

Ovie Vidiyah P. A. (2002). “Hubungan antara Frekuensi Keikutsertaan *Tryout* dan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi SPMB”. Skripsi Sarjana S1. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

## ABSTRAK

Persaingan yang ketat dalam memperebutkan tempat di Perguruan Tinggi Negeri menimbulkan kecemasan pada sebagian besar siswa SMU kelas 3. Banyak faktor yang dapat menyebabkan kecemasan tersebut, diantaranya kebiasaan belajar dan *self efficacy*. Kebiasaan belajar merupakan pola khas yang dimiliki individu dalam menghadapi tugas-tugas belajar atau cara-cara yang dipergunakan individu dalam menghadapi tugas belajar. Kebiasaan belajar dapat membentuk suatu pola belajar yang baik. Salah satunya dengan pengaturan waktu belajar yang rutin misalnya dengan mengikuti lembaga bimbingan belajar, dan dalam salah satu programnya adalah diadakannya *tryout*. Keikutsertaan *tryout* berguna sebagai cara untuk mengukur kemampuan siswa dalam menghadapi SPMB dan juga sebagai sarana melatih mental. *Self efficacy* adalah suatu keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengatasi berbagai situasi dan dapat melakukan tindakan yang dikehendaki situasi tertentu dengan berhasil. *Self efficacy* sangat berguna untuk membuat siswa yakin akan kemampuannya untuk dapat melewati ujian SPMB.

Menyikapi fenomena diatas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara frekuensi keikutsertaan *tryout* dan *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru.

Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran angket terhadap 56 siswa SMU kelas 3 yang mengikuti bimbingan pada Lembaga Bimbingan Belajar SSC. Angket terdiri dari tiga bagian yaitu, satu angket terbuka dan dua angket tertutup. Perhitungan hasil analisis data menggunakan *Statistical Product Service Solution 10.01* Program Analisis Regresi Linier.

Dari uji Analisis Regresi Linier pada data penelitian diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara frekuensi keikutsertaan *tryout* dan *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi SPMB ( $R=0,516$ ,  $F=9,595$ ,  $p=0,000$ ). Tidak ada hubungan antara frekuensi keikutsertaan *tryout* dengan kecemasan ( $r_{par}=0,013$ ,  $p=0,926$ ), hal ini mungkin dikarenakan subyek memiliki mekanisme sendiri dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian, misalnya dalam bentuk belajar mandiri di rumah. Namun terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan kecemasan ( $r_{par}=0,515$ ,  $p=0,000$ ), yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self efficacy*-nya maka semakin rendah pula kecemasan pada diri siswa.

Saran yang dapat diberikan bagi lembaga bimbingan belajar adalah agar pihak LBB memberi motivasi kepada siswa untuk sering mengikuti *tryout*. Kemudian memonitoring hasil dari *tryout* agar dapat memetakan kesulitan yang dihadapi siswa dan mengantisipasinya. Untuk para siswa diharapkan siswa mempunyai kesadaran diri yang lebih besar agar segala sesuatu yang telah dilakukan tidak menjadi hal yang sia-sia. Untuk penelitian selanjutnya dapat dilanjutkan dengan mengungkap faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi kecemasan menghadapi SPMB, diantaranya faktor dukungan sosial.