	Rendah	35	43,8%
$X \leq 33,25$	Sangat Rendah	8	10,0%
	Total	80	100%



Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

2. Deskripsi Data Skor Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri memiliki 37 aitem berdaya beda tinggi dan setiap aitem di beri skor dengan rentang 1 - 4. Kemudian skor minimum kemungkinan dapat di peroleh subjek adalah 37 asalnya dari (37 x 1) skor tertinggi yaitu 148 asalnya dari (37 x 4). Kemudian rentang skor skala

sebesar 111 berasal dari $(148 - 37)$ yang dibagi dalam enam satuan deviasi standar, sehingga di dapat nilai standart deviasi 18,5 berasal dari $((148 - 37) : 6)$ dengan mean hipotetik 92,5 berasal dari $((148 + 37) : 2)$.

Deskripsi skor skala efikasi diri berdasarkan hasil penelitian di peroleh skor minimum empirik 19, skor maximum empirik 142, mean empirik 99,20 standart deviasi empirik 10,818.

Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Efikasi Diri

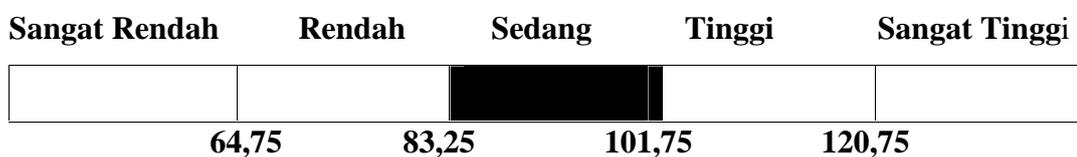
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	71	37
Skor Maksimal	142	148
Mean (M)	99,20	92,5
Standart Deviasi (SD)	10,818	18,5

Berdasarkan mean empirik yang terdapat pada norma kategorisasi distribusi kelompok di atas disimpulkan rentang skor subjek pada kategori sedang denga mean sebesar 99,20.

Adapun norma kategorisasi yang di gunakan sebagai deskripsi data variabel efikasi diri, rinciannya yaitu:

Tabel 17. Kategorisasi Data Skor Subjek Pada Skala Efikasi Diri

Norma	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
$120,25 < X$	Sangat Tinggi	1	1,3%
$101,75 < X$ 120,25	Tinggi	29	36,3%
$83,25 < X$ 101,75	Sedang	45	56,3%
$64,75 < X$ 83,25	Rendah	5	6,3%
X 64,75	Sangat Rendah	0	0%
	Total	80	100%



Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Efikasi Diri

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan membuktikan secara empirik hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan korelasi -0,454 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan kecemasan menghadapi dunia kerja. Dengan demikian semakin tinggi efikasi diri pada siswa dan semakin rendah perilaku kecemasan menghadapi dunia kerja, hal serupa berarti semakin rendah efikasi diri pada siswa semakin tinggi perilaku kecemasan menghadapi dunia kerja. Selain itu, diperoleh hasil R_{squared} sebesar 0,206. Hasil ini mengindikasikan jika kecemasan menghadapi dunia kerja memiliki sumbangan efektif sebesar 20,6%, kemudian sisanya sebesar 79,4% dipengaruhi oleh faktor yang berada diluar penelitian ini, seperti faktor internal, faktor eksternal, dan faktor kognitif individu (Shobah & Laily, 2012). Berdasarkan hasil hipotesis, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima.

Pada siswa, efikasi diri memungkinkan untuk mengatasi hambatan dan meraih apa yang diharapkan di dunia kerja, hal tersebut sejalan dengan pendapat Baron dan Byrne (Ghufron, 2011) mendefinisikan efikasi diri sebagai kegiatan individu dalam mengevaluasi kompetensi maupun kemampuan dirinya saat menjalankan tugas, bertujuan mengatasi hambatan serta meraih harapan (Utami & Hudaniah, 2013). Bandura (1997) menjelaskan efikasi diri sebagai keyakinan individu atas kemampuan dan kompetensi individu dalam melaksanakan berbagai perencanaan, perorganisasian, serta tindakan yang dibutuhkan dalam mencapai tujuan yang diharapkan, dapat diartikan efikasi diri ialah yakin pada diri sendiri untuk mampu berhasil dan sukses.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Rahmanto, 2019) merupakan peneliti terdahulu mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil menunjukkan nilai koefisien korelasi r -0,556 signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan semakin tinggi efikasi diri

semakin rendah kecemasan yang di alami mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri semakin tinggi kecemasan yang di alami mahasiswa

Hal serupa juga diungkapkan oleh (Rahmawati, 2017). Dengan subjek siswa SMK, hasil nilai koefisien korelasi $r -0,518$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$), berarti adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK, berarti semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami siswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi kecemasan pada siswa SMK. Sedangkan penelitian sebelumnya (Permana, Harahap, & Astuti, 2016) mengenai efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa MTS. Hasil penelitian tersebut menunjukkan koefisien korelasi $r -0,575$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Nilai negatif pada koefisien korelasi tersebut, mengindikasikan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian pada siswa MTS.

Berdasarkan hasil pengujian data diatas menunjukkan bahwa variabel memiliki hubungan dan hipotesis yang diterima. Artinya terdapat indikasi hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien Semarang.

F. Kelemahan Penelitian

Pada penelitian yang telah dilakukan terdapat kelemahan serta kekurangan dalam penelitian. Beberapa kelemahan tersebut diantaranya:

1. Pengisian skala pada penelitian ini instrument yang digunakan berupa kuesioner online, sehingga peneliti tidak dapat mengontrol satu persatu jawaban subjek.
2. Skala adaptasi kecemasan menghadapi dunia kerja dan efikasi diri yang di ambil peneliti, sebelumnya belum pernah di ujikan pada siswa SMK namun skala tersebut pernah di ujikan kepada mahasiswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Cut Nyak Dien. Nilai koefisien korelasi sebesar $-0,454$ dengan signifikansi ($p < 0,01$). Dengan demikian semakin tinggi efikasi diri pada siswa dan semakin rendah perilaku kecemasan menghadapi dunia kerja, begitu pula sebaliknya semakin rendah efikasi diri pada siswa semakin tinggi perilaku kecemasan menghadapi dunia kerja yang ditunjukkan oleh siswa tersebut. Kecemasan menghadapi dunia kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 20,6% yang berdasarkan dari nilai *R squared* sebesar 0,206.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memberikan beberapa saran kepada pihak yang terkait yaitu:

1. Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat meningkatkan efikasi diri dengan persiapan lebih awal, contohnya mengikuti jam pembelajaran dengan serius secara disiplin, aktif dalam kegiatan sekolah seperti pelatihan-pelatihan yang diadakan oleh sekolah dan mengikuti kegiatan organisasi yang diadakan oleh sekolah.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya guna meneliti kecemasan menghadapi dunia kerja dengan menghubungkan variabel lain seperti, kepercayaan diri, penyesuaian diri, konsep diri, dukungan sosial, dan kematangan emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi kepribadian*. Malang: Umm Press.
- Ananda, L. R. (2019). *Hubungan antara berpikir positif dan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa unissula*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.
- Andri, & P, Y. D. (2007). Teori kecemasan berdasarkan psikoanalisis klasik dan berbagai mekanisme pertahanan terhadap kecemasan. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 57 (7), 235.
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 94.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. L. (1996). *Pengantar psikologi; edisi kedelapan, jilid 2* (8 ed.; vol. 2). (N. Taufiq; & A. Dharma; Trans.). Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012a). *Penyusunan skala psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012b). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Az-Zahrani, M. b. (2005). *Konseling terapi*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial* (10 ed.) (D. Ratna, M. M. Parman, D. Yasmina, & L. P. Lunanta, Trans.) Jakarta: Erlangga.
- Faried, L., & Nashori, F. (2012). Hubungan antara kontrol diri dan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana di lembaga pemasyarakatan wirogunan yogyakarta. *KHAZANAH*, 5(2), 67.
- Gunarsa, Y. S. (2008). *Psikologi anak: Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: Pt Bpk Gunung Mulia.
- Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi abnormal: Perspektif klinis pada gangguan psikologis*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Makkl, S. (2019, November 05). *Badan pusat statistik*. Retrieved from cnn Indonesia: <https://www.cnnindonesia.com/ekonomi/20191105154437-532-445788/angka-pengangguran-naik-jadi-705-juta-orang-per-agustus-2019>

- Mitchell, R., T., Hopper, Heidi, Daniels, Denise, et al. (1992). Predicting self-efficacy and performance during skill acquisition. *Journal of Applied Psychology*, 506-517.
- Mu'arifah, A. (2005). Hubungan kecemasan dan agresivitas. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal*, 2(2), 111.
- Mulyani, Mubarak, & Hairina, Y. (2015). Amt (achievement motivation training) sebuah rancangan intervensi untuk meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa program khusus ulama iain antasari banjarmasin (studi eksperimen). *Studia Insania*, 3(1), 47.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal* (9 ed., Vol. 1). (T. F. Indonesia; Trans.). Jakarta: Erlangga.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas ix di mts al hikmah brebes. *Jurnal Hisbah*, 3(1), 56.
- Pool, L. D., & Sewell, P. (2007). The key to employability: developing a practical model of graduate employability. *Education + training*, 277-289.
- Putri, S. W., Suminta, R. R., & Handayani, D. (2017). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. *Happiness*, 111 - 124.
- Rahmanto, S. W. (2019). *Hubungan antara efikasi diri dan kesiapan kerja dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di universitas islam sultan agung semarang*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.
- Rahmawati, S. N. (2017, 7 31). *Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa smk muhammadiyah karanganyar*. Retrieved 6 27, 2019 from eprints.ums.ac.id: <http://eprints.ums.ac.id/54038/>
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2009). *Manajemen emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Shobah, W., & Laily, N. (2012). Hubungan antara tingkat self efficacy dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir universitas muhammadiyah gresik. *Jurnal Psikosains*, Vol. 4/ No. 2/Februari 2012, 4(2), 8.
- Sobur, A. (2009). *Psikologi umum*. Bandung: Cv. Pustaka Ceria.
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode penelitian, kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.

- Suryaningrum, C. (2019). Efikasi diri dan kecemasan sosial: studi meta analisis. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 182 - 193.
- Wicaksono, A. B., & Saufi, M. (2013). Mengelola kecemasan siswa dalam pembelajaran matematika. *Seminar nasional matematika dan pendidikan matematika fnipa universitas negeri yogyakarta*, 90-94.
- Wiscarz, S. G., & Sundeen, S. J. (1995). *Buku keperawatan jiwa* (Achir Yani S. Hamid). Jakarta: Egc.
- www.kemendikbud.go.id. (2019, Maret 11). *Angka Tingkat Pengangguran Terbuka Lulusan SMK Semakin Menurun*. Retrieved from Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan: <https://www.kemendikbud.go.id/main/blog/2019/03/angka-tingkat-pengangguran-terbuka-lulusan-smk-semakin-menurun>



LAMPIRAN





LAMPIRAN A. SKALA UJI COBA

A-1 SKALA UJI COBA SKALA KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA
KERJA

A-2 SKALA UJI COBA SKALA EFIKASI DIRI

SKALA PSIKOLOGI



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2020**

SKALA PENELITIAN

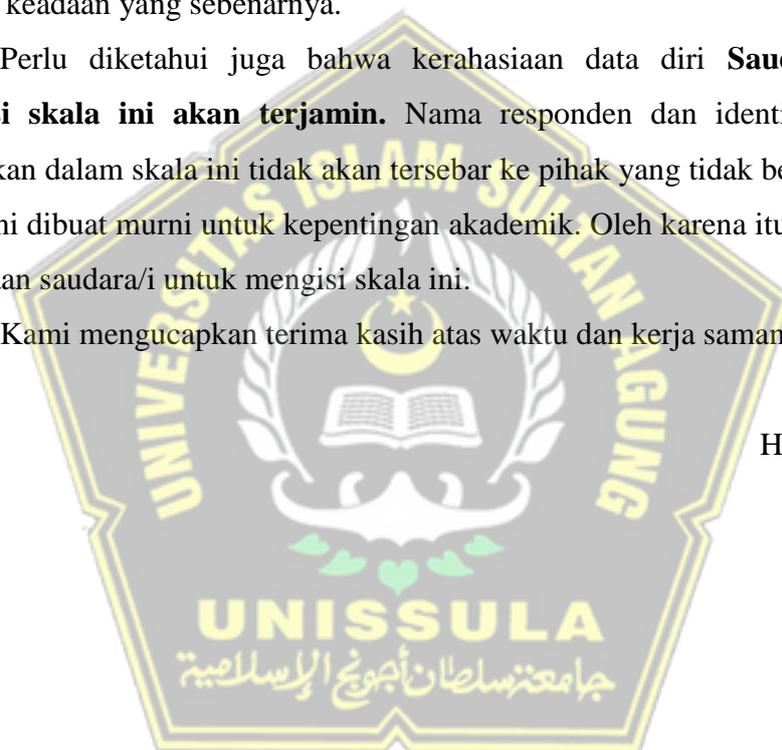
Saudara/i yang kami hormati, mohon kiranya saudara/i berkenan untuk mengisi skala dibawah ini. Skala ini disebarakan dalam rangka pengerjaan skripsi. Saudara/i dipersilahkan untuk memilih jawaban yang dirasa paling cocok atau sesuai dengan keadaan saudara/i saat ini. Perlu diketahui bahwa dalam pengisian skala ini tidak ada jawaban benar maupun salah pada setiap pernyataan yang diajukan. Oleh karena itu, saudara/i dimohon untuk mengisi skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Perlu diketahui juga bahwa kerahasiaan data diri **Saudara/i dalam mengisi skala ini akan terjamin.** Nama responden dan identitas diri yang disertakan dalam skala ini tidak akan tersebar ke pihak yang tidak berkepentingan. Skala ini dibuat murni untuk kepentingan akademik. Oleh karena itu, kami mohon kesediaan saudara/i untuk mengisi skala ini.

Kami mengucapkan terima kasih atas waktu dan kerja samanya.

Hormat Kami,

Peneliti



IDENTITAS DIRI

Nama/inisial :
 Usia :
 Jenis Kelamin : L/P
 Jurusan :
 Angkatan/Semester :

*Coret yang tidak perlu

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang berada di sebelah kanan.

- Bacalah dengan teliti sebelum mengisi pernyataan yang ada.
- Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Anda sendiri.
- Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar.

Adapun empat pilihan yang disediakan yaitu:

SS : Bila pernyataan tersebut **SANGAT SESUAI** dengan diri Anda.

S : Bila pernyataan tersebut **SESUAI** dengan diri Anda.

TS : Bila pernyataan tersebut **TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

STS : Bila pernyataan tersebut **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

Contoh :

Cara menjawab

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan berusaha mencapai cita-cita saya			X	

Jika ingin mengganti jawaban

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan berusaha mencapai cita-cita saya	X		X	

2. Usahakanlah untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

A-1 Skala Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa prihatin terhadap masa depan saya				
2	Saya sering khawatir tentang persiapan menghadapi dunia kerja				
3	Saya menyalahkan diri sendiri karena tidak percaya diri menghadapi dunia kerja				
4	Saya merasa mudah sedih jika harus memikirkan masa depan setelah lulus				
5	Saya merasa kurang konsentrasi ketika memikirkan dunia kerja				
6	Saya kesulitan dalam memecahkan masalah tentang dunia kerja				
7	Saya merasa semangat saat membahas persiapan menghadapi dunia kerja				
8	Saya berterimakasih kepada orang lain yang memberikan informasi tentang dunia kerja				
9	Saya merasa tenang saat bernapas ketika disinggung tentang dunia kerja				
10	Saat disinggung tentang dunia kerja saya tidak akan gelisah				
11	Saya tidak merasa gugup saat membicarakan tentang dunia kerja				
12	Saya mudah berkonsentrasi saat memikirkan dunia kerja				
13	Saya merasa bisa memecahkan masalah				
14	Lingkungan sekitar saya kurang mendukung dalam perencanaan dunia kerja				
15	Orang tua saya terlalu memberi tuntutan				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	tentang pekerjaan saya di masa depan				
16	Saya merasa dada sesak ketika disinggung tentang dunia kerja				
17	Saya mudah marah ketika ada yang bertanya tentang perencanaan setelah lulus sekolah				
18	Saya merasa bisa berpikir matang terhadap rencana masa depan saya				
19	Saya merasa jantung berdetak normal saat ditanya tentang persiapan dunia kerja				
20	Saya merasa mampu bernegosiasi dengan orang tua tentang rencana masa depan				
21	Saya merasa optimis menyikapi masa depan				
22	Saya merasa senang jika diajak berdiskusi tentang dunia kerja				
23	Saya merasa jantung berdetak cepat ketika ditanya tentang rencana kerja				
24	Saya merasa lebih gugup daripada biasanya saat ditanya tentang pilihan karir di masa depan				

A-2 Skala Uji Coba Skala Efikasi Diri

NO	PERYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit				
2.	Saya yakin dapat mengerjakan berbagai macam tugas sekolah				
3.	Saya berhenti mengerjakan tugas ketika mengalami kesulitan				
4.	Saya yakin tugas yang saya kerjakan dapat terselesaikan dengan baik				
5.	Saya merasa bosan mengerjakan banyak tugas				
6.	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya dalam mengerjakan tugas.				
7.	Saya akan berusaha mengerjakan tugas sebaik mungkin.				
8.	Saya mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang diberikan.				
9.	Tugas yang menumpuk membuat saya bingung.				
10.	Saya ragu dengan tugas yang saya kerjakan apakah itu benar atau salah.				
11.	Ketika mendapat banyak tugas, saya mengerjakan tugas satu persatu hingga semua tugas selesai.				
12.	Saya tidak mungkin menyelesaikan tugas yang sulit.				
13.	Saya merasa yakin dengan tugas yang saya kerjakan.				
14.	Saya mudah menyerah ketika				

	mengerjakan tugas yang sulit.				
15.	Saya yakin kemampuan saya dapat membantu dalam menyelesaikan tugas.				
16.	Tugas yang banyak membuat saya merasa tidak sanggup untuk mengerjakannya.				
17.	Saya mampu melewati hambatan pada saat mengerjakan tugas.				
18.	Saya menganggap tugas yang sulit adalah beban bagi saya untuk menyelesaikannya.				
19.	Saya mampu menyelesaikan banyak tugas yang diberikan.				
20.	Saya mampu mengerjakan tugas walaupun tugas itu sulit.				
21.	Saya merasa tidak mampu untuk mengerjakan semua tugas sekolah.				
22.	Saya menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.				
23.	Saya mampu menyelesaikan tugas yang serupa dengan tugas yang telah saya kerjakan.				
24.	Saya berhasil dalam mengerjakan tugas yang sulit.				
25.	Saya mengeluh ketika diberikan tugas yang sulit.				
26.	Ketika memiliki banyak tugas, saya hanya sanggup mengerjakan satu tugas saja.				
27.	Saya merasa mampu mengerjakan tugas sesulit apapun.				
28.	Ketika saya mampu menyelesaikan satu tugas, saya juga mampu menyelesaikan				

	tugas yang lain.				
29.	Saya merasa takut salah ketika mengerjakan tugas.				
30.	Tugas yang sulit membuat saya malas untuk mengerjakannya.				
31.	Saya merasa yakin pada kemampuan diri saya sendiri ketika mengerjakan tugas.				
32.	Saya merasa putus asa ketika mengerjakan tugas yang sulit.				
33.	Saya berusaha untuk mengerjakan tugas sendiri.				
34.	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik.				
35.	Saya tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas.				
36.	Tugas sebanyak apapun saya tetap mengerjakannya.				
37.	Saya menyelesaikan tugas dengan apa adanya.				
38.	Saya menghindari untuk mengerjakan tugas yang sulit.				
39.	Saya yakin dapat mengerjakan semua tugas sekolah yang diberikan.				
40.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas dengan baik.				
41.	Saya mudah menyerah ketika mengerjakan banyak tugas.				
42.	Saya merasa tidak sanggup mengerjakan tugas yang sulit.				



**LAMPIRAN B. TABULASI DATA SKALA UJI
COBA**

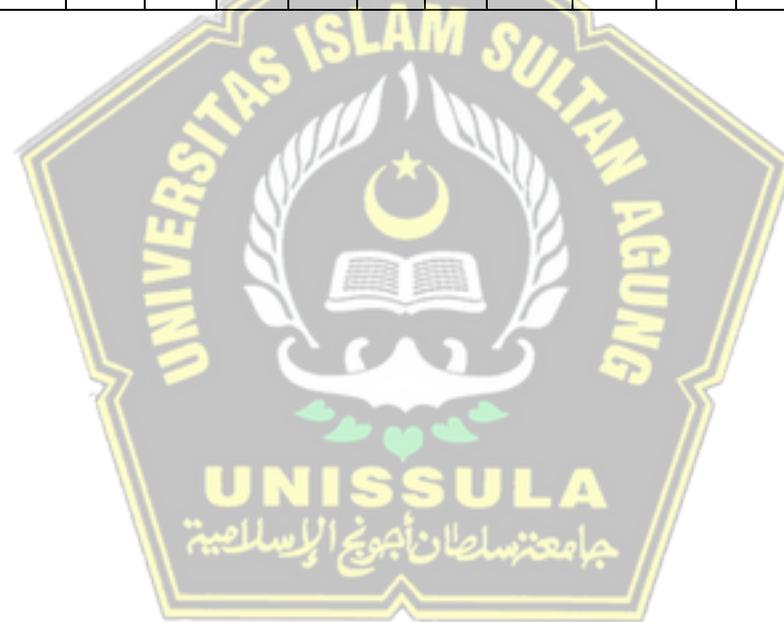
- B – 1 Tabulasi Data Skala Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia
Kerja**
- B – 2 Tabulasi Data Skala Uji Coba Skala Efikasi Diri**

B – 1 Tabulasi Data Skala Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	21	22	23
2	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	1	2	2	3	3	2	3	2	3	3
2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2
2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2
2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	3
2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	3
3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3
2	4	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3
2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3
3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	3	4	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	3	1	2	1	3	2	2	2	2	2	3
4	4	4	4	1	4	3	1	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2
3	4	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3
4	3	2	1	3	1	2	2	2	2	1	4	4	4	4	3	2	1	2	3	4	1	3	3
4	4	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	4	1	2	4	1	2	1	4	3	3	3	1	3	1	1	4	1	2
2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	4	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3

2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	4	1	1	2	2
4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	3
2	3	3	2	4	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	2	2	3
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	4	2	2	1	1	2
3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	4	1	1	2	2	2	1	2	2	3
4	3	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	4
3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3
4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
2	2	2	1	3	2	3	1	2	1	2	2	3	1	4	2	2	2	3	2	2	2	2	1
3	3	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3
4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3
2	3	2	3	4	3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3
3	4	3	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	3	3
3	4	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	3	2	3	1	2	3	1	2	3	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	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3
2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2
1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2
3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	1	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4
2	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3
3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	1	4	3	2	4	2	1	3	3	2	3	4
3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	4	4	3	3	1	1	2	2	2	3	3

3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3
3	2	4	1	2	3	1	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2
2	1	2	2	1	2	4	4	3	1	2	3	2	4	4	2	1	1	2	2	2	2	2	2
2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1
3	4	3	4	3	3	2	1	2	3	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2



B – 2 Tabulasi Data Skala Uji Coba Skala Efikasi Diri

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																			
2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3												
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	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	2	3	1	2	4	4	1	1	4	3	2	1	3	1	3	4	3	2	1	1	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	4	1	4	4	1	1	4	3	1	1	4	3	1	1	4	3	1	1											
2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4											
3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	2	4	3	2	3	1	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3												
3	3	1	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3												
3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	4													
3	3	4	3	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2											
2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	1	3	4	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2											
2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2										
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	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	1	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3										
2	3	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	2	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2										
3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	1	1	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2											
1	3	2	3	1	4	1	2	4	1	3	4	3	1	2	2	1	1	2	4	4	1	4	3	3	4	3	4	3	1	3	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	3	1	4										
3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2										
2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2										
1	1	1	2	4	2	4	4	2	4	2	3	1	3	1	1	4	2	4	1	3	2	4	4	4	4	1	3	2	1	2	1	3	4	1	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3											
3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	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	3	3	2	2								
2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	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	3	3	4	3	4	3					
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	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	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2		
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4

2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2		
3	4	3	4	2	3	4	3	1	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2		
3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	1	3	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3	4	3	3		
2	2	2	3	2	3	3	3	1	2	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	2	3	3	3	3	3	3		
3	3	2	3	1	3	4	2	1	2	4	3	3	1	4	1	3	2	4	3	3	1	4	3	1	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3		
3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3		
3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2		
3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3		
3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4		
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	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	
3	1	3	3	4	1	3	3	2	1	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4		
2	3	4	3	2	3	4	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	2	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3		
3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3		
2	3	3	4	2	3	4	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3		
3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	
3	3	2	3	1	3	3	3	1	3	4	3	3	1	4	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	
2	3	4	3	1	3	4	3	1	2	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	4	2	3	2	2	4	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	4		
2	2	2	2	1	2	3	3	1	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	
2	3	2	3	3	3	3	3	2	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	2	3	3	3	2	2	3	
3	3	3	3	1	4	3	1	1	2	2	3	3	2	2	1	4	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	
3	3	1	4	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
4	4	3	3	3	3	4	3	2	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	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	4	2	3	3	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	

2	2	3	2	3	1	4	3	2	1	4	4	2	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	4	3	4	2	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4			
3	2	2	3	1	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2			
3	3	1	4	2	1	4	4	2	2	4	2	4	1	3	1	3	2	3	3	2	1	4	3	2	1	3	4	1	1	4	2	4	2	3	3	2	2	3	3	1	2			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3			
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3			
1	2	3	4	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	2	4			
3	4	2	3	1	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
3	4	1	4	2	2	3	4	2	2	4	2	4	2	3	2	4	1	3	3	2	1	4	4	1	2	3	4	1	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	4	2	2			
3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3		
3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	3	3	
3	3	2	3	2	2	3	4	1	1	3	2	3	2	3	2	3	1	4	4	2	2	4	3	1	2	3	3	2	1	4	1	3	2	4	3	2	1	4	3	2	1			
3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2		
3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	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	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	1	2	4	1	2	1	2	1	2	4	2	4	2	3	3	4	4	3	1	3	3	4	4	1	4	1	2	4	4	4	4	4		
4	1	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	1	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	1	4	3			
3	3	2	3	1	3	4	2	1	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	4	2	2	3	1	3	4	3	3	2			
3	3	1	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
3	2	2	4	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4		
4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	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	
2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2			
2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2
3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	1	2	3	3	2	4		
2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2			
4	3	4	1	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	1	4	1	4	4	3	3	4	4	1	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	

2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2
3	4	3	4	1	3	4	4	1	2	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	1	1	3	3	1	1	3	2	1	2	3	3	1	3	4	4	3	1	
3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3		

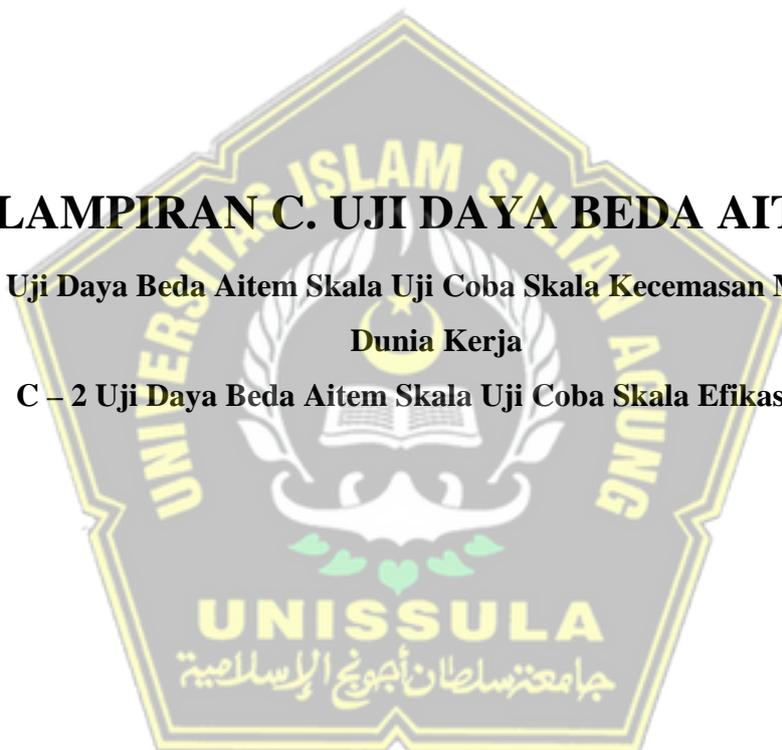


LAMPIRAN C. UJI DAYA BEDA AITEM

C – 1 Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi

Dunia Kerja

C – 2 Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Skala Efikasi Diri



**C – 1 Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi
Dunia Kerja**

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.825	.828	24

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.827	.829	19

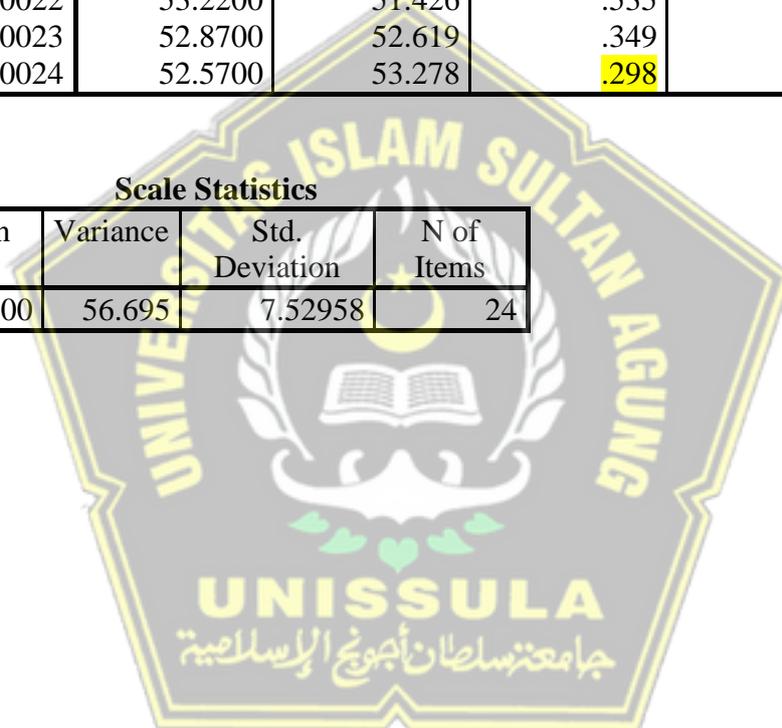
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	52.5000	51.707	.362	.555	.819
VAR00002	52.2200	52.295	.345	.566	.820
VAR00003	52.5900	52.487	.341	.440	.820
VAR00004	52.5800	50.347	.530	.576	.811
VAR00005	52.6700	51.658	.438	.385	.816
VAR00006	52.6300	51.589	.447	.537	.815
VAR00007	53.2400	51.558	.467	.563	.814
VAR00008	53.6600	54.408	.204	.462	.825
VAR00009	52.9400	52.986	.407	.543	.818

VAR00010	52.9200	52.398	.403	.409	.817
VAR00011	52.9000	53.626	.305	.415	.821
VAR00012	52.8800	53.177	.341	.480	.820
VAR00013	53.0600	53.512	.263	.303	.823
VAR00014	52.7300	52.401	.332	.339	.820
VAR00015	52.6200	52.804	.226	.363	.827
VAR00016	52.9100	51.194	.505	.559	.813
VAR00017	53.1000	50.434	.468	.563	.814
VAR00018	53.1200	52.733	.400	.554	.818
VAR00019	52.9500	55.381	.107	.295	.828
VAR00020	53.1300	52.397	.375	.441	.818
VAR00021	53.1300	52.741	.434	.552	.817
VAR00022	53.2200	51.426	.535	.636	.812
VAR00023	52.8700	52.619	.349	.422	.819
VAR00024	52.5700	53.278	.298	.500	.822

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
55.1800	56.695	7.52958	24



C – 2 Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Skala Efikasi Diri

Case Processing Summary

		N	%
Valid		100	100.0
Cases Excluded ^a		0	.0
Total		100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.896	.896	42

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.898	.898	37

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	111.7500	148.795	.348	.	.894
VAR00002	111.5800	148.973	.340	.	.894
VAR00003	112.0700	148.732	.304	.	.895
VAR00004	111.5000	150.960	.262	.	.895
VAR00005	112.4200	145.721	.398	.	.893
VAR00006	111.8700	147.629	.403	.	.893
VAR00007	111.3100	150.277	.274	.	.895
VAR00008	111.5900	148.850	.353	.	.894
VAR00009	112.6500	149.765	.263	.	.895
VAR00010	112.3000	148.556	.323	.	.894
VAR00011	111.4400	149.663	.328	.	.894
VAR00012	111.7800	148.880	.327	.	.894
VAR00013	111.5200	149.080	.342	.	.894
VAR00014	111.9100	143.780	.569	.	.890

VAR00015	111.5200	149.707	.320	.	.894
VAR00016	112.0900	142.164	.618	.	.889
VAR00017	111.5300	149.302	.376	.	.894
VAR00018	112.1200	148.349	.350	.	.894
VAR00019	111.6800	149.129	.382	.	.894
VAR00020	111.5700	147.642	.441	.	.893
VAR00021	111.7800	146.456	.497	.	.892
VAR00022	112.0600	144.481	.486	.	.892
VAR00023	111.4800	151.464	.257	.	.895
VAR00024	111.6000	148.061	.446	.	.893
VAR00025	112.2700	147.532	.401	.	.893
VAR00026	111.8300	147.637	.431	.	.893
VAR00027	111.9600	148.281	.381	.	.893
VAR00028	111.5200	148.010	.448	.	.893
VAR00029	112.2600	149.709	.309	.	.894
VAR00030	112.1900	145.469	.497	.	.892
VAR00031	111.4700	148.050	.416	.	.893
VAR00032	112.0600	146.501	.446	.	.892
VAR00033	111.4500	147.806	.392	.	.893
VAR00034	111.7600	146.043	.530	.	.891
VAR00035	111.7200	147.638	.430	.	.893
VAR00036	111.5300	148.090	.423	.	.893
VAR00037	112.4600	156.029	-.089	.	.900
VAR00038	111.9800	145.737	.482	.	.892
VAR00039	111.4300	148.147	.439	.	.893
VAR00040	111.3600	149.384	.385	.	.894
VAR00041	111.9200	145.448	.527	.	.891
VAR00042	111.8500	145.058	.507	.	.891

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
114.5400	154.938	12.44740	42

LAMPIRAN D. SKALA PENELITIAN

D – 1 skala penelitian skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

D – 2 skala penelitian Skala Efikasi Diri



SKALA PSIKOLOGI



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2020

SKALA PENELITIAN

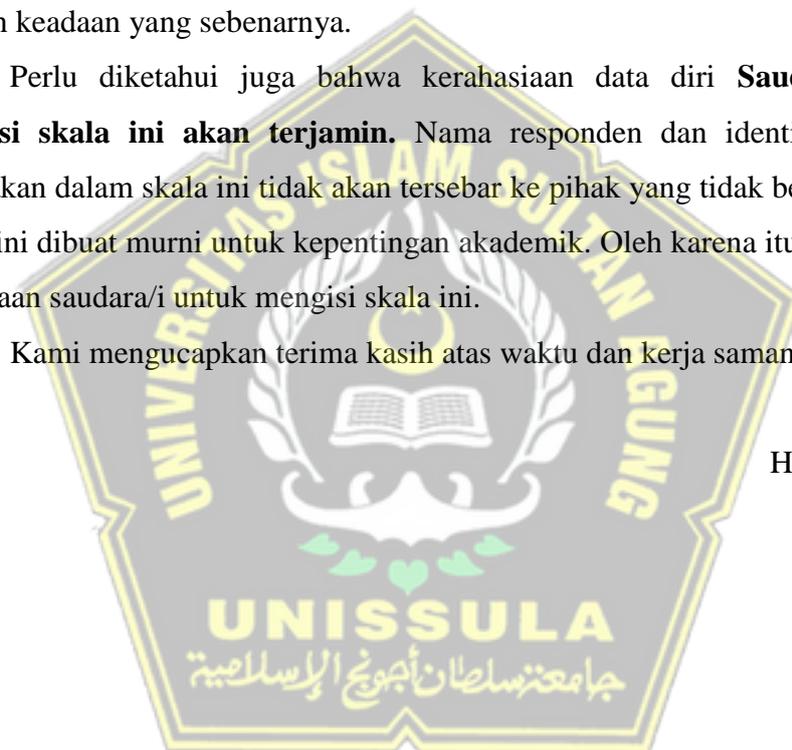
Saudara/i yang kami hormati, mohon kiranya saudara/i berkenan untuk mengisi skala dibawah ini. Skala ini disebarakan dalam rangka pengerjaan skripsi. Saudara/i dipersilahkan untuk memilih jawaban yang dirasa paling cocok atau sesuai dengan keadaan saudara/i saat ini. Perlu diketahui bahwa dalam pengisian skala ini tidak ada jawaban benar maupun salah pada setiap pernyataan yang diajukan. Oleh karena itu, saudara/i dimohon untuk mengisi skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Perlu diketahui juga bahwa kerahasiaan data diri **Saudara/i dalam mengisi skala ini akan terjamin**. Nama responden dan identitas diri yang disertakan dalam skala ini tidak akan tersebar ke pihak yang tidak berkepentingan. Skala ini dibuat murni untuk kepentingan akademik. Oleh karena itu, kami mohon kesediaan saudara/i untuk mengisi skala ini.

Kami mengucapkan terima kasih atas waktu dan kerja samanya.

Hormat Kami,

Peneliti



IDENTITAS DIRI

Nama/inisial :
 Usia :
 Jenis Kelamin : L/P
 Jurusan :
 Angkatan/Semester :
 *Coret yang tidak perlu

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

3. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang berada di sebelah kanan.
- Bacalah dengan teliti sebelum mengisi pernyataan yang ada.
 - Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Anda sendiri.
 - Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar.

Adapun empat pilihan yang disediakan yaitu:

SS : Bila pernyataan tersebut **SANGAT SESUAI** dengan diri Anda.
 S : Bila pernyataan tersebut **SESUAI** dengan diri Anda.
 TS : Bila pernyataan tersebut **TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.
 STS : Bila pernyataan tersebut **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

Contoh :

Cara menjawab

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan berusaha mencapai cita-cita saya			X	

Jika ingin mengganti jawaban

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan berusaha mencapai cita-cita saya	X		X	

4. Usahakanlah untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

D – 1 skala penelitian skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa prihatin terhadap masa depan saya				
2	Saya sering khawatir tentang persiapan menghadapi dunia kerja				
3	Saya menyalahkan diri sendiri karena tidak percaya diri menghadapi dunia kerja				
4	Saya merasa mudah sedih jika harus memikirkan masa depan setelah lulus				
5	Saya merasa kurang konsentrasi ketika memikirkan dunia kerja				
6	Saya kesulitan dalam memecahkan masalah tentang dunia kerja				
7	Saya merasa semangat saat membahas persiapan menghadapi dunia kerja				
8	Saya merasa tenang saat bernapas ketika disinggung tentang dunia kerja				
9	Saat disinggung tentang dunia kerja saya tidak akan gelisah				
10	Saya tidak merasa gugup saat membicarakan tentang dunia kerja				
11	Saya mudah berkonsentrasi saat memikirkan dunia kerja				
12	Lingkungan sekitar saya kurang mendukung dalam perencanaan dunia kerja				
13	Saya merasa dada saya sesak ketika disinggung tentang dunia kerja				
14	Saya mudah marah ketika ada yang bertanya tentang perencanaan setelah lulus				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	sekolah				
15	Saya merasa bisa berpikir matang terhadap rencana masa depan saya				
16	Saya merasa mampu bernegosiasi dengan orang tua tentang rencana masa depan				
17	Saya merasa optimis menyikapi masa depan				
18	Saya merasa senang jika diajak berdiskusi tentang dunia kerja				
19	Saya merasa jantung berdetak cepat ketika ditanya tentang rencana kerja				



D – 2 skala penelitian Skala Efikasi Diri

NO	PERYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit				
2.	Saya yakin dapat mengerjakan berbagai macam tugas sekolah				
3.	Saya berhenti mengerjakan tugas ketika mengalami kesulitan				
4.	Saya merasa bosan mengerjakan banyak tugas				
5.	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya dalam mengerjakan tugas				
6.	Saya mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang diberikan				
7.	Saya ragu dengan tugas yang saya kerjakan apakah itu benar atau salah				
8.	Ketika mendapat banyak tugas, saya mengerjakan tugas satu persatu hingga semua tugas selesai				
9.	Saya tidak mungkin menyelesaikan tugas yang sulit				
10.	Saya merasa yakin dengan tugas yang saya kerjakan				
11.	Saya mudah menyerah ketika mengerjakan tugas yang sulit				
12.	Saya yakin kemampuan saya dapat membantu dalam menyelesaikan tugas				
13.	Tugas yang banyak membuat saya merasa tidak sanggup untuk mengerjakannya				
14.	Saya mampu melewati hambatan pada				

	saat mengerjakan tugas				
15.	Saya menganggap tugas yang sulit adalah beban bagi saya untuk menyelesaikannya				
16.	Saya mampu menyelesaikan banyak tugas yang diberikan				
17.	Saya mampu mengerjakan tugas walaupun tugas itu sulit				
18.	Saya merasa tidak mampu untuk mengerjakan semua tugas sekolah				
19.	Saya menunda-nunda dalam mengerjakan tugas				
20.	Saya berhasil dalam mengerjakan tugas yang sulit				
21.	Saya mengeluh ketika diberikan tugas yang sulit				
22.	Ketika memiliki banyak tugas, saya hanya sanggup mengerjakan satu tugas saja				
23.	Saya merasa mampu mengerjakan tugas sesulit apapun				
24.	Ketika saya mampu menyelesaikan satu tugas, saya juga mampu menyelesaikan tugas yang lain				
25.	Saya merasa takut salah ketika mengerjakan tugas				
26.	Tugas yang sulit membuat saya malas untuk mengerjakannya				
27.	Saya merasa yakin pada kemampuan diri saya sendiri ketika mengerjakan tugas				
28.	Saya merasa putus asa ketika mengerjakan tugas yang sulit				

29.	Saya berusaha untuk mengerjakan tugas sendiri				
30.	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik				
31.	Saya tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas				
32.	Tugas sebanyak apapun saya tetap mengerjakannya				
33.	Saya menghindari untuk mengerjakan tugas yang sulit				
34.	Saya yakin dapat mengerjakan semua tugas sekolah yang diberikan				
35.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas dengan baik				
36.	Saya mudah menyerah ketika mengerjakan banyak tugas				
37.	Saya merasa tidak sanggup mengerjakan tugas yang sulit				



**LAMPIRAN E. TABULASI DATA SKALA
PENELITIAN**

**E – 1 Tabulasi Data skala penelitian skala Kecemasan Menghadapi Dunia
Kerja**

E – 2 Tabulasi Data skala penelitian Skala Efikasi Diri

E – 1 Tabulasi Data skala penelitian skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	17	18	19	20
4	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	3	44
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	44
3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	63
4	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	3	2	2	2	1	42
4	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	2	33
2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	1	3	2	4	1	1	1	2	35
2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	46
3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	4	49
2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	29
2	3	2	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	47
1	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	40
3	4	4	4	4	3	1	1	3	1	4	4	2	1	1	2	4	1	48
1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	1	2	2	33
4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	1	4	4	4	1	1	1	4	57
4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	51
3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	4	3	4	2	2	1	3	43
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	41
2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	45
1	3	1	3	2	3	1	1	2	1	1	3	1	1	2	2	1	2	32
2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	1	2	31
2	3	3	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	33
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	38
4	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	4	53
3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	41
1	2	1	1	1	1	4	4	4	4	2	2	1	1	1	3	1	2	38
4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	44

2	1	3	3	2	3	1	1	2	1	3	3	3	2	3	1	1	2	4	41
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	42
1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	3	4	2	2	2	47
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	54
1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	37
2	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	46
3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	58
3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	35
3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	45
2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	24
2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	38
3	4	2	3	2	3	1	2	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	2	39
4	4	3	3	3	3	2	2	3	4	1	2	2	1	1	1	4	1	2	46
3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	37
4	3	4	3	2	2	2	3	2	3	1	3	2	1	2	3	2	2	3	47
4	3	4	3	3	2	2	2	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	42
3	4	4	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	45
3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	39
3	4	4	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	45
3	4	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	40
3	3	3	3	2	3	1	2	2	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	42
3	2	3	4	3	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	40
3	3	4	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	40
3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	54
3	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	35
3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	39
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48

3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	48
3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	38
2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	38
3	4	3	3	2	3	1	2	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	42
3	4	3	3	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	40
4	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	43
2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	36
3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	40
2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	37
3	3	4	3	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	39
2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	41
2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	38
3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	49
2	4	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	40
2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	37
2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	44
3	4	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	38

2	1	2	2	4	4	2	2	3	3	1	4	2	2	2	3	4	1	2	4	1	3	3	3	1	3	3	2	4	1	3	4	2	3	4	3	2		
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3		
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3			
2	2	2	1	3	3	1	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	1	1	2	1	2	1	2	3	1	3	2	1	1		
2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2			
3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	1	1	3	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2		
2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	3	3	4	2	2	
4	3	2	1	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2		
3	3	3	3	2	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	2	3	3	3	3	3	3		
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
4	4	3	1	4	3	2	4	2	4	3	4	1	4	2	4	4	2	3	4	2	2	4	4	2	1	3	1	3	1	4	3	1	3	4	2	1		
4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3		
3	3	1	2	2	3	2	3	4	4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2		
3	4	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	
3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	2	2	2	3	2	1	3	3	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	2	
3	3	2	1	2	3	2	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3
3	4	3	2	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	
3	3	2	1	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	3	3	3	1	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	
3	4	2	2	2	3	2	4	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	3	
3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	4	2	1	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	4	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	
3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	
4	4	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	

3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2			
3	3	1	1	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	
2	3	1	2	2	3	1	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2			
4	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3		
3	4	2	1	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3		
3	4	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	4
4	4	2	3	1	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	
2	2	2	1	3	3	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	2	
3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2
3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
2	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	3	3	2	2
3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	4	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	

LAMPIRAN F. ANALISIS PENELITIAN

F - 1 Uji Linearitas

F - 2 Uji Normalitas

F - 3 Uji Hipotesis



F - 1 Uji Linearitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Percentiles		
						25th	50th (Median)	75th
Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja	80	42.30	7.170	19	63	38.00	42.00	48.00
Efikasi_Diri	80	99.20	10.818	71	142	93.25	97.00	108.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja	Efikasi_Diri
N	80	80
Normal Parameters ^{a,b}	Mean Std. Deviation	42.30 10.818
Most Extreme Differences	Absolute Positive Negative	.101 .101 -.080
Kolmogorov-Smirnov Z	.902	1.092
Asymp. Sig. (2-tailed)	.391	.184

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

F - 2 Uji Normalitas

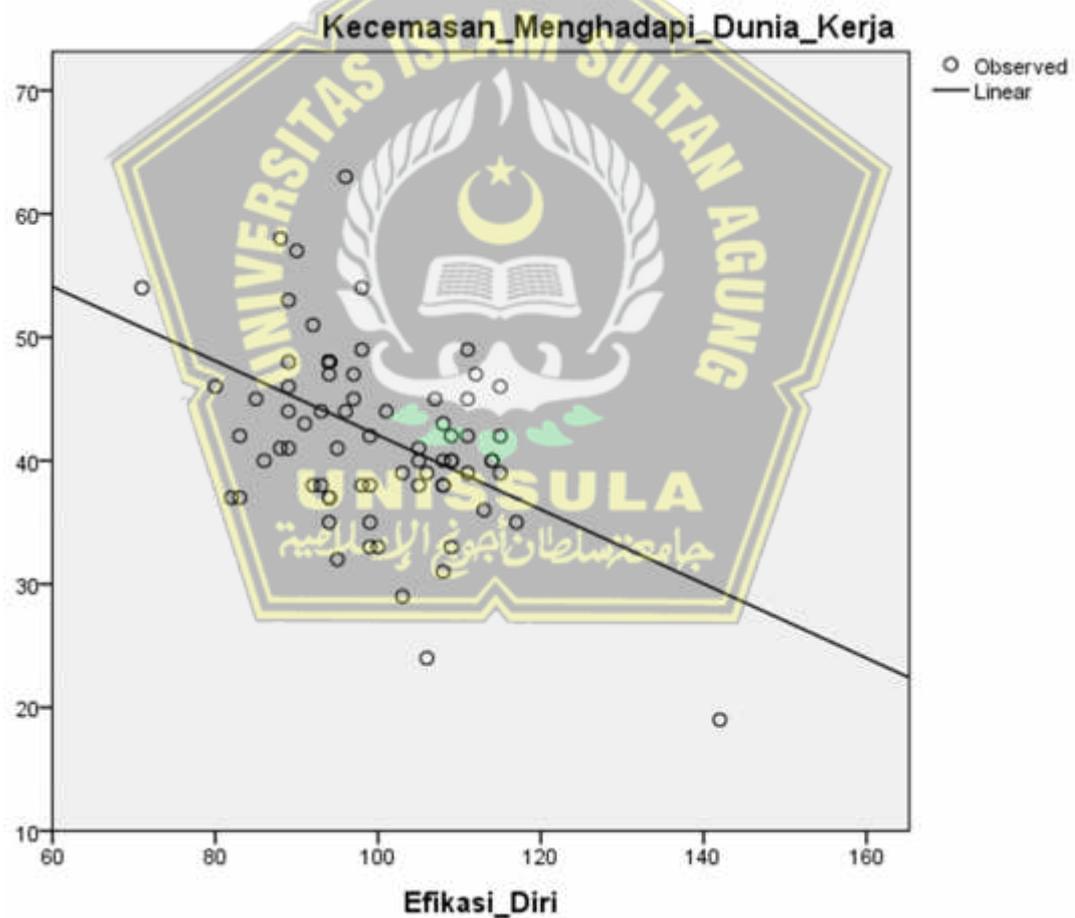
Efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.206	20.271	1	78	.000	72.160	-.301

The independent variable is Efikasi_Diri.



F - 3 Uji Hipotesis

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja	42.30	7.170	80
Efikasi_Diri	99.20	10.818	80

Correlations

		Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja	Efikasi_Diri
Kecemasan_Menghadapi_Dunia_Kerja	Pearson Correlation	1	-.454**
	Sig. (1-tailed)		.000
	Sum of Squares and Cross-products	4060.800	-2782.800
	Covariance	51.403	-35.225
	N	80	80
Efikasi_Diri	Pearson Correlation	-.454**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	-2782.800	9244.800
	Covariance	-35.225	117.023
	N	80	80

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

LAMPIRAN G. SURAT IJIN PENELITIAN

G -1 Surat Ijin Penelitian



G -1 Surat Ijin Penelitian



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)
 Jl. Raya Kaligawe Km. 4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583264 (8 Sal) Fax (024) 6582455
 email : informasi@unissula.ac.id | web : www.unissula.ac.id

FAKULTAS PSIKOLOGI Bidang: Membangun Generasi Khairu Ummah

Nomor	: 66/C.1/Psi-SAI/2021	Semarang, 05 Jumadil Akhir 1442 H
Lampiran	: -	16 Januari 2021 M
Hal	: Pengambilan data siswa	

Kepada Yth. : Kepala Sekolah
 SMK Cut Nyak Dien Semarang
 Jalan Wolter Monginsidi No. 99, Genuksari,
 Semarang

Assalamualaikum wr. wb.

Pimpinan Fakultas Psikologi UNISSULA dengan hormat memohonkan izin untuk mahasiswa berikut :

Nama	: Ilham Nabli Azmi	
Nim	: 30701501673	
Nomor Telepon/HP	: 085290309451	
Alamat	: Jl. Ngablak Indah RT 05/RW 04, No. 36 Geruk, Semarang	
Kepada	: Pengambilan data siswa	
Judul/Tema	: Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK	
Subyek/Data	: Data siswa pada SMK tersebut	
Dosen Pembimbing	: Titin Suprihatni, M.Psi	
Waktu Pelaksanaan	: 20 Januari 2021	
Keterangan lainnya	: Diajukan dalam rangka menyelesaikan skripsi	

Demikian, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.



a.n. Dekan
 Wakil Dekan I
 Fakultas Psikologi UNISSULA

Titin Suprihatni, S.Psi., M.Psi
 NIK. 210700011

YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM AL MUKARROMAH



SMK
Cut Nya' Dien

Jl. Wolter Monginsidi No. 99 Semarang - Indonesia
Telp. (024) 6590882, (024) 6590918
e-mail : smkcutyadien@rocketmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423/SMK.CND/21187.110/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMK Cut Nya' Dien Semarang, menerangkan bahwa :

Nama : Ilham Nabil Asmi
N I M : 30701501673
Fakultas : Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
(UNISSULA)

Benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMK Cut Nya' Dien Semarang untuk kegiatan penyusunan skripsi/tugas akhir/penelitian, pada tanggal 16 April s.d. 27 April 2021 dengan judul :

"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA SISWA SMK CUT NYA' DIEN SEMARANG"

Demikian surat keterangan ini, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 2 Agustus 2021.

Kepala SMK Cut Nya' Dien
Semarang,



[Signature]
Sekaryo, S.Pd.

LAMPIRAN H. DOKUMENTASI PENELITIAN

H -1 Dokumentasi Penelitian



H -1 Dokumentasi Penelitian



Skala penelitian

1. Saya merasa prihatin terhadap masa depan saya *

Sangat Buruk

Buruk

Tidak Buruk

Sangat Tidak Buruk

2. Saya sering khawatir tentang kemungkinan kehilangan dunia kerja *

Sangat Buruk

Buruk

Tidak Buruk

Sangat Tidak Buruk

4. Saya merasa mudah sedih jika harus memisalkan masa depan saya ke depan *

Sangat Buruk

Buruk

Tidak Buruk

Sangat Tidak Buruk

5. Saya merasa kurang konsentrasi ketika memisalkan dunia kerja *

Sangat Buruk

Buruk

Tidak Buruk

Sangat Tidak Buruk

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

UNISSULA

جامعة سلطان أبو جوح الإسلامية