

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN SAAT AKAN MEMASUKI DUNIA KERJA
PADA MASA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:
INDAH YANI
NRP: 7103001068

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2005

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : INDAH YANI

NRP : 7103001068

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil tugas akhir / skripsi

Saya yang berjudul :

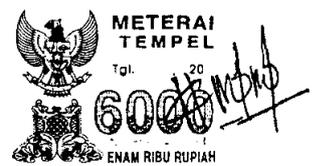
Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Saat Akan Memasuki Dunia Kerja Pada Masa Dewasa Awal

Benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila tugas akhir / skripsi ini ternyata merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar yang telah saya peroleh, serta permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dengan penuh kesadaran.

Surabaya, 20 Juni 2005

Yang membuat pernyataan,



INDAH. YANI

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN SAAT AKAN MEMASUKI DUNIA KERJA
PADA MASA DEWASA AWAL**

Oleh:

INDAH YANI
NRP: 7103001068

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing utama : Dra. Enggawati T, Psikolog (Enggawati)

Pembimbing pendamping : Drs. Psi. Pieter K. Malinton (malinton)

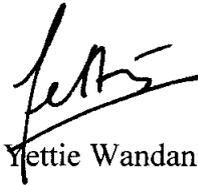
Surabaya, 20 Juni 2005

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

pada tanggal 2 Juli 2005

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi,
Dekan,



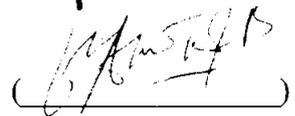
Y. Yettie Wandansari, M.Si.

Dewan Penguji:

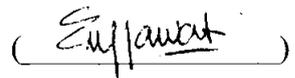
1. Ketua : Y. Yettie Wandansari, M.Si.



2. Sekretaris : M. Andri Budiono, S.Psi.



3. Anggota : Dra.Psi. Enggawati Tedjasukmana



4. Anggota : Ratna Yudhawati, S.Psi.



HALAMAN PERSEMBAHAN

Hasil karya ini saya persembahkan kepada Tuhan Yesus Kristus, Papa (Alm), Mama, cece dan segenap keluarga yang selalu mendukung saya

HALAMAN MOTTO

Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur
(Filipi 4:6)

Mintalah, maka akan diberikan kepadamu; carilah, maka kamu akan mendapat; ketoklah, maka pintu akan dibukakan bagimu
(Matius 7:7)

Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku (Filipi 4:13)

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Segala puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kasih, atas segala anugerah, hikmat, pertolongan, dan bimbinganNya yang dilimpahkan kepada saya. Banyak sekali halangan, rintangan, kesulitan yang menghadang tapi sekali-kali Dia tidak pernah meninggalkan, pertolongan dan kasihNya sungguh nyata.

Peneliti juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung, baik dalam doa maupun bantuan yang telah diberikan. Apapun bentuk dukungan itu, peneliti menyadari bahwa tanpa adanya dukungan tersebut, mungkin skripsi ini tidak dapat terselesaikan. Oleh karena itu pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. **Ibu Yettie Wandansari, M.Si** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang dalam kesibukannya masih bersedia memberikan motivasi dan bimbingan pada peneliti.
2. **Ibu Dessi Christanti, M.Si** selaku sekretaris Fakultas Psikologi yang dalam kesibukannya masih mau untuk menerima keluhan-keluhan yang disampaikan oleh peneliti dan juga menyempatkan diri untuk memberikan motivasi, semangat, dan saran yang menunjang hingga terselesaikannya skripsi ini.
3. **Ibu Dra. Enggawati T, Psikolog** selaku pembimbing pertama yang banyak membantu hingga terselesaikannya skripsi ini.
4. **Bapak Drs. Pieter K. Malinton** selaku pembimbing kedua yang dalam kesibukannya masih menyempatkan diri untuk memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan ketelitian, memberikan saran, kritik dan motivasi yang sangat menunjang hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. **Segenap bapak dan ibu dosen** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala yang telah memberikan wawasan pengetahuan dalam bidang Psikologi semasa perkuliahan.

6. **Ibu Ratna Yudhawati, S.Psi.** selaku pembimbing akademik yang selalu membantu, memotivasi, memberikan saran dan kritikan selama masa perkuliahan.
7. **Bapak Dicky Susilo, S.Psi** selaku ketua panitia skripsi yang bersedia untuk meluangkan waktu, memberikan masukan, kritik dan memotivasi peneliti agar segera mengumpulkan skripsi.
8. **Mbak Clara** yang membantu peneliti dalam mempersiapkan berkas-berkas yang dibutuhkan dalam pengajuan sidang skripsi.
9. **Segenap staff Tata Usaha: Mbak Dina, Mbak Eva, Mbak Wati** yang baik-baik dan sabar, telah membantu peneliti semasa perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
10. **Bapak Markus** selaku Pembantu Dekan II Fakultas Pertanian Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, yang bersedia meluangkan waktu untuk membantu peneliti.
11. **Bapak Drs. Ec. Soetanto Warkoso, MM** selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan izin bagi peneliti dalam pengambilan data.
12. **Bapak Yono** selaku ketua Tata Usaha Fakultas Ekonomi Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah banyak membantu dalam mengurus perizinan dalam pelaksanaan pengambilan data skripsi.
13. **Papa (Alm)** yang selalu mengharapkan saya untuk menyelesaikan pendidikan sampai perguruan tinggi. Harapan itu menjadi semangat dan motivasi tersendiri bagi saya untuk mewujudkannya.
14. **Mama** tercinta yang selalu memberikan cinta, kasih, perhatian dan dukungan, baik dalam doa maupun materi hingga skripsi ini terselesaikan.
15. **Cece dan Mas Ide** yang selalu memberikan semangat dan masukan, serta mau untuk membantu mengantar peneliti dalam penyebaran angket.
16. **Sepupuku, Wawan** yang bersedia untuk membantu mengantar peneliti dalam penyebaran angket. Ayo...!! Pasti kamu juga bisa selesaikan skripsimu. Bersemangat!!

17. **Temenku Mega & she mey** yang telah membantu hingga terselesaikannya skripsi ini
18. **Retno**, yang bersedia membantu peneliti dalam hal memberikan petunjuk pengolahan data. Thanks ya.....
19. **Temenku, Angie** yang lucu `n imutz, yang selalu berbagi duka dengan tawa.
20. **Ko Hendra** yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan saran serta memberikan tumpangan.
21. **Buat temen-temenku di Kasuari** thanks ya buat dukungan dan doanya.
KeEp oN FiRe Guy`S
22. **Semua temen-temen angkatan 2001 CHAYOO!!!**
23. **Fany and Felania** yang bersedia memberikan semangat dan bantuan dalam pelaksanaan pengambilan data. Thanks yach...!
24. **Kak Yohana** yang dalam kesibukannya masih bersedia membantu peneliti dalam mendapatkan informasi yang dibutuhkan.
25. **Para alumnus UWK** yang bersedia mengisi angket dan menjadi subjek penelitian.

Kiranya Tuhan melimpahkan berkat dan rahmatNya atas segala bantuan dan dukungannya yang diberikan kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan peneliti. Oleh karena itu peneliti mohon saran dan kritik yang membangun agar skripsi ini dapat berguna bagi pengembangan pengetahuan.

Semoga skripsi ini berguna dan bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Surabaya, Juni 2005

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Persembahan	v
Halaman Motto	vi
Ungkapan Terima Kasih	vii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstraksi	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Batasan Masalah	6
1.3. Rumusan Masalah	7
1.4. Tujuan Penelitian	7
1.5. Manfaat Penelitian	7
BAB II. LANDASAN TEORI	9
2.1. Kecemasan Saat Akan Memasuki Dunia Kerja	9
2.1.1. Pengertian kecemasan	9
2.1.1.1. Jenis kecemasan	11
2.1.1.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan	12
2.1.1.3. Sebab-sebab kecemasan	13
2.1.1.4. Gejala-gejala kecemasan	14

2.1.2. Pengertian dunia kerja	15
2.1.2.1. Teori-teori perkembangan pemilihan pekerjaan	17
2.1.2.2. Faktor-faktor yang mendorong seseorang	
memasuki dunia kerja	19
2.1.3. Pengertian kecemasan saat akan memasuki dunia kerja	21
2.2. Kepercayaan Diri	21
2.2.1. Pengertian kepercayaan diri	21
2.2.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri	23
2.2.3. Perkembangan kepercayaan diri	25
2.2.4. Ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri	26
2.3. Masa Dewasa Awal	27
2.3.1. Pengertian masa dewasa awal	27
2.3.2. Ciri-ciri masa dewasa awal	28
2.3.3. Tugas perkembangan masa dewasa awal	32
2.4. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Saat Akan Memasuki Dunia Kerja Pada Masa Dewasa Awal	32
2.5. Hipotesis	34
 BAB III. METODE PENELITIAN	 35
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	35
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	35
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	36
3.4. Metode Pengumpulan Data	37
3.4.1. Skala kecemasan saat akan memasuki dunia kerja	39
3.4.2. Skala kepercayaan diri	39
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	40
3.6. Teknik Analisis Data	41

BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	43
4.1. Orientasi Kancan Penelitian	43
4.2. Persiapan Pengambilan Data	44
4.3. Pelaksanaan Penelitian	45
4.4. Hasil Penelitian	46
4.4.1. Uji validitas dan reliabilitas	46
4.4.2. Deskripsi data subjek penelitian	48
4.4.3. Uji asumsi	56
4.4.4. Uji hipotesis	57
BAB V. PENUTUP	59
5.1. Bahasan	59
5.2. Simpulan	64
5.3. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. <i>Blueprint</i> skala kecemasan saat akan memasuki dunia kerja	39
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> skala kepercayaan diri	40
Tabel 4.1. Jumlah aitem sahih pada skala kecemasan dan sebarannya	46
Tabel 4.2. Jumlah aitem sahih pada skala kepercayaan diri dan sebarannya ..	47
Tabel 4.3. Deskripsi usia subjek	48
Tabel 4.4. Deskripsi jenis kelamin subjek	48
Tabel 4.5. Deskripsi pernah bekerja/tidak pada subjek	49
Tabel 4.6. Deskripsi kecemasan subjek	49
Tabel 4.7. Deskripsi hal-hal yang dicemaskan subjek saat akan memasuki ... dunia kerja	50
Tabel 4.8. Deskripsi alasan subjek yang tidak cemas saat akan memasuki ... dunia kerja	50
Tabel 4.9. Distribusi frekuensi nilai kecemasan saat akan memasuki dunia .. kerja	52
Tabel 4.10. Distribusi frekuensi silang antara usia dengan kecemasan	
saat akan memasuki dunia kerja	53
Tabel 4.11. Distribusi frekuensi silang antara jenis kelamin dengan	
kecemasan saat akan memasuki dunia kerja.....	53
Tabel 4.12. Distribusi frekuensi silang antara pernah bekerja/tidak pada	
subjek dengan kecemasan saat akan memasuki dunia kerja.....	54
Tabel 4.13. Distribusi frekuensi nilai kepercayaan diri	55
Tabel 4.14. Distribusi frekuensi silang antara pernah bekerja/tidak pada	
subjek dengan kepercayaan diri	55
Tabel 4.15. Distribusi frekuensi silang antara kepercayaan diri dengan	
kecemasan saat akan memasuki dunia kerja	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Skala kecemasan saat akan memasuki dunia kerja	72
2. Skala kepercayaan diri	74
3. <i>Coding</i> aitem	76
4. <i>Coding</i> aitem sahah	79
5. Hasil uji reliabilitas dan validitas dengan <i>SPSS for Windows versi 11.00</i> ..	82
6. Hasil uji normalitas dengan <i>SPSS for Windows versi 11.00</i>	90
7. Hasil uji linearitas dengan <i>SPSS for Windows versi 11.00</i>	90
8. Hasil uji hipotesis dengan <i>SPSS for Windows versi 11.00</i>	91
9. Surat izin penyebaran angket dari Fakultas Psikologi Universitas	
Katolik Widya Mandala Surabaya	92
10. Surat keterangan telah diadakan penyebaran angket dari Dekan	
Fakultas Ekonomi Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	93

Indah Yani (2005). “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Saat Akan Memasuki Dunia Kerja pada Masa Dewasa Awal”.

Skripsi Sarjana Strata I. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal adalah memasuki dunia kerja. Tugas-tugas yang berkaitan dengan pekerjaan merupakan tugas yang sangat banyak, sangat penting, dan sangat sulit diatasi. Bahkan sekalipun orang tersebut telah mempunyai pengalaman kerja, mereka masih tetap harus melakukan penyesuaian diri terhadap peran-peran tersebut. Oleh karena itu seringkali saat akan memasuki dunia kerja disertai dengan kecemasan. Dalam hal ini kepercayaan diri diperlukan sebagai salah satu faktor yang dapat mendorong dan memberikan keberanian bagi individu untuk memasuki dunia kerja dengan baik dan berhasil. Kepercayaan diri yang rendah mungkin akan memicu timbulnya kecemasan saat akan memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan saat akan memasuki dunia kerja pada masa dewasa awal.

Subjek penelitian (N=30) adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Wijaya Kusuma yang diwisuda tanggal 19 Pebruari 2005, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 23-30 tahun, belum bekerja, dan berorientasi pada kerja setelah lulus. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive quota sampling*, sedangkan metode pengumpulan data menggunakan metode angket dan skala. Metode angket untuk mengetahui identitas diri subjek, sedangkan metode skala untuk mengukur kepercayaan diri dan kecemasan saat akan memasuki dunia kerja pada masa dewasa awal.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik parametrik, yaitu korelasi *product moment*. Dari hasil analisis diperoleh koefisien korelasi sebesar $-0,586$ dengan $p < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan saat akan memasuki dunia kerja. Semakin tinggi kepercayaan diri, maka kecemasan saat akan memasuki dunia kerja semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Secara deskriptif diperoleh hasil bahwa sebagian besar subjek memiliki kepercayaan diri yang tergolong tinggi (53,33%) dan sedang (36,67%), sedangkan kecemasan saat akan memasuki dunia kerja sebagian besar tergolong sedang (40%) dan rendah (40%). Sumbangan variabel kepercayaan diri terhadap kecemasan saat akan memasuki dunia kerja sebesar 34,34%.

Kata kunci:

Kecemasan, dunia kerja, kepercayaan diri.