

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN KECEMASAN
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1
Psikologi**



Ni Luh Putu Dhania Ratri
18090000159

**Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang
Malang
202**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Ni Luh Putu Dhania Ratri
Nim : 18090000159
Universitas : Merdeka Psikologi
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecenderungan Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Malang

Malang, 23 Agustus 2022

DISETUJUI DAN DITERIMA:

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsih Walandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN
PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN KECEMASAN
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI KOTA MALANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Ni Luh Putu Dhania Ratri

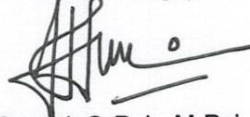
18090000159

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 23 Agustus 2022


Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Fuji Astutik, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji



Ai Thuba Septa Priyngasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi

Malang, 23 Agustus 2022

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Luh Putu Dhania Ratri
Nomor Pokok : 18090000159
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsian : Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi : "Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecenderungan
Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan
Skripsi di Kota Malang"
Lokasi Tempat Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : Aspol SPN Polda Jatim Kec. Bangsal Kab. Mojokerto
Jawa Timur
No. Telp/Email : 085334627175
dhaniaratri@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut diatas benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya



Ni Luh Putu Dhania Ratri

MOTTO

“God didn’t promise days without pain, sun without rain, but he did promise strength for the day and light for the way. SO KEEP GOING”

LEMBAR PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Skripsi ini untuk:

“Diriku yang telah berjuang, bahagia, air mata, dan kedua orangtua ku”

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena dengan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Malang”** ini dengan baik. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Mata Kuliah Skripsi dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program Studi Jurusan S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang.

Penulis mengucapkan terimakasih atas terselesainya skripsi ini kepada:

1. Terima kasih kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan rahmat, kekuatan dan kuasanya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Ritna Sandri S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing Utama. Terima kasih banyak atas bimbingan yang ibu berikan selama ini, kesabaran, motivasi, dan semangat-semangat yang ibu berikan sehingga saya jadi gerak cepat, yakin dan terus semangat dalam mengerjakan skripsi di sisa waktu yang tidak banyak. Terima kasih ibu selalu memberikan saya saran dan masukan sehingga saya tidak merasa sendiri saat mengerjakan skripsi. Terima kasih banyak bu Ritna, semoga ibu dan keluarga sehat selalu.

4. Ibu Fuji Astutik S. Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku dosen pembimbing kedua.

Terima kasih ibu selalu sabar membimbing meskipun saya selalu mengulangi kesalahan yang sama. Terima kasih atas kata-kata penyemangat ibu yang sangat berpengaruh besar terhadap saya, saat saya merasa down. Sehat selalu bu Fuji dan keluarga.

5. Ibu Deasy Christia Sera S.Psi., M.Si. Selaku dosen wali, terima kasih atas ilmu dan bimbingannya yang diberikan kepada penulis selama ini.
6. Ibu Althuba Septa Priyangasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku dosen penguji pada sidang skripsi penulis. Terimakasih atas arahan serta bimbingannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. Bapak, ibu dosen, dan staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas segala ilmu yang diberikan kepada peneliti selama kuliah.
8. Terima kasih kepada kedua orang tua dan saudara penulis, atas doa dan dukungan yang tak pernah putus untuk penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan dan mempersembahkan skripsi ini untuk kalian.
9. Terima kasih kepada Cece Diah tempat berkeluh kesah, senang sedih bersama, saling menguatkan satu sama lain. Terima kasih kepada Dipo yang selalu menemani dalam pembuatan skripsi ini, pusing, bingung, cari jalan keluar bareng. Mb Echa yang selalu memberikan semangat, dan selalu berhasil menenangkan dengan kalimat-kalimat ajaibnya. Terima

kasih kalian yang sudah mau direpotkan, bersedia menjadi tempat keluh kesah, susah senang bersama. **See u on top ya bess <3.**

10. Terima kasih kepada Osa, Dini, Saskia, Cece Nia *best friend* till jannah *forever and always* yang tak pernah berhenti memberikan semangat dan selalu ada dalam suka dan duka. Terima kasih sudah bersama-sama dari lama hingga sekarang, menjadi teman, sahabat, *sister*, keluarga, tempat curhat. Semoga segala cita-cita kita tercapai dan bahagia selalu.
11. Terima kasih untuk diri sendiri yang sudah berjuang dalam segala rintangan yang ada, terima kasih sudah kuat dan bertahan, terima kasih sudah berhasil hingga di titik ini. You did it!

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecenderungan Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Malang”** dengan baik.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecenderungan Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Malang guna memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu, penulis menerima saran dan kritik dari pembaca agar dapat memperbaiki skripsi ini. Akhir kata, penulis berdoa agar Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan seluruh pihak yang memberikan doa, semangat, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Apabila masih banyak kesalahan dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan maaf yang sebesar-besarnya.

Malang, 16 Agustus 2022



Ni Luh Putu Dhania Ratri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan dan Manfaat	11
1. Tujuan penelitian	12
2. Manfaat Penelitian.....	12
a. Manfaat teoritis	12
b. Manfaat Praktis.....	12
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	12
BAB II	16
TINJAUAN PUSTAKA.....	16
A. Kecemasan.....	16
1. Pengertian Kecemasan.....	16
2. Tingkat kecemasan	17
3. Faktor-Faktor Kecemasan.....	18
4. Aspek-Aspek Kecemasan	19
B. Efikasi Diri	20
1. Pengertian Efikasi Diri	20
2. Faktor-Faktor Efikasi Diri.....	22
3. Aspek-Aspek Efikasi Diri	26

C. Mahasiswa.....	27
D. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi.....	28
E. Kerangka Konseptual.....	31
F. Hipotesis.....	31
BAB III	32
METODE PENELITIAN.....	32
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	32
1. Identifikasi Variabel	32
2. Definisi Operasional Variabel.....	32
B. Subjek Penelitian	34
1. Populasi	34
2. Sampel.....	34
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	35
C. Metode Pengumpulan Data	36
D. Desain Penelitian.....	40
1. Validitas	40
2. Reliabilitas.....	41
E. Cara Analisis Data	42
1. Uji Asumsi.....	42
2. Uji Hipotesis.....	43
BAB IV.....	44
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Deskripsi Subjek	44
B. Deskripsi Validitas dan Reliabilitas Data	45
1. Deskripsi Data	45
2. Validitas Skala	48
3. Reliabilitas Skala	50
C. Hasil.....	51
1. Uji Asumsi.....	51
2. Uji Hipotesis.....	53
D. Pembahasan	55
BAB V.....	65
PENUTUP	65

A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
1. Bagi Universitas.....	65
2. Bagi Mahasiswa.....	66
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	68
LAMPIRAN.....	71
HASIL CEK PLAGIASI.....	71
LAMPIRAN.....	73
Lampiran 1.....	74
Lampiran 2.....	79
Skala Try Out & Penelitian Efikasi Diri dan Kecenderungan Kecemasan.....	79
Skala <i>Try Out</i> Variabel Efikasi Diri.....	81
Sebaran Aitem Uji Coba Variabel Efikasi Diri.....	82
Sebaran Aitem Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba.....	89
Sebaran Aitem Uji Coba Variabel Kecenderungan Kecemasan.....	95
Sebaran Aitem Skala Kecemasan Kecemasan Setelah Uji Coba.....	102
Lampiran 3.....	108
Validitas Skala Efikasi Diri dan Kedenderungan Kecemasan.....	108
Aitem Valid dan Gugur Efikasi Diri.....	109
Aitem Valid dan Gugur Kecenderungan Kecemasan.....	111
Lampiran 4.....	114
Reabilitas Skala Efikasi Diri dan Kecenderungan Kecemasan.....	114
Hasil Uji Coba Reabilitas Variabel Efikasi Diri.....	115
Hasil Uji Realibilitas Setelah Uji Coba Variabel Efikasi Diri.....	119
Hasil Uji Reabilitas Setelah Uji Coba Variabel Kecenderungan Kecemasan.....	122
Lampiran 5.....	126
Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas dan Uji Hipotesis.....	126
Hasil Uji Normalitas.....	127
Hasil Uji Linieritas.....	127
Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	128
Lampiran 6.....	129
Tabulasi Variabel Efikasi Diri dan Kecenderungan Kecemasan.....	129

Tabulasi Uji Coba Variabel Efikasi Diri	130
Tabulasi Uji Coba Variabel Kecenderungan Kecemasan	133
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	136

DAFTAR TABEL

Table 1. Cara penilaian dalam Skala <i>Linkert</i>	37
Table 2. <i>Blueprint</i> Skala Efikasi Diri.....	38
Table 3. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan	39
Table 4. Kriteria Indeks Koefisien Korelasi	42
Table 5. Jumlah Responden Mahasiswa di Kota Malang	44
Table 6. Analisis Deskriptif.....	45
Table 7. Rumus Skor Standar	46
Table 8. Kategorisasi Skor Variabel Efikasi Diri	47
Table 9. Kategorisasi Skor Variabel Kecemasan.....	47
Table 10. Validitas Skala Uji Coba.....	48
Table 11. Sebaran Butir Skala Uji Coba Efikasi Diri.....	49
Table 12. Sebaran Butir Skala Uji Coba Kecemasan.....	50
Table 13. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri dan Skala Kecemasan.....	51
Table 14. Uji Normalitas Skala Efikasi Diri dan Kecemasan	52
Table 15. Hasil Uji Linieritas	53
Table 16. Hasil Taraf Signifikan atau Linieritas dan Regresi.....	54
Table 17. Sumbangan Efektif Variabel Efikasi Diri terhadap Kecemasan.....	54
Table 18. Hasil Uji Hipotesis Menggunakan Uji t	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Pemikiran.....	31
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN HASIL CEK PLAGIASI.....	72
Lampiran 1 Hasil Uji Aiken's V Expert Judgment.....	74
Lampiran 2 Skala Try Out dan Penelitian.....	79
Lampiran 3 Validitas Skala Efikasi Diri dan Kecemasan.....	108
Lampiran 4 Reliabilitas Skala Efikasi Diri dan Kecemasan.....	114
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Hipotesis.....	126
Lampiran 6 Tabulasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan.....	129

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN KECEMASAN MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI KOTA MALANG

Ni Luh Putu Dhania Ratri
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
dhaniaratri@gmail.com

INTISARI

Kecemasan umumnya dirasakan oleh setiap individu. Tak terkecuali mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Terdapat berbagai macam tantangan dan kesulitan saat mengerjakan skripsi. Hal tersebut memiliki potensi memunculkan kecenderungan kecemasan pada mahasiswa. Perasaan cemas terjadi saat seseorang merasa tidak mampu dalam menghadapi suatu hal. Perasaan tidak mampu, dapat mempengaruhi kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa, karena dirinya ragu. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi situasi maupun menyelesaikan suatu tugas, dan mencapai tujuan yang ditentukan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap kecenderungan kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Malang. Menggunakan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebesar 100 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Malang. Instrumen penelitian menggunakan skala efikasi diri (48 valid), dan skala kecenderungan kecemasan (58 valid). Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana. Hasil dari uji hipotesis antara efikasi diri dengan kecemasan didapatkan sebesar -8.669, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel efikasi diri dengan sumbangan sebesar 43,4% terhadap variabel kecemasan.

Kata kunci: Efikasi Diri, Kecenderungan Kecemasan, Skripsi, Kota Malang.

THE EFFECT OF SELF-EFFICACY ON ANXIETY OF COLLEGE STUDENTS WHO ARE WRITING A THESIS

Ni Luh Putu Dhania Ratri
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
dhaniaratri@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety is generally felt by every individual. No exception for students who are working on a thesis. There are various kinds of challenges and difficulties when working on a thesis. This has the potential to create a tendency to anxiety in students. Anxiety occurs when a person feels unable to deal with something. Feelings of inadequacy can affect the abilities possessed by students, because they are doubtful. Self-efficacy is an individual's belief in his ability to deal with situations and complete a task, and achieve the specified goals. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy on the anxiety tendencies of students who were working on their thesis in Malang City. Using quantitative methods. The sampling technique used was purposive sampling of 100 students who were working on their thesis in Malang City. The research instrument used a self-efficacy scale (48 valid), and an anxiety tendency scale (58 valid). Data analysis used simple linear regression analysis. The results of the hypothesis test between self-efficacy and anxiety were obtained at -8.669, it can be concluded that there is an influence between the self-efficacy variable and the contribution of 43.4% to the anxiety variable.

Keywords: *Self-Efficacy, Anxiety Tendency, Dissertation, Malang City*