



HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *FUTURE ANXIETY* PADA MAHASISWA DI JAKARTA

TUGAS AKHIR

SKRIPSI

FITRIA SULI HASTUTI

46120010145

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA

2026



HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *FUTURE ANXIETY* PADA MAHASISWA DI JAKARTA

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana**

**FITRIA SULI HASTUTI
46120010145**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA

2026

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Fitria Suli Hastuti

NIM : 46120010145

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety*
pada Mahasiswa di Jakarta.

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 22 Juli 2026

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Fitria Suli Hastuti

HALAMAN PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Fitria Suli Hastuti
NIM : 46120010145
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“ HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *FUTURE ANXIETY* PADA MAHASISWA DI JAKARTA ”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 30 April 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 29 %.



Jakarta, 30 April 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Fitria Suli Hastuti
NIM : 46120010145
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY*
DENGAN *FUTURE ANXIETY* PADA
MAHASISWA DI JAKARTA

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 1 Juli 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:
Pembimbing

Winy Nila Wisudawati, M.Psi., Psikolog

NIDN/NUPT: 0328058902

Jakarta, 22 Juli 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D

NIDN/NUPTK: 0316058002

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Segala puji serta syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang sudah memberikan banyak karunia berupa nikmat kesehatan, rasa syukur, dan pengetahuan sehingga bisa menyelesaikan tugas akhir dalam akademi perkuliahan ini yang berjudul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* Dengan *Future Anxiety* Pada Mahasiswa Di Jakarta”.

Selama proses penyusunan tugas akhir ini peneliti sangat berterima kasih atas segala bantuan berupa kehadiran, dukungan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak dengan baik dan tulus telah membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala hormat dan kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng, selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, S.Psi, MA., M.Psi., Ph.D, Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi.
3. Ibu Yenny M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi.
4. Ibu Karisma Riskinanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi.
5. Ibu Winy Nila Wisudawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih ibu Winy atas kehadiran dan kesediaannya dalam membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir.
6. Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji Seminar Proposal yang memberikan masukan, saran, dan arahan yang membangun bagi penyempurnaan penelitian ini.
7. Ibu Prahastia Kurnia Putri, S.Psi., M.Psi selaku Dosen sebagai Ketua Penguji Sidang Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
8. Ibu Dr. Istiqomah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Penguji Sidang Akhir atas korekasi dan arahan serta masukannya.
9. Almarhum bapak tercinta, Bapak Sunarto yang semasa hidupnya sangat semangat mendukung peneliti sebagai penunjang kehidupan salah satunya

perkuliahan anaknya dari awal. Walaupun kehadiran fisiknya hanya sampai 2021, penulis sangat amat bersyukur dan berterima kasih untuk segala perjuangan beliau dalam menghidupi kebutuhan anak dan istrinya.

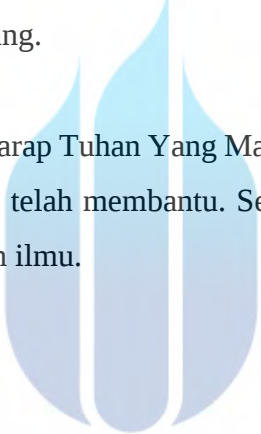
10. Untuk mama tersayang, Mama Ike Yuli Astanti yang telah membantu peneliti dari sisi manapun dalam menyelesaikan perkuliahan. Terima kasih atas segala kekuatan, kasih sayang, kelembutan, cinta, dan kehadiran mama yang menguatkan peneliti untuk menuntaskan segala tanggung jawab sebagai mahasiswa, anak, dan manusia.
11. Diri sendiri, Fitria Suli Hastuti yang sudah berusaha dan berjuang walaupun jalannya tidak berbarengan dengan yang lain tapi tetap bisa menuntaskan perkuliahan dengan banyak rasa syukur karena lingkungan yang mendukung untuk bangkit dan berkembang.
12. Bapak sambung, Bapak Herman dan Keluarga (Kak Anis, Clemira, dan yang lainnya) terima kasih karena sudah hadir untuk membantu berupa semangat dan dukungan untuk peneliti supaya tetap menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
13. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi, Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi, serta Karyawan Mercu Buana atas dukungan dan kerjasamanya.
14. Seluruh keluarga penulis yaitu Dea Novita Sari selaku adik kandung, Sekar Raju Febrianti selaku sepupu, keluarga dari Trah Mbah Tokarno, keluarga besar Karyo Rejo, keluarga Mbah Suye, serta anggota keluarga lainnya. Terima kasih sudah memberikan banyak dukungan walaupun tidak secara verbal serta kehadirannya dalam proses penelitian ini.
15. Teman-teman dekat peneliti yaitu Shely Muliany, Febi Khairul Nisa, Jamilah, Gebby Aprilia Nur Falah, Salsabilah Nur Aulia, dan Nurbaiti. Terima kasih telah kebersamai penulis dari awal hingga akhir, dengan banyak dukungan berupa mendengarkan, dibantu mengerjakan, saling bercerita, canda tawa, serta senang maupun sedih dilalui bersama.
16. Teman-teman di grup Ibu-ibu Paguyuban (Ami, Aini, Ameera, Ina, Nazwa, Thenalis, Varah, Disa, Naina, dan Nadsos), teman-teman di grup Main Yukk (Adli Hakim, Bayu Puja, Ine Febriyanti, Cyntia Rachma, Fahressya Minanda), teman-teman dari adik peneliti (Leila, Chara, Diana), Arista

Widya, Syaharani Purba, Bang Yoga, Mrs. Tami, dan yang lainnya tidak disebutkan satu-persatu, peneliti mengucapkan banyak rasa terima kasih atas dukungan dan banyak keyakinannya yang menjadikan peneliti semakin bersyukur karena hadirnya serta semangat mereka membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir dengan baik serta penuh percaya diri.

17. Na Jaemin, terima kasih atas segala dukungan tidak langsung melalui banyak kata-kata baik nan positif juga penuh motivasi untuk peneliti bisa bangkit dalam menjalani kehidupan serta menyelesaikan penyusunan tugas akhir dengan pikiran yang tenang.
18. Semua pihak yang sudah mengisi kuisioner penelitian.
19. Semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian baik secara langsung maupun tidak langsung.

Akhir kata, peneliti berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 22 Juli 2026



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Peneliti

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORY UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Fitria Suli Hastuti
NIM : 46120010145
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety*
pada Mahasiswa di Jakarta.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Juli 2026

Yang menyatakan,

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Fitria Suli Hastuti

ABSTRAK

Nama : Fitria Suli Hastuti
NIM : 46120010145
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety* pada Mahasiswa di Jakarta.
Pembimbing : Winy Nila Wisudawati, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety* pada mahasiswa di Jakarta. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif metode korelasional untuk melihat seperti apa hubungan antara kedua variabel tersebut. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktif daerah Jakarta dengan kategori usia 18-25 tahun yang berjumlah 134 sampel melalui penghitungan aplikasi *G-Power*. Teknik sampling yang digunakan *non-probability sampling*, pengambilan sampel yang tidak dilakukan secara *random*. Dengan spesifik, menggunakan *accidental sampling* yang dilakukan secara kebetulan menemukan sampel yang dianggap sesuai dengan data yang dibutuhkan peneliti.

Pengukuran skala kedua variabel menggunakan skala ukur *New General Self-Efficacy* (NGSES) yang dikembangkan oleh Chen et al. (2001) berdasarkan teori Bandura untuk variabel *Self-Efficacy* dan *Future Anxiety Scale* (FAS) yang dikembangkan oleh Zaleski (1996). Hasil Penelitian yang dilakukan menggunakan *Pearson Correlation* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety* pada mahasiswa di Jakarta, dengan nilai korelasi -0.947 . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat kuat antara *Self-Efficacy* dengan *Future Anxiety* pada mahasiswa di Jakarta.

Kata Kunci: *Self-Efficacy*, *Future Anxiety*, Mahasiswa.

ABSTRACT

Name : Fitria Suli Hastuti
Student ID : 46120010145
Major : Psychology
Thesis Title : *The Relationship Between Self-Efficacy and Future Anxiety among College Students in Jakarta.*
Supervisor : Winy Nila Wisudawati, M.Psi., Psychologist

This study aims to examine the relationship between self-efficacy and future anxiety among college students in Jakarta. The research design used in this study is a quantitative, correlational approach to examine the nature of the relationship between these two variables. The population for this study consisted of active college students in the Jakarta area aged 18–25 years, totaling 134 participants as calculated using the G-Power application. The sampling technique employed was non-probability sampling, meaning the selection of participants was not random. Specifically, accidental sampling was used, in which participants deemed suitable for the data required by the researcher were identified by chance.

The two variables were measured using the New General Self-Efficacy Scale (NGSES), developed by Chen et al. (2001) based on Bandura's theory, for the Self-Efficacy variable, and the Future Anxiety Scale (FAS), developed by Zaleski (1996). The results of the study, conducted using Pearson's correlation, indicate a significant negative relationship between self-efficacy and future anxiety among college students in Jakarta, with a correlation coefficient of $-.947$. Therefore, it can be concluded that there is a very strong negative relationship between self-efficacy and future anxiety among college students in Jakarta.

Keywords: *Self-Efficacy, Future Anxiety, College Students.*

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	0
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PERNYATAAN <i>SIMILARITY CHECK</i>	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB.....	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 <i>Future Anxiety</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Future Anxiety</i>	7
2.1.2 Dimensi <i>Future Anxiety</i>	8
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Future Anxiety</i>	8
2.2 <i>Self-Efficacy</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Self-Efficacy</i>	11
2.2.2 Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	12

2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Self-Efficacy.....	13
2.3 Penelitian Terdahulu.....	14
2.4 Dinamika Penelitian	23
2.5 Kerangka Berpikir	25
2.6 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III.....	26
METODE PENELITIAN	26
3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Populasi dan Sampel	26
3.2.1 Populasi.....	26
3.2.2 Sampel	26
3.3 Definisi Operasional.....	27
3.3.1 Definisi Operasional <i>Self-Efficacy</i>	27
3.3.2 Definisi Operasional <i>Future Anxiety</i>	28
3.4 Instrumen Penelitian.....	28
3.4.1 Alat Ukur <i>Future Anxiety</i>	28
3.4.2 Alat Ukur Self-Efficacy.....	30
3.5 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	31
3.5.1 Uji Validitas.....	31
3.5.2 Uji Reliabilitas	32
3.6 Analisis Data	32
3.6.1 Analisis Deskriptif	32
3.6.2 Analisis Inferensial	33
BAB IV	34
PEMBAHASAN	34
4.1 Gambaran Umum Subjek	34
4.2 Analisis Statistik Deskriptif.....	35
4.2.1 Analisis Statistik Deskriptif	35
4.2.2 Kategorisasi Empirik Skor Variabel Penelitian	35
4.2.3 Kategorisasi Empirik Variabel <i>Self-Efficacy</i>	36
4.2.4 Kategorisasi Empirik Variabel <i>Future Anxiety</i>	36
4.2.5 Kategorisasi Hipotetik Skor Variabel Penelitian	37

4.2.6 Kategorisasi Hipotetik Variabel <i>Self-Efficacy</i>	37
4.2.7 Kategorisasi Hipotetik Variabel <i>Future Anxiety</i>	38
4.3 Uji Asumsi Klasik	38
4.3.1. Uji Normalitas.....	38
4.3.1.1 Uji Box Plot	39
4.3.2 Uji Homogenitas	40
4.4 Uji Hipotesis.....	41
4.4.1 Uji Korelasi.....	41
4.5 Uji Tambahan	42
4.5.1 Uji Korelasi Antar Dimensi <i>Self-Efficacy</i> dengan <i>Future Anxiety</i>	42
4.5.1 Uji Beda T-Test berdasarkan Jenis Kelamin	44
4.5.2 Uji ANOVA.....	44
4.5.2.1 Uji ANOVA Usia.....	44
4.5.2.2 Uji ANOVA Domisili.....	45
4.6 Pembahasan	47
BAB V	50
KESIMPULAN DAN SARAN	50
5.1 Kesimpulan	50
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
5.3 Saran.....	51
5.3.1 Saran Teoritis.....	51
5.3.2 Saran Praktis	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	14
Tabel 3. 1 Hasil Perhitungan G-Power	27
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Future Anxiety	29
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Ukur Self-Efficacy	30
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas	32
Tabel 4. 1 Frekuensi Jenis Kelamin	34
Tabel 4. 2 Frekuensi Usia.....	34
Tabel 4. 3 Frekuensi Domisili	34
Tabel 4. 4 Analisis Statistik Deskriptif	35
Tabel 4. 5 Rumus Kategorisasi Empirik Skor	35
Tabel 4. 6 Kategorisasi Empirik Variabel Self-Efficacy	36
Tabel 4. 7 Kategorisasi Empirik Variabel Future Anxiety.....	36
Tabel 4. 8 Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov	39
Tabel 4. 9 Uji Homogenitas	40
Tabel 4. 10 Uji Korelasi	41
Tabel 4. 11 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	42
Tabel 4. 12 Uji Beda T-Test Jenis Kelamin	44
Tabel 4. 13 Uji ANOVA Usia	44
Tabel 4. 14 Uji ANOVA Domisili	45

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Box Plot Variabel Self-Efficacy	39
Gambar 4. 2 Box Plot Variabel Future Anxiety	40



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. KUISIONER.....	53
LAMPIRAN 2. <i>BLUE PRINT</i> ALAT UKUR.....	62
LAMPIRAN 3. UJI NORMALITAS	64
LAMPIRAN 4. UJI RELIABILITAS	65
LAMPIRAN 5. UJI VALIDITAS	66
LAMPIRAN 6. UJI KORELASI.....	67
LAMPIRAN 7. UJI TAMBAHAN	69
LAMPIRAN 8. GAMBARAN DATA RESPONDEN PENELITIAN.....	71
LAMPIRAN 9. PENILAIAN <i>EXPERT JUDGEMENT</i>	73
LAMPIRAN 10. CV PENULIS	81

