



LAMPIRAN



Lampiran 1: Hasil Wawancara Guru BK

HASIL WAWANCARA GURU BK

Peneliti merancang sejumlah pertanyaan sebagai panduan wawancara yang akan dilaksanakan dengan guru sebagai informan untuk memperoleh data relevan yang akan digunakan untuk memperoleh populasi dan sampel sesuai dengan permasalahan penelitian. Hasil wawancara yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Identitas Informan:

Nama : D.A

Jabatan : Guru Bimbingan dan Konseling

Sekolah : SMP Negeri 35 Medan

Hasil Wawancara:

Peneliti: Selamat pagi, Ibu D. Terima kasih sudah bersedia meluangkan waktu untuk wawancara hari ini. Saya ingin menanyakan sedikit mengenai kondisi siswa yang mungkin menunjukkan tanda-tanda kecemasan akademik. Berdasarkan pengamatan Ibu, apakah ada siswa yang terlihat mengalami hal tersebut?

Guru BK: Selamat pagi. Ya, dari hasil observasi yang saya lakukan dan dari laporan beberapa guru mata pelajaran, memang ada beberapa siswa yang menunjukkan tanda-tanda kecemasan akademik yang cukup tinggi. Hal ini terlihat dari perilaku mereka yang sering tampak gugup, terutama saat diminta untuk mempresentasikan tugas di depan kelas.

Peneliti: Apakah kecemasan itu juga terlihat dalam bentuk lain, misalnya saat mereka mengerjakan tugas atau berinteraksi dalam kegiatan belajar?

Guru BK: Benar. Selain rasa gugup, sebagian siswa juga tampak kurang percaya diri dengan kemampuan mereka sendiri. Misalnya, ketika diberikan tugas yang membutuhkan pemahaman mendalam, mereka sering kali mengeluh atau merasa tidak yakin bisa menyelesaikannya dengan baik.

Peneliti: Bagaimana dengan kemampuan konsentrasi mereka selama proses pembelajaran berlangsung, Bu?

Guru BK: Dari pengamatan saya, siswa yang mengalami kecemasan biasanya sulit untuk fokus. Mereka tampak mudah terdistraksi, sulit berkonsentrasi, dan terkadang tidak bisa mengikuti penjelasan guru dengan baik karena pikirannya terpecah antara rasa cemas dan takut gagal.

Peneliti: Apakah hal tersebut berpengaruh terhadap keyakinan mereka terhadap kemampuan akademik?

Guru BK: Sangat berpengaruh. Kecemasan yang mereka rasakan sering kali membuat mereka ragu terhadap kemampuan diri sendiri. Jadi, walaupun sebenarnya mereka mampu, rasa takut gagal itu justru membuat mereka tidak maksimal dalam berusaha. Ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara keyakinan diri (self-efficacy) dengan kecemasan akademik yang mereka alami.

Peneliti: Saya mengerti, Bu. Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa memang masih mengalami kesulitan dalam mengelola rasa cemasnya, terutama dalam konteks akademik?

Guru BK: Betul sekali. Mereka masih membutuhkan pendampingan agar dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan mengendalikan kecemasan tersebut, supaya hasil belajar mereka bisa lebih optimal.

Peneliti: Baik, terima kasih banyak atas penjelasan Ibu. Informasi ini sangat membantu untuk memahami kondisi siswa secara lebih mendalam.

Guru BK: Sama-sama, semoga hasil penelitian ini bisa bermanfaat juga bagi kami di sekolah dalam memberikan bimbingan yang lebih tepat kepada siswa.



Lampiran 2: Pedoman Wawancara Siswa

PEDOMAN WAWANCARA

Peneliti merancang sejumlah pertanyaan sebagai panduan wawancara yang akan dilaksanakan dengan siswa sebagai informan untuk memperoleh data yang akan digunakan untuk memperoleh populasi dan sampel sesuai dengan permasalahan penelitian.. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan adalah sebagai berikut:

Identitas

Nama (Inisial) :

Kelas :

Tanggal Wawancara :

Pertanyaan Penelitian:

1. Bagaimana perasaan kamu saat menghadapi ujian atau tugas penting di sekolah?
2. Apakah kamu sering merasa gugup atau takut saat diminta tampil di depan kelas?
3. Apa yang biasanya kamu pikirkan ketika menghadapi tugas atau soal yang sulit?
4. Apakah kamu merasa yakin dengan kemampuanmu sendiri dalam belajar?
5. Apakah kamu sering merasa jantung berdebar, berkeringat, atau sulit tidur saat akan ujian?
6. Bagaimana kamu menyikapi rasa takut gagal dalam pelajaran atau ujian?

7. Apakah kamu pernah menunda mengerjakan tugas karena merasa cemas atau takut hasilnya buruk?
8. Bagaimana pengaruh rasa cemas terhadap konsentrasimu saat belajar di kelas?
9. Apa yang biasanya kamu lakukan untuk menenangkan diri ketika merasa cemas tentang pelajaran?

Menurut kamu, apa yang bisa dilakukan guru atau sekolah agar kamu merasa lebih tenang dan percaya diri saat belajar?



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 3: Pedoman Observasi

PEDOMAN OBSERVASI

Dalam pengamatan (observasi) yang dilakukan adalah mengamati pola perilaku kecemasan akademik siswa di SMP Negeri 35 Medan meliputi:

Identitas

Nama (Inisial) :

Kelas :

Tanggal Observasi :

A. Tujuan:

Untuk mengamati perilaku siswa yang mengindikasikan adanya kecemasan akademik selama mengikuti kegiatan pembelajaran atau menghadapi situasi kecemasan akademik (misalnya ulangan, presentasi, atau tugas).

B. Aspek yang diamati

Pedoman Observasi Kecemasan Akademik Siswa

Petunjuk: Berikan tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan kondisi siswa selama proses pembelajaran atau saat menghadapi tugas/ujian.

No.	Aspek	Indikator yang Diamati	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Mood	Siswa tampak khawatir atau tegang saat mengikuti pembelajaran/tugas.			
2.	Kognitif	Siswa sulit berkonsentrasi atau ragu saat menjawab pertanyaan.			

3.	Somatik	Siswa menunjukkan gejala fisik seperti berkeringat, gemetar, atau mengeluh sakit perut.			
4.	motorik	Siswa tampak gelisah, menggoyangkan kaki/tangan, atau memainkan alat tulis.			

Lampiran 4: Skala Self-Efficacy Sebelum Uji Coba

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

SELF-EFFICACY

Nama :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Angket

Terima kasih atas kesediaan Anda untuk mengisi angket ini. Tujuan dari angket ini adalah untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat *Self-Efficacy* Anda yang akan digunakan dalam penelitian. Tidak ada jawaban benar atau salah, jadi mohon isi sesuai dengan keadaan atau pendapat Anda.

Pada setiap pernyataan, pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi atau pendapat Anda dengan memberikan tanda (✓) pada kolom yang tersedia. Skala penilaian yang digunakan adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Catatan Penting:

1. Jawaban anda akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.
2. Mohon pastikan semua pernyataan telah dijawab sebelum mengembalikan angket ini.

No.	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya diri dalam menghadapi berbagai jenis ujian di sekolah.				
2.	Saya yakin bahwa usaha keras akan membuat saya berhasil				
3.	Saya percaya dapat menyelesaikan tugas sekolah meskipun sulit.				
4.	Saya merasa tidak percaya diri karena pernah gagal sebelumnya.				
5.	Saya yakin dapat beradaptasi dengan berbagai gaya mengajar guru.				
6.	Saya yakin bisa memahami materi yang sulit jika berusaha keras.				
7.	Saya mampu menghadapi tugas akademik dari berbagai mata pelajaran.				
8.	Saya tidak mudah menyerah saat menghadapi soal yang rumit.				
9.	Saya merasa yakin dapat meningkatkan kemampuan saya dengan latihan.				
10.	Saya yakin dapat bekerja sama dengan siapa pun dalam tugas kelompok.				
11.	Saya berusaha mencoba berbagai cara untuk menyelesaikan tugas sulit.				

12.	Saya tidak mudah kehilangan kepercayaan diri setelah mengalami kegagalan.				
13.	Saya tidak yakin bisa menguasai pelajaran yang awalnya tidak saya pahami.				
14.	Saya percaya bisa tetap berprestasi di bawah tekanan waktu.				
15.	Saya yakin kemampuan saya bisa berkembang dengan pengalaman.				
16.	Saya mampu tetap tenang saat menghadapi ujian yang menantang.				
17.	Saya tidak mampu mengatur diri ketika banyak tugas datang bersamaan				
18.	Saya tidak berani mengambil tanggung jawab dalam tugas yang sulit.				
19.	Saya merasa mampu mengendalikan perasaan takut saat menghadapi ujian.				
20.	Saya percaya diri menghadapi situasi belajar yang baru dan belum pernah saya alami				
21.	Saya tetap mencoba walau tugas memerlukan waktu lama untuk diselesaikan.				
22.	Saya yakin keputusan belajar saya adalah yang terbaik bagi diri saya.				

23.	Saya yakin dapat mempelajari topik baru walaupun terasa sulit.				
24.	Saya yakin dapat mengatasi kesulitan akademik meskipun tanpa bantuan orang lain				
25.	Saya tidak bersemangat belajar meskipun karena sebelumnya tidak memuaskan.				
26.	Saya mampu mencari solusi ketika menghadapi kendala dalam belajar.				
27.	Saya yakin diri saya mampu mencapai tujuan akademik jangka panjang.				
28.	Saya tidak yakin bisa berhasil dalam bidang pelajaran apa pun walaupun saya berusaha				
29.	Saya yakin kemampuan saya bisa berkembang dengan pengalaman.				
30.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang lebih tinggi dari kemampuan saya saat ini.				
31.	Saya yakin dengan kemampuan saya meskipun hasil belajar teman lebih baik				
32.	Saya percaya bisa mencapai tujuan akademik dalam situasi apa pun.				
33.	Saya yakin kemampuan saya tidak terbatas hanya pada satu bidang tertentu				

34.	Saya percaya kemampuan yang saya miliki dapat diterapkan pada berbagai situasi belajar (generality)				
35.	Saya tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam belajar (strength)				
36.	Saya percaya kemampuan yang saya miliki dapat diterapkan pada berbagai situasi belajar (generality)				
37.	Saya percaya mampu memahami materi yang dianggap sulit oleh sebagian besar teman saya. (magnitude)				
38.	Saya tetap percaya pada kemampuan diri meskipun pernah mengalami kegagalan akademik. (strength)				
39.	Saya tetap merasa mampu meskipun menghadapi jenis tugas akademik yang berbeda-beda.(generality)				
40.	Keyakinan saya terhadap kemampuan akademik tetap kuat meskipun menghadapi tekanan belajar. (stenght)				

Lampiran 5: Hasil Uji Coba Instrumen Self-efficacy

	SE 1	SE 2	SE 3	SE 4	SE 5	SE 6	SE 7	SE 8	SE 9	SE 10	SE 11	SE 12	SE 13	SE 14	SE 15	SE 16	SE 17	SE 18	SE 19	SE 20	SE 21	SE 22	SE 23	SE 24	SE 25	SE 26	SE 27	SE 28	SE 29	SE 30	SE 31	SE 32	SE 33	SE 34	SE 35	SE 36	SE 37	SE 38	SE 39	SE 40	
Res 1	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3
Res 2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1	4	1	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4
Res 3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4
Res 4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4
Res 5	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4
Res 6	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	1	4	3	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3
Res 7	3	4	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	1	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	
Res 8	3	4	3	1	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4
Res 9	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	
Res 10	4	3	3	1	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	1	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
Res 11	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	1	4	3	3	2	4	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	
Res 12	3	3	4	1	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	1	4	1	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3
Res 13	2	3	1	3	2	2	1	3	1	2	2	1	3	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	1	2	3	2	3	2	3	1	1	1	1	3	1	2	3	
Res 14	2	2	3	1	2	3	1	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	1	1	1	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	1	1	2	3	1	
Res 15	1	2	3	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	2	2	3	3	2	1	3	2	1	2	1	3	3	3	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	1	1	
Res 16	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	
Res 17	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	
Res 18	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	1	3	4	3	1	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	
Res 19	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	4	2	2	4	2	3	2	2	3	4	
Res 20	2	4	3	4	2	2	2	4	3	2	4	4	3	4	4	2	3	4	3	2	4	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	
Res 21	4	4	4	2	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	2	2	3	3	2	4	4	4	2	3	2	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	4	2	3	4	
Res 22	4	2	4	3	4	3	4	4	3	2	2	3	3	2	4	2	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	4	2	4	2	3	4	2	2	2	2	3	
Res 23	4	4	2	4	2	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3		2	4	2	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	2	2	3	3	4	
Res 24	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	4	4	2	4	3	3	4	2	4	4	2	4	2	4	3	4	2	3	2	3	4	3	2	3	4	
Res 25	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	1	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3
Res 26	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	1	4	3	4	2	4	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	
Res 27	3	3	3	1	3	4	4	4	3	4	4	3	1	3	3	4	2	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	
Res 28	3	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	3	1	3	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	1	3	1	2	2	1	3	1	
Res 29	3	3	2	3	3	3	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	3	2	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	1	3	1	1	3	
Res 30	2	3	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2	3	1	1
R Rating	0.643	0.593	0.588	0.437	0.657	0.562	0.812	0.608	0.869	0.754	0.824	0.806	0.201	0.755	0.564	0.548	-0.131	0.729	-0.166	0.575	0.802	0.823	0.697	0.812	0.806	0.716	0.633	0.671	0.523	0.670	0.597	0.553	0.579	0.534	0.794	0.622	0.560	0.689	0.705	0.826	
R Label	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	
Validitas	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Tidak Valid	Valid	Valid	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 6: Skala Self-efficacy Setelah Uji Coba

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

SELF-EFFICACY

Nama :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Angket

Terima kasih atas kesediaan Anda untuk mengisi angket ini. Tujuan dari angket ini adalah untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat *Self-Efficacy* Anda yang akan digunakan dalam penelitian. Tidak ada jawaban benar atau salah, jadi mohon isi sesuai dengan keadaan atau pendapat Anda.

Pada setiap pernyataan, pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi atau pendapat Anda dengan memberikan tanda (✓) pada kolom yang

tersedia. Skala penilaian yang digunakan adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Catatan Penting:

1. Jawaban anda akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.
2. Mohon pastikan semua pernyataan telah dijawab sebelum mengembalikan angket ini.

No .	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya diri dalam menghadapi berbagai jenis ujian di sekolah.				
2.	Saya yakin bahwa usaha keras akan membuat saya berhasil				
3.	Saya percaya dapat menyelesaikan tugas sekolah meskipun sulit.				
4.	Saya merasa tidak percaya diri karena pernah gagal sebelumnya.				
5.	Saya yakin dapat beradaptasi dengan berbagai gaya mengajar guru.				
6.	Saya yakin bisa memahami materi yang sulit jika berusaha keras.				
7.	Saya mampu menghadapi tugas akademik dari berbagai mata pelajaran.				
8.	Saya tidak mudah menyerah saat menghadapi soal yang rumit.				
9.	Saya merasa yakin dapat meningkatkan kemampuan saya dengan latihan.				

10.	Saya yakin dapat bekerja sama dengan siapa pun dalam tugas kelompok.				
11.	Saya berusaha mencoba berbagai cara untuk menyelesaikan tugas sulit.				
12.	Saya tidak mudah kehilangan kepercayaan diri setelah mengalami kegagalan.				
13.	Saya percaya bisa tetap berprestasi di bawah tekanan waktu.				
14.	Saya yakin kemampuan saya bisa berkembang dengan pengalaman.				
15.	Saya mampu tetap tenang saat menghadapi ujian yang menantang.				
16.	Saya tidak berani mengambil tanggung jawab dalam tugas yang sulit.				
17.	Saya percaya diri menghadapi situasi belajar yang baru dan belum pernah saya alami				
18.	Saya tetap mencoba walau tugas memerlukan waktu lama untuk diselesaikan.				

19.	Saya yakin keputusan belajar saya adalah yang terbaik bagi diri saya.				
20.	Saya yakin dapat mempelajari topik baru walaupun terasa sulit.				
21.	Saya yakin dapat mengatasi kesulitan akademik meskipun tanpa bantuan orang lain				
22.	Saya tidak bersemangat belajar meskipun karena sebelumnya tidak memuaskan.				
23.	Saya mampu mencari solusi ketika menghadapi kendala dalam belajar.				
24.	Saya yakin diri saya mampu mencapai tujuan akademik jangka panjang.				
25.	Saya tidak yakin bisa berhasil dalam bidang pelajaran apa pun walaupun saya berusaha				
26.	Saya yakin kemampuan saya bisa berkembang dengan pengalaman.				
27.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang lebih tinggi dari kemampuan saya saat ini.				

28.	Saya yakin dengan kemampuan saya meskipun hasil belajar teman lebih baik				
29.	Saya percaya bisa mencapai tujuan akademik dalam situasi apa pun.				
30.	Saya yakin kemampuan saya tidak terbatas hanya pada satu bidang tertentu				
31.	Saya percaya kemampuan yang saya miliki dapat diterapkan pada berbagai situasi belajar (generality)				
32.	Saya tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam belajar (strength)				
33.	Saya percaya kemampuan yang saya miliki dapat diterapkan pada berbagai situasi belajar (generality)				
34.	Saya percaya mampu memahami materi yang dianggap sulit oleh sebagian besar teman saya. (magnitude)				
35.	Saya tetap percaya pada kemampuan diri meskipun pernah mengalami kegagalan akademik. (strength)				

36.	Saya tetap merasa mampu meskipun menghadapi jenis tugas akademik yang berbeda-beda.(generality)				
37.	Keyakinan saya terhadap kemampuan akademik tetap kuat meskipun menghadapi tekanan belajar. (stenght)				



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 7: Hasil Instrumen Self-efficacy

NO ITEM INSTRUM SELF-EFFICACY																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
No	Responden	Kelas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	Total	KATEGORI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
1	Res 1	XI	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	107	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
2	Res 2	XI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	106	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
3	Res 3	XI	2	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	4	3	3	4	2	111	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
4	Res 4	XI	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
5	Res 5	XI	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	106	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
6	Res 6	XI	2	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	3	4	3	3	4	2	3	2	2	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	131	TINGGI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
7	Res 7	XI	3	2	1	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	77	RENDAH																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
8	Res 8	XI	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	95	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
9	Res 9	XI	4	4	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	75	RENDAH																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
10	Res 10	XI	2	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	4	2	2	4	1	3	2	1	2	1	1	1	2	2	75	RENDAH																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
11	Res 11	XI	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	98	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
12	Res 12	XI	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	85	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
13	Res 13	XI	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
14	Res 14	XI	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	118	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
15	Res 15	XI	2	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	121	TINGGI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
16	Res 16	XI	4	4	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	89	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
17	Res 17	XI	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	130	TINGGI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
18	Res 18	XI	3	3	3	2	4	3	1	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
19	Res 19	XI	2	3	3	2	2	4	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	117	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
20	Res 20	XI	4	1	2	2	1	4	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	99	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
21	Res 21	XI	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	98	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
22	Res 22	XI	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	23	TINGGI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
23	Res 23	XI	2	2	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	101	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
24	Res 24	XI	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	101	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
25	Res 25	XI	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	95	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
26	Res 26	XI	2	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	1	3	4	1	3	4	3	4	3	4	3	126	TINGGI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
27	Res 27	XI	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
28	Res 28	XI	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	92	SEDANG																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
29	Res 29	XI	4	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	62	RENDAH																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
30	Res 30	XI	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1</



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 8: Skala Kecemasan Sebelum Uji Coba**ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN****KECEMASAN AKADEMIK**

Nama :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Angket

Terima kasih atas kesediaan anda untuk mengisi angket ini. Tujuan dari angket ini adalah untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat kecemasan akademik anda yang akan digunakan dalam penelitian. Tidak ada jawaban benar atau salah, jadi mohon isi sesuai dengan keadaan atau pendapat Saya.

Pada setiap pernyataan, pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi atau pendapat anda dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia. Skala penilaian yang digunakan adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Catatan Penting:

1. Jawaban anda akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.
2. Mohon pastikan semua pernyataan telah dijawab sebelum mengembalikan angket ini.

No.	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tegang saat guru menjelaskan materi yang sulit.				
2.	Saya sering merasa cepat lelah saat belajar di bawah tekanan.				
3.	Saya sering merasa pesimis terhadap kemampuan akademik saya.				
4.	Saya cenderung menghindari situasi akademik yang membuat saya gugup.				
5.	Saya merasa dapat mengendalikan tubuh saya ketika menghadapi ujian				
6.	Saya mudah lupa terhadap materi yang sudah saya pelajari saat ujian.				
7.	Saya merasa deg-deg an menjelang hari ujian.				
8.	Saya sering merasa cemas ketika akan menghadapi ujian.				
9.	Saya kehilangan nafsu makan hingga mual saat sedang cemas memikirkan pelajaran.				

10.	Saya merasa sulit memahami pelajaran karena pikiran saya tidak fokus.				
11.	Saya sering meminta bantuan teman karena tidak yakin dengan kemampuan sendiri.				
12.	Saya merasa gugup setiap kali harus mempresentasikan tugas di depan kelas.				
13.	Saya mampu mengingat pelajaran sehingga optimis akan mendapatkan hasil maksimal.				
14.	Saya sering merasa cemas memikirkan penilaian dari guru				
15.	Saya merasakan ketegangan pada otot atau bahu ketika stres belajar.				
16.	Saya mudah marah atau kesal ketika ada gangguan saat saya belajar.				
17.	Saya merasa tertekan ketika ditanya tentang pelajaran yang belum saya pahami.				
18.	Saya lebih sering belajar berlebihan karena takut gagal.				

19.	Saya bingung memikirkan materi yang akan pelajari ketika menghadapi ujian.				
20.	Saya sering merasa pusing saat memikirkan tugas yang menumpuk.				
21.	Saya merasa tidak percaya diri ketika melihat teman lebih pandai.				
22.	Saya memilih tidak hadir ketika ada presentasi karena merasa tidak siap.				
23.	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar karena terlalu cemas.				
24.	Saya sering merasa sedih ketika hasil belajar saya tidak sesuai harapan.				
25.	Saya merasa tangan saya gemetar ketika menjawab pertanyaan guru				
26.	Saya sering menghindari guru atau dosen setelah nilai saya buruk				
27.	Saya mudah lupa sehingga berpikir bahwa saya akan gagal meskipun sudah belajar keras				

28.	Saya merasa jantung berdebar ketika menghadapi ujian atau presentasi.				
29.	Saya merasa gemetar dan lebih memilih diam di kelas karena takut menjawab pertanyaan dengan salah.				
30.	Saya sering mondar-mandir atau tidak bisa duduk diam menjelang ujian.				
31.	Saya sulit membuat keputusan dalam mengerjakan soal karena takut salah				
32.	Saya merasa nyaman saat mengerjakan ujian.				
33.	Saya mudah merasa takut dan tertekan saat menghadapi tuntutan akademik (mood)				
34.	Saya sering berpikir bahwa saya akan gagal dalam menyelesaikan tugas akademik (kognitif)				
35.	Jantung saya sering berdebar kencang ketika harus mengikuti ujian atau presentasi. (somatic)				

36.	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar karena terlalu memikirkan hasil nilai. (kognitif)				
37.	Saya menjadi sulit duduk dengan tenang ketika sedang mengerjakan ujian (motoric)				
38.	Saya sering merasa pusing atau mual saat menghadapi tugas akademik yang sulit (somatic)				
39.	Saya mudah merasa takut dan tertekan saat menghadapi tuntutan akademik.(mood)				
40.	Saya sering menggigit kuku atau menggerakkan anggota tubuh tanpa sadar saat merasa tertekan oleh tugas akademik (motoric)				

Lampiran 9: Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Akademik

No	KE_1	KE_2	KE_3	KE_4	KE_5	KE_6	KE_7	KE_8	KE_9	KE_10	KE_11	KE_12	KE_13	KE_14	KE_15	KE_16	KE_17	KE_18	KE_19	KE_20	KE_21	KE_22	KE_23	KE_24	KE_25	KE_26	KE_27	KE_28	KE_29	KE_30	KE_31	KE_32	KE_33	KE_34	KE_35	KE_36	KE_37	KE_38	KE_39	KE_40			
Res_1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	4	3		
Res_2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	4	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1		
Res_3	4	4	2	4	2	4	2	2	3	2	2	4	4	4	2	4	3	3	2	2	4	4	3	3	4	3	2	3	2	2	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4			
Res_4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	3	4	4			
Res_5	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3			
Res_6	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	4	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	2	4	2	4	2	3	2			
Res_7	3	3	3	2	4	3	2	2	2	4	2	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4		
Res_8	4	3	3	2	2	3	2	4	4	3	2	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	2	4	4	3	2	3	4			
Res_9	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2			
Res_10	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1		
Res_11	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2		
Res_12	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	4	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1		
Res_13	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2		
Res_14	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1		
Res_15	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2		
Res_16	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	
Res_17	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1		
Res_18	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2		
Res_19	4	4	2	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	4	4	2	2	2	2	3	3	4		
Res_20	3	4	4	2	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	4	2	4	2	4	3	3	3	2	2	4	3	4	2	4	2	4	2	3	3			
Res_21	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	2	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3		
Res_22	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	4	3	4	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3		
Res_23	4	2	2	2	2	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	4	4	2	3	2	4	3	4	4	4			
Res_24	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2			
Res_25	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1		
Res_26	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2		
Res_27	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2		
Res_28	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2			
Res_29	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2		
Res_30	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2		
R Hitung	0.785	0.834	0.855	0.759	0.731	0.794	0.754	0.746	0.847	0.787	0.842	0.778	0.677	0.772	0.795	0.742	0.806	0.757	0.645	0.813	0.753	0.569	0.684	0.743	0.781	0.773	0.685	0.747	0.786	0.693	0.725	0.582	0.634	0.746	0.799	0.830	0.781	0.856	0.589	0.605			
R Tabel	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361		
Validitas	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid

Lampiran 10: Skala Kecemasan Akademik Setelah Uji Coba

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

KECEMASAN AKADEMIK

Nama :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Angket

Terima kasih atas kesediaan anda untuk mengisi angket ini. Tujuan dari angket ini adalah untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat kecemasan akademik anda yang akan digunakan dalam penelitian. Tidak ada jawaban benar atau salah, jadi mohon isi sesuai dengan keadaan atau pendapat Saya.

Pada setiap pernyataan, pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi atau pendapat anda dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia. Skala penilaian yang digunakan adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Catatan Penting:

1. Jawaban anda akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.
2. Mohon pastikan semua pernyataan telah dijawab sebelum mengembalikan angket ini.

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tegang saat guru menjelaskan materi yang sulit.				
2.	Saya sering merasa cepat lelah saat belajar di bawah tekanan.				
3.	Saya sering merasa pesimis terhadap kemampuan akademik saya.				
4.	Saya cenderung menghindari situasi akademik yang membuat saya gugup.				
5.	Saya merasa dapat mengendalikan tubuh saya ketika menghadapi ujian				
6.	Saya mudah lupa terhadap materi yang sudah saya pelajari saat ujian.				
7.	Saya merasa deg-deg an menjelang hari ujian.				
8.	Saya sering merasa cemas ketika akan menghadapi ujian.				
9.	Saya kehilangan nafsu makan hingga mual saat sedang cemas memikirkan pelajaran.				
10.	Saya merasa sulit memahami pelajaran karena pikiran saya tidak fokus.				

11.	Saya sering meminta bantuan teman karena tidak yakin dengan kemampuan sendiri.				
12.	Saya merasa gugup setiap kali harus mempresentasikan tugas di depan kelas.				
13.	Saya mampu mengingat pelajaran sehingga optimis akan mendapatkan hasil maksimal.				
14.	Saya sering merasa cemas memikirkan penilaian dari guru				
15.	Saya merasakan ketegangan pada otot atau bahu ketika stres belajar.				
16.	Saya mudah marah atau kesal ketika ada gangguan saat saya belajar.				
17.	Saya merasa tertekan ketika ditanya tentang pelajaran yang belum saya pahami.				
18.	Saya lebih sering belajar berlebihan karena takut gagal.				
19.	Saya bingung memikirkan materi yang akan pelajari ketika menghadapi ujian.				

20.	Saya sering merasa pusing saat memikirkan tugas yang menumpuk.				
21.	Saya merasa tidak percaya diri ketika melihat teman lebih pandai.				
22.	Saya memilih tidak hadir ketika ada presentasi karena merasa tidak siap.				
23.	Saya cenderung untuk sulit berkonsentrasi saat belajar di kelas.				
24.	Saya sering merasa sedih ketika hasil belajar saya tidak sesuai harapan.				
25.	Saya merasa tangan saya gemetar ketika menjawab pertanyaan guru				
26.	Saya sering menghindari guru atau dosen setelah nilai saya buruk				
27.	Saya mudah lupa sehingga berpikir bahwa saya akan gagal meskipun sudah belajar keras				
28.	Saya merasa jantung berdebar ketika menghadapi ujian atau presentasi.				
29.	Saya merasa gemetar dan lebih memilih diam di kelas karena takut menjawab pertanyaan dengan salah.				
30.	Saya sering mondar-mandir atau tidak bisa duduk diam menjelang ujian.				

31.	Saya sulit membuat keputusan dalam mengerjakan soal karena takut salah				
32.	Saya merasa nyaman saat mengerjakan ujian.				
33.	Saya mudah merasa tertekan saat menghadapi tuntutan akademik (mood)				
34.	Saya sering berpikir bahwa saya akan gagal dalam menyelesaikan tugas akademik (kognitif)				
35.	Jantung saya sering berdebar kencang ketika harus mengikuti ujian atau presentasi. (somatic)				
36.	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar karena terlalu memikirkan hasil nilai. (kognitif)				
37.	Saya menjadi sulit duduk dengan tenang ketika sedang mengerjakan ujian (motoric)				
38.	Saya sering merasa pusing atau mual saat menghadapi tugas akademik yang sulit (somatic)				
39.	Saya mudah merasa takut dan tertekan saat menghadapi tuntutan akademik.(mood)				

40.	Saya sering menggigit kuku atau menggerakkan anggota tubuh tanpa sadar saat merasa tertekan oleh tugas akademik (motoric)				
-----	---	--	--	--	--



THE
Character Building
UNIVERSITY

[illegible]

Lampiran 12: Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.28651234
Most Extreme Differences	Absolute	.073
	Positive	.066
	Negative	-.073
Test Statistic		.073
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.240
	99% Confidence Interval	Lower Bound
		Upper Bound
		.229
		.251

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 13: Hasil Uji Linearitas

Report				ANOVA Table					
Total_KA	Mean	N	Std. Deviation		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
58.00	134.0000	1	.	Total_KA * Total_SE	34468.810	52	662.862	9.327	<.001
62.00	127.7500	4	5.67891		30999.095	1	30999.095	436.180	<.001
67.00	130.0000	1	.		3469.714	51	68.034	.957	.562
68.00	128.0000	1	.	Linearity					
69.00	100.0000	1	.	Deviation from Linearity					
71.00	127.0000	1	.	Within Groups	2984.917	42	71.069		
72.00	123.0000	1	.	Total	37453.726	94			
74.00	120.0000	1	.						
75.00	110.5000	2	14.84924						
76.00	120.0000	1	.						
77.00	108.5000	2	3.63553						
80.00	116.0000	1	.						
81.00	104.0000	1	.						
83.00	98.0000	1	.						
84.00	102.5000	2	6.36396						
85.00	102.3333	3	14.57166						
86.00	106.0000	1	.						
87.00	112.0000	1	.						
89.00	104.0000	3	.00000						
90.00	107.0000	2	15.55635						
91.00	105.0000	1	.						
92.00	101.0000	2	5.65685						
93.00	103.0000	1	.						
95.00	101.1667	6	10.77806						
96.00	100.0000	1	.						
97.00	102.0000	1	.						
98.00	94.5000	4	4.93288						
99.00	92.0000	3	9.53939						
100.00	90.6667	3	2.51661						
101.00	90.0000	3	7.81025						
103.00	84.6667	3	8.14453						
105.00	96.0000	1	.						
106.00	92.0000	3	5.29150						
107.00	93.0000	2	9.89949						
108.00	94.0000	1	.						
110.00	102.0000	1	.						
111.00	75.6667	3	7.50555						
117.00	86.0000	1	.						
118.00	71.0000	3	13.85641						
119.00	84.0000	1	.						
121.00	69.3333	3	2.88675						
123.00	76.5000	2	.70711						
126.00	75.0000	2	2.82843						
127.00	65.5000	2	10.60660						
128.00	58.5000	2	4.94975						
130.00	64.0000	2	.00000						
131.00	84.0000	1	.						
132.00	80.0000	1	.						
138.00	59.0000	1	.						
139.00	60.0000	1	.						
140.00	67.0000	1	.						
141.00	53.0000	1	.						
142.00	56.0000	1	.						
Total	93.5158	95	19.96106						

Case Processing Summary							
Included				Cases Excluded		Total	
N	Percent	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Total_KA * Total_SE	95	100.0%	0	0.0%		95	100.0%

Lampiran 14: Hasil Analisis Uji Korelasi *Product Moment*

Correlations

		Total_KA	Total_SE
Total_KA	Pearson Correlation	1	-.910**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	95	95
Total_SE	Pearson Correlation	-.910**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	95	95

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran 15: Dokumentasi

Lampiran 16: Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
Jalan Willem Iskandar, Par V Medan Estate - Kotak Pos 1589 Medan 20221
Telp. (061) 6613365, 6613276, 6618754 Fax: (061) 6614002 - 6613319
Laman: www.unimed.ac.id

Medan, 27 Januari 2026

Nomor : 0304/UN33.11/PP13026
 Lampiran : 1 (satu) berkas Proposal Penelitian
 Perihal : Izin Melaksanakan Penelitian

Yth. Pimpinan Kepala Sekolah SMP Negeri 35 Medan
 Jl. Willem Iskandar Psr.V, Bandar Selamat, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara
 di
 Tempat

Dengan hormat, kami memohon bantuan Saudara agar dapat memberikan izin melaksanakan Penelitian di instansi yang Saudara pimpin kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Grace Angela Sitanggang
 NIM : 1213151076
 Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING
 Dosen Pembimbing : Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd
 Judul Penelitian : Hubungan Self-Efficacy dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 35 Medan

Perlu diketahui bahwa kegiatan ini dilaksanakan untuk memperoleh data yang akan digunakan dalam penyusunan Skripsi mahasiswa tersebut guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.).

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terima kasih



a.n Delan
 Wakil Dekan Bidang Akademik

Silvia Maria Handayani S.Pd., M.Pd., Ph.D.
 NIP. 198601102008122002



THE
Character Building
 UNIVERSITY

dari 1

27/01/2026, 10:37

Lampiran 17: Surat Balasan Penelitian


DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN KOTA MEDAN
UPT SMP NEGERI 35 MEDAN
 Jalan Willem Iskandar Pasar V, Kel. Bandar Selamat, Kec. Medan Tembung
 Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, 20223

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 420/370

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : ROSMAYANI HARAHAP, S. Pd
 NIP : 197103012007012005
 Jabatan : Kepala UPT SMP Negeri 35 Medan

Menerangkan bahwa mahasiswa/i yang tersebut di bawah ini

NO	NAMA MAHASISWA	NIM	PRODI
1	CRACE ANGELA SITANGGANG	1213151076	BIMBINGAN DAN KONSELING

Adalah benar mahasiswa Universitas Negeri Medan (UNIMED) yang telah melaksanakan penelitian di UPT SMP Negeri 35 Medan dengan judul *"Hubungan Self-Efficacy dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 35 Medan"*. Demikian Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya.

Medan, 08 April 2026
 Kepala Sekolah

 ROSMAYANI HARAHAP, S. Pd
 NIP. 197103012007012005

THE
Character Building
 UNIVERSITY

RIWAYAT HIDUP

Grace Angela Sitanggang, Lahir di Medan, 03 Februari 2003. Penulis merupakan anak tunggal dari bapak Rikson Sitanggang dan Ibu Olga Lumbanbatu. Penulis menempuh pendidikan SD dan SMP di Budi Murni-1 Medan tahun 2008-2017, kemudian melanjutkan pendidikan tingkat SMA di SMA Negeri 3 Medan tahun 2017-2020. Pada Tahun 2020 penulis sempat menjalani perkuliahan selama 1 tahun di Universitas HKBP Nomensen Jurusan Psikologi. Kemudian pada tahun 2021 penulis mencoba kembali penerimaan mahasiswa baru jalur SBMPTN dan dinyatakan lulus di Universitas Negeri Medan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Dengan ketekukan, motivasi tinggi untuk terus berusaha dan belajar penulis berhasil menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Semoga dengan penulisan tugas akhir ini skripsi ini mampu memberikan kontribusi positif bagi dunia pendidikan. Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar- besarnya Tuhan Yang Maha esa atas terselesaikannya skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 35 Medan”**.

