

DAFTAR PUSTAKA

- Adriyanti, 1996. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kebiasaan Menyontek Pada Siswa SMU Negeri 10 Medan. *Skripsi* (tidak diterbitkan).
- Albin, R.S., 1986. *Emosi, Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya*. Penerbit: Kanisius, Yogyakarta.
- Anastasi, 1997. *Test Psikologi*. Penerbit: PT. Prenhallindo, Jakarta.
- Asnita, 2004. Hubungan Antara Kecenderungan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa/i Fakultas Psikologi UMA 2001. *Skripsi* (tidak diterbitkan).
- Azwar, MA., 2003. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Penerbit: Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Azwar, MA., 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Penerbit: Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Centi, 1993. *Mengapa Rendah Diri?* Penerbit: Kanisius, Yogyakarta.
- Coret, 1993. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Penerbit: Eresco, Bandung.
- Davidoff, L.L., 1991. *Psikologi Suatu Pengantara*. Penerbit: Erlangga, Jakarta.
- Ghie, MC. A., 1996. *Penerapan Psikologi Dalam Perawatan*. Penerbit: Andi, Yogyakarta.
- Haryono, 2000. *Mengatasi Rasa Cemas*. Penerbit: Putra Pelajar, Jakarta Timur.
- Hurlock, 1991. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerbit: Erlangga, Jakarta.
- Joice, 2000. *Psikologi yang Efektif*. Penerbit: Pionir Jaya, Bandung.
- Kartono, K., 1991. *Psikologi Anak*. Penerbit: Alumni Bandung.
- Marta, 1997. *60 Cara Pengembangan Diri*. Penerbit: Kanisius, Yogyakarta.

- Nazir, 1990. *Metode Penelitian*. Penerbit: Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Puji Anita, 2004. Hubungan Antara Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Pensiun Dengan Disiplin Kerja Pada Dinas Pendidikan Propinsi Sumatera Utara. *Skripsi* (tidak diterbitkan).
- Sri Wahyuni, 2004. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Tinggal di Panti Asuhan Al-Jamiyatur Washliyah Medan. *Skripsi* (tidak diterbitkan).
- Sujana, YE dan Ratna Wulan, 1994. *Jurnal Psikologi*. Penerbit: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Supratiknya, 1993. *Teori-teori Sifat dan Behavioristik* . Penerbit: Kanisius, Yogyakarta.
- Smeet, 1994. *Psikologi Kesehatan*. Penerbit: Rasindo, Jakarta.
- Soemanto, 1990. *Pengantar Psikologi*. Penerbit: Bina Aksara, Jakarta.

Nama :

Jenis kelamin :

Petunjuk pengisian

Berikut ini saya ajukan angket dalam bentuk pernyataan. Angket ini ada dua yaitu angket A dan angket B. dimana saudara dihadapkan pada empat (4) pilihan, yakni :

SS = Bilamana saudara sangat sesuai

S = Bilamana saudara sesuai

TS = Bilamana saudara tidak sesuai

STS = Bilamana saudara sangat tidak sesuai

Denagan memberi tanda silang (X) pada jawaban saudara, apabila ada jawaban yang saudara anggap salah beri tanda (~~X~~) pada jawaban yang salah tersebut.

Terima kasih,

Dhini Pravita

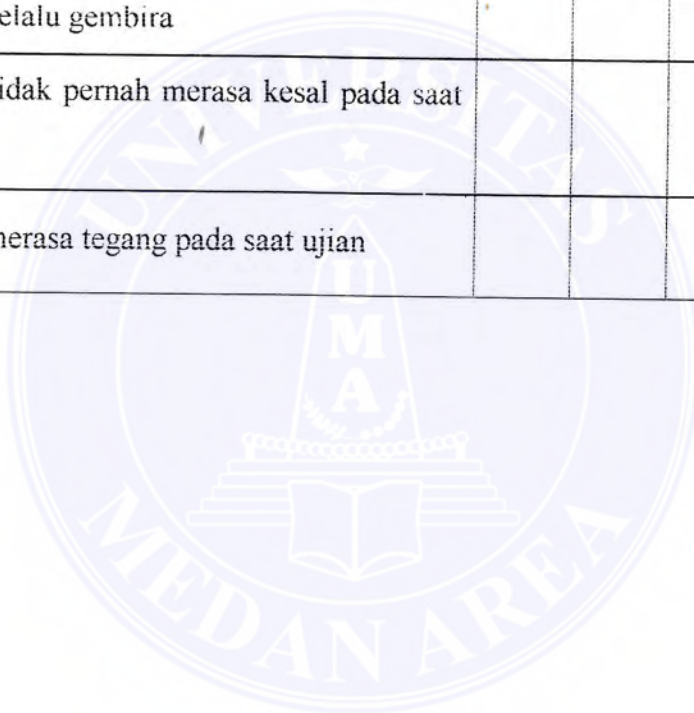
Angket A

| Ketika masa ujian tiba : | SS | S | TS | STS |
|---|----|---|----|-----|
| 1. Jantung saya berdebar lebih kencang dari biasanya | | | | |
| 2. Keringat dingin saya terus keluar | | | | |
| 3. Saya merasa kondisi saya biasa saja | | | | |
| 4. Saya merasa kurang yakin dengan kemampuan yang saya miliki | | | | |
| 5. Saya mudah menjadi patah semangat | | | | |
| 6. Saya yakin persiapan diri saya sudah cukup | | | | |
| 7. Tangan saya sering gemetaran | | | | |
| 8. Biasanya saya tidak dapat tidur memikirkan ujian | | | | |
| 9. Saya merasa santai pada saat ujian | | | | |
| 10. Saya merasa kemampuan saya rendah dibawah teman – teman | | | | |
| 11. Saya menjadi gugup pada saat ujian | | | | |
| 12. Saya tidak pernah merasa bingung | | | | |
| 13. Saya senantiasa tampil prima | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 14. | Jam tidur saya teratur pada saat ujian | | | | |
| 15. | Badan saya mudah merasa lemas | | | | |
| 16. | Saya merasa yakin dapat menyelesaikan soal ujian | | | | |
| 17. | Saya tidak khawatir pada saat ujian | | | | |
| 18. | Saya merasa tidak tenang | | | | |
| 19. | Saya sering merasa kelelahan pada saat ujian | | | | |
| 20. | Saya tidak pernah mengalami kesulitan bernafas pada saat ujian | | | | |
| 21. | Stamina tubuh saya meningkat pada saat ujian | | | | |
| 22. | Konsentrasi saya mudah buyar pada saat ujian | | | | |
| 23. | Saya sulit memusatkan perhatian | | | | |
| 24. | Saya sangat bersemangat pada saat ujian | | | | |
| 25. | Saya sering mual pada saat ujian | | | | |
| 26. | Saya tidak dapat menahan diri untuk selalu buang air kecil | | | | |
| 27. | Saya merasa siap pada saat ujian | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 28. | Saya mudah merasa tersingung | | | | |
| 29. | Saya sering gelisah | | | | |
| 30. | Saya tidak pernah merasa mengantuk | | | | |
| 31. | Badan saya menjadi dingin pada saat ujian | | | | |
| 32. | Otot – otot saya sering terasa sakit pada saat ujian | | | | |
| 33. | Saya merasa tenang | | | | |
| 34. | Saya sering termenung pada saat ujian | | | | |
| 35. | Saya tidak nafsu makan pada saa ujian | | | | |
| 36. | Saya tidak ada keinginan untuk menyontek | | | | |
| 37. | Saya sering tampak pucat pada saat ujian | | | | |
| 38. | Saya selalu ingin marah pada saat ujian | | | | |
| 39. | Saya tidak pernah merasa kram otot | | | | |
| 40. | Makan saya teratur | | | | |
| 41. | Emosi saya stabil | | | | |
| 42. | Saya tidak pernah merasa kesemutan pada saat ujian | | | | |
| 43. | Saya selalu memikirkan bila saya tidak mampu menjawab soal ujian | | | | |
| 44. | Saya mudah tersenyum | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 45. | saya tidak takut kalau saya tidak dapat mengerjakan soal ujian | | | | |
| 46. | Saya tidak pernah merasa sakit kepala | | | | |
| 47. | Saya sering merasa iri pada teman – teman yang selesai duluan | | | | |
| 48. | Saya selalu gembira | | | | |
| 49. | Saya tidak pernah merasa kesal pada saat ujian | | | | |
| 50. | Saya merasa tegang pada saat ujian | | | | |



Angket B

| | SS | S | TS | STS |
|--|----|---|----|-----|
| 1. Saya memandang masa depan dengan penuh harapan | | | | |
| 2. Saya adalah orang yang mudah bergaul | | | | |
| 3. Masa depan saya rasanya suram | | | | |
| 4. Saya tidak memandang agama sebagai patokan bila saya ingin memberikan bantuan | | | | |
| 5. Meskipun sedang marah, saya masih mampu berfikir jernih untuk mengoreksi kesalahan saya | | | | |
| 6. Untuk menaikan derajat, saya akan berteman dengan orang yang lebih kaya dari saya. | | | | |
| 7. Saya akan mengerjakan pekerjaan yang dibebankan kepada saya | | | | |
| 8. Saya bertanggung jawab terhadap segala tindakan yang saya lakukan. | | | | |
| 9. Kalau tidak ditanya guru saya jarang menyelesaikan tugas sekolah yang menjadi tanggung jawab saya | | | | |
| 10. Dengan senang hati saya akan membantu teman-teman yang sedang kesusahan | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 11. Seandainya saya ketua kelas saya akan siap untuk mendengarkan keluhan setiap anggota | | | | |
| 12. Bagi saya kepentingan saya harus didahulukan terlebih dahulu | | | | |
| 13. Dimanapun saya berada, saya jarang merasa kesepian | | | | |
| 14. Dengan kehadiran saya, suasana berkumpul dengan teman menjadi lebih ceria | | | | |
| 15. Saya merasa sulit untuk mengungkapkan kegembiraan yang saya alami pada orang lain | | | | |
| 16. Saya tetap bersemangat meskipun saya bekerja sendiri | | | | |
| 17. Saya tidak khawatir dengan kemampuan yang saya miliki | | | | |
| 18. Saya mengharapkan bantuan dari berbagai pihak agar mampu menyelesaikan masalah | | | | |
| 19. Memikirkan masa depan membuat saya gelisah | | | | |
| 20. Rasanya saya tidak bergaiyah dalam menjalani hidup | | | | |
| 21. Walaupun pekerjaan itu terasa berat tetapi saya yakin dapat menyelesaikannya | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 22. Saya sering merasa risih apabila teman-teman mengajak saya maka dikedai pinggir jalan | | | | |
| 23. Dalam berdiskusi, saya hanya suka dengan orang yang sejalan dengan pemikiran saya | | | | |
| 24. Apabila melihat teman sekolah mempunyai banyak masalah, dengan senang hati saya membantu | | | | |
| 25. Saya suka melimpahkan kesalahan saya pada orang lain | | | | |
| 26. Saya jarang mengerjakan pekerjaan rumah, walaupun sudah ada pembagian tugas | | | | |
| 27. Saya akan menerima disalahkan orang Jika saya berbuat salah | | | | |
| 28. Bila ada teman saya yang butuh bantuan saya akan limpahkan kepada orang lain karena hal itu akan merepotkan saya | | | | |
| 29. Saya tidak mau membantu masalah teman, karena saya tidak yakin dengan kemampuan saya | | | | |
| 30. Apabila teman saya kesulitan dalam tugas sekolah, saya akan siap membantu | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| 31. Saya sering merasa kesepian meskipun berada diantara orang-orang yang saya kenal | | | | |
| 32. Saya termasuk orang yang pemurung | | | | |
| 33. Saya tidak pernah merasa sedih dengan kelemahan yang saya miliki | | | | |
| 34. Saya ingin orang lain memberikan bantuan yang lebih banyak pada saya | | | | |
| 35. Saya tidak mampu berbuat sesuatu bila teman-teman tidak memberikan dukungan kepada saya | | | | |
| 36. Saya tidak begitu mengharapkan bantuan orang lain untu menyelesaikan masalah saya | | | | |
| 37. Dengan belajar giat, saya yakin bahwa masa depan saya akan cerah | | | | |
| 38. saya kurang yakin dapat meraih apa yang saya cita-citakan dimasa mendatang | | | | |



UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

JALAN KOLAM NOMOR 1 MEDAN ESTATE

TELEPON 7366878, 7366998, 7366781, 7364348, PSWT. 107 FAX. 7360168 MEDAN 20223

E-mail : uma001@indosat.net.id

Nomor : 0819 /FO/PP/2005

Medan, 10 Oktober 2005

Lampiran : -

Hal : Pengambilan Data

Kepada : Yth. Kepala Sekolah
SMU PGRI Pekan Baru
di -
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Saudara untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami :

Nama : Dhini Pravita
NPM : 01.860.0220
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data pada SMU PGRI Pekan Baru.

Guna penyusunan skripsi mahasiswa yang berjudul : **"Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa/i PGRI Pekan Baru."**

Perlu kami jelaskan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, ini merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Lengkap pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Dan kami mohon kiranya dapat diberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan surat keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada lembaga yang Saudara pimpin.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Tembusan :

1. Pembantu Dekan

SURAT KETERANGAN RISET .

No : 312/SMA-PGRI/E13-2005.

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) PGRI Pekanbaru Propinsi Riau, berdasarkan surat Dekan Universitas Medan Area Fakultas Psikologi No. 0019/FO/PP/2005 Tanggal, 10 Oktober 2005 menerangkan bahwa :

N a m a : DHINI PRAVITA.
Fakultas : Psikologi.
Program Studi : Ilmu Psikologi..
N P M : 01.860.0220.

Telah melaksanakan Riset / Praktek penelitian serta pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi yang berjudul “ Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa/i PGRI Pekanbaru “ di SMA – PGRI Pekanbaru. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Pekanbaru, 17 Oktober 2005.

Kepala Sekolah,



(H. WS. Wasri. BA)