



**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN PADA  
MAHASISWA *FRESH GRADUATE* DALAM MENGHADAPI DUNIA  
PEKERJAAN PADA MASA PANDEMI DI JAKARTA**

**SKRIPSI**



**SYIFA SYAHRANI**

**46118010055**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2022**



**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN PADA  
MAHASISWA *FRESH GRADUATE* DALAM MENGHADAPI DUNIA  
PEKERJAAN PADA MASA PANDEMI DI JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program**

**Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**  
SYIFA SYAHRANI

**46118010055**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2022**

**i**

## LEMBAR PERNYATAAN

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

Judul : Hubungan *Self efficacy* Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa *Fresh Graduate* Dalam Menghadapi Dunia Pekerjaan Pada Masa Pandemi Di Jakarta

Nama : Syifa Syahrani

NIM : 46118010055

Program : Program Studi Psikologi

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.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya digunakan telah dituliskan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 25 Agustus 2022



Syifa Syahrani

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa *Fresh Graduate* Dalam Menghadapi Dunia Pekerjaan Pada Masa Pandemi Di Jakarta

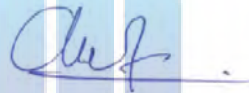
Nama : Syifa Syahrani

NIM : 46118010055

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 25 Agustus 2022

Pembimbing



Aulia Kirana, S.Psi., M.Psi

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA



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



Karisma Riskinanti M.Psi., Psi

PSI 07210297



Please Scan QR Code Verify

## PENGESAHAN SKRIPSI

Tugas Akhir dengan judul “**Hubungan *Self efficacy* Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa *Fresh Graduate* Dalam Menghadapi Dunia Pekerjaan Pada Masa Pandemi Di Jakarta**”. Telah di ajukan pada sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 25 Agustus 2022. Skripsi ini sudah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 25 Agustus 2022

Sidang Skripsi

Ketua Sidang



Dr. Istiqomah, M.Si

Penguji



Merly Erliana, S.Psi., M.E.Sy

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Pembimbing



Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog

PSI 07210297



Please Scan QR Code Verify

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada peneliti sehingga peneliti berhasil menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “**Hubungan Self Efficacy Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Fresh Graduate Dalam Menghadapi Dunia Pekerjaan Pada Masa Pandemi Di Jakarta**”. Tugas akhir ini disusun untuk memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

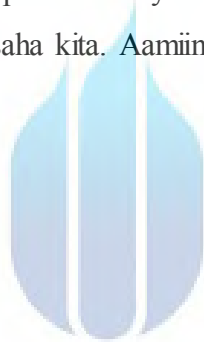
Pada penelitian ini banyak sekali dorongan dan support yang diberikan oleh beberapa pihak. Atas bimbingan dan pengarahannya yang telah membantu terselesainya tugas akhir ini dengan baik, maka peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, D.P.M.Si selaku Dekan di Fakultas Psikologi Mercu Buana.
2. Ibu Karisma Riskinanti M.Psi., Psi selaku Ketua Program Studi di Fakultas Psikologi Mercu Buana.
3. Pak Dhani Irmawan, M.Sc dan ibu Prahastia Putri, M.Psi Psikolog Selaku Sekretaris Program Studi di Fakultas Psikologi Mercu Buana.
4. Ibu Aulia Kirana M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama mengerjakan tugas akhir hingga selesai.
5. Ibu Erna Multahadah S.Hi., S.Psi., M.Si selaku dosen Pembimbing Akademik.
6. Ibu Mulyatih dan alm. Zaini HZ selaku orang tua yang telah mendoakan, memberikan motivasi dan semangat sehingga bisa menyelesaikan tugas akhir.
7. Ahmad Rifaldi M dan Andrew R selaku kakak dan adik yang telah memberikan semangat untuk mengerjakan tugas akhir.
8. Riska, Nur Hayati dan Dias selaku sepupu yang telah mendoakan, dan selalu memberikan semangat untuk mengerjakan tugas akhir.

9. Sarah, Ighra, Nanda dan Wida selaku teman seperjuangan yang selalu mendengarkan keluh kesah selama kuliah dan selama mengerjakan tugas akhir.

Peneliti menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti berharap kritik dan saran dari semua yang bersifat membangun demi kesempurnaan tugas akhir ini. Peneliti juga berharap tugas akhir ini dapat memberikan manfaat, serta pembaca dapat memahami tentang isi dari tugas akhir ini. Tugas akhir ini telah penulis susun sebaik mungkin, tetapi pasti terdapat kekurangan di dalamnya. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun akan diharapkan selalu.

Akhir kata, peneliti sampaikan banyak terima kasih. Semoga Allah SWT senantiasa meridhoi segala usaha kita. Aamiin



Jakarta, 25 Agustus 2022

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Peneliti

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syifa Syahrani

Nim : 46118010055

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa *Fresh Graduate* Dalam Menghadapi Dunia Pekerjaan Pada Masa Pandemi 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.

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, 25 Agustus 2022

  
Syifa Syahrani



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vii
ABSTRAK .....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>11</b>
2.1 Kecemasan Menghadapi Dunia kerja .....	11
2.1.1 Pengertian Kecemasan.....	11
2.1.2 Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	11
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan .....	12
2.1.4 Dimensi Kecemasan Menghadapi Dunia Pekerjaan.....	12
2.1.5 Kecemasan Mahasiswa <i>Fresh Graduate</i> Menghadapi Dunia Pekerjaan.....	13
2.2 Self Efficacy .....	14
2.2.1 Definisi Self Efficacy .....	14
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i> .....	14
2.2.3 Aspek-aspek <i>Self efficacy</i> .....	15
2.3 Penelitian Terdahulu .....	16
2.4 Kerangka Berpikir .....	24

2.5 Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1 Desain Penelitian .....	27
3.2 Variabel Penelitian.....	27
3.3 Definisi Operasional .....	27
3.3.1 Definisi Operasional <i>Self Efficacy</i> .....	28
3.3.2 Definisi Operasional Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	28
3.4 Populasi dan Sampel.....	28
3.4.1 Populasi.....	28
3.4.2 Sampel .....	28
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel .....	29
3.5 Teknik Pengambilan Data.....	29
3.6 Instrumen Penelitian .....	30
3.6.1 Skala <i>Self Efficacy</i> .....	30
3.6.2 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	31
3.7 Metode Analisis Data .....	32
3.7.1 Analisis Data Deskriptif .....	33
3.7.2 Uji Kualitas Instrumen.....	33
3.7.2.1 Uji Validitas .....	33
3.7.2.2 Uji Reliabilitas.....	34
3.7.3 Uji Asumsi Klasik.....	34
3.7.3.1 Uji Normalitas .....	34
3.7.3.2 Uji Linearitas .....	35
3.7.4 Uji Hipotesis .....	35
3.7.4.1 Uji Korelasi.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
4.1 Gambaran Responden.....	37
4.1.1 Gambaran Umum Berdasarkan Jenis Kelamin .....	38
4.1.2 Gambaran Umum Berdasarkan Usia .....	38
4.1.3 Gambaran Umum Berdasarkan Lokasi Universitas .....	39
4.2 Analisa Data Deskriptif .....	40
4.2.1 <i>Self Efficacy</i> .....	40
4.2.2 Kecemasan Menghadapi Dunia Pekerjaan .....	41
4.3 Uji Kualitas Instrumen.....	42
4.3.1 Hasil Uji Validitas .....	42

4.3.2 Hasil Uji Reliabilitas .....	45
4.4 Uji Asumsi Klasik .....	46
4.4.1 Uji Normalitas .....	46
4.4.2 Uji Lineritas .....	46
4.5 Uji Hipotesis .....	47
4.5.1 Uji Korelasi.....	47
4.5.2 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek .....	48
4.5.3 Analisa <i>Self Efficacy</i> Berdasarkan Data Demografi .....	52
4.6 Pembahasan Hasil Penelitian .....	56
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>61</b>
5.1 Kesimpulan .....	61
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	61
5.3 Saran .....	61
5.3.1 Saran Untuk <i>Fresh Graduate</i> .....	61
5.3.2 Saran Penelitian Selanjutnya .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>68</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	16
Tabel 3.1 Skala Likert <i>Self Efficacy</i> & Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	30
Tabel 4.1 Gambaran Umum Berdasarkan Jenis Kelamin .....	38
Tabel 4.2 Hasil Gambaran Umum Berdasarkan Usia .....	38
Tabel 4.3 Hasil Gambaran Umum Berdasarkan Lokasi Universitas .....	39
Tabel 4.4 Analisa Data Deskriptif.....	40
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel <i>Self Efficacy</i> .....	41
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja .....	42
Tabel 4.7 Uji Validitas Skala <i>Self Efficacy</i> .....	43
Tabel 4.8 Uji Validitas Skala Kecemasan Menghadapi Dunia pekerjaan.....	44
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Efficacy</i> .....	45
Tabel 4.10 Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Dunia Pekerjaan .....	45
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	46
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas .....	47
Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis .....	48
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan Menghadapi dunia Kerja .....	49
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Kecemasan Menghadapi dunia Kerja dengan <i>Self Efficacy</i> .....	51

Tabel 4.16 Hasil Uji T-test ( <i>Independent T-Test</i> ) <i>Self Efficacy</i> Berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin.....	53
Tabel 4.17 Hasil Uji T-test ( <i>Independent T-Test</i> ) Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin .....	53
Tabel 4.18 Hasil Uji ANOVA <i>Self Efficacy</i> berdasarkan Data Demografis .....	54
Tabel 4.19 Hasil Uji ANOVA Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja berdasarkan Data Demografis .....	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	26
------------------------------------	----

