

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
FRESH GRADUATE DI SURABAYA**

SKRIPSI



Disusun oleh:

**SHOFA KAMILA HUDAYANTI
NIM 20211770081**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2026**

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA**

FRESH GRADUATE DI SURABAYA

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Program Studi S-1 Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surabaya**



Disusun oleh:

SHOFA KAMILA HUDAYANTI

NIM 20211770081

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Shofa Kamila Hudayanti

NIM : 20211770081

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam

menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* di Surabaya

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya sendiri dan bukan jiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 11 Desember 2025



Shofa Kamila Hudayanti
NIM 20211770081

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
FRESH GRADUATE DI SURABAYA**

Usulan Penelitian Untuk Skripsi

Diajukan oleh :

Shofa Kamila Hudayanti

NIM 20211770081

Disetujui untuk dilanjutkan ke Skripsi

Surabaya, 11 Desember 2025

Dosen Pembimbing I


Ummi Masrufah M., S.Psi., M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
FRESH GRADUATE DI SURABAYA**

Usulan Penelitian Untuk Skripsi

Diajukan oleh :

Shofa Kamila Hidayanti

NIM 20211770081

Disetujui untuk dilanjutkan ke Skripsi

Surabaya, 11 Desember 2025

Dosen Pembimbing 2


Dzulkifli, S.Psi., M.Psi.

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
FRESH GRADUATE DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

Shofa Kamila Hidayanti

NIM 20211770081

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian
dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal, 11 Desember 2025

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Pi., M.Psi., Psikolog

Dewan Penguji

Ketua : Dr. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si., Psikolog

Anggota : Ummi Mashufah M, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota : Dzulkifli, S.Psi., M.Psi.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, hidayah, serta karunia-Nya yang tak terhingga. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membimbing umat manusia dari kegelapan menuju cahaya kebenaran. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada keluarga tercinta atas dukungan yang tiada henti, khususnya yang telah memberikan semangat kepada penulis hingga akhirnya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja pada *Fresh Graduate* di Surabaya”

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada *fresh graduate* di Surabaya. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan baik dari segi bahasa maupun penulisan. Skripsi ini diajukan dan disusun dalam rangka memenuhi tugas akhir S-1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Demikian pengantar yang disampaikan, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semuanya.

Surabaya, 11 Desember 2025

Penulis

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA *FRESH GRADUATE* DI SURABAYA

Shofa Kamila Hidayanti
Universitas Muhammadiyah Surabaya
Email: shofatugas@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja berhubungan dengan kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu, terutama pada *fresh graduate* yang akan memasuki dunia kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dan kepercayaan diri di Surabaya. Populasi penelitian ini berjumlah 149 orang, dengan sampel dihitung menggunakan rumus Slovin, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria (1) *fresh graduate* (2) lulusan universitas yang ada di Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif signifikan (-0,881) antara kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dan kepercayaan diri, artinya semakin tinggi tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, semakin rendah tingkat kepercayaan diri.

Kata kunci: kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, kepercayaan diri

THE RELATIONSHIP BETWEEN BOREDOM PRONENESS AND PHUBBING BEHAVIOR IN COLLEGE STUDENTS IN SURABAYA

*Shofa Kamila Hudayanti
Universitas Muhammadiyah Surabaya
Email : shofatugas@gmail.com*

ABSTRACT

An anxiety about facing the world of work is related to the confidence possessed by individuals, especially in fresh graduates who can enter the world of work. This research aimed to find out the relationship between anxiety about facing the world of work and self-confidence in Surabaya. The population of this research was 149 people, with the sample calculated using the Slovin formula, the researcher used the purposive sampling technique with the criteria (1) fresh graduate (2) university in Surabaya. The results showed that a significant negative correlation (-0.881) between anxiety about the world of work and self-confidence, meaning that the higher the level of anxiety about the world of work, the lower the level of self-confidence.

Keywords: anxiety about entering the workforce, self-confidence

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoretis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Fresh Graduate</i>	7
1. Definisi <i>Fresh Graduate</i>	7
B. Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja.....	7
1. Definisi Kecemasan.....	7
2. Definisi Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja.....	8
3. Dinamika Kecemasan.....	9
4. Faktor-Faktor yang memengaruhi Kecemasan.....	12
5. Faktor-Faktor yang memengaruhi Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	14
6. Aspek-Aspek Kecemasan.....	14
C. Kepercayaan Diri.....	16
1. Definisi Kepercayaan Diri	16

2. Faktor-Faktor yang memengaruhi Kepercayaan Diri	17
3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	20
D. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja pada <i>Fresh Graduate</i> di Surabaya	21
E. Kerangka Konseptual	27
F. Hipotesis	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian	28
1. Variabel Dependen (Variabel Terikat/Y)	28
2. Variabel Independen (Variabel Bebas/X)	29
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
1. Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	29
2. Kepercayaan Diri	29
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	30
1. Populasi	30
2. Sampel	30
3. Teknik Pengambilan Sampel	31
E. Teknik Pengumpulan Data	32
1. Skala Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	33
2. Skala Kepercayaan Diri	34
F. Validitas dan Reliabilitas	35
1. Validitas	35
2. Reliabilitas	35
G. Teknik Analisa Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	37
A. Pelaksanaan Penelitian	37
1. Gambaran Umum Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian	37
2. Gambaran Umum Subjek Penelitian	37
B. Hasil Penelitian	39
1. Daya Diskriminasi Aitem	39

2. Uji Reliabilitas.....	42
3. Hasil Uji Asumsi.....	44
4. Uji Hipotesis.....	46
C. Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	27
--------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pilihan jawaban kuesioner dengan nilai skala Likert.....	32
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	33
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Kepercayaan Diri	34
Tabel 4.1 Karakteristik Jenis Kelamin	38
Tabel 4.2 Karakteristik Usia	38
Tabel 4.3 Karakteristik Tahun Lulus	39
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	40
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri.....	41
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	43
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri	43
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Data	44
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Data.....	46
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Pengambilan Data (Kuesioner <i>Google Form</i>).....	58
Lampiran 2 Data Kepercayaan Diri	77
Lampiran 3 Data Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	77
Lampiran 4 Tabulasi Data Kepercayaan Diri.....	80
Lampiran 5 Tabulasi Data Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja	87
Lampiran 6 Hasil Validitas dan Reliabilitas Kepercayaan Diri.....	91
Lampiran 7 Hasil Validitas dan Reliabilitas Kecemasan dalam menghadapi Dunia Kerja.....	93
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas	95
Lampiran 9 Hasil Uji Linearitas.....	96
Lampiran 10 Hasil Uji Korelasi Pearson	97
Lampiran 11 Surat Keterangan Hasil Uji Plagiasi	98
Lampiran 12 Surat Bebas Pinjam	103
Lampiran 13 <i>Endorsement Letter</i>	104
Lampiran 14 Surat Bebas Plagiasi	105