

***SELF EFFICACY DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA  
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI***

SKRIPSI



OLEH :

Herlyn Ang

NRP: 7103004059

**Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2008**

***SELF EFFICACY DAN KECEMASAN PADA  
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN  
SKRIPSI***

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :  
Herlyn Ang  
NRP: 7103004059

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2008

## **SURAT PERNYATAAN**

Bersama ini, saya

Nama : Herlyn Ang

Nrp : 7103004059

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

“Self Efficacy Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi”

---

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 4 desember 2008.

Yang membuat pernyataan

Herlyn Ang

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

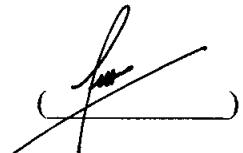
### **SKRIPSI**

#### ***SELF EFFICACY DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI***

Oleh :  
Herlyn Ang  
NRP 7103004059

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing utama : Y. Yettie Wandansari, M.Si



Pembimbing pendamping : Monica Eviandaru M.,M.App.Psych. (Monica)

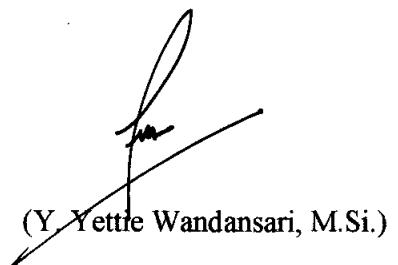
Surabaya, 4 Desember 2008.

## **HALAMAN PENGESAHAN**

Dipertahankan di depan Dewan Pengaji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

pada tanggal 13 Desember 2008

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,



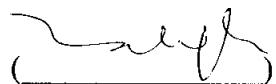
(Y. Yettie Wandansari, M.Si.)

Dewan pengaji :

1. Ketua : Ermida L. Simanjuntak, M.Sc.



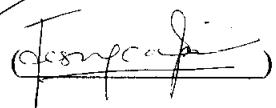
2. Sekretaris : Ratna Yudhawati, M.Psi.



3. Anggota : Y. Yettie Wandansari, M.Si.



4. Anggota : Yessyca Diana Gabrielle, S.Psi.



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Skripsi Ini Saya Persembahkan Kepada Tuhan Yesus,  
Papa dan Mama, Keluarga Saya dan Orang-orang Yang  
Mengasihi Saya.**

## **HALAMAN MOTTO**

**Hati Yang Gembira Adalah Obat Yang Manjur, Tetapi  
Semangat Yang Patah Mengeringkan Tulang.**

**(Amsal 17: 22)**

## **UNGKAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yesus karena atas penyertaannya selama ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Peneliti juga ingin mengungkapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti ingin mengungkapkan terima kasih kepada:

1. **Ibu Yettie Wandansari, M.Si** sebagai pembimbing utama yang telah banyak membantu memberikan saran dan ide bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. **Ibu Monica Eviandaru M.,M.App.Psych.** selaku dosen pembimbing kedua yang telah banyak membantu dengan memberikan saran-saran yang sangat berguna kepada peneliti dalam mengerjakan skripsi ini.
3. **Ibu May Yustikasari S. Psi** sebagai pendamping akademik serta dosen yang telah banyak memberikan saran dan ilmunya untuk peneliti.
4. **Para dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala** yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti yang berguna untuk masa depan peneliti.
5. **Segenap Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yang telah banyak membantu peneliti selama peneliti berkuliah.
6. **Seluruh keluarga saya** yang selalu memberikan doa dan dukungan serta sangat menyayangi peneliti.

7. **Kepada seluruh responden**, peneliti ucapkan banyak terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk mengisi angket dalam penelitian ini.
8. **Kepada Kiem** terima kasih banyak atas segala yang telah kau lakukan untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Semua yang telah kita lalui bersama sangat berkesan bagi peneliti.
9. **Kepada sahabatku Yeyireh, Sieni, Yurisia, Yulia, Erny, Ceria, Vironika, Vivi, Chintya, Irvan, Lidya dan Hanny.** Peneliti mengucapkan banyak terima kasih atas dukungan dan bantuan yang telah diberikan dalam mengerjakan skripsi ini. Banyak kenangan indah yang kita lalui bersama baik suka maupun dalam duka. Semoga persahabatan yang terjalin ini takkan pernah terputus selamanya.

Surabaya, 4 Desember 2008

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul .....	i
Surat Pernyataan .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Persembahan .....	v
Halaman Motto .....	vi
Ungkapan Terima Kasih .....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Lampiran .....	xiii
Abstraksi .....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	8
1.3. Tujuan Penelitian .....	8
1.4. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II. LANDASAN TEORI .....	10
2.1. Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	10
2.1.1. Pengertian Kecemasan.....	10
2.1.2. Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	12
2.1.3. Jenis-jenis Kecemasan .....	14
2.1.4. Gejala-gejala Kecemasan.....	15
2.1.5. Penyebab Kecemasan .....	17
2.2. <i>Self Efficacy</i> .....	19
2.2.1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	19

2.2.2. Sumber-sumber <i>Self Efficacy</i> .....	20
2.2.3. Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i> .....	23
<b>2.3. Dewasa Awal .....</b>	<b>24</b>
2.3.1. Pengertian Dewasa Awal .....	24
2.3.2. Batasan Usia Dewasa Awal .....	25
2.3.2. Tugas-tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal .....	26
<b>2.5. Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.....</b>	<b>27</b>
<b>2.6. Hipotesis .....</b>	<b>31</b>
BAB III. METODE PENELITIAN .....	
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	32
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	32
3.3. Populasi dan Teknik <i>Sampling</i> .....	33
3.4. Metode Pengumpulan Data .....	34
3.4.1. Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	35
3.4.2. Skala <i>Self Efficacy</i> .....	36
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	37
3.5.1. Uji Validitas .....	37
3.5.2. Uji Reliabilitas .....	37
3.6. Teknik Analisis Data .....	38
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	
4.1. Orientasi Kancah Penelitian .....	40
4.2. Persiapan Pengambilan Data .....	42
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	43
4.4. Hasil Penelitian .....	45
4.4.1. Hasil Uji Validitas .....	45
4.4.2. Hasil Uji Reliabilitas .....	46
4.4.3. Deskripsi Identitas Subjek dan Data Variabel Penelitian .....	47

4.4.3.1. Deskripsi Identitas Subjek Penelitian .....	47
4.4.3.2. Deskripsi Data Variabel Penelitian .....	48
4.4.4. Uji Asumsi .....	52
4.4.5. Uji Hipotesis .....	53
BAB V. PENUTUP .....	55
5.1. Bahasan .....	55
5.2. Kesimpulan .....	59
5.3. Saran .....	60
DAFTAR PUSTAKA .....	63
LAMPIRAN .....	66

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi.....	35
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Efficacy</i> .....	36
Tabel 4.1. Pelaksanaan Penyebaran Skala .....	44
Tabel 4.2. Jumlah Aitem Valid Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi.....	45
Tabel 4.3. Jumlah Aitem Valid Skala <i>Self Efficacy</i> .....	46
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Usia Subjek Penelitian.....	47
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....	48
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Lama Mengerjakan Skripsi..... .....	48
Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	50
Tabel 4.8. Distribusi Frekuensi <i>Self Efficacy</i> .....	50
Tabel 4.9. Tabulasi Silang antara <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	66
Lampiran B. Skala <i>Self Efficacy</i> .....	69
Lampiran C. <i>Coding</i> Data Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi .....	71
Lampiran D. <i>Coding</i> Data <i>Self Efficacy</i> .....	73
Lampiran E. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi.....	75
Lampiran F. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i> .....	78
Lampiran G. Uji Normalitas Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi dan Skala <i>Self Efficacy</i> .....	83
Lampiran H. Uji Linearitas Skala <i>Self Efficacy</i> dan Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi.....	84
Lampiran I. Uji Hipotesis .....	86
Lampiran J. Tabulasi Silang Skala Kecemasan Saat Mengerjakan Skripsi dan Skala <i>Self Efficacy</i> .....	86
Lampiran K. Surat Ijin Penelitian .....	87

**Herlyn Ang** (2008). “*Self Efficacy dan Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*” **Skripsi Sarjana Strata 1** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## **ABSTRAKSI**

Salah satu penentu bagi individu agar dinyatakan telah berhasil menempuh pendidikan di perguruan tinggi adalah dengan menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Namun dalam usaha mengerjakan skripsi mahasiswa sering dihadapkan berbagai masalah, antara lain masalah kecemasan. Kecemasan ini dapat membuat individu tidak mampu menunjukkan kemampuan yang dimilikinya secara maksimal bahkan dapat menghambat dalam proses pengerjaan skripsi.

Salah satu penyebab mahasiswa mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi adalah karena rendahnya *self efficacy* yang dimiliki. Maka dapat dikatakan bahwa kecemasan dapat muncul pada individu yang kurang memiliki *self efficacy*. Oleh karena itu *self efficacy* yang baik akan menjadi penentu keberhasilan seseorang khususnya mahasiswa dalam menjalankan tugasnya. Hal ini karena mahasiswa lebih mempunyai kesiapan mental untuk belajar, dorongan yang kuat untuk bekerja dan berusaha lebih giat, lebih tahan mengatasi kesulitan dan lebih mampu mencapai level prestasi yang lebih tinggi.

Penelitian ini dilakukan pada 40 subjek ( $N=40$ ) yang sedang mengerjakan skripsi di Surabaya. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive incidental sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan skala. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik korelasi parametrik Pearson *product moment*. Semua data diolah menggunakan SPSS for Windows versi 15.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai  $r = -0,702$  dengan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, yaitu semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan yang dialami saat mengerjakan skripsi begitu pula sebaliknya. Secara deskriptif diperoleh hasil bahwa sebagian besar dari responden (52,5%) yang memiliki *self efficacy* tinggi menunjukkan tingkat kecemasan dalam mengerjakan skripsi yang lebih rendah. Sumbangan efektif sebesar 49,3% dihasilkan oleh variabel *self efficacy* terhadap kecemasan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Kata kunci:

*Self Efficacy*, Kecemasan, Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi.