

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT *SELF EFFICACY* DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI PERSAINGAN UNTUK  
MENDAPATKAN PEKERJAAN PADA MAHASISWA SEMESTER  
AKHIR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh :**

**WAHYU SHOBAH**

**No. Reg : 06711002**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**2011**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT *SELF EFFICACY* DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI PERSAINGAN UNTUK  
MENDAPATKAN PEKERJAAN PADA MAHASISWA SEMESTER  
AKHIR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan  
dalam Mencapai Gelar Sarjana Psikologi Pada Program Studi Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Gresik**

**Disusun Oleh :**

**WAHYU SHOBAH**

**No. Reg : 06711002**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**2011**

## HALAMAN MOTTO

*“ Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu benar-benar beriman”*

*(QS. Ali ‘Imran : 139)*

*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu pasti ada kemudahan*

*(QS. Al Nasyroh : 6)*

*Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya ALLAH*

*beserta orang-orang yang sabar*

*(QS. Albaqarah : 153)*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini untuk.....

*Kedua Orang Tuaku* tersayang yang telah menyayangiku, menjagaku, membimbingku tanpa lelah, tanpa henti mendukungku dan mendoakanku setiap waktu, serta senantiasa mendukung penulis dalam penyelesaian skripsi ini.....

*Saudara-saudaraku Tercinta,*

Kakak-kakakku tersayang Nihayatul Husna dan Aisyah Mahfudho serta suami dan anak-anaknya yang selalu kasih semangat, doa & senyum kebahagiaan.....

*My Inspiration.*

*“Fitrah Yulinar Rahmaniah”*,.....yang tak pernah lelah dalam memberikan semangat dan do’anya, selalu menemani dan meyakinkan bahwa suara-suara itu selalu ada.....

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakkal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah, serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, atas keluarga, sahabat dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik hingga akhir.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesainya penulisan skripsi yang berjudul "**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT *SELF EFFICACY* DENGAN TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI PERSAINGAN UNTUK MENDAPATKAN PEKERJAAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**" maka penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Ach. Irfan Muzni, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Nadhirotul Laily, M. Psi., selaku dosen pembimbing I
4. Ibu Dra. Asri Rejeki, M.M, Psikolog selaku dosen pembimbing II
5. Ibu Nurul Hidayati, M. Psi selaku Dosen Wali.

6. Bapak dan Ibu Dosen beserta karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
7. Kedua orang tuaku yang selalu berdoa tanpa henti dan selalu memberi penuh kasih sayang di setiap waktu.
8. Kakak-kakakku tercinta beserta suami dan anak-anaknya yang telah mengisi hari-hariku dengan penuh kasih sayang dan do'a.
9. Fitrah Yulinar Rahmaniah yang tak pernah henti memberikan semangat yang luar biasa, nasihat serta setia membagi marah dan canda.
10. Sahabat-sahabatku angkatan 2006 : Fajriyatul Fitri, Aisyah, Yuli Kurnia, Putri Gita Wijaya, Desy Nurlianawati Rahayu, Lilik Indrasari, Qodiron, Taufik Hilpram, Miftakhul Ulum yang selalu saling memotivasi, Bersama-sama dalam senang dan susah terlebih lagi pada saat diterpa banyak tugas. Suasana seperti itu akan selalu menjadi kenangan yang terindah semasa kuliah.
11. Teman-teman dan Alumni Fakultas Psikologi yang juga selalu memberi dukungan dan motivasi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu mulai dari semester awal sampai semester akhir.
12. Untuk penghuni dan penjaga Laboratorium Psikologi Dwi Maya yang selalu memberi tempat berteduh dan meminjamkan buku-buku referensi untuk literatur penelitian ini.
13. Pegawai perpustakaan UMG dan UNAIR yang telah berkenan menerima kami untuk mencari beragam referensi dipergustakaan.

14. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, teman-teman satu almamater Universitas Muhammadiyah Gresik yang saya banggakan.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih kurang sempurna. Sehingga kritik dan saran sangat dibutuhkan guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfa'at. Amin.....

Gresik, 22 Februari 2011

**Penulis**

## ABSTRAKSI

**Wahyu Shobah. 06711002. Hubungan antara tingkat *Self Efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Gresik. Skripsi. Gresik. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.**

Salah satu tugas perkembangan seseorang yang memasuki masa dewasa awal adalah mencari pekerjaan. Banyak hal yang harus dipersiapkan dalam mencari pekerjaan tersebut agar apa yang diharapkan dapat tercapai. Mengingat persaingan di dunia kerja semakin ketat, individu harus mempersiapkan faktor internal dari dalam dirinya agar dapat bersaing untuk mendapatkan pekerjaan. Salah satu faktor yang mempengaruhi internal individu dalam persaingan mencari pekerjaan adalah *self efficacy*. *Self efficacy* adalah suatu keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengatasi berbagai situasi dan dapat melakukan tindakan yang dikehendaki situasi tertentu dengan berhasil. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Hubungan antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir.

Penelitian ini merupakan tipe penelitian korelasional. Berdasarkan pendekatannya termasuk dalam penelitian kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang masih aktif yang sudah menempuh 120 SKS dan belum bekerja. Metode pengumpulan data dari kedua variabel menggunakan kuesioner yang disusun dalam bentuk skala likert dengan pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk menguji validitas skala menggunakan validitas isi (*Content Validity*). Reliabilitas diuji dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dan perhitungannya menggunakan program *SPSS 17 For Windows*.

Data kedua variabel diolah dengan menggunakan teknik korelasi *Kendall tau* dengan taraf signifikansi 5 %. Hasil penelitian menunjukkan  $r = -0,287$ ,  $p = 0,004$ ,  $p < 0,05$ . Taraf signifikansi  $p = 0,004$  lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan.

Berdasarkan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pada mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Gresik.

Kata kunci : *self efficacy*, kecemasan.



## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN MOTTO .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR RUMUS .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
ABSTRAKSI .....	xvii

### **BAB I : PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8

## **BAB II : TINJAUAN PUSTAKA**

A. Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk	
Mendapatkan Pekerjaan .....	10
1. Pengertian Kecemasan .....	10
2. Kategori Kecemasan .....	12
3. Tingkat Kecemasan .....	14
4. Penyebab Timbulnya Kecemasan .....	15
5. Gejala-gejala Kecemasan .....	17
6. Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk	
Mendapatkan Pekerjaan .....	20
B. <i>Self efficacy</i> .....	21
1. Pengertian <i>Self efficacy</i> .....	21
2. Dimensi <i>Self efficacy</i> .....	24
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi	
<i>Self efficacy</i> .....	24
4. Aspek-aspek <i>Self efficacy</i> .....	26
5. Sumber Pembentukan <i>Self efficacy</i> .....	27
6. Proses Psikologi <i>Self efficacy</i> .....	30
C. Hubungan <i>Antara Self Efficacy</i> Dengan	
Tingkat Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk	
Mendapatkan Pekerjaan .....	34
D. Kerangka Konseptual .....	36
E. Hipotesis Penelitian .....	37

**BAB III : METODE PENELITIAN**

A. Tipe Penelitian .....	38
B. Identifikasi Variabel .....	38
C. Definisi Operasional .....	39
D. Populasi dan Sampel .....	41
E. Teknik Pengumpulan Data .....	42
F. Validitas Alat Ukur .....	45
G. Reliabilitas Alat Ukur .....	45
H. Teknik Analisis Data .....	46

**BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	48
A.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	48
A.2 Persiapan Penelitian .....	52
A.3 Subyek Penelitian .....	53
A.4 Hasil Pengukuran Validitas dan Reliabilitas .....	55
A.5 Uji Asumsi .....	59
A.6 Data Hasil Penelitian .....	61
6.1 Analisis Data .....	62
B. Pembahasan .....	63

**BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	79
B. Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	81
DAFTAR LAMPIRAN .....	83

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Kerangka Konseptual .....	36
--------------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Alternatif jawaban skala likert yang digunakan untuk variabel Tingkat <i>Self Efficacy</i>	43
Tabel 2	Blue Print kuisisioner Tingkat <i>Self Efficacy</i> sebelum uji coba	43
Tabel 3	Alternatif jawaban skala likert yang digunakan untuk variabel Tingkat Kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan .....	44
Tabel 4	Blue Print kuisisioner Tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan sebelum uji coba	44
Tabel 5	Frekuensi Subyek Berdasarkan Jenis kelamin .....	54
Tabel 6	Frekuensi Subyek Berdasarkan Usia .....	54
Tabel 7	Frekuensi Subyek Berdasarkan Prodi .....	55
Tabel 8	Blue Print Angket Tingkat <i>Self Efficacy</i> setelah Uji Validitas	56
Tabel 9	Blue Print Angket Tingkat Kecemasan setelah Uji Validitas .....	57
Tabel 10	Item Angket Tingkat <i>Self Efficacy</i> yang Gugur	57
Tabel 11	Item Angket Tingkat Kecemasan yang Gugur .....	58
Tabel 12	Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas .....	58
Tabel 13	Hasil Uji Normalitas .....	60
Tabel 14	Hasil Uji Linearitas .....	60

Tabel 15	Tabel Statistik Deskriptif .....	61
Tabel 16	Uji Korelasi .....	62
Tabel 17	Tabulasi Silang Antara Skor Tingkat <i>Self Efficacy</i> dengan Skor Tingkat Kecemasan Subyek Penelitian	66
Tabel 18	Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin dengan Skor Tingkat <i>Self Efficacy</i>	66
Tabel 19	Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin dengan Skor Tingkat Kecemasan .....	67
Tabel 20	Tabulasi Silang Antara Usia dengan Skor Tingkat <i>Self Efficacy</i>	67
Tabel 21	Tabulasi Silang Antara Usia dengan Skor Tingkat Kecemasan .....	68
Tabel 22	Tabulasi Silang Antara Prodi dengan Skor Tingkat <i>Self Efficacy</i>	69
Tabel 23	Tabulasi Silang Antara Prodi dengan Skor Tingkat Kecemasan .....	70
Tabel 24	<i>Self efficacy</i> yang dimiliki mahasiswa	71
Tabel 25	<i>Self efficacy</i> yang tidak dimiliki mahasiswa	71
Tabel 26	Kecemasan yang dimiliki mahasiswa	73
Tabel 27	Kecemasan yang tidak dimiliki mahasiswa	73

## DAFTAR RUMUS

Rumus Validitas : Korelasi Product Moment .....	46
---	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Item Tingkat <i>Self Efficacy</i> sebelum Uji Kesahihan	83
Lampiran 2	Item Tingkat Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk Mendapatkan Pekerjaan Sebelum Uji Kesahihan .....	84
Lampiran 3	Item Tingkat <i>Self Efficacy</i> Setelah Uji Kesahihan .....	85
Lampiran 4	Item Tingkat Kecemasan Menghadapi Persaingan Untuk Mendapatkan Pekerjaan Setelah Uji Kesahihan .....	86
Lampiran 5	Hasil Uji Validitas variabel Tingkat <i>Self Efficacy</i>	87
Lampiran 6	Hasil Uji Validitas variabel Tingkat Kecemasan	91
Lampiran 7	Hasil Uji Reliabilitas variabel Tingkat <i>Self Efficacy</i>	94
Lampiran 8	Hasil Uji Reliabilitas variabel Tingkat Kecemasan	97
Lampiran 9	Hasil Uji Normalitas .....	99
Lampiran 10	Hasil Uji Linearitas .....	100
Lampiran 11	Hasil Uji Korelasi .....	102
Lampiran 12	Hasil Uji Korelasi Product Moment .....	103
Lampiran 13	Kuesioner Penelitian .....	105
Lampiran 14	Surat Ijin Penelitian.....	112