

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN**  
**AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA**  
**YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa untuk  
Memenuhi Sebagai Syarat-syarat Guna Menyusun Skripsi S1 dalam Bidang  
Psikologi



Oleh :

Kokoh Noviyansyah

2017011117

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA**  
**YOGYAKARTA**

**2021**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN  
AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA  
YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa**

**Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat**

**Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA  
YOGYAKARTA**

**2021**

# HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN AKADEMIK

MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS

SARJANAWIYATA TAMANSISWA YOGYAKARTA

Diajukan Oleh :

Kokoh Noviyansyah

NIM : 2017011117

Telah Disahkan Oleh:

Fakultas Psikologi

Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa



Ketua Prodi Psikologi

(Hartonojono, SE., S.Psi., M.Si)

27 OCT 2021

Pembimbing Utama,

(Dr. Berliana Henu Cahyani, S.Psi., M.Psi)

27 OCT 2021

Pembimbing Pendamping,

(Rini Eka Sari, S.Psi., M.A)

27 OCT 2021

## HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universtas Sarjanawiyata Tamansiswa  
Untuk Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh S1 Psikologi

Pada Tanggal

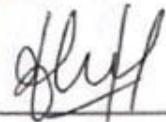
27 OKT 2021

### DEWAN PENGUJI

1. Penguji I : Haniek Farida, S.Psi., M.Si



2. Penguji II : Dr. Berliana Henu Cahyani, S.Psi., M.Psi

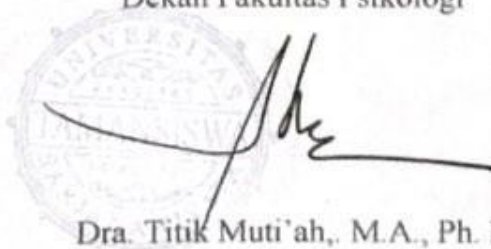


3. Penguji III : Rini Eka Sari, S.Psi., M.A



Yogyakarta, 27 Oktober 2021

Dekan Fakultas Psikologi

  
Dra. Titik Muti'ah, M.A., Ph. D



## PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Kokoh Noviyansyah

NIM : 2017011117

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Efikasi Diri Dengan kecemasan Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa ditemukan bukti secara menyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.

Yogyakarta, 27 Oktober 2021

Yang menyatakan



Kokoh Noviyansyah

## MOTTO

**“Jika kamu tidak sanggup menahan lelahnya belajar, maka kamu harus sanggup menahan perihnya kebodohan”**

(Imam Syafi’i)

**“Setiap orang mempunyai kapasitas dan keinginan untuk mengembangkan potensinya dan memang begitulah seharusnya.... Aku percaya bahwa setiap orang bisa berubah dan perubahan itu akan terus terjadi sepanjang hidupnya.”**

(Karen Horney)

***“Time to thanks yourself, you’re not that person anymore”***

(Kokoh Noviyansyah)

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN  
AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA  
YOGYAKARTA**

**Kokoh Noviyansyah  
Berliana Henu Cahyani  
Rini Eka Sari**

**Fakultas Psikologi Universita Sarjanawiyata Tamansiswa**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan akademik pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara efikasi diri terhadap kecemasan akademik mahasiswa program studi psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif program studi psikologi universitas sarjanawiyata tamansiswa. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 107 mahasiswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala *likert* dan skala *summated rating*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment* dengan bantuan program IBM SPSS statistic 20 (*Statistical Package for Social Science's Version 20 for Windows*). Analisis data pada penelitian ini menghasilkan  $(r) = 0.201$  dengan taraf signifikan 0.038 ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan kecemasan akademik, berdasarkan koefisien korelasi tersebut menunjukkan arah yang berlawanan dengan hipotesis yang diajukan, artinya hipotesis pada penelitian ini ditolak.

**Kata Kunci :** Efikasi Diri, Kecemasan Akademik, Mahasiswa.

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND ACADEMIC ANXIETY OF PSYCHOLOGICAL PROGRAM STUDENTS AT SARJANAWIYATA TAMANSISWA YOGYAKARTA UNIVERSITY**

**Kokoh Noviyansyah  
Berliana Henu Cahyani  
Rini Eka Sari**

**Faculty of Psychology University of Sarjanawiyata Tamansiswa**

## **ABSTRACT**

This study aims to empirically examine the relationship between self-efficacy and academic anxiety in psychology students at the sarjanawiyata tamansiswa University Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between self-efficacy and academic anxiety of students in the psychology study program at the University of Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. The research subjects in this study were active students of the psychology study program at Sarjanawiyata Tamansiswa University. The number of subjects in this study were 107 students. Data collection methods used are Likert scale and summated rating scale. The data analysis method used in this research is product moment correlation analysis with the help of the IBM SPSS statistic 20 program (Statistical Package for Social Science's Version 20 for Windows). Data analysis in this study resulted in  $(r) = 0.201$  with a significant level of 0.038 ( $p < 0.05$ ) which means that there is a positive relationship between self-efficacy and academic anxiety, based on the correlation coefficient, it shows the opposite direction to the proposed hypothesis, meaning that the hypothesis in this study rejected.

**Keywords:** Academic Anxiety, Self-Efficacy, Students.



## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmannirahim*

Teriring ucapan rasa syukur yang mendalam, saya mempersembahkan sebuah karya ilmiah ini kepada:

Allah S.W.T beserta Rasulullah Muhammad S.A.W atas segala limpahan rahmat-Nya

Bapak Is'ad dan Ibu Piyayanti Mala Terimakasih untuk semua do'a, semangatnya, kasih sayang dan pengorbanan selama ini untukku.

Adik Lia Mareta, dan Adik Kiki Rizki amanda Terimakasih untuk semua do'a, semangat, dan segala bantuan yang selama ini diberikan.

Terimakasih atas dukungannya selama berproses meniti Pendidikan, terimakasih atas kasih sayang, do'a dan dukungan yang besar sehingga saya bisa sampai di titik ini.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan yang maha Esa, yang telah melimpahkan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis dengan judul “Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta “.

Skripsi ini tidak akan mampu penulis selesaikan dengan baik tanpa dukungan, bimbingan, bantuan, saran serta usulan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Nyi. Dra. Titik Muti'ah,. M.A., Ph. D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta.
2. Ki. Hartosujono, SE., S.Psi., M.Si., selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta.
3. Nyi. Dr. Berliana Henu Cahyani. S.Psi., M.Si, selaku Dosen Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta dan Dosen Pembimbing Akademik serta sebagai Dosen Pembimbing Utama. Terimakasih untuk segala waktu, bimbingan serta kesabaran dalam membimbing saya sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Nyi. Rini Eka Sari, S.Psi., M.A., selaku Dosen Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta dan Dosen Pembimbing Pendamping. Terimakasih atas segala waktu dan kesabaran dalam membimbing saya sehingga mampu menyelesaikan skripsi tanpa kendala yang berarti.

5. Nyi. Haniek Farida, S.Psi., M.Si, selaku penguji dan Dosen Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. Terimakasih atas segala waktu dukungan, saran, serta masukan yang telah diberikan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi dengan baik.
6. Pamong Fakultas Psikologi yang telah membagi ilmu dan telah banyak membantu penulis selama mengikuti pendidikan di Fakultas Psikologi Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta.
7. Seluruh *Staff* Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan kepada saya selama ini.
8. Teman-teman *Difour Coffee House*, Tama, William, Combo, Bebe, Bayu, Evani, Okta, Vino terima kasih atas bantuan dan dukungannya yang sangat berarti bagi penulis sehingga saya dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
9. Teman-teman MABES, Serly, Diandra, Arizka, Kokoh, Beny, Nopri, Aziz, Wilis dan Firdos yang selalu membantu, mensupport, berbagi keceriaan dan melewati suka maupun duka selama kuliah. Saya sangat bersyukur dapat mengenal dan memiliki banyak kenangan bersama kalian.
10. Teman-teman Angkatan 2017 yang selalu membantu, berbagi keceriaan setiap suka maupun duka selama kuliah, terimakasih banyak. Bersyukur dapat mengenal dan punya kenangan manis bersama kalian.
11. Saudara-saudaraku, lia mareta, kiki rizki amanda, kharisma dwi saputra yang sudah banyak membantu saya selama kuliah. Terima kasih sudah banyak

membantu dan memberikan banyak pengetahuan sehingga saya dapat menyelesaikan perkuliahan ini.

12. Seluruh pihak yang membantu dalam penulisan karya ilmiah ini dan tidak dapat disebutkan satu per satu.

*13. Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no day off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all the time.*

Demikian karya tulis ini saya buat, semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan yang nantinya akan mendapatkan balasan dari Tuhan yang Maha Esa. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak.

Yogyakarta, 27 Oktober 2021

Penulis

Kokoh Noviyansyah

## DAFTAR ISI

|  | Halaman     |
|--|-------------|
| <b>JUDUL .....</b>   | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING .....</b>                               | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI .....</b>                                  | <b>iii</b>  |
| <b>PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>                                   | <b>iv</b>   |
| <b>MOTTO .....</b>   | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>vii</b>  |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>   | <b>viii</b> |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>   | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>  | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>   | <b>xv</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>  | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....  | 1           |
| B. Batasan Masalah Penelitian .....                                      | 5           |
| C. Rumusan Masalah.....  | 5           |
| D. Tujuan Penelitian .....   | 6           |
| E. Manfaat Penelitian .....  | 6           |
| F. Keaslian Penelitian.....  | 7           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                                      | <b>10</b>   |
| A. Kecemasan Akademik .....  | 10          |
| 1. Pengertian Kecemasan Akademik.....                                    | 10          |
| 2. Aspek-Aspek Kecemasan Akademik .....                                  | 11          |
| 3. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Akademik .....               | 12          |
| B. Efikasi Diri.....   | 13          |
| 1. Pengertian Efikasi Diri .....   | 13          |
| 2. Aspek-Aspek Efikasi Diri .....  | 14          |
| 3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri.....                    | 15          |
| C. Dinamika Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Akademik ..... | 17          |
| D. Hipotesis .....   | 20          |



|  |           |
|--|-----------|
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>         | <b>21</b> |
| A. Identitas Variabel Penelitian .....             | 21        |
| B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....   | 21        |
| C. Subjek Penelitian .....                         | 22        |
| D. Metode Pengumpulan Data.....                    | 22        |
| 1. Skala Kecemasan Akademik .....                  | 22        |
| 2. Skala Efikasi Diri .....                        | 24        |
| E. Validasi dan Reliabilitas .....                 | 26        |
| 1. Validasi Penelitian.....                        | 26        |
| 2. Reliabilitas.....                               | 26        |
| F. Metode Analisis Data.....                       | 27        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>28</b> |
| A. Pelaksanaan Penelitian.....                     | 28        |
| 1. Orientasi Kancan .....                          | 28        |
| 2. Persiapan penelitian.....                       | 29        |
| B. Hasil Penelitian .....                          | 36        |
| 1. Deskripsi Subjek .....                          | 36        |
| 2. Dekripsi data penelitian.....                   | 36        |
| 3. Uji asumsi.....                                 | 38        |
| 4. Uji hipotesis.....                              | 39        |
| C. Pembahasan.....                                 | 40        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                         | <b>44</b> |
| A. Kesimpulan .....                                | 44        |
| B. Saran .....                                     | 44        |
| 1. Bagi subjek penelitian .....                    | 44        |
| 2. Bagi peneliti selanjutnya .....                 | 45        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                        | <b>46</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                               | <b>48</b> |

## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 1 : Skoring Skala Kecemasan Akademik .....                          | 23      |
| Tabel 2 : <i>Blue Print</i> Perbobotan Skala Kecemasan Akademik.....      | 23      |
| Tabel 3 : Skoring Skala Kecemasan Akademik .....                          | 24      |
| Tabel 4 : Skoring Skala efikasi diri.....                                 | 25      |
| Tabel 5 : <i>Blue Print</i> Perbobotan Skala Efikasi Diri .....           | 25      |
| Tabel 6 : Skoring Skala Efikasi Diri .....                                | 25      |
| Tabel 7 : <i>Blue Print</i> Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Akademik ..... | 32      |
| Tabel 8 : <i>Blue Print</i> Bentuk Akhir Skala Kecemasan Akademik .....   | 32      |
| Tabel 9 : <i>Blue Print</i> Hasil Uji Coba Skala efikasi diri.....        | 34      |
| Tabel 10 : <i>Blue Print</i> Bentuk Akhir Skala Efikasi Diri .....        | 34      |
| Tabel 11 : Deskripsi Statistik Kecemasan Akademik Dan Efikasi Diri.....   | 36      |
| Tabel 12 : Rumus Kategorisasi .....                                       | 37      |
| Tabel 13 : Kategorisasi Kecemasan Akademik dan Efikasi Diri.....          | 37      |
| Tabel 14 : Hasil Uji Normalitas .....                                     | 39      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1 : Skala Uji Coba Kecemasan Akademik dan Efikasi Diri .....  | 48      |
| Lampiran 2 : Data Skala Kecemasan Akademik.....                        | 56      |
| Lampiran 3 : Data Skala Efikasi Diri .....                             | 62      |
| Lampiran 4 : Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Akademik.....          | 68      |
| Lampiran 5 : Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Efikasi Diri.....      | 72      |
| Lampiran 6 : Skala Penelitian Kecemasan Akademik Dan Efikasi Diri..... | 75      |
| Lampiran 7 : Tabel Data Induk Penelitian .....                         | 82      |
| Lampiran 8 : Hasil Analisis Data Penelitian .....                      | 86      |
| Lampiran 9 : Surat Ijin Penelitian .....                               | 90      |