

KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA
DITINJAU DARI *HARDINESS*

SKRIPSI



Oleh:
SABRINA DIFA SEPTIANTY
10.40.0235

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2015

KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA

DITINJAU DARI *HARDINESS*

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memeroleh Derajat Sarjana Psikologi

Oleh :

SABRINA DIFA SEPTIANTY

10.40.0235



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2015

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna Memeroleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal
19 Juni 2015

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Dekan,



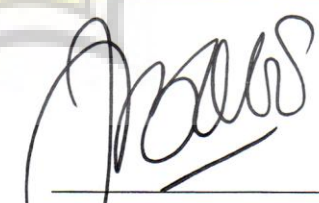
(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

Dewan Penguji :

1. Damasia Linggarjati Novi, S.Psi., MA



2. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS



3. Drs. HM. Edy Widiyatmadi, M.si



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada . . .



*Almamater Tercinta,
Almarhum Papa yang belum sempat melihat kesuksesanku,
Mama yang selalu ada untukku.
Serta kedua adikku.*

MOTTO

Jangan lihat ke belakang dalam kemarahan, atau ke depan dalam ketakutan, tapi lihat ke sekeliling dalam kesadaran.

~ James Thurber ~

Tanpa ambisi seseorang tak akan memulai apa-apa. Tanpa bekerja seseorang tak akan menyelesaikan apa-apa. Hadiah tak akan dikirim kepada Anda, Anda harus memenangkannya.

~ Ralph Waldo Emerson ~

Berbuat lebih banyak untuk dunia ketimbang dunia untuk Anda, itulah sukses.

~ Henry Ford ~

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari jasa, bantuan, nasihat, bimbingan, serta doa dari orang-orang yang selalu ada selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Damasia Linggarjati Novi, S.Psi., MA, selaku Dosen Pembimbing atas kesediaannya memberikan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
3. Damasia Linggarjati Novi, S.Psi., MA, selaku Dosen Wali yang telah memberikan masukan kepada penulis selama menempuh studi.
4. Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberi ijin penelitian.
5. Seluruh subjek atas kesediaan serta kerja samanya dalam membantu mengisi skala.
6. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
7. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.

8. Seluruh Staf Perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi yang dibutuhkan oleh penulis.
9. Keluarga yang penulis kasihi, Almarhum papa yang telah mempercayakan penulis untuk mengambil studi di almamater tercinta ini, Mama yang selalu mendoakan dan men-*support* penulis dalam segala hal, dan adik-adik yang selalu memberi keceriaan buat penulis.
10. Sahabat-sahabatku tersayang Silvy, Ken, Ika, Inta, Ima, Yessy, Rachel, Kries, terima kasih atas segala bantuan dan dukungannya.
11. Teman-teman angkatan 2010, terutama kelas D yang tidak sedikit *moment* yang telah kita habiskan bersama untuk berbagi canda, tawa, rasa, dan pengalaman hidup yang berharga.
12. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, penulis haturkan terima kasih.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari sempurna karena keterbatasan, kemampuan dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan penulis di masa yang akan datang. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Semarang, Juni 2015

Penulis

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja, demikian juga sebaliknya. Subjek dalam penelitian ini adalah 45 mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, yang telah lulus ujian skripsi dan sedang menunggu waktu wisuda, serta tidak memiliki pengalaman bekerja atau berwirausaha. Teknik samplingnya adalah *accidental sampling*. Skala yang digunakan adalah skala kecemasan menghadapi dunia kerja dan skala *hardiness*. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment*. Berdasarkan analisis data diperoleh nilai korelasi sebesar -0,589 dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,01$), artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja, demikian juga sebaliknya.

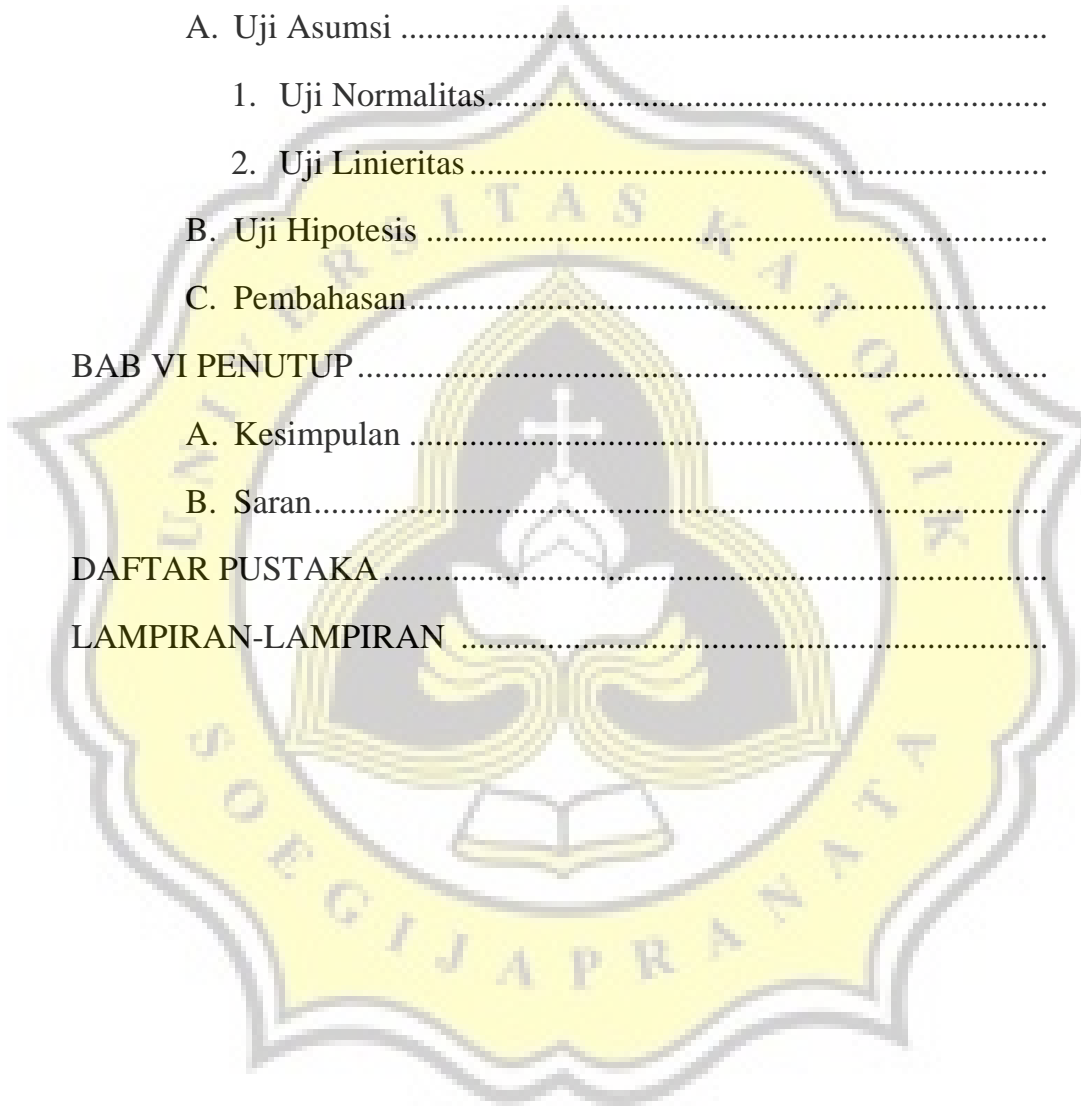
Kata kunci : kecemasan menghadapi dunia kerja, *hardiness*, mahasiswa

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Persembahan.....	iv
Halaman Motto	v
Ucapan Terima Kasih	vi
Abstraksi	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	11
C. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja.....	13
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	13
2. Gejala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	15
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecemasan.....	19
B. <i>Hardiness</i>	21
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	21
2. Aspek <i>Hardiness</i>	23

C. Hubungan antara <i>Hardiness</i> dengan Kecemasan	
Menghadapi Dunia Kerja	26
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
1. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	31
2. <i>Hardiness</i>	32
C. Subjek Penelitian.....	32
D. Metode Pengumpulan Data.....	33
1. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	34
2. Skala <i>Hardiness</i>	35
E. Uji Coba Alat Ukur	35
1. Uji Validitas Alat Ukur	35
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	36
F. Metode Analisis Data.....	36
BAB IV LAPORAN PENELITIAN.....	37
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	37
B. Persiapan Penelitian	38
1. Penyusunan Skala Penelitian	38
a. Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	38
b. Skala <i>Hardiness</i>	39
2. Tahap Perijinan Penelitian	40
3. Uji Coba Alat Ukur.....	41
a. Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan	

Menghadapi Dunia Kerja.....	42
b. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Hardiness</i>	43
C. Pelaksanaan Penelitian.....	45
BAB V HASIL PENELITIAN	47
A. Uji Asumsi	47
1. Uji Normalitas.....	47
2. Uji Linieritas.....	48
B. Uji Hipotesis	48
C. Pembahasan.....	49
BAB VI PENUTUP.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN-LAMPIRAN	57



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rancangan Jumlah Item Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	34
Tabel 2	Rancangan Jumlah Item Skala <i>Hardiness</i>	35
Tabel 3	Sebaran Nomor Item Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	39
Tabel 4	Sebaran Nomor Item Skala <i>Hardiness</i>	39
Tabel 5	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	42
Tabel 6	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Hardiness</i>	43
Tabel 7	Sebaran Nomor Item Baru Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	44
Tabel 8	Sebaran Nomor Item Baru Skala <i>Hardiness</i>	44

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	57
LAMPIRAN A SKALA <i>TRY OUT</i>	58
A-1 Skala <i>Try Out</i> Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	59
A-2 Skala <i>Try Out Hardiness</i>	62
LAMPIRAN B DATA <i>TRY OUT</i>	65
B-1 Data <i>Try Out</i> Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja..	66
B-2 Data <i>Try Out Hardiness</i>	69
LAMPIRAN C VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	72
C-1 Validitas dan Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	73
C-2 Validitas dan Reliabilitas <i>Hardiness</i>	79
LAMPIRAN D SKALA PENELITIAN.....	85
D-1 Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	86
D-2 Skala <i>Hardiness</i>	89
LAMPIRAN E DATA PENELITIAN.....	92
E-1 Data Penelitian Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	93
E-2 Data Penelitian <i>Hardiness</i>	96
LAMPIRAN F UJI ASUMSI	99
F-1 Uji Normalitas	100
F-2 Uji Linieritas	102
LAMPIRAN G ANALISIS DATA	104

LAMPIRAN H SURAT PENELITIAN	106
H-1 Surat Ijin Penelitian	107
H-2 Surat Bukti Penelitian.....	110
LAMPIRAN I PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	112

