



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Rasa kepercayaan diri adalah sebetuk keyakinan yang kuat dalam jiwa, kesepahaman dalam jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa⁸ Selaras dengan hal itu Barbara juga mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa sebagai manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu.⁹

Kepercayaan diri pada individu tidak selalu pada selalu sama pada saat tertentu kita merasa yakin atau mungkin ada situasi dimana individu merasa yakin dan situasi dimana individu tidak merasa demikian, dan juga rasa percaya diri itu tidak bisa disamakan dari satu aktifitas ke aktifitas lainnya.¹⁰

Kepercayaan diri adalah rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat merasa manpu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Sedangkan rasa percaya diri adalah sebagai suatu keyakinan negatif seseorang terhadap kekurangan yang ada diberbagai suatu keyakinan

⁸ Yusuf, Al-uqshari, *Percaya Diri Pasti*, (Jakarta:Gema Insani, 2005) 13

⁹ Barbara, De Angelis, *Confidence*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama,2000) 10

¹⁰ *Ibid*, hal 13

negatif seseorang terhadap kekurangan yang ada diberbagai aspek kepribagiannya sehingga ia merasa tidak mampu untuk mencapai berbagai tujuan didalam kehidupannya.¹¹

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menangani gejala sesuatu dengan tenang. Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga kemungkinan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan.

Sikap kepercayaan diri merupakan kemampuan untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat digunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Orang yang percaya diri biasanya mempunyai insiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, maupun menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berfikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya.

1) Gejala kurang percaya diri

Gejala-gejala kurang percaya diri sebagai berikut:

- a) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- b) Memiliki kekurangan dan kelemahan dari segala mental, fisik, sosial ataupun ekonomi

¹¹ Hakim , Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta:Puspa Swara,2005) 6

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c) Gugup dan terkadang bicara gagap
 - d) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih dari dirinya
 - e) Mudah putus asa
 - f) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah¹²
- 2) Faktor faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu konsep diri, harga diri, pendidikan, dan pengalaman. Sedangkan faktor seperti pendukung sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri pada pada remaja adalah hubungan dengan orang tua dan teman-teman sebayanya. Dalam lingkungan keluarga merupakan faktor mendasar bagi membentuk rasa percaya diri.

Dukungan dari teman berpengaruh lebih kuat terhadap rasa percaya diri remaja dibandingkan dengan hal yang lain. Hal ini bisa saja terjadi mengingat teman selalu memberikan dukungan yang dibutuhkan, sehingga dukungan tersebut tidak dianggap oleh remaja sebagai suatu yang meningkatkan percaya diri mereka karena remaja pada saat-saat tertentu membutuhkan sumber

¹² *Ibid*, hal 8

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dukungan yang lebih objektif untuk membenarkan rasa percaya dirinya.¹³

3) Ciri-ciri percaya Diri

Ciri-ciri dari percaya diri yaitu:

- a) Percaya diri dan selalu bersikap tenang didalam mengerjakan segala sesuatu.
- b) Mampu menetralkan ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi.
- c) Punya pengendalian diri yang baik.
- d) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.
- e) Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- f) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.
- g) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud , ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- h) Individu yang dimiliki rasa percaya diri dalam lingkungan sosial selalu bersifat terbuka, terus-terang, berani mengambil tantangan dan berani menjelaskan ide-ide ataupun pilihan-pilihannya.¹⁴

¹³ Santrok, John W. Adolesscencem, *Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga,2003) 315

¹⁴ Hakim , Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Dir*, (Jakarta:Puspa Swara,2005) 5

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4) Sebab-sebab Tidak Percaya Diri

Sebab-sebab tidak percaya diri diantaranya adalah:

- a. Sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan
- b. Tidak mampu berkomunikasi dengan baik
- c. Mudah putus asa
- d. Menyandang cacat fisik
- e. Berasa dari keluarga ekonomi yang pas-pasan
- f. Tidak siap menghadapi situasi-situasi yang mendesak¹⁵

Individu yang memiliki rasa percaya diri merasa yakin akan kemampuan dirinya, sehingga bisa menyelesaikan masalahnya karena tahu apa yang dibutuhkan dalam hidupnya, serta mempunyai sikap positif yang didasari keyakinan dan kemampuannya. Individu tersebut bertanggung jawab akan keputusannya yang telah diambil serta menatap fakta dan realita secara obyektif yang didasari keterampilan.¹⁶

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki rasa percaya diri yaitu diantaranya memiliki rasa keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta memiliki pemikiran realistis.

¹⁵ Afifi, John, *Satu Menit Mengatasi Rasa Percaya Diri*, (Jogjakarata:Flashbooks,2014) hal 15

¹⁶ Yeung, Rob, *Confidence*, (Jakarta: Daras Books, 2014)hal 19

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Kepercayaan Diri Dalam Islam

Nabi Muhammad SAW. Telah diutus Allah SWT ke dunia ini adalah untuk menyampaikan firman-firmannya mengajarkan tentang amar ma'ruf nahi mungkar serta menjadikan suri tauladan bagi sekalian umat manusia. Al-Qur'an adalah salah satu media dakwah dan mukjizat Rasulullah yang kekal, tidak akan bertambah ataupun berkurang dengan kemajuan ilmu pengetahuan.

Al-Qur'an diturunkan untuk membimbing serta memberi petunjuk yang benar kepada manusia dalam segala aspek kehidupan, baik psikis, fisik, individual dan sosial. Didalam al-qur'an terdapat ayat-ayat yang membicarakan tentang perintah Allah SWT, agar manusia selalu percaya diri dalam menjalani kehidupannya. Ayat kepercayaan diri banyak terdapat dalam Al-Qur'an, salah satunya dapat ditemukan Q.S Ali Imron:139.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: "janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang yang beriman"(Q.S Ali imron:139)¹⁷

Menurut ayat tersebut seorang mukmin yang menyatakan dirinya beriman, seharusnya menjauhkan diri dari perbuatan yang bersikap lemah (ragu-ragu) bersedih hati (putus asa), karena manusia merupakan makhluk ciptaan Allah SWT yang paling sempurna.

¹⁷ Departemen Agama Republik Indonesia, 2012, *Al-Quran dan Terjemahnya*, Surabaya: CV Penerbit Fajar Mulya, hal 67.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sebagai seorang mukmin sepatutnya percaya kepada diri dirinya sendiri dan unsur yang paling mampu memberikan kepada manusia sikap percaya diri adalah iman. Iman adalah kepercayaan yang dimiliki secara dominan oleh setiap orang, yang dipimpin oleh waku yang konsepnya terangkat dari Al-qur'an sebagai kumpulan wahyu otentik.¹⁸

2. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

a. Pengertian kecemasan

Kecemasan yang merupakan salah satu dari emosi manusia yang mendasar dapat dipandang melalui berbagai defenisi. Menurut *webster's dictionary* kecemasan dapat diartikan sebagai suatu perasaan khawatir akan masa depan yang belum pasti dan perasaan takut serta khawatir ini biasanya berasal dari keinginan untuk mengantisipasi situasi yang mengancam serta nyata maupun khayalan. Keadaan ini sering kali mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis seseorang.

Menurut rathus, kecemasan didefenisikan sebagai kondisi psikologis yang dikarakteristikan oleh tekanan, ketakutan, kegagalan, dan ancaman yang berasal dari lingkungan. Bandura menyatakan bahwa kecemasan kondisi dari *inefficacy* (ketidakyakinan diri akan kemampuan) dalam berhadapan dengan keadaan atau situasi yang berpotensi untuk terjadi dan mengarah pada perilaku menghindar.¹⁹

¹⁸ Sayyid, Mujtaba, *Psikologi Islam* (Jakarta:Pustaka Hidayah, 1993) , 33.

¹⁹ Rathus, "definition of anxiety" dalam <http://www.anxietycenter.com/anxiety.shtml>, (diakses tgl 19 desember 2016).

Kartono mendefinisikan kecemasan sebagai semacam kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau kabur. Dapat berupa perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.²⁰

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang ketika mengalami hal-hal yang dianggap sebagai suatu hambatan, ancaman, keinginan pribadi serta suatu peristiwa yang akan datang.

b. Pengertian Kecemasan menghadapi dunia kerja

Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah prasaan khawatir yang dialami seseorang ketika menghadapi atau memasuki dunia kerja. kecemasan dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya peluang kerja yang semakin sempit, persaingan yang semakin ketat dan pengangguran semakin banyak, pengalaman yang sedikit dan dibutuhkanya kompetensi seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap atau perilaku. Mahasiswa akhir nantinya akan menghadapi persaingan dalam mencari pekerjaan, dimana banyak kemungkinan-kemungkinan didalamnya, seperti mendapat pekerjaan atau menjadi pengangguran . terutama jika melihat perkembangan yang terjadi dalam dunia kerja pada saat ini, dimana pengalaman lebih diutamakan.

²⁰ K. Kartono, *Psikologi Sosial Untuk Manajemen & Industri*, (Jakarta:Rajawali), 1994),

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Sedangkan rata-rata lulusan perguruan tinggi lebih minim pengalaman kerja²¹.

Setiap orang memiliki gambaran yang mengenai dunia kerja. banyak yang beranggapan bahwa persaingan dalam dunia kerja adalah suatu yang menantang, tapi tidak sedikit pula yang berpendapat bahwa persaingan tersebut adalah hal yang menakutkan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi dunia kerja adalah adanya rasa khawatir mengenai masa depan, yang tidak dapat diramalkan dan mengandung kekaburan.

c. Aspek-aspek kecemasan menghadapi dunia kerja

Greenberger dan Padesky mengelompokkannya menjadi empat yaitu:

1) Reaksi fisik

Reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebat-debar (berdegup kencang), pipi merona, pusing-pusing dan sulit bernafas. Kondisi ini biasanya terjadi pada saat seseorang yang cemas terhadap dunia kerja tersebut melihat berita di televisi atau media massa mengenai berbagai macam problema dalam dunia kerja. reaksi fisik ini dapat berlangsung lama maupun sebentar tergantung pada lama tidaknya situasi yang dihadapinya. Ada kemungkinan, setelah selesai melihat berita

²¹ Firman, "Warung Info Bisnis", dalam http://warung_info_bisnis.com, (diakses 19 desember 2016).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tentang dunia kerja tersebut, reaksi fisik yang adapun menjadi hilang. Dan hal ini dapat terjadi kembali manakala individu tersebut melihat berita serupa.

2) Pemikiran

Orang yang cemas biasanya memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap dirinya tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap pening bantuan yang ada dan khawatir serta berfikir tentang hal yang buruk. Seseorang yang cemas terhadap dunia kerja, memiliki pemikiran-pemikiran yang negatif mengenai mampu tidaknya ia menghadapi dunia kerja. dan biasanya pemikiran ini akan menetap cukup lama. Tanpa ada usaha dari individu untuk mengubah pemikiran tersebut menjadi suatu yang lebih positif maka pemikirannya akan tetap seperti itu. Pemikiran yang negatif yang timbul dapat berupa apa saja namun efeknya tetap sama yaitu membuat kondisi seseorang menjadi tidak nyaman dikarenakan sering kali memikirkan hal tersebut. Pemikiran dapat berupa perasaan tidak mampu, merasa tidak memiliki keahlian, tidak siap dan sebagainya.

3) Perilaku

Orang yang cemas menghadapi dunia kerja akan berperilaku menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi, meninggalkan situasi ketika kecemasan mulai terjadi dan mencoba melakukan banyak hal secara sempurna dan mencoba mencegah bahaya. Cemas menghadapi dunia kerja biasanya ditandai dengan adanya

usaha untuk menghindari situasi yang menyangkut seputar dunia kerja misalnya informasi-informasi tentang dunia kerja atau pertanyaan-pertanyaan seputar dunia kerja. perilaku ini terjadi dikarenakan individu merasa dirinya terganggu dan merasa tidak nyaman.

4) Suasana hati

Suasana hati yang cemas menghadapi dunia kerja meliputi perasaan gugup, jengkel, cemas dan panik. Suasana hati juga dapat berubah secara tiba-tiba ketika ia dihadapkan pada kondisi yang memunculkan kecemasan tersebut. Perasaan gugup dan panik dapat memunculkan kesulitan dalam memutuskan sesuatu. Misalnya dalam hal keinginan dan minat.²²

Jadi aspek-aspek kecemasan menghadapi dunia kerja adalah reaksi fisik, pemikiran, perilaku dan suasana hati.

d. Faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja

Zimbardo dan Gevvig, mengemukakan mengenai beberapa pencetus timbulnya kecemasan yang disebabkan oleh beberapa hal yaitu:

- 1) Faktor Biologis
- 2) Faktor Psikodinamik
- 3) Faktor Behavioral
- 4) Faktor Kognitif

²² Greenberger, D & Padesky, A. C, *Manajemen Pikiran*, (Bandung: Kaifa, 1995).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Kajian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni Jurusan Psikologi dan pada tahun 2008 dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan pengambilan keputusan dalam karir (pada siswa kelas 2 SMKN 3 Pekanbaru)” isi penelitian ini adalah terdapatnya hubungan antara kepercayaan diri dengan pengambilan keputusan dalam karir pada siswa kelas 2 SMKN 3 Pekanbaru. Bentuk kepercayaan diri dengan pengambilan keputusan dalam karir adalah positif, hal ini berarti bahwa semakin percaya diri siswa terhadap ke mampuannya maka akan semakin tepat pengambilan keputusan dalam hal karir yang ia lakukan, sebageaian besar siswa kelas 2 SMKN 3 Pekanbaru kepercayaan diri yang tinggi sebesar 62,27%.

Persamaan dalam penelitian tersebut adalah sama sama meneliti tentang kepercayaan diri. Sedangkan perbedaannya adalah terletak pada objek penelitian yaitu kecemasan menghadapi dunia kerja.

2. Isa Mariana, Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau tahun 2016 meneliti dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada remaja 12-22 tahun di Panti Asuhan As-Shohwah Pekanbaru” hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja 12-22 tahun di Panti Asuhan As-Shohwah Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Persamaan dalam kajian penelitian tersebut dengan kajian penelitian penulis adalah sama-sama meneliti tentang Kepercayaan Diri. Sedangkan perbedaannya adalah terletak pada variabel Y penelitiannya yaitu Kecemasan.

C. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel

1. Konsep Operasional

Konsep operasional adalah konsep yang digunakan untuk menjelaskan konsep teoritis agar mudah dipahami. Selain itu konsep operasional juga berguna untuk mempermudah mencari data-data lapangan.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga kemungkinan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan.

Sikap kepercayaan diri merupakan kemampuan untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat digunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Orang yang percaya diri biasanya mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, maupun menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berfikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya.

Kecemasan menghadapi dunia kerja mempunyai aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Reaksi fisik
- b. Pemikiran

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Perilaku
- d. Suasana hati

Sesuai dengan masalah dalam penelitian ini, yang akan dicari adalah Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Konsentrasi Karir dan Industri Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Suska Riau dengan kerangka teoritis diatas penulis melanjutkan ke operasional variabel.

2. Operasional Variabel

Operasional variabel merupakan penjelasan dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian terhadap indikator-indikator yang membentuknya. Dalam operasional variabel Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Konsentrasi Karir dan Industri Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Suska Riau didapatkan indikator-indikator sebagai tolak ukur dalam penelitian lapangan.

Tabel 2.1
Operasional Variabel X dan Y

Variabel Penelitian	Indikator
Kepercayaan Diri(X)	1. Konsep Diri.
	2. Harga Diri
	3. Pendidikan
	4. Pengalaman ²³
kecemasan (Y)	1. Reaksi Fisisk
	2. Pemikiran
	3. Perilaku
	4. Suasana Hati ²⁴

²³ Santrok, John W. Adolesscencem, *Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga,2003)l 315.

²⁴ Greenberger, D & Padesky, A. C, *Manajemen Pikiran*, (Bandung: Kaifa,1995).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan kepada teori dan belum menggunakan fakta oleh karena itu setiap penelitian yang dilakukan memiliki suatu hipotesis atau jawaban sementara terhadap penelitian yang akan dilakukan dari hipotesis tersebut akan dilakukan penelitian lebih lanjut untuk membuktikan apakah hipotesis tersebut benar adanya atau tidak benar.

Hipotesa dibagi menjadi dua yaitu hipotesa alternative dengan diberikan symbol (H_a) dan hipotesa nihil (H_o). Adapun hipotesa alternative dan hipotesa nol (nihil) dalam penelitian ini adalah:

1. H_a (Hipotesa Alternatif) : terdapat hubungan positif yang signifikan antar kepercayaan diri dan kecemasan .
2. H_o (Hipotesa Nihil) : tidak terdapat hubungan positif yang signifikan antar kepercayaan diri dan kecemasan.