



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN SOSIAL
SAAT BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA SISWA DAN SISWI
PONDOK PESANTREN AL HIDAYAH BOARDING SCHOOL DEPOK**

TUGAS AKHIR

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

Oleh: Nuni Puji Astuti SP

46117110091

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

2022

LEMBAR PERNYATAAN

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

Judul : **Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Sosial Saat Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa dan Siswi Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok**

Nama : Nuni Puji Astuti S.P

NIM : 46117110091

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 16 Maret 2022

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.

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

Jakarta, 16 Maret 2022



Nuni Puji Astuti SP

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan Antara Self Efficacy Dengan
Kecemasan Sosial Saat Berbicara Di Depan
Umum Pada Siswa dan Siswi Pondok Pesantren
Al Hidayah Boarding School Depok

Nama :Nuni Puji Astuti S.P

NIM :46117110091

Program Studi :S1

Psikologi Tanggal Sidang : 16 Maret 2022

Pembimbing



Prahastia Kurnia Putri, M.Psi.,Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Dr.Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi.,Psikolog

PSI07210266



PleaseScanQRCodeVerify

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Sosial Saat Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa dan Siswi Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 16 Maret 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 16 Maret 2022

Penguji1



Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc

Sidang Skripsi



Pembimbing

Penguji2



Erna Risnawati, M.Si

UNIVERSITAS
MERCUBUANA


Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

PSI07210266



PleaseScanQRCodeVerify

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya. Berkat ridho dan rahmat Allah SWT penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan judul “Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Sosial Saat Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa dan Siswi Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok”. Tugas akhir ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Psikologi Universitas Mercu Buana.

Dalam penulisan Tugas Akhir ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing dan membantu penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, SP., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Karisma Riskinanti ,M.Psi.,Psi selaku Kepala Program Studi Psikologi.
3. Ibu Prahastia Kurnia Putri ,M.Psi. Psikolog selaku dosen pembimbing Tugas Akhir, yang sudah membimbing dalam penyusunan Tugas Akhir ini dengan memberikan masukan serta meluangkan waktu sehingga proses penyusunan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan sangat baik.
4. Kepada Kedua Orang Tua saya sebagai Guru Kehidupan saya, Ibu Sri Himawati dan Kakak-kakak saya yang lainnya.
5. Bapak Muhamad Akbarsyah, Ricky Yudha, Kosasih, Yozua Raharjo dan Seluruh Anggota Superior Squad yang selalu membantu ketika penulis menghadapi kesulitan,

memberikan masukan dan saling memberi dukungan selama proses penyusunan Tugas Akhir.

6. Keponakanku Dhani, Umar, Ahmad, Annisa, Aliya, Qonita, QQ, Amr sebagai penyemangat dan inspirasi saya.
7. Pihak Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School khususnya kepada Ustad Syahru dan juga siswa dan siswi pondok pesantren.

Serta seluruh pihak yang mendukung yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang sudah berbaik hati membantu dan meluangkan waktunya serta mendoakan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini. Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan yang sudah diberikan, semoga Allah SWT membalas kebaikan kepada semua pihak yang terlibat.



Jakarta, 16 Maret 2022

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Nuni Puji Astuti S.P

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN KECEMASAN SOSIAL SAAT
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA SISWA DAN SISWI PONDOK
PESANTREN AL HIDAYAH BOARDING SCHOOL DEPOK**

Nuni Puji Astuti SP; Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog.

Universitas Mercu Buana

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan sosial saat berbicara di depan umum pada siswa dan siswi Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Teknik sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh, yaitu siswa dan siswi pondok pesantren yang mengikuti pelajaran *muhadhoroh* atau berbicara di depan umum pada Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok yang berjumlah 95 siswa dan siswi yang terdiri dari 39 orang berjenis kelamin laki-laki atau 41% dan 56 orang berjenis kelamin perempuan atau 59%. *Self efficacy* diukur dengan menggunakan skala *General Self Efficacy Scale* 12 (GSES-12) dan dimodifikasi oleh peneliti dengan menambahkan item dan kecemasan sosial diukur dengan menggunakan skala *Social Anxiety Scale for Adolescence* (SAS-A). Teknik analisis menggunakan uji korelasi *pearson* dengan menggunakan *software SPSS 2.6*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat korelasi negative antara *self efficacy* dengan kecemasan sosial, dengan nilai korelasi sebesar -0,286. Semakin tinggi nilai *self efficacy* maka akan semakin rendah nilai kecemasan sosial pada siswa dan siswi Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok.

Kata kunci: Self Efficacy, Kecemasan Sosial, Siswa dan siswi pondok pesantren

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SOCIAL ANXIETY
WHENSPEAKING IN PUBLIC AT STUDENTS OF PONDOK PESANTREN AL
HIDAYAHBOARDING SCHOOLDEPOK***

Nuni Puji Astuti SP; Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog.

Mercu Buana University

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and social anxiety when speaking in public at students of Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok. The method use in this research is quantitative correlation. Data collection techniques using the questionnaire. The sampling technique in this study used a saturated sample,the participants were 95 students from Islamic boarding schools who took muhadhoroh lessons or public speaking at Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok, consist of 39 male student or 41% and 56 female student or 59%. Self-efficacy is measured using General Self-Efficacy Scale 12 (GSES-12) and modified by the researcher by adding items and the social anxiety is measured using Social Anxiety Scale for Adolescence (SAS-A).The analysis technique uses the Pearson correlation test using SPSS 2.6 software. The results of data analysis showed that there was a negative correlation between self-efficacy and social anxiety, with a correlation value of -0.286. The higher the self-efficacy value, the lower the value of social anxiety in the students of Pondok Pesantren Al Hidayah Boarding School Depok.

Keywords: self efficacy, social anxiety, Islamic boarding school students.

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| LEMBAR PERNYATAAN | I |
| LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR | II |
| PENGESAHAN SKRIPSI | III |
| KATA PENGANTAR | IV |
| ABSTRAK | VI |
| ABSTRACT | IVII |
| DAFTAR ISI | VIII |
| DAFTAR LAMPIRAN | X |
| DAFTAR TABEL | XI |
| BAB.1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 7 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 7 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 8 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 8 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis | 8 |
| BAB.II LANDASAN TEORI | 9 |
| 2.1 Kecemasan Sosial | 9 |
| 2.1.1 Pengertian Kecemasan Sosial | 9 |
| 2.1.2 Aspek - Aspek Kecemasan Sosial | 10 |
| 2.1.3 Gejala Kecemasan Sosial | 10 |
| 2.2 Self Efficacy | 12 |
| 2.2.1 Pengertian Efficacy | 12 |
| 2.2.2 Aspek dan Faktor - Faktor Self Efficacy | 13 |
| 2.3 Penelitian Sebelumnya | 14 |
| 2.4 Kerangka Berfikir | 16 |
| 2.5 Hipotesis Penelitian | 19 |
| BAB.III METODE PENELITIAN | 20 |
| 3.1 Desain Penelitian | 20 |
| 3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian | 20 |
| 3.2.1 Self Efficacy | 20 |
| 3.2.2 Kecemasan Sosial | 21 |
| 3.3 Populasi Dan Sampel | 22 |
| 3.3.1 Populasi | 22 |

| | |
|---|----|
| 3.3.2Sampel | 22 |
| 3.4Teknik Sampling | 22 |
| 3.5Teknik Pengumpulan data | 22 |
| 3.6Instrumen Penelitian..... | 23 |
| 3.6.1Self Eficacy..... | 23 |
| 3.6.2Kecemasan Sosial..... | 24 |
| 3.7Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 25 |
| 3.7.1Uji Validitas | 25 |
| 3.7.2Uji Reliabilitas | 26 |
| 3.8Teknik Analisis Data | 26 |
| 3.8.1 Analisis Deskriptif | 26 |
| 3.8.2 Analisis Inferensial | 27 |
| BAB.IV Hasil Dan Pembahasan..... | 28 |
| 4.1Gambaran Data Penelitian Profil Responden..... | 28 |
| 4.1.1Jenis Kelamin | 28 |
| 4.2Analisis Deskriptif..... | 28 |
| 4.2.1Self Eficacy..... | 29 |
| 4.2.2Kecemasan Sosial..... | 29 |
| 4.3Uji Asumsi Klasik | 32 |
| 4.3.1Uji Nornalitas | 32 |
| 4.4Uji Hipotesa | 33 |
| 4.4.1 Analisis Uji Korelasi | 33 |
| 4.4.2 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi | 33 |
| 4.5Pembahasan | 34 |
| BAB.V Kesimpulan Dan Saran | 37 |
| 5.1Kesimpulan | 37 |
| 5.2Limitasi | 37 |
| 5.3Limitasi | 37 |
| 5.3.1Saran Metodologis | 38 |
| 5.3.2Saran Praktis..... | 38 |
| 5.3.2.1Pondok Pesantren..... | 38 |
| 5.3.2.2Subyek | 38 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 39 |
| LAMPIRAN..... | 42 |

DAFTARLAMPIRAN

1.Lampiran Alat Ukur Penelitian42



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Pengukuran <i>Self Efficacy</i> | 24 |
| Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Pengukuran <i>Kecemasan Sosial</i> | 25 |
| Tabel 3.4 <i>Expert Judgment</i> | 26 |
| Tabel 4.1 Tabel Jenis Kelamin | 28 |
| Tabel 4.2 Kategorisasi Hipotetik | 28 |
| Tabel 4.3 Deskriptif Dimensi <i>Initiative</i> | 29 |
| Tabel 4.4 Deskriptif Dimensi <i>Effort</i> | 29 |
| Tabel 4.5 Deskriptif Dimensi <i>Presistence</i> | 30 |
| Tabel 4.6 Deskriptif Dimensi <i>Fear of Negative Evaluation</i> | 30 |
| Tabel 4.7 Deskriptif Dimensi <i>Social Avoidance and Distress New</i> | 31 |
| Tabel 4.8 Deskriptif Dimensi <i>Social Avoidance and Distress General</i> | 31 |
| Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas | 32 |
| Tabel 4.10 Analisis Uji Korelasi | 33 |
| Tabel 4.11 Matriks Korelasi Antar Dimensi | 34 |





UNIVERSITAS
MERCU BUANA