



Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Siswa dalam Menghadapi UTBK 2020

Eka Fidya Rismadayanti

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281
efidya@gmail.com

Abstrak

Terdapat permasalahan psikologis yang dialami siswa dalam menghadapi Ujian Tertulis Berbasis Komputer (UTBK) terkait efikasi diri dan kecemasan. Siswa merasa takut terhadap masa depan yang akan dihadapinya karena merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi UTBK 2020.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *ex post facto*. Subjek dari penelitian ini berjumlah 390 siswa sekolah menengah atas lulusan tahun 2020 yang berdomisili di Pulau Jawa. Metode pengambilan data menggunakan kuesioner online yang disebar melalui media sosial. Validitas skala penelitian ini menggunakan validitas isi yang dilakukan dengan bantuan *expert judgement* dan validitas konstruk menggunakan analisis faktor. Reliabilitas skala penelitian ini berupa reliabilitas komposit dengan reliabilitas skala efikasi diri 0,81 dan skala kecemasan 0,79 yang berarti reliabilitas baik. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yaitu analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas dan analisis korelasi *product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi UTBK 2020 ($r = -0,315, p < 0,05$). Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung memiliki kecemasan rendah ketika menghadapi UTBK 2020, begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci: *efikasi diri, kecemasan, UTBK, siswa.*

Abstract

There are psychological problems experienced by students in facing Computer-Based Written Examinations (UTBK) related to self-efficacy and anxiety. Students feel afraid of the future they will face because they feel unsure of their abilities. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in dealing with UTBK 2020.

This study used a quantitative research approach with *ex post facto* research methods. The subjects of this study were 390 high school students graduating in 2020 who live on Java. The data were collected by online questionnaire which distributed through social media. The validity of this research scale uses content validity which is carried out with the help of expert judgment and construct validity with factor analysis. The reliability of this research scale is in the form of composite reliability with the reliability of the self-efficacy scale of 0.81 and the anxiety scale of 0.79 which means that the reliability is good. This study uses data analysis techniques, namely descriptive analysis, normality test, linearity test and product moment correlation analysis.

The results of this study indicate that there is a negative relationship between self-efficacy and student anxiety in facing UTBK 2020. Students who have high self-efficacy tend to have low anxiety when facing UTBK 2020, and vice versa.

Keywords: *self-efficacy, anxiety, UTBK, students.*

Pendahuluan

Meningkatnya aktivitas kognitif remaja berkaitan dengan pandangan masa depan atau impian remaja. Remaja yang telah dinyatakan lulus dari SMA/SMK/ sederajat dapat melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi sesuai dengan minat mereka.

Terdapat tiga jalur masuk yang harus dilalui oleh remaja sebagai calon mahasiswa. Salah satu diantaranya yaitu SBMPTN. Dilansir dari laman ltmpt.ac.id, pada seleksi ini calon mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti Ujian Tertulis Berbasis Komputer.

Dilansir dari news.okezone.com, terdapat 165.831 peserta lolos SBMPTN 2018 dari 860.001 peserta atau hanya diterima sebanyak 19,8% peserta. Menurut tirto.id yang ditulis oleh Yulaika, terdapat 168.742 peserta dari 714.652 pendaftar SBMPTN atau sebanyak 23,61% peserta lolos pada tahun 2019. Menurut cnnindonesia.com yang ditulis oleh Fey, terdapat 23,87% peserta lolos SBMPTN 2020 dengan rincian 167.653 peserta lolos dari 702.420 pendaftar.

Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa angka keketatan SBMPTN dalam tiga tahun terakhir memiliki angka yang cukup tinggi dan berpotensi dapat menyebabkan adanya permasalahan psikologis siswa yang mengikuti UTBK 2020.

Siswa kelas XII SMA mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian, (Pradana & Susilawati, 2019). Kecemasan timbul karena adanya pola pikir yang menganggap bahwa UTBK merupakan ujian yang berat sehingga mengganggu konsentrasi belajar siswa dalam menghadapi UTBK dan memunculkan adanya rasa terancam.

Perasaan terancam muncul karena merasa khawatir atas kesenjangan antara ekspektasi dan realita yang akan terjadi

berkaitan dengan persoalan akademik, (Permana dkk, 2016). Kemungkinan bahaya yang akan terjadi pada siswa yaitu kegagalan dalam menjalani UTBK seperti tidak lolos SBMPTN.

Kecemasan menimbulkan perasaan gelisah atau gugup yang dapat memberikan efek negatif yang berkaitan dengan perhatian, daya ingat, dan strategi belajar (Schunk, Meece, & Pintrich, 2014). Siswa yang merasa cemas akan merasa sulit berkonsentrasi, kemampuan mengingatnya terganggu, dan mengalami kesulitan dalam menghadapi ujian.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap empat siswa yang pernah mengikuti UTBK tahun 2020 menyatakan bahwa mereka merasakan gejala-gejala kecemasan pada saat mempersiapkan dan menghadapi UTBK, seperti detak jantung meningkat, terdapat beberapa bagian tubuh bergetar, dan keringat dingin, sulit tidur, dan merasa takut jika tidak lolos SBMPTN. Siswa juga merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya karena ketika mengikuti try out UTBK hasilnya tidak memuaskan.

Efikasi diri juga berperan penting dalam keberhasilan siswa dalam menghadapi UTBK. Bandura (dalam Feist & Feist, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk dapat mencapai sesuatu dengan kemampuan yang dimilikinya. Seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi lebih memungkinkan untuk dapat mencapai kesuksesan daripada orang yang efikasi dirinya rendah.

Efikasi diri dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, (Amir, 2016). Semakin tinggi efikasi diri siswa, semakin tinggi pula motivasi yang dimilikinya. Motivasi belajar diperlukan oleh siswa agar mendapatkan hasil yang baik. Bagi siswa yang memiliki efikasi diri rendah dapat mengakibatkan kegagalan dalam menghadapi UTBK.

Keberhasilan dalam SBMPTN didukung oleh keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri atau efikasi diri dalam menghadapi UTBK. Kecemasan berperan penting dalam keberhasilan siswa ketika menghadapi UTBK. Kemampuan siswa dalam mengendalikan kecemasan yang bisa dilakukan yaitu dengan merasa yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, dimana kemampuan tersebut berkaitan dengan hasil belajar dan bekal ilmu yang dimiliki siswa selama ini. Siswa yang memiliki keyakinan terhadap dirinya sendiri akan mampu menghadapi kecemasan yang dialaminya karena kecemasan siswa mempengaruhi keberhasilan dalam menghadapi UTBK.

Bandura (Bandura, 1997) menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan dalam diri manusia akan kemampuan untuk mengatur dan melakukan suatu tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan pencapaian yang sesuai. Feist dan Feist (2010) secara lebih lanjut menjelaskan bahwa seseorang yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu dengan mengontrol diri dan lingkungannya akan lebih memungkinkan untuk bertindak lebih baik dan lebih mungkin menjadi sukses daripada seseorang yang memiliki efikasi diri rendah.

Bandura (Feist & Feist, 2010) menyebutkan terdapat empat sumber efikasi diri, yaitu mastery experience atau pengalaman masa lalu, vicarious experience atau pengalaman modeling social, verbal persuasion atau persuasi social melalui stimulus verbal, dan emotion arousal atau emosi individu.

Adapun dampak efikasi diri menurut Luthans (2005) yaitu pemilihan perilaku yang dilakukan individu berdasarkan keyakinan yang dirasakan terhadap pilihannya, individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan mencoba lebih keras dan banyak berusaha karena tingginya motivasi untuk mendapatkan keinginannya, individu

yang memiliki efikasi diri tinggi akan mudah untuk bangkit dan bertahan dalam menghadapi masalah, efikasi diri tinggi memunculkan pola pikir yang fasilitatif untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi, dan lebih rentan terkena stress.

Kecemasan menurut Zeidner (1988) muncul karena adanya bahaya yang mengancam akibat dari adanya hal yang tidak pasti. Kecemasan pada siswa yang menghadapi UTBK dapat berupa ketidakpastian hasil yang akan diterima, sehingga ketidakpastian tersebut mengganggu ego dan memunculkan kecemasan. Terdapat dua jenis kecemasan (Spielberger, 1966), yaitu state anxiety dan trait anxiety. State anxiety diartikan sebagai kecemasan yang bersifat sementara atau dapat berubah-ubah pada situasi tertentu. Trait anxiety diartikan sebagai kecemasan sifat atau kecemasan yang cenderung menetap pada karakteristik kepribadian yang relatif permanen pada seseorang. Kecemasan siswa dalam menghadapi UTBK termasuk jenis state anxiety yang artinya kecemasan yang timbul berdasarkan situasi ketika menghadapi UTBK.

Terdapat tiga aspek kecemasan (Zeidner, 1998 yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Kartono Kartini (2006) menyebutkan dua jenis kecemasan, yaitu kecemasan ringan dimana pada taraf yang ringan kecemasan dapat bermanfaat bagi individu agar dapat berhati-hati dalam menghadapi situasi dimasa depan dan kecemasan berat yang dapat mengganggu kepribadian seseorang.

Adapun dampak kecemasan menurut Kaplan, Sadock, dan Grebb (Fausiah & Widury, 2005) yaitu pada kadar rendah, kecemasan dapat membuat seseorang lebih berjaga-jaga untuk mencegah terjadinya bahaya yang akan datang atau memperkecil dampak negatif dari adanya bahaya tersebut. Sedangkan kecemasan dengan kadar tinggi dapat membuat performa seseorang

meningkat, seperti kesulitan atau bahkan tidak bisa menjawab soal ujian.

Putri & Handayani (2017) menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional. Tingkat kecemasan siswa yang tinggi dapat menurunkan efikasi dirinya dalam menghadapi ujian, begitu pula sebaliknya. Hal tersebut karena fokus siswa teralihkan pada pemikiran akan adanya ancaman yang akan datang berupa kegagalan, sehingga mengabaikan keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi UTBK.

Berdasarkan teori-teori tersebut, maka hipotesis dari penelitian ini yaitu adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi UTBK. Hubungan negatif tersebut menjelaskan bahwa apabila semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh siswa, semakin rendah kecemasan yang dialaminya. Begitu pula sebaliknya, apabila semakin rendah efikasi diri yang dimiliki oleh siswa, semakin tinggi kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi UTBK.

Berdasarkan pemaparan di atas perlu diketahui gambaran kecemasan siswa dan efikasi diri dalam menghadapi UTBK.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian ini yaitu kuantitatif dengan metode penelitian *ex post facto*. Sukardi (2011) menyebutkan bahwa penelitian *ex post facto* merupakan metode penelitian dimana variabel bebas yang diteliti sudah terjadi ketika peneliti melakukan pengamatan pada variabel terikat.

Konsekuensi dari pemilihan metode ini yaitu kurang dapat memastikan apakah faktor-faktor penyebab lain telah dimasukkan dan diidentifikasi atau terdapat faktor penyebab lain yang mempengaruhi tinggi rendahnya kecemasan siswa.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pulau Jawa pada bulan November 2020 hingga Maret 2021.

Target/ Subjek Penelitian

Populasi dari penelitian ini yaitu seluruh siswa di Pulau Jawa yang pernah mengikuti UTBK pada tahun 2020. Populasi dari penelitian ini tidak diketahui jumlahnya karena sulit untuk mengidentifikasi jumlah siswa yang mengikuti UTBK tahun 2020 di Pulau Jawa.

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *convenience sampling* yang mengacu pada pengumpulan data dari anggota populasi yang bersedia menjadi sampel, (Sekaran, 2006). Banyaknya populasi dan luasnya cakupan sampel dari penelitian ini sehingga tidak diketahui jumlah sampel secara pasti, oleh karena itu pengambilan sampel dilakukan menggunakan rumus Cochran yang menghasilkan jumlah sampel yang harus didapatkan yaitu 384 sampel (Cochran, 1963)

Prosedur

Prosedur yang dilakukan pada penelitian ini yaitu melakukan studi pendahuluan untuk memastikan bahwa fenomena tersebut benar terjadi pada siswa yang pernah menghadapi UTBK. Selanjutnya, pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara online melalui media sosial untuk mendapatkan data kuantitatif.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data. Menurut Azwar (2012), kuesioner merupakan instrumen pengambilan data yang bersifat fleksibel dan mudah digunakan yang menghasilkan data faktual. Terdapat dua instrumen yang digunakan, yaitu skala efikasi diri dan skala kecemasan yang berupa skala Likert dengan rentang nilai 1 sampai 4 dengan dua variasi item yaitu favorable item dan unfavorable item.

Skala kecemasan disusun berdasarkan teori Zeidner (1998) yang dikembangkan melalui aspek-aspek kecemasan, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Skala ini akan mengukur seberapa tinggi kecemasan yang dialami siswa dalam menghadapi UTBK tahun 2020.

Skala kecemasan dan skala efikasi diri dilakukan uji validitas isi dengan bantuan expert judgement dan uji validitas konstruk dengan analisis faktor. Berdasarkan hasil analisis faktor ditemukan bahwa skala efikasi diri memiliki dua dimensi dan skala kecemasan memiliki empat dimensi. Adapun reliabilitas komposit dari skala efikasi diri yaitu 0,81 dan skala kecemasan 0,79.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan yaitu analisis deskriptif untuk mengetahui kategori tingkat kecemasan dan efikasi diri siswa, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis menggunakan teknis analisis Product Moment.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Responden dari penelitian ini tidak memiliki perbedaan yang jumlahnya jauh pada siswa

yang lolos dan tidak lolos UTBK. Siswa yang lolos UTBK 2020 lebih banyak, yaitu sebanyak 196 siswa (50,3%). Sedangkan siswa yang tidak lolos UTBK 2020 berjumlah 194 siswa (49,7%). Diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat efikasi diri yang sedang dengan jumlah siswa 195 orang (50%) dimana 114 siswa tidak lolos SBMPTN 2020 sedangkan 81 siswa lainnya lolos. Sebagian besar siswa memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi saat menghadapi UTBK dengan jumlah siswa sebanyak 104 orang (27%) dimana 59 siswa tidak lolos dan 45 siswa lainnya lolos SBMPTN 2020.

Hasil uji normalitas data pada variabel kecemasan dan efikasi diri siswa dalam menghadapi UTBK 2020 yang dianalisis dengan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test yaitu 0,2 dimana hasil tersebut menunjukkan bahwa data penelitian ini berdistribusi normal ($\text{sig} > 0,05$). Sementara itu, hasil uji linearitas menunjukkan angka $\text{sig} 0,603$ dimana nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan variabel kecemasan.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, diketahui bahwa nilai koefisien korelasi Pearson terhadap dua variabel menunjukkan angka $-0,315$ ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel kecemasan dan efikasi diri dalam menghadapi UTBK 2020 memiliki hubungan yang lemah dan bersifat negatif.. Hal tersebut mengartikan bahwa terdapat hubungan timbal balik antara variabel kecemasan dan efikasi diri dalam menghadapi UTBK 2020. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung mengalami kecemasan yang rendah ketika menghadapi UTBK 2020, begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu, tinggi rendahnya kecemasan dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri siswa ketika menghadapi UTBK.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa siswa dengan efikasi diri sedang dan tinggi memiliki jumlah yang lolos SBMPTN 2020 lebih banyak daripada jumlah siswa yang tidak lolos. Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Bandura (Feist & Feist,) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan pada seseorang untuk dapat mencapai sesuatu dengan kemampuan yang dimilikinya, artinya seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi lebih mudah untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai keinginannya. Nanda dan Widodo (2015) yang menyatakan bahwa efikasi diri yang positif dapat mempengaruhi kemampuan yang dimiliki oleh remaja dalam melakukan tugas-tugasnya.

Pada penelitian ini, terdapat 104 siswa (27%) memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi ketika menghadapi UTBK 2020. Angka tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden penelitian ini memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi. Kaplan, Sadock, dan Grebb (Fausiah & Widury: 2005) berpendapat bahwa kecemasan yang tinggi dapat meningkatkan dampak negatif akibat dari timbulnya kecemasan tersebut. Siswa yang memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi cenderung sulit atau bahkan tidak bisa menjawab soal ujian sehingga mendapatkan hasil yang buruk dan tidak dapat lolos pada SBMPTN 2020.

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson, diketahui nilai R^2 yaitu 0,099 atau 9,9% dimana nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 9,9% terhadap variabel kecemasan pada siswa dalam menghadapi UTBK 2020 dan sebanyak 90,1% lainnya merupakan pengaruh variabel lain yang dapat mempengaruhi kecemasan siswa. Mukti & Tentama (2019) menyebutkan bahwa terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik. Faktor internal berupa minat, kesabaran, resiliensi, karakter, dan motivasi belajar. Sedangkan faktor eksternalnya seperti gaya kelekatan, rasa hangat, *goal*

orientation, enactive mastery experience, dan persuasi verbal.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa kesimpulan dari penelitian ini yaitu:

1. Sebagian besar siswa memiliki tingkat efikasi diri sedang dengan jumlah 195 siswa. Sedangkan 149 siswa lainnya memiliki efikasi diri rendah, 29 siswa memiliki efikasi diri tinggi, dan 17 siswa memiliki efikasi diri sangat rendah.

2. Sebagian besar siswa memiliki kecemasan sangat tinggi ketika menghadapi UTBK 2020 dengan jumlah 104 siswa. Sedangkan 103 siswa memiliki efikasi diri tinggi,

94 siswa memiliki efikasi diri sedang, 50 siswa memiliki efikasi diri rendah, dan 39 siswa memiliki efikasi diri sangat rendah.

3. Pada penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi UTBK 2020. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung memiliki kecemasan rendah ketika menghadapi UTBK 2020, sedangkan siswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung memiliki kecemasan tinggi ketika menghadapi UTBK 2020.

Saran

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga dapat meminimalisir adanya rasa cemas ketika menghadapi UTBK. Untuk menumbuhkan efikasi diri, siswa perlu memiliki kontrol yang baik terhadap dirinya sendiri dan juga lingkungannya sehingga diharapkan mampu mempersiapkan ujian, seperti belajar dengan baik yang dapat menumbuhkan rasa yakin terhadap kemampuan diri sendiri sehingga dapat meminimalisir kecemasan.

2. Bagi Guru BK

Guru BK dapat membantu siswa untuk menghindari kecemasan yang tinggi karena tidak mempersiapkan UTBK dengan baik dan kurang yakin terhadap kemampuan diri sendiri. Efikasi diri berkaitan dengan motivasi belajar siswa, sehingga diharapkan guru dapat memberikan motivasi kepada siswa untuk lebih dapat percaya dan merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan mampu memberikan pelayanan dalam rangka meningkatkan efikasi diri siswa dalam mengerjakan soal-soal ujian serta memberikan pelayanan penanganan kecemasan siswa sehingga siswa merasa lebih yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sekolah juga diharapkan mampu memberikan lingkungan yang mendukung siswa dalam belajar atau mempersiapkan diri untuk menghadapi UTBK.

Daftar Pustaka

- Amir, H. (2016). Korelasi pengaruh faktor efikasi diri dan manajemen diri terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa pendidikan kimia universitas bengkulu. *Manajer Pendidikan*, 10(4).
- Bandura, Albert. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. united states of america: W.H Freeman and Company
- Cochran, William G. (1963), *Sampling techniques*, 2nd ed.. John Wiley & Sons.
- Feist, Jess & Gregory J. (2010). *Teori kepribadian*. (Alih Bahasa: Handrianto). Jakarta: Salemba Humanika.
- Fey. (2020, August 14). Hasil Pengumuman SBMPTN 2020, Cek di Sini. Cnnindonesia.com. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200813145628-20-535351/hasil-pengumuman-sbmptn-2020-cek-di-sini>
- Fausiah, F., Widury, J. (2005). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI- Press).
- Luthans, F. (2005). *Organizational behavior*. New York: McGraw-Hill Companies
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 341-347).
- Nanda, A., & Widodo, P. B. (2015). Efikasi diri ditinjau dari school well-being pada siswa sekolah menengah kejuruan di semarang. *Empati*, 4(4), 90-95.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas ix di mts al hikmah brebes. *hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 51-68.
- Putri, S. W., Suminta, R. R., & Handayani, D. (2017). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa. *happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 1(2).
- Schunk, Dale H., Pintrich, Paul R., dan Meece, Judith L. (2012). *Motivasi dalam pendidikan: teori, penelitian, dan aplikasi*. (Terjemahan.) Jakarta: Indeks (Karya asli diterbitkan tahun 2008)

- Sekaran, U. (2006). Research methods for business. alih bahasa: kwan men yon, metodologi penelitian untuk bisnis. Jakarta: Salemba Empat.
- Sukardi. (2011). Metodologi penelitian pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Yohana Artha Uly. (2018, July 3). Hanya 19,8% Peserta SBMPTN 2018 yang Lolos Seleksi. News.okezone.com.
<https://news.okezone.com/read/2018/07/03/65/1917344/hanya-19-8-peserta-sbmptn-2018-yang-lolos-seleksi>
- Yulaika Ramadhani. (2019, July 9). Pengumuman SBMPTN 2019: Total Peserta Diterima 168.742 dari 714.652. [tirto.id.
https://tirto.id/pengumuman-sbmptn-2019-total-peserta-diterima-168742-dari-714652-djYR](https://tirto.id/pengumuman-sbmptn-2019-total-peserta-diterima-168742-dari-714652-djYR)
- Zeidner, M. (1998). Anxiety: the state of the art. New York: Kluwer Academic Publishers.