

**HUBUNGAN ANTARA KESTABILAN EMOSI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Kepada

**Program Pascasarjana Universitas Surakarta Untuk Memenuhi
Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Magister Sains Psikologi
Program Studi Magister Sains Psikologi**



Oleh

LIES TRIATI NUR

S. 300.110.020

**PROGRAM MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2013

**HUBUNGAN ANTARA KESTABILAN EMOSI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL**

Penelitian Dilakukan Pada Siswa SMK Muhammadiyah Pekalongan

Tahun Ajaran 2012/2013

NASKAH PUBLIKASI

Disusun guna Memenuhi Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Magister Sains Psikologi

Oleh

LIES TRIATI NUR

NIM S.300110020

Disetujui Oleh

Pembimbing I

Tanggal 20 Nopember 2013



Taufik Kasturi, S.Psi,M.Si,Ph.D

ABSTRAK

HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Subyeknya adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan yang berjumlah 269 siswa. Alat ukur yang digunakan adalah skala kestabilan emosi, skala kepercayaan diri dan skala kecemasan menghadapi ujian Nasional. Metode analisis data menggunakan analisis regresi berganda dengan Program SPSS 17. Hasil analisis data menunjukkan ada hubungan yang negative dan signifikan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi R sebesar $0,341F_{regresi} = 5,076$; $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Sumbangan efektif variable antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional 11,6 %, berarti masih 88,4 % variabel lain yang berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi Ujian Nasional dan ada hubungan negative signifikan antara kestabilan emosi dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi ($=r_{xly}$) sebesar $-0,269$ dengan $p = 0,01$ ($p < 0,05$). Sumbangan efektif variable kestabilan emosi dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional 7,23% juga ada hubungan negative signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi ($=r_{xly}$) sebesar $-0,260$ dengan $p = 0,013$ ($p < 0,05$). Sumbangan efektif variable antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional 6,76%

Kata Kunci : Kestabilan Emosi, Kepercayaan Diri, Kecemasan Menghadai Ujian Nasional

This study aims to determine the relationship between emotional stability and self-confidence with anxiety in facing national exam. The subject is 269 third year students in SMK Muhammadiyah Pekalongan. Measuring instrument used was questionnaire. Method of data analysis used multiple regression analysis with SPSS 17 program. The result shows that there is a negative-significant relationship between emotional stability and self-confidence with anxiety in facing National Examination. It is showed with correlation coefficient of R accounted for $0,341F_{regresi} = 5,076$; $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Furthermore, the effective contribution of emotional stability and self-confidence with national examination anxiety is accounting for 11.6%. It indicates that the rest percentage (88,4%) is another possible variable which can have impacts to the anxiety stability in facing national examination, and there is a negative significance between emotional stability with national examination anxiety. As

seen on the correlation coefficient ($=r_{xy}$), accounting for -0,269 with $p = 0,01$ ($p < 0,05$). Even so, effective contribution for variable of emotion stability with national examination anxiety, accounted for 7,23%. Also, there is a negative-significant between self-confidence with national examination anxiety which is shown with correlation coefficient ($=r_{xy}$), accounting for -0,260 with $p = 0,013$ ($p < 0,05$). Nevertheless, effective contribution for variable of self confidence with national examination anxiety is 6,76%.

Keywords : Emotional Stability , Confidence , Anxiety in facing National Exam

PENDAHULUAN

Ujian Nasional dipandang oleh siswa memiliki kedudukan yang sangat penting, sehingga siswa takut gagal. Hal itu ditegaskan oleh Nevid (2005) yang menyatakan bahwa keterfokusan siswa terhadap Ujian Nasional, menjadikan ujian Nasional sebagai salah satu sumber kecemasan bagi seorang siswa. Santrock (2007) menambahkan ketika menghadapi ujian siswa kadang merasa cemas atau khawatir saat menghadapi kesulitan di sekolah, seperti saat akan mengerjakan ujian.

Fenomena kecemasan menghadapi ujian Nasional merupakan fenomena yang umum terjadi di kalangan siswa, tidak terkecuali hal itu dirasakan pula oleh siswa SMK Muhammadiyah Pekalongan. Menurut Niahidayati (2010) perasaan tertekan, khawatir, dan takut akan kegagalan, yang dirasakan siswa saat menghadapi Ujian Nasional adalah hal yang paling membebani para siswa, sehingga untuk mengatasi sindrom yang menggejala tersebut diperlukan upaya persiapan dan dukungan integral dari aspek material, moral, mental, *psikologis*, *spiritual*, *intelektual* dan emosional yang dilakukan pihak yang terkait.

Ergene (2003) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi ujian sebagai perasaan khawatir, gelisah dan ketakutan meanggambarkan pengalaman subyektif selama proses berlangsungnya ujian yang termanifestasikan dalam kognitif, afektif, fisiologi. Kecemasan dan ketakutan dalam menghadapi Ujian yang berlebihan akan berpengaruh buruk terhadap siswa (Siti Nurlaela, 2011).

Menurut Nevid (2005) kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya yaitu faktor perilaku, kognitif dan emosional. bentuk dari faktor emosional yaitu stabilitas emosi ketika menghadapi stimulus dari luar yang dalam penelitian ini disebut dengan kestabilan emosi. Menurut Sharma (2006) bahwa kestabilan emosi bercirikan pribadi tegas, tidak mudah marah atau terganggu, seimbang dan mampu tetap dalam status yang sama. Emosi yang stabil menunjukkan emosi yang tetap, tidak mengalami perubahan, atau tidak cepat terganggu meskipun dalam keadaan sedang menghadapi masalah.

Kestabilan emosi adalah keadaan dimana individu mampu menaklukkan reaksi yang tidak berlebihan atas rangsangan yang diterima.

Kematangan pribadi dan kestabilan emosi dari siswa bukan dari faktor bawaan tetapi diperoleh dari pengalaman hidup, lingkungan dan faktor individu sendiri. Kestabilan emosi Siswa dalam menghadapi ujian nasional akan membawa pada ketenangan dan siap menghadapi ujian, sebaliknya siswa yang tidak stabil emosinya akan merasa takut, gelisah, dan cemas.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan berikutnya menurut Nevid (2005) yaitu faktor behavior atau perilaku dimana unsur kepercayaan diri sangat besar berpengaruh. Siswa yang menghadapi ujian terutama siswa SMK Muhammadiyah yang mengalami rasa takut dan cemas dalam menghadapi Ujian tak lepas dari perilaku kepercayaan diri yang ada padanya, contohnya siswa yang cemas menghadapi ujian karena memandang bahwa dirinya kurang belajarnya, merasa sulit terhadap materi yang diujikan justru akan mengakibatkan rasa percaya diri yang dimilikinya dapat menurun secara drastis, siswa yang punya kepercayaan diri rendah merasa tidak aman, ragu-ragu dan menyalahkan lingkungan sebagai penyebab siswa tersebut menghadapi masalah. Sebaliknya bila siswa sudah mempersiapkan diri dalam belajar dan mendapatkan motivasi atau dukungan dari teman sebaya, guru dan orang tua yang positif maka siswa tersebut mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dan siswa akan lebih siap dalam menghadapi Ujian.

Siswa maupun individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi memiliki perasaan tenang dalam menghadapi suatu permasalahan, selalu bersikap sabar, tabah dalam menghadapi kehidupan. Hal ini diperkuat oleh pendapat dari Luxori (2005) yang menyatakan bahwa seorang individu yang mempunyai rasa percaya diri akan senantiasa merasa bahwa ia adalah individu yang positif dan berpotensi bisa andil sekaligus bisa kerja sama dengan orang lain dalam berbagai macam segmen kehidupan, sedangkan menurut Hakim (2002) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala

aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat seseorang merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Menguji dan membuktikan secara empiris hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.
2. Menguji dan membuktikan secara empiris hubungan antara kestabilan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.
3. Menguji dan membuktikan secara empiris hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.

Hubungan Antara Kestabilan Emosi dan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

Ketakutan siswa tidak lulus dan tidak bisa mencapai standar nilai kelulusan yang sudah ditetapkan dalam menghadapi ujian menjadi salah satu faktor penyebab kecemasan siswa, hal ini ditegaskan oleh Nevid dkk (2005) yang menyatakan bahwa keterfokusan siswa terhadap Ujian Nasional menjadikan Ujian Nasional sebagai salah satu sumber kecemasan bagi seorang siswa.

Kecemasan akan menurun apabila siswa berupaya mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian nasional dengan belajar yang baik, mengikuti jam tambahan yang diadakan sekolah dengan disiplin, mengikuti tryout , ESQ dan juga dukungan dari keluarga.

Kematangan pribadi dan kestabilan emosi dari siswa tetap dan tidak terpengaruh oleh keadaan meskipun menghadapi masalah yaitu ujian maka akan membawa pada ketenangan dan siswa benar-benar secara emosi siap menghadapi ujian nasional, sebaliknya apabila siswa secara emosi tidak stabil ,

mudah terganggu dan reaksi berlebihan (Santrock, 2007), siswa harus stabil emosinya saat menghadapi ujian agar bisa melaksanakan ujian dan hasilnya baik.

Kepercayaan diri merupakan sikap, pikiran dan perasaan yang menimbulkan keyakinan kuat, berperilaku bertanggung jawab untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan memberikan suasana yang nyaman sehingga siswa mempunyai percaya diri yang tinggi dalam menghadapi ujian nasional.

METODE

Hipotesis pada penelitian ini ada hubungan negative antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional di SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Pada penelitian ini mengambil populasi siswa kelas 3 yang berjumlah 269, menggunakan Research Sampling. Subyek penelitian dilakukan secara random sampling. Pengumpulan data menggunakan metode angket, untuk analisis menggunakan regresi berganda.

HASIL

Hasil uji validitas angket kecemasan dalam menghadapi ujian nasional dalam tryout menunjukkan dari 50 aitem terdapat 5 aitem yang gugur sehingga dari 50 aitem terdapat 45 aitem yang valid dengan koefisien validitas bergerak dari 0,021 sampai 0,779

Hasil uji validitas angket kestabilan emosi dalam tryout menunjukkan dari 50 aitem terdapat 1 aitem yang gugur sehingga dari 50 aitem terdapat 49 aitem yang valid dengan koefisien validitas bergerak dari 0,242 sampai 0,809

Hasil uji validitas angket kepercayaan diri dalam tryout menunjukkan dari 50 aitem tidak ada yang gugur. validitas bergerak dari 0,274 sampai 0,798. Sedangkan hasil penelitian Uji Normalitas Sebaran Variabel kecemasan

menghadapi ujian nasional diperoleh koefisien normalitas K-S Z sebesar $Z = 0,740$; dengan signifikansi ($p = 0,637$; ($p > 0,05$) yang berarti sebarannya normal. Hasil uji normalitas sebaran dari variabel kestabilan emosi diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov $Z = 0,670$; dengan signifikansi ($p = 0,760$ ($p > 0,05$) yang berarti sebarannya normal. Hasil uji normalitas sebaran dari variabel kepercayaan diri diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov $Z = 0,978$.; dengan signifikansi ($p = 0,295$ ($p > 0,05$) yang berarti sebarannya normal.

Berdasarkan uji linieritas hubungan Variabel kestabilan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian nasional mempunyai korelasi linier, hal ini ditunjukkan oleh nilai $F_{\text{linearity}} = 6,545$ signifikansi ($p = 0,684$ ($p > 0,05$). Variabel Kepercayaan diri dengan variable kecemasan menghadapi ujian nasional menunjukkan korelasi linier, hal ini ditunjukkan oleh nilai $F_{\text{linearity}} = 5,642$, signifikansi ($p = 0,856$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional.

Total sumbangan efektif tiap aspek untuk variable kestabilan emosi dan kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional adalah sebesar 11,6 %, yang ditunjukkan dari koefisien determinasi nilai $R^2 = 0,116$ Jadi pengaruh kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional sebesar 11,6% hal ini berarti masih terdapat (88,4%) faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi ujian nasional.

Variabel kecemasan mempunyai rerata empiric sebesar 125,33 dan rerata hipotetik sebesar 87,41 yang berarti kecemasan pada subyek penelitian tergolong rendah, variable kestabilan emosi diketahui mempunyai rerata empiric sebesar 125,33 dan rerata hipotetik sebesar 122,5 yang berarti kestabilan emosi pada subyek penelitian tergolong sedang dan variable kepercayaan diri diketahui mempunyai rerata empiric sebesar 151,17 dan rerata hipotetik sebesar 125 yang berarti kepercayaan diri pada subyek penelitian tergolong tinggi

Hasil analisa data menunjukkan koefisien korelasi $R = 0,341$ $F_{\text{regresi}} = 5,706$; $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Berarti ada hubungan yang signifikan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional, semakin tinggi kestabilan emosi dan kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Temuan ini didukung oleh pendapat Sri Juwita, dkk (2011) seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki kemampuan mengontrol dirinya dalam situasi yang berpotensi menimbulkan kecemasan, seperti berbicara di depan umum, bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu. Artinya individu tidak terburu-buru dan gegabah dalam melaksanakan sesuatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, 2005. *Manajemen Perasaan-Kiat Sukses Mengendalikan Perasaan*. Media Qalbu
- Andriani,A,2007. Pengaruh meditasi terhadap kestabilan emosi siswa SMU. *prints.unika.ac.id/834/1/01.40.0132_Annn_Andriani.pdf*
- Andri, Y.P. 2007. Teori Kecemasan Berdasarkan Psikoanalisis Klasik dan berbagai Mekanisme Pertahanan terhadap Kecemasan. *Majalah Kedokteran Indonesia*. Volume: 57 No.7. 233-238.
- Apriliagustiana. 2012. Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Artikel*. <http://apriliagustiana.blogspot.com/2012/12/makalah-kecemasan-siswa-dalam.html> .Diakses tanggal 24 Maret 2013
- Anyudubalu, CC. 2010. Self Efficacy, Anxiety, and Performance in The English Language Among Middle-School Students in English Language Program in Satri si Suriyothai School, Bangkok. *International Journal of Human And Social Sciences*. Volume : 5. 193-198.
- Alsa. 2004. *Pendekatan kuantitatif, kualitatif serta kombinasi dalam penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S.2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Ashiriati. 2006. Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik pada SLB-D YPAC Semarang. *Jurnal psikologi*. Volume.1. 1.34-42.
- Azwar,S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____ 2009. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____ 2010. *Pengantar psikologi Intelegensi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Blackburn,I.M, Davidson . M. 1995. *Cognitive Therapy For Depression and Anxiety, a Practitioner's Guide*. USA: Blackwell science Ltd.
- Covassin, T , Pero.S. 2004. The Relationship Between Self Confidence, Mood, State and Anxiety among Collegiate Tennis Players. *Journal of sport behavior*, Volume.27.342-348.

- Depdiknas (2003) *UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS*, Jakarta.
- Durand,V.M, Barlow, DH. 2006. Terjemahan: Intisari *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ergene,T.(2003). Effective Interventions on test anxiety reduction :A Metaanalysis.School psychology International, 24, 313-328.
- Hidayat.F 2012. Kecemasan Siswa kelas XII jurusan Teknik Audio Video dalam menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal akhir*
<http://eprints.uny.ac.id/6617/1/JURNAL>. Diakses tanggal 3 Maret 2013.
- Feist, G.J. 2006. Terjemahan: *Theory of Personality* Edisi keenam. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Florrentino. 2008. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas VII SMP Santa Maria Fatima. *Jurnal Psikologi-Edukasi.Volume. 6. 21-23*.
- Froggatt. 2003. *Free From Stress. Panduan untuk mengatasi Kecemasan*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Hadi, S. 2000. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: ANDI.
- _____ 2000. *Manual SPS Paket Midi*. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- _____ 2004. *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta : ANDI.
- _____ 2007. *Metodologi Research Jilid 3* Yogyakarta : ANDI.
- Harris, 2006. Tahap Kestabilan Emosi Pelajar di Sebuah Kolej Kediaman Institusi Pengajian Tinggi Awam Malaysia.
http://eprints.utm.my/158/3/MohamedAlfianHarris2006_Tahapkestabilanemosipelajardi
- Hakim. 2005. *Mengatasi Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Herdiani. 2012. Pengaruh Expressive writing pada kecemasan menyelesaikan skripsi. *Jurnal Ilmiah Universitas Surabaya.Vo.1.1.54-66*.
- Hurlock, E.B. Alih Bahasa : Istiwidayanti dan Soedjarwo (2009). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pengantar Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta : Penerbit Erlangga.

- Kendall, P. & Hammen, C. 1998. *Abnormal Psychology: Understanding Human Problems*. Second Edition. Boston: Hoghton Mifften Company.
- Kartono, 2008. *Psikologi Wanita*. Bandung: Alumni.
- Maisaroh. 2011. Religiutisitas dan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Madrasah Aliyah. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, volume 6.2.15-23.
- Muris,P. 2002. Relatonship Between Self-Efficacy and Symptoms of Anxiety Disorders, and Depression in a Normal Adolescent. *Personality and Individual Differences*. Volume .32. 337-348.
- Nevid,JS,Rathus,SA, Greene,13. 2005. *Psikologi Abnormal*. Edisi ke 5 jilid 1. Alih bahasa oleh Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Niahidayati,2010.MengatasiSindromUjianNasional.Artikel.
<http://www.niahidayati.net/mengatasi-sindrom-ujian-nasional.html>
- Nurlaela.S.2011. Pelatihan efikasi diri untuk menurunkan kecemasan pada siswa-siswi yang akan menghadapi ujian akhir Nasional. *Jurnal Guidaena.vol.1.1.26-35*.
- Puspitasari,dkk. 2010. Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasam Menjelang Ujian Nasional (UN) Pada Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta.
http://eprints.undip.ac.id/24776/1/Dukungan_sosial_teman_sebaya_dan_kecemasan_UAN.pdf
- Rosyidah.FD. 2010. Hubungan konsep diri dengan kecemasan dalam menghadapi UAN pada siswa kelas VI SD Muhammadiyah 6 Mergosono Malang.
<http://fpsikologi.wisnuwardhana.ac.id/index.php?option=com...task...>
- Saepul Anwar.2011.Studi Realiltas tentang Kompetensi Kepribadian Guru Pendidikan Agama Islam Sekolah Menengah ataas diKabupaten Bandung Barat. *Jurnal Pendidikan agama Islam .vol.9.2,hal,154-155*
- Santrock,JW. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Terjemahan: Wibowo,T. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sheema,A.2005. Emotional Stability Among College Youth. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology*, Vol.31.1-2,hal.100-102
- Shadily.H.2002. *Ensiklopedi di Indonesia- edisi khusus*. Jakarta: PT.Ichtiar Baru Hoeve.

- Sudrajad,A.2008. Memahami emosi individu *Artikel Pendidikan*
akhmadsudrajat.wordpress.com/.../memahami-emosi-individu/ diakses
 tanggal 3 April 2013
- Susilowati.E 2013. Kematangan emosi dengan Penyesuaian social pada siswa
 SMP Malang. *Jurnal Online Psikologi Vol.01.01.2013.*
<http://ejournal.umm.ac.id>
- Soenpit. 2012. Perbedaan jenis kelamin ditinjau dari jenis kelamin.
repository.library.uksw.edu/handle/123456789/1488
- Sharma.S. 2006. Emotional Stability of Visually Disabled In Relation to Their Study
 Habits. *Journal of the Indian Academy of Applied
 Psichology.Vol.32.1.hal.30-32.*
- Sri Juwita,dkk.2011.Hubungan Kepercayaan diri dengan Kecemasan berbicara
 didepan umum pada Mahasiswa Univaearsitas Abdurrab Pekanbaru.
[http://vano2000.wordpress.com/2011/07/20/hubungan-kepercayaan-diri-
 dengan-kecemasan-berbicara-di-depan-umum-pada-mahasiswa/](http://vano2000.wordpress.com/2011/07/20/hubungan-kepercayaan-diri-dengan-kecemasan-berbicara-di-depan-umum-pada-mahasiswa/)
- Sukmadinata. 2006. *Landasan Psikologis Proses Pendidikan.* Bandung: Rosda
 Karya.
- Supriyantini. 2010. Perbedaan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Antara Siswa
 Program Reguler dengan Siswa Program Akselerasi.
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3650/1/10E00545.pdf>
 diakses tanggal 9 April 2013
- Suryabarata.2009. *Metodologi Penelitian.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hakim. 2005. *Mengatasi Rasa Percaya Diri.* Jakarta: Puspa Swara
- Yunita.2012. Hubungan antara Manajemen diri dengan tingkat kekecemasan
 pada penderita hipertensi. *Artikel. psychology.uui.ac.id/images/stories*
- Yusuf, S.2008.Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung : Remaja
 Rosdakarya
- Walgito. 2004. *Pengantar Psikologi Umum.* Yogyakarta: Andi Offset.