



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN
DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA
REGULER 2 FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1)
Pada Program Studi Psikologi

Oleh:
NITTA RATNASARI
46114120016

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2021**

**THE CORRELATION BETWEEN SELF EFFICACY AND ANXIETY
TO ACCOMPLISH FINAL ASSIGNMENTS OF REGULAR STUDENTS 2
FACULTY OF PSYCHOLOGY
MERCU BUANA UNIVERSITY JAKARTA**

By

Nitta Ratnasari

46114120016

Merly Erlina, Psi, M.Si., M.E.Sy

Mercu Buana University

ABSTRACT

This study aims to determine the correlation between self efficacy and anxiety to accomplish final assignments of regular students 2 faculty of psychology batch 2016 Meruya Campus and Menteng Campus of Mercu Buana University Jakarta. The number of participants in this study were 93 respondents. The sampling technique in this study used saturated sampling (census). Self efficacy will be measured using the Self efficacy Scale (Bandura) and Anxiety will be measured using the Beck Anxiety Inventory (BAI). The analysis technique in this study uses quantitative methods with Pearson correlation. The results of this study indicate that the value of $r = -0,587$ and $p = 0,000$ which means that the correlation value of self efficacy and anxiety is negatively and significantly correlated, there is a correlation between self efficacy and anxiety. The conclusion of this study is that there is a correlation between self efficacy and anxiety which is negative and significant.

Keywords: Self efficacy, anxiety, regular students 2 faculty of psychology batch 2016 Meruya Campus and Menteng Campus

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN
DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA
REGULER 2 FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

Oleh

Nitta Ratnasari

46114120016

Merly Erlina, Psi, M.Si., M.E.Sy

Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa reguler 2 fakultas psikologi angkatan 2016 Kampus Meruya dan Kampus Menteng Universitas Mercu Buana Jakarta. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 93 responden. Teknik sampling dalam penelitian menggunakan sampling jenuh (*sensus*). *Self efficacy* akan diukur menggunakan alat ukur *Self Efficacy Scale* (Bandura) dan Kecemasan akan diukur menggunakan alat ukur *Beck Anxiety Inventory Scale* (BAI). Teknik analisa penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan nilai $r = -0,587$ dan $p = 0,000$ yang artinya nilai korelasi *self efficacy* dan kecemasan berkorelasi negatif dan signifikan, terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan yang negatif dan signifikan.

Kata Kunci: Effikasi diri, kecemasan, mahasiswa reguler 2 fakultas psikologi angkatan 2016 Kampus Meruya dan Kampus Menteng

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta**

Nama : Nitta Ratnasari

NIM : 46114120 016

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 25 Februari 2021



Pembimbing

Merly Erlina, M.E.Sy., M.Si., Psikolog

UNIVERSITAS

Mengesahkan
MERCU BUANA

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

A blue ink signature of Muhammad Iqbal, Ph.D.

Muhammad Iqbal, Ph.D

A blue ink signature of Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si.

Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si

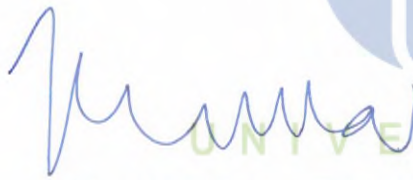
PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Tugas akhir yang berjudul “**Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta**”, telah diajukan pada sidang tugas akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 9 Februari 2021. Tugas akhir ini telah diterima sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi.

Jakarta, 25 Februari 2021

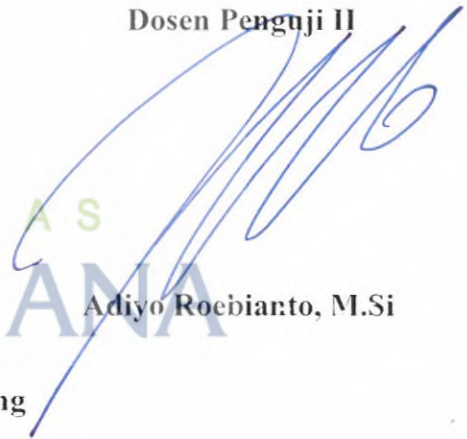
Sidang Tugas Akhir

Ketua Sidang/Dosen Penguji I



Irma Himmatul Alliyah, M.Psi., Psikolog

Dosen Penguji II



Adiyo Roebianto, M.Si

Dosen Pembimbing



Merly Erlina, M.E.Sy., M.Si., Psikolog

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini :

Judul : **Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta**

Nama : Nitta Ratnasari

NIM : 4611 4120 016

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 25 Februari 2021

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana,

Tugas akhir ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengoalahan data yang digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 25 Februari 2021



Nitta Ratnasari

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT karena atas segala rahmat dan anugerah-Nya kepada penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul **“Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan dalam menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta”** dapat tersusun dengan baik.

Tugas akhir ini disusun guna memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta. Dalam menyusun Tugas akhir penulis merasa bersyukur atas bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Tugas akhir dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Merly Erlina, M.Si, M.E.Sy, Psikolog selaku Dosen Pembimbing tugas akhir yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses penulisan tugas akhir.
2. Ibu Fatma Nuraqmarina, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Pembimbing tugas akhir yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses penulisan tugas akhir.
3. Ibu Dianda Azani, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Kelas tugas akhir yang telah memberikan arahan dan bantuan selama proses penyusunan tugas akhir.
4. Ibu Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen *Reviewer* dan Dosen *Expert Judgement* dalam proses penyusunan tugas akhir.
5. Bapak Prof. Dr. Ir. Ngadino Surip, MS selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
6. Bapak Muhammad Iqbal, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
7. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

8. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
9. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi II Psikologi Universitas Mercu Buana.
10. Ibu Irma Himmatul Alliyah, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Sidang/ Dosen Penguji I dalam sidang tugas akhir.
11. Bapak Adiyro Roebianto, M.Si selaku Dosen Penguji II dalam sidang tugas akhir.
12. Segenap Dosen Fakultas Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah di Universitas Mercu Buana Jakarta.
13. Teristimewa untuk kedua orang tua tersayang, kakak, dan keponakan yang selalu mendoakan dan mendukung penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.
14. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana angkatan tahun 2015 dan teman dekat yang telah mendukung selama proses penyelesaian tugas akhir.

Penulis menyadari bahwa selama penulisan tugas akhir masih adanya keterbatasan pengetahuan maupun pengalaman. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun dari pembaca demi penyempurnaan tugas akhir. Akhir kata, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan Bapak/Ibu dan teman-teman serta semua pihak yang telah mendukung dalam penulisan tugas akhir ini.

Jakarta, Februari 2021

Penulis,

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KONSEP TEORI	8
2.1. Definisi Kecemasan.....	8
2.1.1. Dimensi Kecemasan.....	9
2.1.2. Gejala-Gejala Kecemasan.....	9
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan....	10
2.2. Definisi <i>Self Efficacy</i>	12
2.2.1. Dimensi <i>Self Efficacy</i>	13
2.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> ...	13
2.2.3. Proses <i>Self Efficacy</i>	14
2.3. Kaitan Kecemasan dengan <i>Self Efficacy</i>	15
2.4. Definisi Tugas Akhir.....	16
2.5. Faktor yang Mempengaruhi Penyelesaian Tugas Akhir....	16
2.6. Dampak <i>Self Efficacy</i> terhadap Penyelesaian Tugas Akhir.....	17
2.7. Definisi Mahasiswa Reguler 2 Kelas Karyawan.....	17

	2.8. Dinamika Hubungan antara Self Efficacy dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.....	18
	2.9. Kerangka Berpikir.....	20
	2.10. Hipotesa Penelitian.....	22
BAB III	METODE PENELITIAN	23
	3.1. Desain Penelitian.....	23
	3.2. Variabel Penelitian.....	23
	3.3. Responden Penelitian.....	24
	3.3.1. Populasi.....	24
	3.3.2. Sampel.....	24
	3.4. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	25
	3.4.1. Teknik Pengumpulan Data.....	25
	3.4.2. Instrumen Penelitian.....	26
	3.4.3. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	30
	3.5. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
	4.1. Gambaran Responden Penelitian.....	33
	4.2. Analisis Subjek Penelitian.....	33
	4.3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	33
	4.3.1. Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Efficacy</i>	33
	4.3.2. Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan.....	34
	4.3.3. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i>	34
	4.3.4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan.....	34
	4.4. Analisis Deskriptif Penelitian.....	34
	4.4.1. Analisis Skala <i>Self Efficacy</i> dan Dimensi Dimensi Skala <i>Self Efficacy</i>	34
	4.4.2. Analisis Skala Kecemasan dan Dimensi Dimensi Skala Kecemasan.....	36
	4.5. Analisis Standar Deviasi.....	38
	4.5.1. Analisis Skala <i>Self Efficacy</i>	38

4.5.2. Analisis Skala Kecemasan.....	39
4.6. Hasil Uji Normalitas.....	39
4.7. Hasil Uji Hipotesis.....	40
4.8 Hasil Uji Korelasi antar Dimensi Variabel.....	41
4.9. Pembahasan Hasil Penelitian.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1. Kesimpulan.....	48
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	48
5.3. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	53



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Hubungan antara <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa Reguler 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.....	22



DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 3.1. Skor Skala Likert <i>Self Efficacy</i> & Kecemasan.....	26
2. Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Efficacy</i>	27
3. Tabel 3.3. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan.....	28
4. Tabel 3.4. <i>Expert Judgement</i> Validitas Alat Ukur <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan.....	31
5. Tabel 4.1. Kategori Skala <i>Self Efficacy</i>	35
6. Tabel 4.2. Kategori Dimensi <i>Level</i>	35
7. Tabel 4.3. Kategori Dimensi <i>Strength</i>	35
8. Tabel 4.4. Kategori Dimensi <i>Generality</i>	36
9. Tabel 4.5. Kategori Skala Kecemasan.....	36
10. Tabel 4.6. Kategori Dimensi <i>Subjective</i>	37
11. Tabel 4.7. Kategori Dimensi <i>Neurophysiologic</i>	37
12. Tabel 4.8. Kategori Dimensi <i>Autonomic</i>	38
13. Tabel 4.9. Kategori Dimensi <i>Panic</i>	38
14. Tabel 5.0. Analisis Standar Deviasi Skala <i>Self Efficacy</i>	38
15. Tabel 5.1. Analisis Standar Deviasi Skala Kecemasan.....	39
16. Tabel 5.2. Uji Normalitas Shapiro Wilk.....	40
17. Tabel 5.3. Uji Pearson <i>Correlation</i>	40
18. Tabel 5.4. Uji Korelasi antar Dimensi Variabel.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	53
2. Lampiran 2 Hasil Perhitungan SPSS.....	62

