

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI DUNIA KERJA BAGI KALANGAN
GENERASI Z**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Endifa Wahyu Tri Wira Budiani

192303020

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI DUNIA KERJA BAGI KALANGAN GENERASI Z**

Diajukan Oleh:
Endifa Wahyu Tri Wira Budiani
NPM. 192303020

Telah dipertahankan dan disahkan di depan Dewan Penguji dan dinyatakan sah
Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 28 Agustus 2023

Mengesahkan,

Ketua Penguji



Egi Prawita, S.Psi., M.A.

Pembimbing



Adi Heryadi, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji 1,



Putri Pusvitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji 2,



Adi Heryadi, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Plh. Ketua Program Studi Psikologi
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPP. 2018.13.0132

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Endifa Wahyu Tri Wira Budiani
NPM : 192303020
Program Studi : Psikologi (S-1)
Judul Skripsi : Hubungan Efikasi Diri dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Bagi Kalangan Generasi Z

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 28 Agustus 2023



Endifa Wahyu Tri Wira Budiani

PRAKATA

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahirabbil'amin. Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan tepat waktu dengan judul "Hubungan Efikasi Diri Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Bagi Kalangan Generasi Z".

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat kelulusan untuk mencapai gelar sarjana S1 (S.Psi.) di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Pada proses awal hingga akhir pelaksanaan penelitian skripsi ini tentunya tidak mudah serta membutuhkan usaha yang keras. Skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dan dukungan orang-orang yang berada di kehidupan saya, terima kasih ini saya sampaikan kepada:

1. Allah SWT dan segala hal kuasanya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan lancar
2. Ibu Prof. Dr.rer.nat.apr Triana Hertiani, S.Si., M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si., M.M., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Dian Juliarti Bantam, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
5. Bapak Adi Heryadi, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membantu memberikan saran, pendapat, serta dukungan dari proses awal hingga akhir penelitian.

6. Papa Budi Suroto & Mama Srie Rostini tersayang, selaku orang tua yang selalu memberikan segala hal yang saya inginkan serta dukungan dengan cinta dan kasih sayang tiada tara.
7. dr. Bodi Eko Febrianto & Suheni Khotimah Indriani S.Kep, selaku saudara kandung saya yang selalu memberikan support setiap saat.
8. Seluruh rekan program studi Psikologi Angkatan 2019 yang sudah bersama selama beberapa tahun ini dan saling memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi serta bisa lulus tahun ini bersama-sama.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang mendasar pada proposal penelitian ini. Oleh karena itu saya mengundang pembaca untuk memberikan saran serta kritik yang dapat membangun kami. Kritik konstruktif dari pembaca sangat kami harapkan untuk penyempurnaan skripsi/penelitian selanjutnya. Korespondensi dapat ditujukan kepada penulis lewat email endifawahyutriwira01@gmail.com. Akhir kata semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita sekalian.

Solo, 23 Agustus 2023



Endifa Wahyu Tri Wira Budiani

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Prakata	iv
Abstract	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Gambar	x
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
BAB I Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	6
1.3 Manfaat Penelitian.....	6
1.4 Keaslian Penelitian.....	8
BAB II Tinjauan Pustaka	13
2.1 Tinjauan Teoritis	13
2.2 Dinamika Psikologis	20
2.3 Hipotesis Penelitian/ Pertanyaan Penelitian.....	24
BAB III Metode Penelitian	26
3.1 Identifikasi Masalah.....	26
3.2 Definisi Operasional.....	26
3.3 Subjek Penelitian.....	27
3.4 Metode Pengumpulan Data	28

3.5 Metode Analisis Data.....	31
3.6 Kredibilitas.....	32
3.7 Rancangan Penelitian.....	34
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	37
4.1 Orientasi Kanchah dan Persiapan.....	37
4.2 Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	45
4.3 Hasil Penelitian	46
4.4 Pembahasan.....	51
BAB V PENUTUP.....	56
5.1 Kesimpulan.....	56
5.2 Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	64

PERPUSTAKAAN
 UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
 YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka berpikir hubungan efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi kalangan generasi Z	24
---	----

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variasi penilaian kuisisioner.....	29
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja sebelum try out	30
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Efikasi Diri sebelum try out	31
Tabel 4 1. Blueprint Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja setelah try out.....	44
Tabel 4 2 . Blueprint Skala Efikasi Diri setelah try out	45
Tabel 4 3. Deskripsi Data Penelitian	47
Tabel 4 4. Rumus Norma Kategorisasi	47
Tabel 4 5. Kategorisasi Data penelitian Tiap Variabel	48
Tabel 4 6. Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel.....	48
Tabel 4 9. Pedoman interval koefisien korelasi	50
Tabel 4 10. Hasil Uji Rank Spearman.....	50
Tabel 4 11. Hasil Uji Determinasi.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja.....	66
Lampiran 2. Skala Efikasi Diri.....	69
Lampiran 3. Validitas Isi Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja ...	72
Lampiran 4. Validitas Isi Skala Efikasi Diri	75
Lampiran 5. Petunjuk Pengisian Skala.....	78
Lampiran 6. Pernyataan Dan Identitas Responden	80
Lampiran 7. Pengambilan Data Try Out Skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	82
Lampiran 8. Pengambilan Data Try Out Skala Efikasi Diri	85
Lampiran 9. Uji Reliabilitas Tahap I Skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	88
Lampiran 10. Uji Reliabilitas Tahap II Skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja	91
Lampiran 11. Uji Reliabilitas Tahap I Skala Efikasi Diri	93
Lampiran 12. Uji Reliabilitas Tahap II Skala Efikasi Diri.....	95
Lampiran 13. Skala Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja.....	97
Lampiran 14. Skala Efikasi Diri Setelah Try Out	99
Lampiran 15. Petunjuk Pengisian Skala.....	101
Lampiran 16. Pernyataan Dan Identitas Responden	103
Lampiran 17. Lampiran Kategorisasi Responden	105
Lampiran 18. Hasil Uji Normalitas	115
Lampiran 19. Hasil Uji Linearitas SPSS	117
Lampiran 20. Hasil Uji Hipotesis SPSS.....	119