



HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KECEMASAN UMUM
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI
UNIVERSITAS MERCUBUANA

ROSALINA INDAH PERMATASARI

46119210026

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2024



**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KECEMASAN
UMUM PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI DI UNIVERSITAS MERCUBUANA**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan
Program Sarjana(S1) Pada Program Studi Psikologi**

ROSALINA INDAH PERMATASARI

46119210026

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rosalina Indah Permatasari

NIM : 46119210026

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan *Self-efficacy* dengan kecemasan umum pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana

Menyatakan bahwa laporan skripsi ini hasil karya sendiri bukan plagiat, serta sumber baik yang dikutip maupun ditunjuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan didalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap akan mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 24 Mei 2025



Rosalina Indah Permatasari

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Rosalina Indah Permatasari
NIM : 46119210026
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Self-efficacy dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di universitas mercu buana

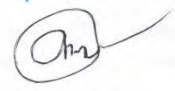
Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308098204

()

Ketua Penguji : Amy Mardhatillah, Ph.D
NIDN : 0308088403

()

Penguji 1 : Firman Alamsyah Ario Buntaran, Ph.D
NIDN : 0301108105

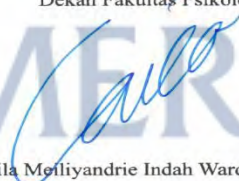
()

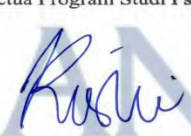
Jakarta, 24 Mei 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


Laila Meliyandrie Indah Wardani, Ph.D.


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayah serta karunia – Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Semester Ganjil 2025 yang berjudul **“Hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan umum pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana”**. Laporan Tugas Akhir ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, Sholawat serta Salam tercurah kepada nabi besar Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kepada kita semua hingga akhir zaman.

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini penulis sangat bersyukur, dan berterima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam memberikan dukungan, bimbingan, saran, selama menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik dan sungguh-sungguh. Untuk itu, penulis mengucapkan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi 1 Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
6. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi 2 Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
7. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir dan selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini

8. Bapak Aji Suroso, Ibu Luwiyati, dan Kakak Hendra Adji Parana selaku keluarga penulis yang telah memberi banyak doa dan dukungan dalam bentuk hal apapun sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik
9. Firda Hanasyah Putri, Risna Rahmahwati, Myrranti Ratih Hapsari selaku teman seangkatan 2019 yang sudah membantu memberikan saran, dan dukungan untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir penulis.
10. Audrey Annisa Rizqya selaku sahabat terbaik yang memberikan saran, dukungan, doa selaku pendengar suka dan duka, membantu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir penulis

Akhir kata, Semoga Allah SWT selalu memberi kalian kesehatan, kebaikan, kebahagiaan, serta perlindungan dari hal-hal buruk bagi kalian. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu

Jakarta, 1 Mei 2025

Penulis

Rosalina Indah Permatasari

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Rosalina Indah Permatasari
NIM : 46119210026
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Self-efficacy* dengan Kecemasan umum pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana

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 Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

24 Mei 2025
10000
METERAI
TEMPEL
2FD5ALX01409483
Rosalina Indah Permatasari

ABSTRAK

Nama : Rosalina Indah Permtasari
NIM : 46119210026
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana
Pembimbing : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif melalui metode uji deskriptif, teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling* dengan sampling sebanyak 152 mahasiswa. *Self-efficacy* menggunakan alat ukur *General Self-Efficacy Scale* dan kecemasan menggunakan alat ukur *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7). Analisis data menggunakan uji korelasi *pearson product-moment*. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dan kecemasan dengan nilai korelasi $r = 0,253$, namun hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan *self-efficacy* pada mahasiswa tidak serta merta berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan yang mereka alami selama proses penyusunan skripsi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran psikologis yang lebih komprehensif mengenai kondisi mahasiswa saat menyelesaikan tugas akhir.

Kata Kunci : Efikasi diri, Kecemasan

ABSTRACT

Name : Rosalina Indah Permatasari
NIM : 46119210026
Study program : Psychology
Thesis Report Title : The relationship between *self-efficacy* and anxiety in students writing a thesis at Mercu Buana University
Supervisor : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in students who are writing a thesis at Mercu Buana University. This research method uses a quantitative method through a descriptive test method, the sampling technique uses Purposive sampling with a sampling of 152 students. Self-efficacy uses the General Self-Efficacy Scale measuring instrument and anxiety uses the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) measuring instrument. Data analysis uses the Pearson product-moment correlation test. The results show a positive relationship between self-efficacy and anxiety with a correlation value of $r = 0.253$, but the relationship is not statistically significant ($p > 0.05$). This finding indicates that increasing self-efficacy in students does not necessarily have a significant effect on the level of anxiety they experience during the thesis writing process. This study is expected to provide a more comprehensive psychological picture of the condition of students when completing their final assignments.

Keywords : *self-efficacy, Anxiety*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Sistematika Penulisan.....	10
BAB II KAJIAN TEORI	12
2.1 Kecemasan.....	12
2.1.1 Pengertian Kecemasan.....	12
2.1.2 Dimensi - dimensi Kecemasan	13
2.1.3 Kriteria Kecemasan	13
2.1.4 Tingkat Kecemasan	14
2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi kecemasan.....	14
2.2 <i>Self-Efficacy</i>	16
2.2.1 Definisi <i>Self-Efficacy</i>	16
2.2.2 Dimensi - dimensi <i>Self-efficacy</i>	18
2.2.3 Metode peningkatan <i>Self-efficacy</i>	18
2.2.4 Dampak <i>Self-efficacy</i> dengan kecemasan	19

2.3 Mahasiswa Tugas Akhir	19
2.3.1 Definisi Mahasiswa.....	19
2.4 Penelitian Terdahulu	20
2.5 Dinamika Hubungan Antara Kecemasan dengan <i>Self-Efficacy</i> dalam Menyusun Skripsi	23
2.6 Kerangka Berpikir	25
2.7 Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
3.3 Definisi Operasional	26
3.4 Populasi dan Sampel	27
3.4.1 Populasi.....	27
3.4.2 Sampel.....	27
3.4.3 Subjek Penelitian.....	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.6 Instrumen Penelitian	29
3.6.1 Skala <i>Self-efficacy</i>	29
3.6.2 Skala Kecemasan.....	31
3.7 Uji Alat Ukur	32
3.7.1 Validitas.....	32
3.7.2 Reliabilitas.....	33
3.8 Teknik Analisis Data.....	35
3.8.1 Uji Kualitas Instrumen.....	35
3.8.2 Uji Normalitas	35
3.8.3 Uji Linearitas.....	35
3.8.4 Uji Hipotesis	35
BAB IV PEMBAHASAN.....	37
4.1 Gambaran Umum Subjek	37
4.2 Analisis Deskriptif	42
4.2.1 Kategorisasi <i>Self-efficacy</i>	42
4.2.2 Kategorisasi Kecemasan.....	44

4.3 Uji Asumsi Klasik	45
4.3.1 Hasil Uji Normalitas	45
4.3.2 Hasil Uji Linearitas	45
4.4 Uji Hipotesis	46
4.4.1 Uji Korelasi	46
4.4.2 Uji Korelasi Antar Dimensi	46
4.5 Analisis Tambahan	48
4.5.1 Analisis Berdasarkan Usia	48
4.5.2 Analisis Berdasarkan Jenis Kelamin	49
4.5.3 Analisis Berdasarkan Semester	50
4.5.4 Analisis Berdasarkan Kampus	51
4.5.5 Analisis Berdasarkan Fakultas	52
4.5.6 Analisis Berdasarkan Mengambil TA	54
4.5.7 Analisis Berdasarkan Sesi Bimbingan	55
4.5.8 Analisis Berdasarkan Reguler	56
4.6 Pembahasan	57
BAB V PENUTUP	61
5.1 Kesimpulan	61
5.2 Keterbatasan Penelitian	62
5.3 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	67

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Dampak <i>Self Efficacy</i> terhadap Perilaku.....	17
Tabel 2. 2 Penelitian Terdahulu	20
Tabel 3. 1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Efficacy</i>	29
Tabel 3. 2 Item Pernyataan.....	30
Tabel 3. 3 <i>Blueprint</i> Variabel Kecemasan	31
Tabel 3. 4 Item Pernyataan.....	31
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas.....	32
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-efficacy</i>	34
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas kecemasan	34
Tabel 4. 1 Gambaran umum subjek berdasarkan Usia.....	37
Tabel 4. 2 Gambaran umum subjek berdasarkan Jenis Kelamin	38
Tabel 4. 3 Gambaran umum berdasarkan semester	38
Tabel 4. 4 Gambaran umum berdasarkan kampus	39
Tabel 4. 5 Gambaran umum subjek berdasarkan fakultas	39
Tabel 4. 6 Gambaran umum subjek yang mengambil beberapa semester TA.....	40
Tabel 4. 7 Gambaran umum subjek yang mengikuti bimbingan TA.....	41
Tabel 4. 8 Gambaran umum subjek berdasarkan Reguler	41
Tabel 4. 9 Hasil analisis deskriptif.....	42
Tabel 4. 10 Norma Kategorisasi <i>Self-efficacy</i>	43
Tabel 4. 11 Kategori <i>Self-efficacy</i>	43
Tabel 4. 12 Norma Kategorisasi Kecemasan	44
Tabel 4. 13 Norma Kategorisasi Kecemasan	44
Tabel 4. 14 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-smirnov	45
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas	45
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi	46
Tabel 4. 17 Korelasi Dimensi <i>Self-efficacy</i> dengan kecemasan.....	46
Tabel 4. 18 Tingkat <i>Self-efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Usia.....	48
Tabel 4. 19 Tingkat <i>Self-efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Jenis kelamin	49
Tabel 4. 20 Tingkat <i>Self-efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Semester	50
Tabel 4. 21 Tingkat <i>Self-efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Kampus.....	51
Tabel 4. 22 Tingkat <i>Self-efficacy</i> berdasarkan Fakultas.....	52
Tabel 4. 23 Tingkat kecemasan berdasarkan Fakultas.....	53
Tabel 4. 24 Tingkat <i>Self-efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan TA.....	54
Tabel 4. 25 Tingkat <i>Self-Efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Sesi Bimbingan	55
Tabel 4. 26 Tingkat <i>Self-Efficacy</i> dan Kecemasan berdasarkan Reguler.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	25
-------------------------------------	----

