

**HUBUNGAN KESADARAN BERAGAMA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM BERKARIR PADA SISWA KELAS XII
DI SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



Salsabilla Samudra Rinjani
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R
NIM: D20195061

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
2023**

**HUBUNGAN KESADARAN BERAGAMA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM BERKARIR PADA SISWA KELAS XII
DI SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam

Oleh:

Salsabilla Samudra Rinjani
NIM: D20195061



Disetujui Pembimbing

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER
Muhammad Muhib Alwi, S.psi, M.A.
NIP. 197807192009121005

**HUBUNGAN KESADARAN BERAGAMA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM BERKARIR PADA SISWA KELAS XII DI SMA
UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
Persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam

Hari : Selasa
Tanggal : 12 Desember 2023

Tim Penguji

Ketua Sidang

(Arrumaisha Fitri, M.Psi.)
NIP. 198712232019032005

Sekretaris

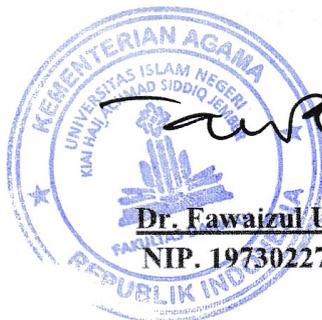
(Nasobi Niki Suma, M.Sc.)
NIP. 198907202019031003

Anggota :

1. Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag.
2. Muhammad Muhib Alwi, MA.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah



Dr. Fawaizul Umam, M.Ag
NIP. 197302272000031001

MOTTO

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۗ وَاللَّهُ جُنُودَ السَّمٰوٰتِ
وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ۙ

Artinya: “ Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Milik Allahlah bala tentara langit dan bumi dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha bijaksana.”¹ (Al-Qur’an Surah Al-Fath: 4)



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

¹ Al-Qur’an Surah Al-Fath: 4

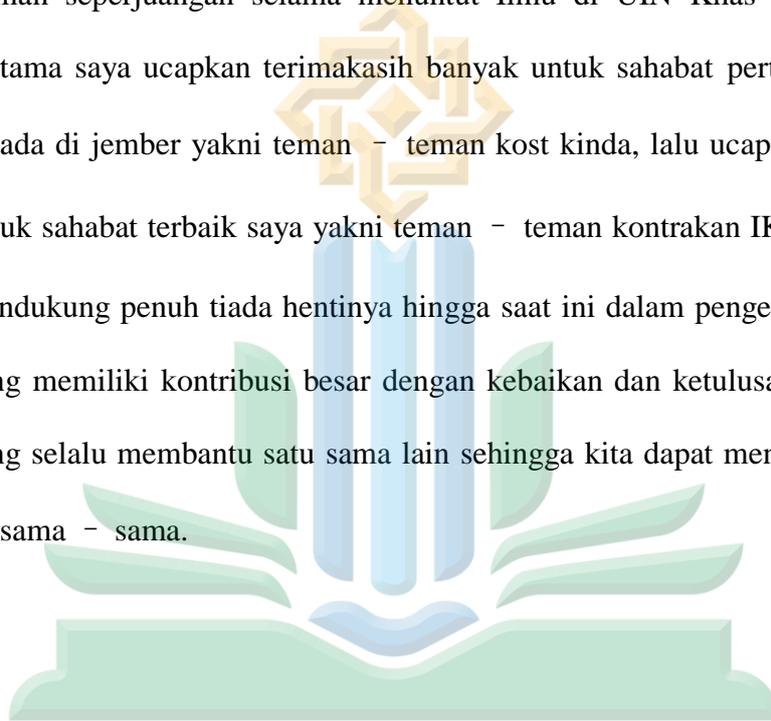
PERSEMBAHAN

Puji syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT yang selalu senantiasa melimpahkan rahmat serta hidayahnya hingga pada akhirnya karya ini dapat terselesaikan, serta sholawat dan salam tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah SAW karena perjuangannya dari zaman jahiliyah menuju zaman islamiah saat ini sehingga kita semua dapat menikmati indahnya mencari Ilmu.

Betapa bersyukur dan bahagianya saya akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang dalam pengerjaannya tentu banyak sekali perjuangannya, baik dari pikiran, materi, dan tenaga. Karya ini dipersembahkan bukan hanya sebagai syarat memperoleh gelar psikologi (S.Psi). Namun karya ini ditulis juga bertujuan untuk menjadi salah satu rujukan bagi SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya dalam meningkatkan kesadaran bergama pada siswa yang memiliki kecemasan dalam berkarir. Tak lupa, karya ini juga saya persembahkan untuk orang - orang yang telah mendukung dan memiliki kontribusi dalam pengerjaannya. Sehingga membuat saya selalu memiliki semangat dalam menggapai cita-cita. Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Ayahanda Hairul Anwar dan Ibunda Varia Indah Subekti yang telah membesarkan saya, mendidik saya, memberikan kasih sayang yang tiada batasnya dengan sepenuh hati. Terimakasih atas dukungan dalam bentuk tenaga dan do' a yang tidak pernah terputus agar saya tetap menjadi anak kebanggaan yang diharapkan dapat berguna untuk orang sekitar, agama, dan bangsa.

2. Adik Tercinta saya Luna Aura Ramadhan yang senantiasa selalu peduli pada keadaan dan kesehatan saya selama saya menuntut Ilmu di luar kota, serta dukungan yang tiada henti dan selalu berharap agar saya dapat segera menyelesaikan karya ini.
3. Teman seperjuangan selama menuntut Ilmu di UIN Khas Jember. Yang pertama saya ucapkan terimakasih banyak untuk sahabat pertama saya saat berada di jember yakni teman - teman kost kinda, lalu ucapan terimakasih untuk sahabat terbaik saya yakni teman - teman kontrakan IKR yang selalu mendukung penuh tiada hentinya hingga saat ini dalam pengerjaan karya ini yang memiliki kontribusi besar dengan kebaikan dan ketulusan hati mereka yang selalu membantu satu sama lain sehingga kita dapat menyelesaikannya bersama - sama.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT yang selalu senantiasa melimpahkan rahmat serta hidayahnya hingga pada akhirnya karya ini dapat terselesaikan, serta sholawat dan salam tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah SAW karena perjuangannya dari zaman jahiliyah menuju zaman islamiah saat ini sehingga kita semua dapat menikmati indahnya mencari Ilmu.

Betapa bersyukur dan bahagianya saya akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang dalam pengerjaannya tentu banyak sekali perjuangannya, baik dari pikiran, materi, dan tenaga. Karya ini dipersembahkan bukan hanya sebagai syarat memperoleh gelar psikologi (S.Psi). Namun karya ini ditulis juga bertujuan untuk menjadi salah satu rujukan bagi SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya dalam meningkatkan kesadaran bergama pada siswa yang memiliki kecemasan dalam berkarir. Tak lupa, karya ini juga saya persembahkan untuk orang - orang yang telah mendukung dan memiliki kontribusi dalam pengerjaannya. Sehingga membuat saya selalu memiliki semangat dalam menggapai cita-cita. Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., M.M., CPEM. selaku Rektor Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember.
2. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah beserta jajarannya yang telah memberikan izin dan memfasilitasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi.

3. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi. selaku Kaprodi Psikologi Islam yang telah menyalurkan Ilmunya selama menuntut Ilmu di Uin KH. Achmad Siddiq Jember.
4. Bapak Muhammad Muhib Alwi, M.A. Dosen Pembimbing yang senantiasa dengan kesabarannya membantu dan membimbing dengan teliti serta memberikan arahan yang baik dalam membantu proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak / Ibu Dosen Fakultas Dakwah khususnya prodi Psikologi Islam yang telah menyalurkan Ilmunya selama menuntut Ilmu di Uin KH. Achmad Siddiq Jember dan membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Seluruh teman - teman Psikologi Islam 2 yang telah memberikan dukungan dan semangat. Dan terimakasih atas pengalaman, ilmu, serta kebaikan yang sangat berharga di 4,5 tahun ini selama menuntut ilmu di UIN KH.Acmhmad Siddiq Jember.

Akhirnya, semoga amal baik serta ilmu yang Bapak/Ibu berikan kepada penulis mendapat balasan baik dari Allah SWT.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Jember, 11 November 2023

Penulis

ABSTRAK

Salsabilla Samudra Rinjani, 2023: *Hubungan Kesadaran Bergama Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Berkarir Pada Siswa Kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.*

Kata Kunci: Kesadaran Beragama, Kecemasan Dalam Berkarir, Siswa

Menjadi seorang siswa pastinya memiliki banyak kewajiban akademik yang diselesaikan terutama pada siswa SMA tingkat akhir atau siswa kelas XII. Kewajiban akademik pada siswa SMA tingkat akhir yang harus diselesaikan dapat membuat siswa merasa cemas. Kecemasan pada masa depan yang dialami oleh individu disebabkan oleh individu yang selalu menilai dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi situasi yang akan diperkirakan. Mengenai penjelasan kecemasan tersebut, maka diperlukannya cara menangani kecemasan pada karir, yaitu salah satunya dengan melalui keberagaman atau kesadaran bergama. Kesadaran beragama adalah proses akumulasi seluruh pengalaman kehidupan, sehingga dapat menjadikan individu selalu menghadirkan nilai positif sesuai ajaran agama. Orang yang memiliki kesadaran agama yang baik maka akan lebih mudah untuk membangun motivasi hidup, melakukan penyesuaian diri, dan mampu menunjukkan sikap yang baik kepada seseroang. Kesadaran beragama yang dilandasi dengan kehidupan beragama maka dapat menunjukkan kematangan sikap dalam menangani berbagai masalah, terbuka terhadap semua realitas atau empiris, serta mempunyai arah yang jelas dalam mengatur kehidupan.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan amanatul ummah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kesadaran beragama dengan tingkat kecemasan pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Metode pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel pada penelitian ini sebanyak 151 siswa sehingga seluruh populasi dijadikan sampel. Karena sampel yang digunakan ialah seluruh siswa kelas XII maka teknik yang digunakan dalam teknik pengambilan sampel ialah teknik sampling jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan kuesioner yang di dalamnya berisi tentang skala kesadaran bergama dan skala kecemasan dalam berkarir. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan korelasi pearson product moment.

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| MOTTO..... | iv |
| PERSEMBAHAN..... | v |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| ABSTRAK..... | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| E. Ruang Lingkup Penelitian..... | 10 |
| F. Definisi Operasional..... | 16 |
| BAB II..... | 18 |
| KAJIAN PUSTAKA..... | 18 |
| B. Kajian Teori..... | 24 |
| 1. Kesadaran Beragama..... | 24 |
| 2. Kecemasan..... | 32 |
| 3. Kecemasan Dalam Berkarir..... | 39 |
| 4. Hubungan Antara Kesadaran Beragama Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Berkarir..... | 48 |
| BAB III..... | 51 |
| METODE PENELITIAN..... | 51 |
| A. Pendekatan dan Jenis Penelitian..... | 51 |
| B. Populasi dan Sampel..... | 52 |
| C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data..... | 53 |
| 1. Uji Validitas..... | 59 |

| | |
|---|----|
| 2. Uji Reliabilitas..... | 65 |
| D. Analisis Data | 67 |
| BAB IV | 69 |
| PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS..... | 69 |
| A. Gambaran Obyek Penelitian | 69 |
| 1. Profil SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya | 69 |
| 2. Sejarah SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya | 69 |
| 3. Letak Geografis SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya | 71 |
| 4. Visi dan Misi | 72 |
| 5. Total Siswa SMA Amanatul Ummah Surabaya..... | 72 |
| 6. Kegiatan SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya..... | 74 |
| E. Penyajian Data | 75 |
| 1. Deskripsi Responden Berdasarkan Jumlah Siswa..... | 75 |
| 2. Deskripsi Hasil Penelitian | 76 |
| F. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis | 78 |
| 1. Uji Normalitas | 78 |
| 2. Uji Linearitas | 79 |
| 3. Uji Hipotesis..... | 80 |
| BAB V..... | 88 |
| PENUTUP..... | 88 |
| A. Kesimpulan | 88 |
| B. Saran..... | 88 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 90 |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 J E M B E R

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu | 21 |
| Tabel 3.1 Skala Likert | 55 |
| Tabel 3.2 Uji Coba Blue Print Skala Kesadaran Beragama | 56 |
| Tabel 3.3 Uji Coba Blue Print Skala Kecemasan Dalam Berkarir | 58 |
| Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Kesadaran Beragama setelah di Uji Validitas | 65 |
| Tabel 3.5 Hasil Uji Kesadaran Beragama | 66 |
| Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Kecemasan Dalam Berkarir setelah di Uji Validitas | 68 |
| Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Kecemasan Dalam Berkarir | 70 |
| Tabel 3.8 Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas | 66 |
| Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kesadaran Beragama | 66 |
| Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Skala Kecemasan Dalam Berkarir | 66 |
| Tabel 4.1 Jadwal Kegiatan Siswa Kelas X-XII Hari Senin – Jum’at | 74 |
| Tabel 4.2 Jadwal Kegiatan Siswa Kelas X-XI Hari Sabtu | 74 |
| Tabel 4.3 Jadwal Kegiatan Siswa Kelas XII Hari Sabtu | 75 |
| Tabel 4.6 Data Jumlah Siswa | 75 |
| Tabel 4.7 Hasil Deskripsi Data Kesadaran Beragama dan Kecemasan Dalam Berkarir | 76 |
| Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi Data Kesadaran Beragama | 77 |
| Tabel 4.9 Hasil Kategorisasi Data Kecemasan Dalam Berkarir | 77 |
| Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas | 78 |
| Tabel 4.11 Pedoman Uji Linearitas | 79 |
| Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas | 80 |
| TABEL 4.13 Hasil Uji Non-Parametrik | 81 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menjadi seorang siswa pastinya memiliki kewajiban akademik yang diselesaikan terutama pada siswa SMA tingkat akhir atau siswa kelas XII. Kewajiban akademik pada siswa SMA tingkat akhir yang harus diselesaikan dapat membuat siswa merasa cemas.² Kecemasan ialah suatu kondisi emosi khawatir, takut, serta keprihatinan terhadap situasi yang akan datang. Kecemasan merupakan salah satu emosi yang terjadi pada individu karena kecemasan merupakan pengalaman yang universal, yang bisa terjadi kapan saja dan dimana saja.

Kecemasan selalu disertai dengan gejala fisik seperti sakit kepala, jantung berdebar, dada terasa sesak dan perasaan tidak tenang.³ Gejala ini muncul berbeda – beda pada tiap individu. Individu yang mengalami kecemasan disebabkan karena beberapa faktor seperti: kesehatan, relasi sosial, akan menghadapi ujian, dan memikirkan karir. Menurut Nevid, Rathos, dan Green mengungkapkan jika kecemasan sangat erat terjadi hubungannya terkait karir masa depan.⁴ Berkarir adalah perjalanan panjang yang melibatkan serangkaian pilihan dan tindakan yang diambil

² Fitri Ukhtia et al, Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri. *Jurnal Psikologi Islami* Vol. 2 No. 2 Desember 2016 149-160, 150.

³ Haidarotul Milla, *Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama'ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang*, (Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, 2015).
2

⁴ Nevid J.S et al, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta, Erlangga, 2005). 23

seseorang untuk mengembangkan diri secara profesional. Hal tersebut tidak hanya sebatas pekerjaan yang dijalani, tetapi juga melibatkan pendidikan, pengalaman, dan pertumbuhan pribadi. Dalam era yang terus berubah ini, memiliki rencana karir yang baik dapat membantu seseorang mencapai tujuan jangka panjang dan meraih kepuasan dalam dunia profesional. Rahmawati menegaskan bahwa perencanaan yang matang diperlukan ketika membuat keputusan tentang karir seseorang, dengan mempertimbangkan bidang minatnya. Kematangan karir saat ini telah menjadi tinjauan tersendiri. Hal ini dikarenakan proses kematangan karir seseorang akan berpengaruh dalam melakukan pengambilan keputusan terkait karir yang diminatnya.⁵

Kecemasan pada masa depan yang dialami oleh individu disebabkan oleh individu disebabkan oleh individu yang selalu menilai dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi situasi yang diperkirakan. Kecemasan yang dirasakan oleh siswa tingkat akhir pada zaman sekarang timbul dikarenakan berbagai macam tekanan serta ekspektasi berlebih yang datang dari berbagai sumber seperti, orang tua, guru, teman sebaya dan lingkungannya. Tuntutan serta ekspektasi itulah yang membuat siswa merasa cemas akan karirnya, sedangkan seperti yang sudah kita ketahui bahwa kualitas diri pada masing – masing individu itu berbeda-beda

⁵ Khairunnisak, *Hubungan Antara Kematangan Karir Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Fresh Graduate Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*. (Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2019). 5.

Sistryaningsih menegaskan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi individu baik secara positif maupun negatif. Kecemasan dapat memiliki efek positif dan negatif pada seseorang. Ketika kecemasan tersebut pada tingkat ringan, hal itu dapat membantu individu untuk menjadi lebih kuat dan mengambil tindakan untuk memperkuat pertahanan mereka dan mengurangi perasaan cemas. Sedangkan dampak negatif kecemasan pada individu yaitu dapat menimbulkan gejala fisik yang mempengaruhi pada hasil belajar.⁶ Ketika kecemasan menghambat performa yang efektif, hal tersebut dikenal sebagai kecemasan yang merugikan atau *debilitating anxiety*.⁷ Hal tersebut juga sejalan dengan pernyataan Jeanne Ellis Ormrod bahwa tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengganggu kemampuan siswa untuk fokus dan berkonsentrasi.⁸

Timbulnya perasaan cemas juga dapat diakibatkan karena perasaan bertentangan antara emosi naluriah dan perasaan pada satu sisi nilai – nilai moral yang membebaskan kemanusiaannya pada sisi lain. Sufi mengidentifikasi tiga faktor yang menyebabkan kecemasan⁹, yaitu: Hilangnya keimanan, menyembah tuhan selain Allah, penyimpangan dari moral – moral agama.

Menurut penjelasan mengenai kecemasan diatas, maka diperlukannya cara menangani kecemasan pada karir, yakni salah satunya dengan melalui keberagamaan atau religiusitas. Religiusitas atau religi

⁶ Tika, *Hubungan Antara Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Universitas Islam Riau*. (Skripsi Universitas Islam Riau, Pekanbaru, 2020). 21

⁷ Fitri Ukhtia et al, *Hubungan antara Religiusitas*, 151.

⁸ Fitri Ukhtia et al, 151.

⁹ Milla, *Hubungan Tawakal*. 3

(agama)¹⁰ adalah aturan atau kewajiban yang wajib ditaati supaya tetap terikat dan bersatu dalam hubungannya sesama Tuhan. Religi atau agama bukanlah sesuatu yang tunggal, namun merupakan sistem yang terdiri dari beberapa aspek salah satunya ialah kesadaran beragama atau religious consciousness.¹¹ Menurut bahasa, kesadaran beragama berasal dari kata “sadar” yang artinya insaf, yakin, merasa dan mengerti. Dan kesadaran yang artinya keadaan tahu, merasa ataupun keinsafan.¹² Dan kata beragama berasal dari kata “agama” yang artinya kepercayaan kepada Tuhan dengan menaati aturan – aturan serta kewajibannya yang berfungsi untuk mendekatkan diri kepada Tuhan.¹³ Setiap perilaku yang dilakukan dengan menganut, mengingat, dan mengamalkan ajaran agama dianggap kesadaran beragama. dengan kata lain, kesadaran beragama adalah salah satu aspek mental dan aktifitas keagamaan pada diri individu .¹⁴

Seperti halnya dengan pandangan tersebut, kesadaran beragama adalah bagian dari pengalaman kehidupan yang dapat menjadikan individu selalu konsisten untuk mewujudkan kebajikan sesuai ajaran agama.¹⁵ Kesadaran beragama yang baik meningkatkan kemungkinan mengembangkan motivasi hidup, membuat perubahan, dan mampu

¹⁰ M.A. Subandi, *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*, (Yogyakarta:Pustaka belajar, 2013).87.

¹¹ Subandi, *Psikologi Agama*. 87

¹² Anton M. Moeliono dkk, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990). 765.

¹³ Subandi, *Psikologi Agama*, 87.

¹⁴ Leni Agustina, Pengaruh Kesadaran Beragama Orangtua Terhadap Minat Menyekolahkan Anak ke Lembaga Pendidikan Islam di Desa Pujokerto Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah. (Skripsi Institut Agama Islam Negeri Metro, 2018). 27.

¹⁵ Leni Agustina, 27

berinteraksi secara positif dengan orang lain.¹⁶, kesadaran beragama dapat menunjukkan sikap kedewasaan dalam menangani berbagai masalah, menerima semua kenyataan, dan memiliki arah yang jelas dalam menjalani kehidupan.¹⁷

Berdasarkan hasil *Pra-survey* yang dilakukan peneliti di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya, pada sekolah tersebut siswa tingkat akhir atau siswa kelas XII memiliki banyak sekali kewajiban akademik yang harus diselesaikan seperti, latihan mengerjakan TryOut, mengerjakan soal UTBK, dan memfokuskan siswa tingkat akhir pada pelajaran yang disesuaikan untuk siswa yang ingin lanjut ke tingkat perkuliahan.¹⁸ Seperti hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 10 siswa yang ada di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya; 6 dari 10 siswa yang di wawancara mengalami cemas pada karirnya, diantaranya 4 dari ke 6 siswa yang cemas tersebut merasakan kecemasan dikarenakan takut tidak dapat bersaing dengan siswa lainnya diluar sana untuk melanjutkan impiannya ke Universitas favorit yang mereka impikan, dan 2 diantara 6 siswa yang cemas tersebut merasa kecemasan dikarenakan takut tidak bisa mendapatkan pekerjaan yang layak serta takut tidak dapat membahagiakan kedua orang tuanya. Lalu, 4 siswa lainnya dari 10 siswa yang telah di wawancara, mereka lebih merasa tenang dan menyerahkan semua jalan nasibnya kepada Tuhan karena mereka percaya jika nasib yang mereka dapatkan merupakan jalan terbaik

¹⁶ Leni Agustina, 29

¹⁷ Leni Agustina, 29

¹⁸ Observasi 10-11 Maret 2023, SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

yang telah Tuhan berikan, dan mereka juga percaya jika ketika mereka berserah diri kepada Tuhan dengan diimbangi oleh kerja kerasnya maka Tuhan akan memberikan jalan yang terbaik untuk hidupnya.¹⁹

Seperti yang sudah dijelaskan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Maisyaroh dan Falah menjelaskan jika adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kesadaran beragama dengan kecemasan, yang artinya makin tinggi tingkat kesadaran maka makin rendah tingkat kecemasan yang dialami.²⁰ Hal ini senada dengan firman Allah dalam Al-Qur'an surah Al-Ankabut ayat 60 terkait kecemasan pada masa depan yakni:

وَكَايِنٌ مِّنْ دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا ۗ اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ۖ ٦٠

Artinya: Betapa banyak hewan bergerak yang tidak dapat mengusahakan rezekinya sendiri. Allah-lah yang memberi rezeki kepadanya dan kepadamu. Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. (Al-'Ankabut/29:60)²¹

Jadi, maksud dari ayat tersebut ialah apabila manusia takut akan masa depan dan cobaan yang akan dihadapinya maka bertaqwalah kepada Allah. Ketahuilah bahwa musibah yang dihadapinya bukan akibat dari berbuat salah dan juga pula bukan akibat dari kesalahannya.

Ajaran Islam bersifat multidimensi yang artinya dimensi tersebut dapat memberikan efek berbeda pada setiap pemeluknya. Vasegh dan

¹⁹ Wawancara, Hari Jumat 10 Maret 2023, Dzaky, Adit, Danang, Sachky, Dena, Faiza, Kamila, Adynia, Shafira, Luqman.

²⁰ Fitri Ukhtia et al, *Hubungan antara Religiusitas*,151.

²¹ Al-Qur'an dan terjemahan, *Add-ins Microsoft Word*, Qur'an In Word Indonesia Versi 2.0

Mohammadi²² mengatakan jika kekuatan kesadaran beragama ke-Islaman seseorang dapat mengurangi kecemasan karena adanya faktor ketenangan dan jaminan keamanan. Spiritualitas dan agama memiliki berbagai tujuan sebagai inisiatif pencegahan yang berhubungan dengan kesehatan. Gardner dkk menemukan jika agama dapat menjadi faktor pelindung yang kuat untuk mencegah tindakan bunuh diri.²³ Selain penelitian yang berkaitan dengan spiritualitas secara umum, secara khusus penelitian tentang pengaruh do'a terhadap kesembuhan banyak dilakukan oleh para ahli. Dengan do'a secara positif dapat mempengaruhi berbagai macam penyakit. Seperti tekanan darah tinggi, luka, serangan jantung, sakit kepala, dan kecemasan.²⁴

Melihat kompleksnya permasalahan mengenai kecemasan yang telah diuraikan di atas, perlu adanya usaha untuk mengurangi kecemasan dalam berkarir yakni dengan memotivasi diri sendiri untuk belajar dengan sungguh – sungguh dan tidak lupa untuk percaya penuh kepada Tuhan sebagaimana Tuhan adalah *ar-rab* yang artinya maha pencipta dan pengatur alam semesta ini beserta isinya.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait permasalahan ini dalam sebuah skripsi dengan judul “Hubungan Kesadaran Beragama dengan Tingkat Kecemasan pada Siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya”.

²² Tika, *Hubungan Antara Religiusitas*. 24

²³ Subandi, *Psikologi Agama*, 120.

²⁴ Subandi, 122.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan penelitian masalah yaitu apakah ada hubungan antara kesadaran beragama dengan tingkat kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan gambaran tentang arah yang akan dituju dalam melakukan penelitian. Tujuan penelitian harus mengacu dan konsisten dengan masalah-masalah yang telah dirumuskan dalam fokus penelitian.²⁵ Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kesadaran beragama dengan tingkat kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ialah kontribusi yang akan diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Manfaat penelitian terdiri atas manfaat teoritis dan praktis.²⁶ Maka dalam penelitian ini manfaat penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Berdasarkan hasil penelitian nantinya dapat memberikan pengetahuan bagi siswa SMA Unggulan Amanatul Ummah lainnya terkait

²⁵ Zainal Abidin et al., *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jember: IAIN Jember, 2020), 39.

²⁶ Abidin, 39.

dengan pentingnya kesadaran beragama untuk mengatasi kecemasan dalam pemikiran karirnya.

- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai kajian ilmu psikologi dan kajian serta dapat menjadi referensi dan alat banding pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi pemahaman dan penelitian ini dapat dijadikan evaluasi serta penilaian diri terhadap hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir.

b. Bagi Insan Akademisi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta referensi mengenai hubungan kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir.

c. Bagi Lembaga Pemasarakatan

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan bagi pemasarakatan terkait pemahaman hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir.

d. Bagi Tokoh Agama

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan menambah wawasan pengetahuan serta referensi bagi tokoh agama dalam memberikan

bimbingan agama kepada masyarakat terkait hubungan kesadaran beragama dengan tingkat kecemasan dalam berkarir.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan dengan segala sesuatu berbentuk apa saja yang dapat ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga peneliti mendapatkan informasi terkait hal tersebut, lalu kemudian ditarik kesimpulannya. Pada variable dapat disimpulkan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan di dalam penelitian. Bisa dinyatakan jika variable penelitian dapat menjadi faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti.²⁷

a. Variabel bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas ialah variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable terikat.²⁸

Maka pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas ialah kesadaran beragama. (X).

b. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel terikat ialah variable yang menjadi akibat atau yang dipengaruhi, karena adanya variable bebas. Variabel terikat merupakan variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya pengaruh pada variabel lain. Pada penelitian ini variabel terikat adalah Kecemasan dalam berkarir. (Y).

²⁷ Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet. 38.

²⁸ Sugiyono. 39

2. Indikator Variabel

Indikator ialah variabel yang memberikan arahan serta petunjuk kepada peneliti untuk mengetahui kondisi tertentu yang akan digunakan untuk mengetahui perubahan yang terjadi.²⁹ Pada penelitian ini indikator variabel dibuat sesuai dengan jumlah variabel yang telah ditentukan yakni variabel bebas (*Independent Variabel*) dan variabel terikat (*Dependent Variabel*). Adapun indikator dan variabel yang terdapat pada penelitian ini adalah:

a. Aspek Kesadaran Beragama

Menurut Glock and Stark ada lima konsep dari kesadaran beragama yakni:

1) *The Ideological Dimension* atau Dimensi Keyakinan

Dimensi keyakinan ialah tingkatan pada keyakinan seseorang dimana individu tersebut dapat menerima hal – hal yang dogmatik pada agamanya. Misalnya pada agama islam, dimensi ini mencakup dalam rukun Iman yaitu Iman kepada Allah, Iman kepada Malaikat, Iman kepada Rasull, Iman kepada kitab – kitab, Iman kepada hari kiamat, Iman kepada Qada dan Qodar.³⁰

2) *The Ritual Dimension* atau Praktek Dimensi

Praktek dimensi adalah tingkatan pada seseorang terkait mengerjakan kewajiban ritual dalam agamanya.

²⁹ Sugiyono. 69

³⁰ Subandi, 88

Misalnya seperti agama islam, pada dimensi ini dikenal dengan rukun islam yakni: mengucapkan syahdat, mengerjakan shalat, membayar zakat, melaksanakan puasa pada bulan Ramadhan, dan menjalankan haji ke tanah suci bagi yang mampu.³¹

3) *The Experiential Dimension* atau Dimensi Pengalaman

Dimensi pengalaman dan penghayatan ialah perasaan kegamaan yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut ketika berbuat dosa, merasa do'a yang dipanjatkan terkabul, dan merasa diselamatkan Tuhan dan sebagainya. Dalam agama islam aspek ini ada pada Ilmu Tasawuf yang biasa dikenal dengan Aspek Ihsan.³²

4) *The Intellectual Dimension* atau Dimensi Pengetahuan

Dimensi pengetahuan ialah seberapa jauh individu mengetahui mengenai ajaran - ajaran agamanya, terutama pada kitab suci dan lain sebagainya. Dimensi pengetahuan juga dapat disebut dengan dimensi Ilmu. Pada agama islam dimensi ini termasuk dalam pengetahuan mengenai Ilmu Fiqih, Ilmu Tauhid, dan Ilmu Tasawuf.³³

³¹ Subandi, 88

³² Subandi, 89

³³ Subandi, 89

5) *Consequential Dimension* atau Dimensi Konsekuensi

Dimensi konsekuensi ialah dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku individu yang dimotivasi oleh ajaran agamanya dalam kehidupan sosial. Misalnya, ketika dia mengunjungi tetangga yang sedang sakit, berziarah ke tetangga yang wafat, memuliakan anak yatim paitu dan lain sebagainya. Dimensi ini juga dapat disebut dengan dimensi Amal.³⁴

Dimensi kesadaran beragama Glock dan Stark memang merupakan konsep yang sering digunakan pada penelitian psikologi agama di Indonesia.

b. Kecemasan dalam berkarir

Aspek-aspek kecemasan dalam berkarir dapat bervariasi untuk setiap individu, tetapi beberapa aspek umum yang sering muncul adalah sebagai berikut:

1) Ketidakpastian pekerjaan

Kecemasan dapat muncul ketika seseorang merasa tidak yakin tentang masa depan pekerjaan mereka. Hal ini terkait dengan ketidakstabilan ekonomi, perubahan teknologi, atau restrukturisasi perusahaan yang dapat mengancam keberlanjutan pekerjaan seseorang.

³⁴ Subandi, 89

2) Tekanan kinerja

Beban kerja yang tinggi dan tekanan untuk mencapai target atau standar kinerja yang tinggi dapat menyebabkan kecemasan. Rasa takut akan kegagalan atau tidak memenuhi harapan perusahaan atau atasan dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan ini.

3) Ketidakseimbangan kehidupan kerja

Kecemasan dapat muncul ketika individu merasa sulit untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Jika beban kerja yang berlebihan menghambat waktu dan energi yang diperlukan untuk kegiatan dan hubungan di luar pekerjaan, kecemasan dapat meningkat.

4) Persaingan dan pengembangan karir

Lingkungan kerja yang kompetitif dan kebutuhan untuk terus mengembangkan keterampilan dan kompetensi dapat menyebabkan kecemasan. Rasa takut akan ketinggalan atau gagal bersaing dengan rekan kerja dapat menjadi sumber kecemasan dalam berkarir.

5) Konflik nilai

Ketika nilai-nilai pribadi seseorang bertentangan dengan tuntutan atau praktik dalam pekerjaan mereka, kecemasan dapat timbul. Misalnya, jika seseorang merasa bahwa

pekerjaan mereka tidak konsisten dengan nilai-nilai moral atau agama yang mereka anut, hal itu dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan kecemasan.

6) Kurangnya pengakuan atau penghargaan

Kurangnya pengakuan atau penghargaan atas kinerja yang baik dapat menimbulkan ketidakamanan dan kecemasan. Rasa tidak adil atau merasa bahwa usaha yang dilakukan tidak dihargai dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu dalam konteks karir.

7) Konflik peran

Ketika individu menghadapi tuntutan yang saling bertentangan dari peran yang mereka miliki, seperti peran profesional, peran keluarga, dan peran sosial lainnya, kecemasan dapat muncul. Ketidakmampuan untuk memenuhi semua tuntutan ini dapat menyebabkan stres dan kecemasan yang berhubungan dengan karir.

Penting untuk diingat bahwa tingkat dan jenis kecemasan dalam berkarir dapat bervariasi antara individu.

Memahami aspek-aspek kecemasan yang mungkin muncul dalam konteks karir dapat membantu individu mengidentifikasi dan mengelola kecemasan mereka dengan lebih efektif.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah istilah yang digunakan untuk menjelaskan implementasi atau pelaksanaan suatu konsep, teori, atau prinsip dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, definisi operasional hubungan antara kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir akan menjelaskan bagaimana kesadaran beragama dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang dalam konteks karir mereka.

Hubungan kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir dapat didefinisikan sebagai hubungan antara pemahaman, penerimaan, dan pengamalan nilai-nilai agama dengan tingkat kecemasan yang dialami individu dalam menjalani karir atau pekerjaan mereka.

1. Kesadaran Beragama

Dalam konteks ini, mengacu pada pemahaman individu tentang nilai-nilai, keyakinan, dan prinsip-prinsip agama yang mereka anut. Ini melibatkan kesadaran terhadap tugas dan tanggung jawab moral dalam konteks profesional dan kerja, serta pengaruh yang agama miliki terhadap pandangan individu terhadap karir, tujuan hidup, dan hubungan dengan orang lain.

2. Kecemasan dalam berkarir

Dalam konteks ini, merujuk pada tingkat stres, kekhawatiran, atau ketidakpastian yang dialami individu dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab pekerjaan mereka. Faktor-faktor seperti tekanan kinerja, persaingan, ketidakpastian pekerjaan, dan keseimbangan

kehidupan kerja dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang dalam konteks berkarir.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan, dengan tujuan untuk dijadikan acuan peneliti serta dapat digunakan untuk menyempurnakan teori yang digunakan. Berikut adalah beberapa referensi dari penelitian terdahulu:

1. Haidarotul Milla, Skripsi tahun 2015, dengan judul skripsinya yakni “Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama’ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang”. Pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*). Berdasarkan hasil pada penelitian tersebut menunjukkan jika dari hasil perhitungannya secara statistik pada variabel tawakal yang diperoleh 17 subjek dari 20 subjek (85%) termasuk ke dalam kategori sangat tinggi menunjukkan jika jama’ah pengajian Al-Iman stasiun jerakah memiliki tawakal yang tinggi. Dan, dalam hasil perhitungan secara statistik pada variabel kecemasan yang diperoleh 20 subjek dari 20 subjek tersebut (100%) termasuk ke dalam kategori yang rendah, hasil tersebut menunjukkan jika jama’ah pengajian Al-Iman stasiun jerakah Semarang memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Dengan begitu kesimpulan dari hasil tersebut yakni, apabila seseorang

memiliki tingkat tawakal yang tinggi maka orang tersebut dapat membantuk sikap berfikir yang positif sehingga jama'ah tersebut tidak akan merasa khawatir ataupun cemas³⁵.

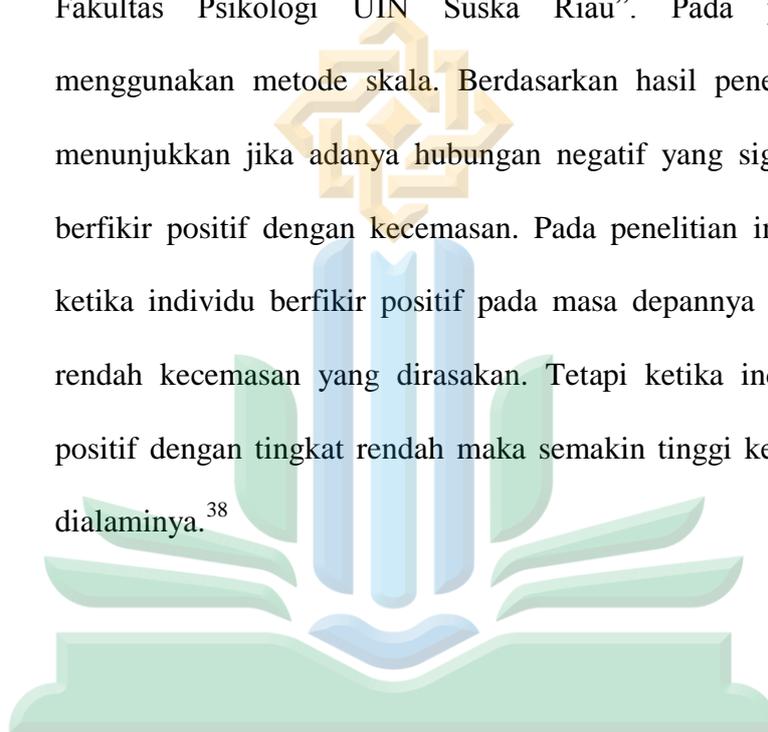
2. Tika, Skripsi tahun 2020, dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dengan tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Universitas Islam Riau”. Pada penelitian ini menggunakan skala untuk metode pengumpulan data. Skala penelitian ini menggunakan skala religiusitas dan skala kecemasan. Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut menunjukkan jika adanya hubungan antara religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Dari hasil tersebut menunjukkan jika semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan pada mahasiswa, dan sebaliknya jika semakin rendah religiusitas maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Islam Riau.³⁶
3. Fitri Ukhtia, Iredho Fani Reza, Zaharuddin, Jurnal tahun 2016, dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Berdasarkan hasil dari uji hipotesis ialah jika religiusitas memiliki hubungan yang signifikan

³⁵ Haidarotul Milla, *Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama'ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang*, (Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, 2015). 56.

³⁶Tika, *Hubungan Antara Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Universitas Islam Riau*. (Skripsi Universitas Islam Riau, Pekanbaru, 2020).64

terhadap kecemasan akademik pada siswa MAN di salah satu kota Palembang.³⁷

4. Hayuni Arsy, Skripsi tahun 2011, dengan judul “Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau”. Pada penelitian ini menggunakan metode skala. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan jika adanya hubungan negatif yang signifikan antara berfikir positif dengan kecemasan. Pada penelitian ini menjelaskan ketika individu berfikir positif pada masa depannya maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan. Tetapi ketika individu berfikir positif dengan tingkat rendah maka semakin tinggi kecemasan yang dialaminya.³⁸



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

³⁷ Fitri Ukhtia et al, *Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri*. Jurnal Psikologi Islami Vol. 2 No. 2 Desember 2016 149-160:158.

³⁸ Hayuni Arsy, *Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, 2011). 54

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

| Penelitian Terdahulu | Metode Penelitian | Hasil Penelitian | Persamaan Penelitian | Perbedaan Penelitian |
|---|--|--|--|---|
| Haidarotul Mila dari Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang (2015) dengan judul yaitu “ <i>Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama’ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang</i> ” | Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan lapangan (<i>field research</i>). | Pada hasil penelitian ini menunjukkan jika dari hasil perhitungannya secara statistik pada variabel tawakal yang diperoleh 17 subjek dari 20 subjek (85%) termasuk ke dalam kategori sangat tinggi menunjukkan jika jama’ah pengajian Al-iman stasiun jerakah memiliki tawakal yang tinggi. Dan, dalam hasil perhitungan secara statistik pada variabel kecemasan yang diperoleh 20 subjek dari 20 subjek tersebut (100%) termasuk ke dalam kategori yang rendah, hasil tersebut menunjukkan jika jama’ah pengajian Al-iman stasiun jerakah Semarang memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Dengan begitu | Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah ingin membahas tentang apakah adanya hubungan ketika mendekati diri kepada Tuhan dapat mengurangi kecemasan. | Perbedaan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan berfokus pada adanya hubungan tawakal dengan kecemasan pada jama’ah pengajian sedangkan penelitian saat ini berfokus pada apakah ada hubungan kesadaran beragama dengan tingkat kecemasana dalam berkarir. |

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
| | | kesimpulan dari hasil tersebut yakni, apabila seseorang memiliki tingkat tawakal yang tinggi maka orang tersebut dapat membantuk sikap berfikir yang positif sehingga jama'ah tersebut tidak akan merasa khawatir ataupun cemas | | |
| Tika dari Universitas Islam Riau (2020) dengan judul <i>Hubungan Antara Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Universitas Islam Riau</i> | Pada penelitian ini menggunakan skala untuk metode pengumpulan data. Skala penelitian ini menggunakan skala religiusitas dan skala kecemasan. | Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Dari hasil tersebut menunjukkan jika semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan pada mahasiswa, dan sebaliknya jika semakin rendah religiusitas maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Islam Riau. | Persamaan pada penelitian ini ialah ingin membahas tentang apakah adanya hubungan ketika mendekati diri kepada Tuhan dapat mengurangi kecemasan. | Perbedaan pada penelitian ini adalah ada pada variabel bebas serta subjek yang akan digunakan, yang dimana penelitian ini variabel bebas pada penelitian ini ialah kesadaran beragama sedangkan subjek yang akan digunakan ialah siswa kelas XII. |
| Fitri Ukhtia, Iredho Fani Reza, Zaharuddin pada Jurnal Psikologi Islami Vol. 2 No. 2 | Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. | Hasil dari penelitian ialah jika religiusitas memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecemasan akademik pada | Persamaan pada penelitian ini ialah ingin membahas tentang apakah | Perbedaan pada penelitian ini ialah ada pada metode penelitian yang digunakan, pada penelitian terdahulu |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| Desember 2016 dengan judul <i>“Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri”</i> | | siswa MAN di salah satu kota Palembang. | adanya hubungan ketika mendekati diri kepada Tuhan dapat mengurangi kecemasan. | menggunakan metode kuantitatif sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. |
| Hayuni Arsy dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru (2011) dengan judul <i>“Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau”</i> | Pada penelitian ini menggunakan metode skala. | Hasul dari penelitian ini ialah jika adanya hubungan negatif yang signifikan antara berfikir positif dengan kecemasan. Pada penelitian ini menjelaskan ketika individu berfikir positif pada masa depannya maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan. Tetapi ketika individu berfikir positif dengan tingkat rendah maka semakin tinggi kecemasan yang dialaminya | Persamaan pada penelitian ini ialah ingin membahas tentang apakah adanya hubungan ketika mendekati diri kepada Tuhan dapat mengurangi kecemasan. | Perbedaan pada penelitian ini adalah ada pada variabel bebas serta subjek yang akan digunakan, yang dimana penelitian ini variabel bebas pada penelitian ini ialah kesadaran beragama sedangkan subjek yang akan digunakan ialah siswa kelas XII. |

B. Kajian Teori

1. Kesadaran Beragama

a. Pengertian Kesadaran Beragama

Secara bahasa kesadaran beragama berasal dari kata “sadar” yang artinya; insaf, yakin, merasa, tahu dan mengerti. Sedangkan kata kesadaran berarti; keadaan tahu, mengerti dan merasa ataupun keinsafan.³⁹

Kata beragama berasal dari kata “*agama*” yang artinya kepercayaan pada Tuhan (dewa dan sebagainya) sebagai ajaran kebaktian dan kewajiban – kewajiban yang bertalian dengan kepercayaan itu, misalnya pada agama Islam, Kristen, Budha dan lain – lain. Sedangkan kata beragama berarti memeluk (menjalankan) agama; beribadat; taat kepada agama baik hidupnya (menurut agama).⁴⁰

Pengertian agama terdiri dari kata: *a* (tidak) dan *gam* (pergi), jadi agama mengandung arti tidak pergi, tetap di tempat atau diwarisi turun – temurun.⁴¹ Secara definitif, agama adalah:

- a) Pengakuan terhadap adanya hubungan antara manusia dengan kekuatan gaib yang harus dipatuhi.

³⁹ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai pustaka 2002), 975.

⁴⁰ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 12

⁴¹ Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), cet.16, h.12.

- b) Mengikat diri pada suatu bentuk hidup yang memiliki pengakuan pada suatu sumber yang berada di luar diri manusia dan yang mempengaruhi perbuatan – perbuatan manusia.
- c) Pengakuan terhadap adanya kewajiban kewajiban yang bersumber pada suatu kekuatan gaib.
- d) Pemujaan terhadap kekuatan gaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat dalam alam sekitar manusia.
- e) Ajaran – ajaran yang diwahyukan Tuhan kepada manusia melalui seorang Rasul.⁴²

Pengertian kesadaran beragama adalah perilaku yang dikerjakan oleh seseorang dalam bentuk menekuni, mengingat, merasa dan melaksanakan ajaran – ajaran agama (mencakup aspek afektif, kognitif, dan motorik) untuk mengabdikan diri terhadap Tuhan dengan disertai perasaan jiwa tulus dan ikhlas, sehingga apa yang dikerjakan sebagai perilaku keagamaan dan salah satu pemenuhan atas kebutuhan rohaninya.

Kesadaran beragama dapat diartikan sebagai segi yang hadir dalam pikiran dan dapat diuji melalui intropeksi. Dengan kata lain, kesadaran beragama ialah aspek mental dan aktifitas keagamaan (beragama) seseorang.⁴³

⁴² Jalaludin, *Psikologi Agama*, 12.

⁴³ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia 2002). 7.

Kesadaran beragama adalah proses tumbuhnya pemahaman ajaran agama melalui intropeksi, dan perkembangan watak keberagamaan, lalu direnungkan sebagai angan serta perjalanan spiritual. Senada dengan pandangan itu, kesadaran beragama ialah proses akumulasi seluruh pengalaman hidup yang dikenal sebagai refleksi falsafah dan pandangan hidup, sehingga dapat menjadikan seseorang selalu menghadirkan sistem nilai positif sesuai ajaran agama. Berdasarkan beberapa pengertian itu dapat disimpulkan jika kesadaran bergama merupakan suatu kondisi sadar, peduli dan mau tau dengan nilai – nilai luhur agama, diyakini dengan mendasarkan pada aspek sistem nilai, sikap dan perilaku, lalu di terapkan dalam praktik ritualitas ibadah sesuai aturan dan nilai norma ajaran agama.⁴⁴

Menurut Mulyadi religiuisitas atau kesadaran beragama adalah ketika individu menyadari secara batin dan akan adanya Tuhan.⁴⁵ Menurut Mulyadi, orang menjadi sadar agama atau menjadi cenderung religius ketika mereka memahami bahwa Tuhan itu ada. Dari kesadaran itulah muncul-lah proses sehingga terlaksananya bentuk ritual peribadatan yang berdampak pada kehidupan sehari – harinya. Dengan demikian, belajar, menerima,

⁴⁴ Hasyim Hasanah, “Peran Strategis Aktivistis Perempuan Nurul Jannah Al Firdaus dalam Membentuk Kesadaran Beragama Perempuan Miskin Kota”, (Semarang: Institut Agama Islam Negeri IAIN Walisongo) Vol.7, No.2, Desember 2013, h.475.

⁴⁵ Dicky Setiadi, “Kesadaran Beragama dan Pengalaman Beragama Masyarakat Betawi di Kecamatan Kebon Jeruk, Jakarta Barat”, Journal of Social Research, no.1 (Oktober 2022).191-205.

menerapkan, mempertahankan, dan mempraktikkan ajaran agama merupakan bagian dari kesadaran agama.⁴⁶

Allport dan Ross mendefinisikan orientasi keberagamaan sebagai kecenderungan seseorang untuk menjalani keyakinan agama mereka.⁴⁷

Menurut Erich Fromm yang ditulis pada bukunya yang berjudul "*psychoanalysis and Religion* tahun 1959", "*The Dogma of Christ and Other Essays on Religion*", "*Psychology and culture*", dan "*You Shall Be as God: a radical interpretation of the Old Testament and its tradition* tahun 1996". Pada beberapa tulisan yang ada pada buku tersebut, Erich Fromm menjelaskan jika ada dua model keberagamaan⁴⁸, yakni:

a. Authoritarian Religion

Agama yang bersifat otoriter, yang memiliki ciri - ciri: individu selalu merasa dikontrol oleh yang memiliki kekuasaan tertinggi, selalu patuh terhadap ajaran agama, selalu merasa memiliki dosa besar sebagai balasan dari apa yang telah ia perbuat yang tidak sesuai oleh ajaran – ajaran agama.

b. Humanistic Religion

Keberagamaan yang bersifat kemanusiaan, yang artinya dimana tipe beragama ini memandang Tuhan sebagai acuan dari kekuatan manusia, dalam artian jika manusia harus

⁴⁶ Dicky Setiadi, *Kesadaran Beragama*. 191-205

⁴⁷ Subandi, *Psikologi Agama*. 93

⁴⁸ Subandi, *Psikologi Agama*. 95

memiliki sifat yang sama seperti Tuhan. Jika Tuhan memiliki sifat pemaaf dan penyayang, maka manusia juga harus banyak memaafkan kesalahan orang lain.

Kesadaran beragama menurut Walter Houston Clark, pada pemahamannya mengenai agama ia banyak dipengaruhi oleh Gordon Allport dan William James. Clark berpendapat jika ada tiga bentuk perilaku beragama, yakni:⁴⁹

- a. *Primary Religious Behavior*, perilaku beragama yang didadasi dari pengalaman batin atau pengalaman langsung dengan Tuhan.
- b. *Secondary Religious Behavior*, perilaku beragama yang memiliki sumber pengalaman dengan melaksanakan rutinitas dan kewajiban agama dengan penghayatan yang kurang utuh.
- c. *Tertiary Religious Behavior*, perilaku Beragama yang mengkankan rutinitas ritualistic tanpa ada penghayatan.

Dari beberapa teori mengarah pada kesimpulan bahwa agama merupakan aturan dan prosedur yang harus diikuti untuk berfungsi sebagai panduan hidup. Selain itu, agama juga memiliki ikatan yang kekal dan harus dipatuhi oleh seluruh manusia yang beragama. Pada kesimpulan teori ini, kesadaran beragama ialah segala perilaku yang dikerjakan oleh manusia Beragama untuk mempelajari, mempertahankan, dan menerapkan ajaran agama

⁴⁹ Subandi, 99

yang mencakup aspek Afektif, Konnitif, Konatif, dan Motorik untuk menyembah Tuhan bersamaan dengan emosi yang tulus dan sebagai sarana untuk memuaskan kebutuhan spiritual mereka.

b. Dimensi – dimensi Kesadaran Beragama

Menurut Glock and Stark ada lima konsep dari religiusitas yakni:

1. *The Ideological Dimension* atau Dimensi Keyakinan

Dimensi keyakinan ialah tingkatan pada keyakinan seseorang dimana individu tersebut dapat menerima hal – hal yang dogmatik pada agamanya. Misalnya pada agama islam, dimensi ini mencakup dalam rukun Iman yaitu Iman kepada Allah, Iman kepada Malaikat, Iman kepada Rasull, Iman kepada kitab – kitab, Iman kepada hari kiamat, Iman kepada Qada dan Qodar.⁵⁰

2. *The Ritual Dimension* atau Praktek Dimensi

Praktek dimensi adalah tingkatan pada seseorang terkait mengerjakan kewajiban ritual dalam agamanya. Misalnya seperti agama islam, pada dimensi ini dikenal dengan rukun islam yakni: mengucapkan syahdat, mengerjakan shalat, membayar zakat, melaksanakan puasa pada bulan Ramadhan, dan menjalankan haji ke tanah suci bagi yang mampu.⁵¹

⁵⁰ Subandi, 88

⁵¹ Subandi, 88

3. *The Experiential Dimension* atau Dimensi Pengalaman

Dimensi pengalaman dan penghayatan ialah perasaan kegamaan yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut ketika berbuat dosa, merasa do'a yang dipanjatkan terkabul, dan merasa diselamatkan Tuhan dan sebagainya. Dalam agama islam aspek ini ada pada Ilmu Tasawuf yang biasa dikenal dengan Aspek Ihsan.⁵²

4. *The Intellectual Dimension* atau Dimensi Pengetahuan

Dimensi pengetahuan ialah seberapa jauh individu mengetahui mengenai ajaran - ajaran agamanya, terutama pada kitab suci dan lain sebagainya. Dimensi pengetahuan juga dapat disebut dengan dimensi Ilmu. Pada agama islam dimensi ini termasuk dalam pengetahuan mengenai Ilmu Fiqih, Ilmu Tauhid, dan Ilmu Tasawuf.⁵³

5. *Consequential Dimension* atau Dimensi Konsekuensi

Dimensi konsekuensi ialah dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku individu yang dimotivasi oleh ajaran agamanya dalam kehidupan sosial. Misalnya, ketika dia mengunjungi tetangga yang sedang sakit, berziarah ke tetangga yang wafat, memuliakan anak yatim paitu dan lain sebagainya. Dimensi ini juga dapat disebut dengan dimensi Amal.⁵⁴

⁵² Subandi, 89

⁵³ Subandi, 89

⁵⁴ Subandi, 89

Dimensi kesadaran beragama Glock dan Stark memang merupakan konsep yang sering digunakan pada penelitian psikologi agama di Indonesia.

c. Faktor – faktor Kesadaran Beragama

Thoules mengemukakan berbagai faktor yang mempengaruhi kesadaran beragama yakni:⁵⁵

1. Faktor Sosial

Pengaruh dari lingkup sosial misalnya, pendidikan serta pengajaran yang dilakukan oleh orang tua dan guru, kebiasaan – kebiasaan mengenai norma yang sudah diajarkan oleh orang tua dirumah, serta tekanan sosial.

2. Faktor Alami

Bentuk moral yang berupa pengalaman baik bersifat alami, misal pengalaman konflik moral atau emosional.

3. Faktor Kebutuhan

Kebutuhan yang muncul dikarenakan adanya kematian.

4. Faktor Intelektual

Menyangkut proses pemikiran yang verbal terutama pada pembentukan keyakinan agama pada individu.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa banyak faktor yang mempengaruhi kesadaran beragama yakni faktor sosial, faktor alami, kebutuhan serta faktor intelektual.

⁵⁵ Tika, *Hubungan Antara Religiusitas*.34

2. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah suatu kondisi emosional yang ditandai oleh perasaan ketidaknyamanan, ketegangan, dan kekhawatiran yang berlebihan. Hal tersebut merupakan reaksi normal dari tubuh terhadap situasi yang dianggap sebagai ancaman atau stresor. Kecemasan dapat muncul dalam berbagai tingkat, mulai dari kecemasan ringan yang tidak mengganggu aktivitas sehari-hari hingga gangguan kecemasan yang parah.

Kecemasan biasanya ditandai dengan perasaan khawatir yang berlebihan, kekhawatiran tentang kejadian yang mungkin terjadi, dan kesulitan untuk mengendalikan pikiran negatif. Gejala kecemasan dapat mencakup perasaan gelisah, otot tegang, sulit tidur, kelelahan, pikiran yang dipenuhi kekhawatiran yang tak henti-hentinya, kesulitan berkonsentrasi, mudah marah, dan reaksi fisik seperti detak jantung yang cepat atau sesak napas.

Kecemasan menjadi masalah ketika mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang atau mengganggu kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Gangguan yang berhubungan dengan kecemasan, seperti gangguan kecemasan umum (GAD), gangguan panik, fobia, dan gangguan kecemasan sosial, adalah ilustrasi kondisi yang ditandai dengan kecemasan yang bertahan lama dan konsekuensial.

Menurut Syamsu Yusuf anxiety atau cemas ialah ketidakberdayaan neurotic, rasa tidak aman, tidak matang, serta kurang mempunya dalam menghadapi realita lingkungan, mengalami kesulitan, dan memiliki tekanan dalam keidupan sehari-hari.⁵⁶ Penjelasan ini sejalan dengan pernyataan Kartini Kartono bahwa ketidaknyamanan mencakup ekspresi demotivasi dan kecemasan tentang hal yang belum terjadi.

Kecemasan telah menjadi subjek kajian yang luas di bidang psikologi dan kesehatan mental. Ada beberapa teori yang mencoba menjelaskan pengertian dan mekanisme kecemasan. Berikut ini adalah beberapa teori yang relevan dalam memahami kecemasan:

1. Teori Psikodinamik

Teori ini dikembangkan oleh Sigmund Freud dan mengemukakan bahwa kecemasan timbul dari konflik internal antara dorongan-dorongan yang tidak sadar dan mekanisme pertahanan ego. Freud menggambarkan adanya tiga jenis kecemasan: kecemasan realistik yang berasal dari ancaman fisik, kecemasan neurotik yang timbul dari konflik psikologis, dan kecemasan moral yang berasal dari rasa bersalah.

2. Teori Belajar

Pendekatan ini menekankan bahwa kecemasan dipelajari melalui pengalaman. Teori belajar kognitif berpendapat bahwa

⁵⁶ Tika, 28

kecemasan terjadi ketika seseorang mempersepsikan suatu situasi sebagai ancaman dan merasakan ketidakmampuan untuk mengatasinya. Teori belajar sosial juga menekankan pentingnya observasi dan peniruan terhadap model kecemasan dari orang lain.

3. Teori Kognitif

Teori ini mengemukakan bahwa kecemasan timbul dari pola pikir yang negatif dan distorsi kognitif. Misalnya, teori kecemasan sosial oleh Albert Ellis mengatakan bahwa kecemasan timbul karena adanya pikiran irasional dan keyakinan negatif tentang diri sendiri dan orang lain.

4. Teori Fisiologi

Pendekatan ini berfokus pada reaksi fisiologis tubuh terhadap kecemasan. Kecemasan dapat memicu respons "fight or flight" di mana tubuh mengalami peningkatan denyut jantung, pernafasan yang cepat, dan keringat dingin. Teori ini

menekankan peran sistem saraf otonom dan pelepasan hormon stres seperti kortisol dalam menghasilkan respons kecemasan.

5. Teori Evolusi

Pendekatan ini berpendapat bahwa kecemasan adalah respons alami yang berkembang selama proses evolusi untuk membantu kita menghadapi ancaman dan meningkatkan peluang bertahan hidup. Respon kecemasan yang cepat dan

defensif memungkinkan manusia untuk menghindari bahaya dan mempersiapkan diri dalam menghadapi situasi yang memerlukan respons adaptif.

Menurut Alwisol setiap orang sering mengalami kecemasan ketika mereka merasakan ada sesuatu yang membuat tegang atau mengancam. Kemudian, menurut Halgin dan Whitbourne kecemasan adalah kondisi yang memengaruhi orang yang mengalami ketegangan, kekhawatiran, kecemasan, dan perasaan tidak nyaman lainnya yang tidak terkendali dan dapat menyebabkan sesuatu yang tidak diinginkan terjadi.⁵⁷

Gunarsa menegaskan bahwa jika kecemasan adalah keadaan emosional yang ditandai dengan rasa tidak nyaman dan ketakutan yang luar biasa, ditambah dengan ketidakpastian yang mendalam mengenai asal-usulnya, maka kecemasan memiliki pengaruh yang hebat atas tindakan seseorang, bermanifestasi sebagai pola perilaku atau kecenderungan untuk mudah dialihkan. Kedua deklarasi berfungsi sebagai mekanisme perlindungan dalam menanggapi adanya kecemasan.⁵⁸

Menurut Sundberg, dkk menyatakan bahwa kecemasan adalah sebuah perasaan emosi yang dihindari, contohnya seperti stress dan terganggunya sistem saraf yang dialami oleh individu kemudian

⁵⁷ Tika,28

⁵⁸ Tika,28

muncul dan ditandai dengan perasaan khawatir, takut, serta perasaan tidak menyenangkan.⁵⁹

Menurut informasi yang disebutkan di atas, para peneliti mencapai kesimpulan bahwa kecemasan dapat digambarkan sebagai keadaan emosional yang dialami oleh seorang individu yang merasakan kekhawatiran, kegelisahan, dan ketakutan yang luar biasa mengenai peristiwa yang akan datang, dan terganggu oleh situasi dengan asal yang tidak pasti..

b. Aspek – aspek Kecemasan

Nevid mengemukakan 4 aspek kecemasan yaitu sebagai berikut:⁶⁰

1. Kognitif (dalam pikiran individu)

Serangan hebat yang dapat menyebabkan penghukuman pada masalah di kemudian hari, bisa berakhir di dunia atau kematian, bingung dengan sesuatu yang tidak diketahui, tidak dapat berkonsentrasi, gangguan tidur.

2. Motorik (dalam aksi atau tindakan)

Kurangnya istirahat, merasa gelisah, bibir bergetar, jari tangan bergemetar, susah berkonsentrasi, merasa lemas dan tidak berdaya.

⁵⁹ Tika,28

⁶⁰ Tika,29

3. Somatik (dalam reaksi fisik atau biologis)

Sulit bernafas, mulut terasa kering, berkeringat, kaki terasa dingin, menjadi diare, serta merasa ada yang salah pada pencernaan.

4. Afektif (dalam emosi)

Perasaan tegang, perasaan tidak menentu, merasa gelisah dan was-was.

Pada penjelasan diatas dapat disimpulkan jika aspek – aspek kecemasan ialah kognitif dengan serangan yang hebat lalu dapat menyebabkan penghukuman pada masalah yang akan datang, motorik dengan susahny berkonsentrasi, somatik dengan perasaan sulit bernafas, afektif dengan perasaan tegang dan gelisah.

c. Faktor – faktor Kecemasan

Kecemasan bisa berasal dari faktor *internal* dan *eksternal* seseorang. Ramaiah menjelaskan jika faktor – faktor kecemasan yakni⁶¹:

1. Lingkungan

Dimana lingkungan dapat berpengaruh pada kecemasan dikarenakan ada peristiwa dan pengalaman yang kurang menyenangkan pada seseorang terhadap keluarga, teman, atau

⁶¹ Nugraha, Aditya Dedy, *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*. Indonesian Journal of Islamic Psychology Volume 2. Number 1, June 2020 (p-ISSN: 2685-1482 e-ISSN 2714-7576). 8.

dengan rekan kerja. Hingga orang tersebut merasa tidak percaya diri terhadap lingkungan tempat kerjanya.

2. Perasaan yang tidak diungkapkan

Kecemasan dapat aktual apabila individu kurang mampu menemukan solusi untuk mengatasi perasaannya sendiri, terutama ketika dirinya memendam perasaan marahnya atau frustrasi dalam waktu yang lama.

3. Tubuh dan Pikiran

Semua hal yang mengenai tubuh dan pikiran selalu saling terhubung dan mampu menimbulkan kecemasan. Peristiwa ini akan aktual pada peristiwa dalam kehidupan seperti pada saat hamil, sewaktu remaja dan saat pulih dari sebuah penyakit.

Adapula pendapat ahli lain menurut Carpenito menjelaskan jika ada 4 faktor yang mempengaruhi kecemasan, yaitu:⁶²

1. Situasional

faktor ini melibatkan diri personal serta lingkungan. Jika lingkungan tidak terstruktur dengan baik, hal ini dapat membuat individu mudah terancam dan memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami kecemasan.

2. Faktor situasional

Faktor situasional merupakan faktor dimana pengajaran dilakukan sehingga membuat proses belajar menjadi

⁶² Mahbub Nadziri, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Dengan Jurusan Yang Diprediksi Sulit Mendapat Pekerjaan*, (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), 7.

menyenangkan atau menjadi suatu pengalaman yang menyulitkan.

3. Maturasional

Pematangan terhadap individu yang sudah merasa nyaman dengan kemampuan, pengetahuan dan respon yang telah mereka kembangkan selama bertahun-tahun.

4. Tingkat Pendidikan

Individu yang berpendidikan tinggi akan cenderung mempunyai coping yang lebih baik dari pada yang berpendidikan rendah sehingga dapat menekan dan meminimalisir kecemasan yang terjadi pada dirinya

5. Karakteristik stimulus yaitu berkaitan intensitas stressor, lamanya stressor, jumlah stressor yang datang pada individu, dan karakter individu. Intensitas terkait dengan pemahaman individu terhadap stressor yang dialami dalam intensitas minimal, sedang ataupun berat.

3. Kecemasan Dalam Berkarir

a. Pengertian kecemasan dalam berkarir

Wilt, Oehlberg, dan Revelle menjelaskan bahwa kecemasan, ketika dianalisis melalui lensa neurotisisme, dapat dikategorikan dalam dimensi kepribadian menyeluruh yang

dikenal sebagai *neurotisme*.⁶³ Gangguan kecemasan merupakan respon dari ketakutan berlebih dan menimbulkan perubahan pada individu.

Kecemasan adalah respons psikologis yang muncul karena seseorang mengalami kekacauan emosional yang luar biasa dan ketegangan internal yang dihasilkan dari sensasi subjektif ketidaknyamanan dan penyebab yang tidak jelas.⁶⁴ Kecemasan bisa datang dalam berbagai bentuk. Kecemasan bisa datang dalam berbagai cara. Kadang-kadang, kecemasan ditandai dengan sakit dada, kesulitan pernapasan, peningkatan denyut jantung, vertigo, dan juga ketidaknyamanan gastrointestinal.

Menurut Siburian, Karyono, & Kaloeti kecemasan dapat terjadi dalam berbagai hal termasuk untuk menentukan masa depan. Siburian, Karyono, dan Kaloeti juga mengartikan jika kecemasan terhadap masa depan sebagai emosi tidak menyenangkan terkait berbagai masalah yang harus dihadapi pada masa perkembangannya serta berpengaruh pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Sumber kecemasan terhadap masa depan meliputi masalah pendidikan, pekerjaan dan kehidupan berkeluarga.

⁶³ Mahbub Nadrizi, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Dengan Jurusan yang Diprediksi Sulit Mendapat Pekerjaan*. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, 2018). 5.

⁶⁴ Mahbub, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*. 5.

Sependapat dengan hal tersebut menurut Feldman, Olds dan Papalia menyebutkan jika memilih melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja merupakan masalah yang dialami oleh siswa setelah menyelesaikan pendidikan tinggi.⁶⁵ Siswa yang memilih memasuki dunia kerja setelah lulus akan dihadapkan pada status baru sebagai pencari kerja atau pengangguran. Menurut Somantri kesulitan memperoleh pekerjaan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, sehingga siswa yang memilih memasuki dunia kerja pasca lulus sekolah dapat mengalami kecemasan terhadap karir masa depan.

Menurut Schultz & Schultz kecemasan terhadap karir masa depan merupakan jenis kecemasan realistik. Kecemasan realistik ialah perasaan takut terhadap bahaya-bahaya nyata dari lingkungan di dunia luar. Situasi lingkungan penyebab terjadinya kecemasan terhadap karir masa depan yaitu sulitnya mencari lapangan pekerjaan.

Menurut Heeren & McNally mengatakan jika individu dapat memiliki *synthon* atau gejala dalam pembentukan kecemasan dalam dirinya seperti timbul pikiran yang obsesif, kesulitan berkonsentrasi, cenderung memiliki pikiran yang kosong, serta muncul ketegangan yang ditandai dengan

⁶⁵ Rusna Apriliana. *Hubungan Antara Kecemasan Terhadap Karir Masa Depan Dan Konsep Diri Akademik Dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa*, (Jurnal, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang) Vol.11 (1) 2016. 3.

menegangnya otot, merasa gugup dan mudah kaget, mengalami kesulitan tidur, berkeringat, mual, serta detak jantung lebih cepat.

Kecemasan pada siswa tingkat akhir atau siswa kelas XII biasanya dihubungkan dengan pengerjaan tugas akhir dan persiapan ke jenjang perkuliahan serta persiapan memasuki dunia kerja. Kecemasan menghadapi karir merupakan perasaan khawatir yang muncul karena adanya keinginan untuk mencari pekerjaan yang sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimiliki individu. Menurut Kusuma Ada tiga tingkatan yang membuat siswa pada tahap akhir pendidikan mereka rentan terhadap kegelisahan ketika dihadapkan dengan prospek profesi. Ketiga tingkatan ini adalah tingkat ekonomi, di mana orang dievaluasi berdasarkan harta mereka dan kemampuan mereka untuk menavigasi kehidupan sesuai dengan kekayaan yang mereka miliki. Berikut ini adalah tingkat sosial, yang memerlukan penilaian individu berdasarkan peran dan status mereka dalam lingkungan sosial. Terakhir, tingkat eksistensial, di mana mayoritas lulusan baru menemukan diri mereka dalam keadaan embrio, tidak memiliki bentuk yang menetap. Khususnya pada tingkat ketiga ini, itu merusak rasa diri seseorang sedemikian rupa sehingga menelan individu dalam keadaan bingung.⁶⁶

⁶⁶ Mahbub, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*. 6.

b. Aspek – aspek kecemasan dalam berkarir

Menurut Fenn & Byrne yang dikutip oleh Greenberger dan Padesky, menjelaskan jika ada empat aspek kecemasan:⁶⁷

1. *Physical symptoms*

Reaksi fisik yang terjadi pada individu yang sedang cemas, seperti telapak tangan yang berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, sulit bernafas, pusing.

2. *Thought*

Pemikiran negatif serta irasional individu berupa perasaan yang tidak mampu, tidak siap, dan merasa tidak memiliki keahlian, seperti tidak siap menghadapi wawancara kerja, tidak yakin dengan kemampuannya sendiri.

3. *Behavior*

Individu dengan kecemasan akan cenderung menghindari situasi penyebab kecemasan tersebut karna individu merasa dirinya terganggu dan tidak nyaman.

4. *Feelings*

Yakni suasana hati individu dengan kecemasan cenderung meliputi perasaan marah, panik, gugup dan dapat memunculkan kesulitan untuk memutuskan sesuatu seperti perasaan gugup saat ada perbincangan mengenai karir.

⁶⁷ Mahbub, 6.

a. Faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam berkarir

Adler dan Rodman yang dikutip oleh Ghufron menjelaskan jika terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu:⁶⁸

1. Pengalaman negatif masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu individu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila seseorang menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan seseorang dalam menghadapi tes.

2. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan jika kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, namun melainkan karena kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan. Menurut Ghufron yang dikutip oleh Ellis memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran yang tidak rasional yang di sebut buah pikiran yang keliru, yakni kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat.

⁶⁸ Khairunnisak, *Hubungan Antara Kematangan Karir Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, 2019). 19.

1) Kegagalan katastrofik

Kegagalan katastrofik ialah adanya asumsi dari dalam diri seseorang bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan.

2) Kesempurnaan

Setiap orang menginginkan kesempurnaan. Individu mengharapkan dirinya dapat berperilaku sempurna dan tidak cacat. Ukuran kesempurnaan di jadikan target dan sumber inspirasi bagi setiap orang. Apabila target ukuran kesempurnaan itu tidak tercapai, orang tersebut akan mengalami kecemasan.

3) Persetujuan

Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan oleh ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan, melainkan juga untuk mencapai persetujuan dari orang lain.

4) Generalisasi tidak tepat.

Keadaan ini juga memberi istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang yang mempunyai sedikit pengalaman. Menurut Ghufrani menjelaskan jika secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya

kecemasan ialah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, rasa pesimistis, takut gagal, pengalaman negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan faktor eksternal adalah seperti kurangnya dukungan sosial.

Greenberger dan Padesky menyatakan jika kecemasan berasal dari dua faktor, yaitu faktor kognitif dan faktor kepanikan yang terjadi pada seseorang, di antaranya adalah:

a. Faktor kognitif, meliputi:

1. Kecemasan disertai dengan persepsi bahwa individu sedang berada dalam bahaya atau merasa terancam atau rentan dalam hal tertentu, sehingga gejala fisik kecemasan membuat seseorang siap merespon bahaya atau ancaman yang menurutnya akan terjadi. Ancaman tersebut bersifat fisik, mental atau sosial.

2. Persepsi ancaman yang berbeda-beda untuk setiap orang. Sebagian orang, karena pengalaman mereka bisa terancam dengan mudahnya dan akan lebih sering cemas. Pemikiran tentang kecemasan berorientasi pada masa depan dan seringkali memprediksi malapetaka.

3. Sebagian orang karena pengalaman, mereka bisa terancam dengan mudahnya dan akan lebih sering cemas. Pemikiran tentang kecemasan berorientasi pada masa depan dan seringkali memprediksi malapetaka.

b. Faktor kepanikan

Panik ialah perasaan cemas atau takut yang ekstrim.

Rasa panik terdiri dari kombinasi emosi dan gejala fisik yang berbeda. Seringkali rasa panik ditandai dengan adanya perubahan sensasi fisik atau mental, dalam diri seseorang yang akan menderita gangguan panik, terjadi lingkaran setan saat gejala-gejala fisik, emosi, dan pemikiran saling berinteraksi dan meningkat secara cepat. Pemikiran ini menimbulkan ketakutan dan kecemasan serta dapat merangsang keluarnya adrenalin.

Pemikiran yang katastrofik dan reaksi fisik serta emosional yang lebih intens yang terjadi bias menimbulkan dihindarinya aktifitas atau situasi saat kepanikan telah terjadi sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yang lebih komprehensif yaitu faktor yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky (1995)

terbagi kedalam dua faktor, yaitu: faktor kognitif dan faktor kepanikan.

4. Hubungan Antara Kesadaran Beragama Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Berkarir

Memutuskan antara melanjutkan pendidikan atau memulai perjalanan kehidupan bekerja adalah kesulitan yang sering dihadapi siswa setelah menyelesaikan pendidikan menengah atas mereka. Mereka yang memilih bekerja setelah lulus akan dihadapkan pada status baru sebagai pencari kerja atau pengangguran. Kesulitan untuk mendapatkan pekerjaan dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, sehingga menyebabkan mereka yang memilih untuk bekerja setelah lulus sekolah dapat mengalami kecemasan pada masa depan.

Timbulnya perasaan cemas juga dapat diakibatkan karena perasaan bertentangan antara emosi naluriah dan perasaan pada satu sisi nilai – nilai moral yang membebaskan kemanusiaannya pada sisi lain. Menurut sufi, kecemasan dapat disebabkan oleh tiga faktor: kehilangan iman, menyembah dewa selain Tuhan, dan menyimpang dari moral agama. Sehingga diperlukannya cara menangani kecemasan pada berkarir, yaitu salah satunya dengan melalui keberagamaan. Salah satu aspek yang dimiliki keberagamaan ialah kesadaran beragama.

Ketika individu memiliki kesadaran beragama, mereka mungkin memiliki pemahaman yang lebih dalam tentang nilai – nilai

spiritual, kebaikan, dan belas kasihan. Hal ini dapat membantu individu menerima diri mereka sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki. Dengan menerima diri sendiri, tingkat kecemasan dapat berkurang karena individu tidak merasa perlu untuk mencapai standar sempurna yang seringkali menimbulkan stres.

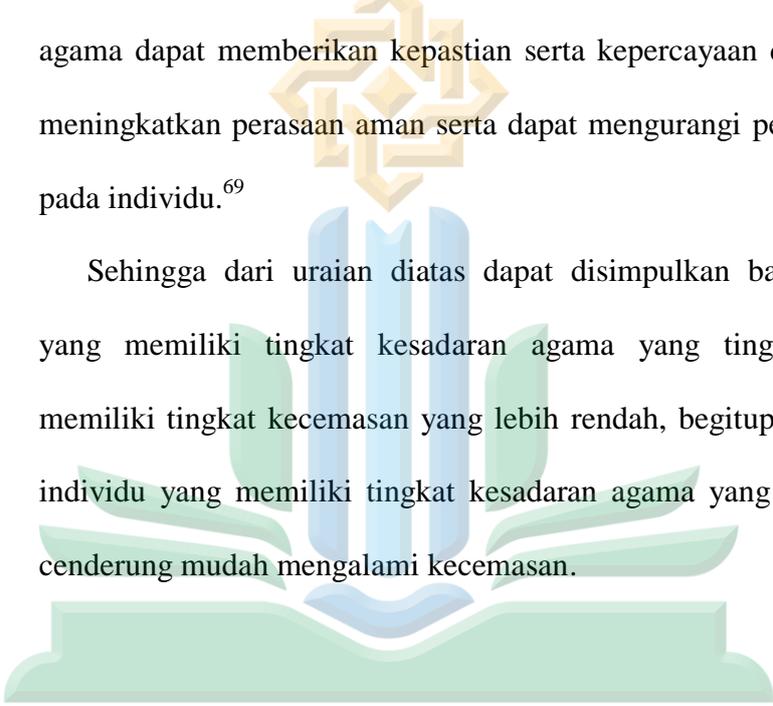
Kesadaran beragama dapat memberikan keyakinan dan harapan kepada seseorang dalam menghadapi tantangan dalam karir mereka. Keyakinan pada Tuhan atau kekuatan spiritual dapat memberikan dukungan dan memperkuat optimisme, yang pada gilirannya dapat mengurangi tingkat kecemasan.

Kesadaran beragama dapat membantu membangun ketahanan diri yang lebih baik dalam menghadapi tekanan dan tantangan dalam karir. Keyakinan dan praktik agama tertentu dapat memberikan panduan moral, mengajarkan pemikiran positif, dan memberikan alat-alat spiritual yang dapat membantu mengatasi stres dan kecemasan.

Komunitas beragama juga seringkali menyediakan jaringan sosial yang kuat dan dukungan emosional. Ketika seseorang terlibat dalam komunitas beragama, mereka dapat mengalami rasa keterhubungan dan dukungan dari sesama anggota komunitas. Ini dapat membantu mengurangi kecemasan dengan memberikan tempat untuk berbagi pengalaman, mendapatkan nasihat, dan menemukan sumber dukungan.

Menurut Hawari individu yang memiliki tingkat kesadaran agama yang tinggi akan memiliki pedoman hidup serta daya tahan yang lebih baik. Lalu agama akan memantapkan kembali jiwa seseorang yang seringkali mengalami keraguan. Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Jesild dan Cole yang dikutip oleh Subandi mengatakan bahwa agama dapat memberikan kepastian serta kepercayaan diri dan dapat meningkatkan perasaan aman serta dapat mengurangi perasaan cemas pada individu.⁶⁹

Sehingga dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki tingkat kesadaran agama yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, begitupun sebaliknya individu yang memiliki tingkat kesadaran agama yang rendah maka cenderung mudah mengalami kecemasan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁶⁹ Tika,36

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah studi yang terorganisir dengan baik yang bertujuan untuk mengukur dan menganalisis data dalam bentuk numerik, memungkinkan generalisasi ke populasi yang diteliti. Analisis statistik kemudian digunakan untuk memeriksa hasil.⁷⁰ Metode kuantitatif disematkan karena merupakan metode tradisional yang cukup lama digunakan. Metode kuantitatif adalah sebuah penelitian berdasar filsafat positivisme yang dipakai dalam meneliti populasi atau sampel, pengumpulan data memakai instrumen penelitian, analisis data menggunakan statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang ditentukan. Metode kuantitatif disebut metode *discovery* karena di dalamnya terdapat proses menemukan dan mengembangkan berbagai iptek baru.⁷¹

Sedangkan pada pendekatan yang digunakan ialah pendekatan korelasional. Yang dimana menurut Jannah pendekatan ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan pada dua variabel atau lebih yang ditentukan oleh peneliti. Dan pada penelitian ini ditujukan agar dapat mengetahui hubungan antara kedua variabel yaitu variabel kesadaran

⁷⁰ Agung Wihi Kurniawan dan Zarah Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2016). 20.

⁷¹ Sugiyono, *Metode Penelitian*, 16.

beragama sebagai variabel bebas dan variabel kecemasan dalam berkarir sebagai variabel terikat yang harus diketahui hubungannya dengan menggunakan penelitian kuantitatif dan pendekatan korelasi.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada keseluruhan subjek serta objek yang digeneralisasikan yang memiliki karakteristik serta kuantitas tertentu sehingga ditentukan oleh peneliti dengan tujuan agar dapat dipelajari dan selanjutnya diperoleh kesimpulannya. Populasi bukan hanya jumlah dari subjek atau objek yang dipelajari, tetapi termasuk juga dari seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu sendiri. Adapun populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya yang terdiri dari 3 kelas Ipa dan 2 kelas Ips dengan jumlah total 151 siswa.

2. Sampel

Sampel ialah bagian kecil atau setengah dari subjek atau objek menjadi populasi dari penelitian. Apabila pada populasi berjumlah banyak dan terdapat keterbatasan waktu, biaya, serta tenaga sehingga sulit bagi peneliti untuk dapat mempelajari secara keseluruhan, maka peneliti dapat menentukan sampel yang representatif atau dapat mewakili populasi.⁷² Pada peneitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh, yang dimana penelitian ini dilakukan

⁷² Sugiyono, *Metode Penelitian*, 131.

pada semua populasi responden yakni seluruh siswa kelas XII dengan total 3 kelas IPA dan 2 kelas IPS yang berjumlah 151 siswa.

C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah salah satu upaya peneliti agar mendapatkan data yang akan dianalisis atau diolah sehingga memunculkan sebuah kesimpulan.⁷³ Untuk itu agar peneliti bisa mendapatkan data yang lengkap dan teliti, maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah:

a. Angket (Kuesioner)

Angket adalah teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan pertanyaan dan pernyataan secara tertulis kepada responden untuk dijawab. Angket digunakan ketika jumlah responden cukup besar yang memuat berbagai pertanyaan serta pernyataan yang sudah dibuat oleh peneliti sebelumnya.⁷⁴

Angket atau kuesioner dapat diberikan langsung kepada responden. Dalam penelitian ini, angket diberikan pada siswa kelas XII SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

b. Wawancara

Wawancara ialah teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam mengamati serta mencatat secara sistematis pada

⁷³ Sugiyono, 231.

⁷⁴ Sugiyono, 162.

fenomena yang terlihat dari panca indra pada objek penelitian.⁷⁵

Teknik observasi ini digunakan pada penelitian ini untuk dapat mengetahui hubungan kesadaran beragama dengan tingkat kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amantul Ummah Surabaya.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ialah alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data dan penelitian yang bertujuan untuk mempermudah mengolah data. Untuk memperoleh data yang diperlukan, maka pada penelitian ini menggunakan jenis skala likert. Pada skala likert terdapat pertanyaan maupun pernyataan yang memiliki lima pilihan jawaban yang sudah diberikan bobot nilai dan harus dipilih dengan memberi tanda *checklist* (√). Pilihan jawaban yang tersedia yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), KS (kurang setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju). Sebagaimana pada tabel berikut:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁷⁵ S.Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT.Rineka Cipta,2005), 158.

Tabel 3.1
Skala Likert

| No | Pertanyaan/Pernyataan | Skor <i>Favourable</i> | Skor <i>Unfavourable</i> |
|----|---------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 1. | Sangat Setuju (SS) | 5 | 1 |
| 2. | Setuju (S) | 4 | 2 |
| 3. | Kurang Setuju (KS) | 3 | 3 |
| 4. | Tidak Setuju (TS) | 2 | 4 |
| 5. | Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 | 5 |

Untuk kategori aitem kategori *favourable* (F) menunjukkan bahwa indikator yang mendukung variabel yang akan diukur, sebaliknya aitem kategori *unfavourable* (UF) menunjukkan indikator yang tidak mendukung variabel yang akan diukur. Indikator tersebut dapat dikembangkan berdasarkan aspek dari masing-masing variabel. Setiap pernyataan yang telah memiliki skor dapat dilihat dari setiap skala yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Adapun skala variabel penelitian sebagai berikut:

a. Skala Kesadaran Agama

Skala kesadaran beragama digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat kesadaran beragama siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Skala pada penelitian ini disusun berdasarkan dimensi – dimensi kesadaran beragama yang mengacu pada teori Glock dan Stark, terdapat 5 indikator pada kesadaran beragama yakni: *Religious belief*, *Religious*

Practice, Religious Feeling, Religious Knowledge, Religious Effect.

Adapun table *blue print* dari kesadaran beragama antara lain:

Tabel 3.2
Uji Coba Blue Print Skala Kesadaran Beragama

| No. | Aspek | Indikator | Favourable | Unfavourable | Jumlah |
|-----|---------------------------|--|------------|--------------|--------|
| | | | No. Item | | |
| 1. | Religious Belief | Iman kepada Allah | 1 | 2 | 2 |
| | | Iman kepada Malaikat Allah | 3 | 4 | 2 |
| | | Iman kepada Rasull Allah | 5 | 6 | 2 |
| | | Iman kepada Kitab Allah | 7 | 8 | 2 |
| | | Iman kepada hari kiamat | 9 | 10 | 2 |
| | | Iman kepada qodho dan qodar | 11 | 12 | 2 |
| 2. | Religious Practice | Mengucapkan kalimat Syahadat | 13 | 14 | 2 |
| | | Melaksanakan shalat | 15 | 16 | 2 |
| | | Membayar zakat | 17 | 18 | 2 |
| | | Melaksanakan puasa bulan Ramadhan | 19 | 20 | 2 |
| | | Menunaikan ibadah haji bagi yang mampu | 21 | 22 | 2 |
| 3. | Religious Feeling | Merasa dekat dengan Tuhan | 23 | 24 | 2 |
| | | Merasa takut berbuat dosa | 25 | 26 | 2 |
| | | Merasa do'a selalu dikabulkan | 27 | 28 | 2 |
| | | Merasa diselamatkan Tuhan | 29 | 30 | 2 |
| 4. | Religious | Pemahaman | 31 | 32 | 2 |

| | | | | | |
|--------|-------------------------|-----------------------------------|----|----|-----------|
| | Knowledge | tentang ilmu Fiqih | | | |
| | | Pemahaman tentang ilmu Tauhid | 33 | 34 | 2 |
| | | Pengalaman tentang ilmu Tasawuf | 35 | 36 | 2 |
| 5. | Religious effect | Mengunjungi tetangga yang sakit | 37 | 38 | 2 |
| | | Menolong seseorang yang kesulitan | 39 | 40 | 2 |
| | | Bersedekah | 41 | 42 | 2 |
| Jumlah | | | | | 42 |

Tabel diatas merupakan tabel *blue print* skala kesadaran bergama siswa kelas XII SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Peneliti menemukan jika siswa yang memiliki kesadaran beragama yang tinggi cenderung lebih tenang dan tidak mengalami kecemasan karena mereka berkeyakinan bahwa Tuhan akan mengatur baiknya jalan kehidupannya jika mereka menjaga ibadahnya.

b. Skala Kecemasan dalam Berkarir

Skala kecemasan dalam berkarir digunakan untuk mengungkap seberapa besar tingkat kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Skala pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek – aspek kecemasan dalam berkarir yang mengacu pada teori Fenn & Byrne dengan 4 aspek penting kecemasan dalam berkarir, yakni: *Physical symptomps*,

Thought, Behavior, Feelings. Adapun table *blue print* dalam skala kecemasan dalam berkarir yaitu:

Tabel 3.3
Uji Coba Blue Print Skala Kecemasan Dalam Berkarir

| No. | Aspek | Indikator | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | Jumlah |
|--------|--------------------------|---|-------------------|---------------------|-----------|
| | | | <i>No. item</i> | | |
| 1. | <i>Physical symptoms</i> | Telapak tangan berkeringat | 1 | 2 | 2 |
| | | Otot tegang | 3 | 4 | 2 |
| | | Jantung berdebar | 5 | 6 | 2 |
| | | Pusing | 7 | 8 | 2 |
| 2. | <i>Thought</i> | Memikirkan bahaya secara berlebihan | 9 | 10 | 2 |
| | | Merasa tidak memiliki keahlian | 11 | 12 | 2 |
| | | Tidak yakin dengan kemampuan diri sendiri | 13 | 14 | 2 |
| 3. | <i>Behavior</i> | Menghindari situasi saat kecemasan muncul | 15 | 16 | 2 |
| | | Melakukan banyak hal secara sempurna | 17 | 18 | 2 |
| 4. | <i>Feelings</i> | Perasaan gugup | 19 | 20 | 2 |
| | | Jengkel | 21 | 22 | 2 |
| | | Cemas | 23 | 24 | 2 |
| | | Panik | 25 | 26 | 2 |
| Jumlah | | | | | 26 |

Tabel diatas merupakan *Blue print* pada siswa kelas XII SMA Unggulan Amanatul Ummah. Peneliti menemukan jika siswa yang memiliki tingkat kecemasan dalam berkarir tinggi

dikarenakan rendahnya kesadaran bergama pada diri mereka. Siswa yang memiliki tingkat kecemasan dalam berkarir tinggi beranggapan jika walaupun kita taat beribadah ataupun tidak namun ketika hal tersebut belum rezeki maka tidak akan sampai ke kita. Maka dari itu mereka memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dalam karirnya karena takut jika apa yang diimpikan belum tentu akan di dapatkan.

Setelah menentukan skala kesadaran bergama dan skala kecemasan dalam berkarir, selanjutnya yakni melaksanakan uji validitas dan reliabilitas dari skala yang ditentukan. yaitu:

1. Uji Validitas

Nilai tertinggi dari ketepatan dan ketelitian pada suatu alat ukur untuk melakukan fungsi ukurnya disebut dengan validitas. Bila alat ukur tersebut mampu memberikan hasil ukur yang maksimal sesuai dengan maksud yang ditentukan

barulah dapat dinyatakan jika alat ukur tersebut mempunyai

validitas yang tinggi.⁷⁶ Uji validitas yang dilakukan pada

penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*). Menurut

Hayes, Richard, dan Kubany mengatakan jika makna validitas

isi ialah sejauh mana elemen – elemen dalam suatu instrument

ukur benar – benar relevan dan merupakan representasi.⁷⁷

⁷⁶ Tika, *Hubungan Antara Religiusitas*, 44.

⁷⁷ Khairunnisak, *Hubungan Antara Kematangan Karir*, 33.

Tujuan diadakannya uji validitas ini untuk mengetahui seberapa akurat dan tepat dari sebuah alat ukur yang telah dibuat. Sebelum dilakukannya uji validitas maka diperlukan uji coba pada sebuah angket yang akan dibagikan pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Uji coba validitas pada sebuah angket dibagikan ke 30 orang siswa kelas XII di sekolah lain. Maka dari itu hasil Uji Validitas pada angket setelah di Uji Coba sebagai berikut:

a. Skala Kesadaran Beragama

TABEL 3.4

BluePrint Kesadaran Beragama setelah di Uji Validitas

| No. | Aspek | Indikator | <i>Favourable</i> | <i>Unvafourable</i> | Jumlah |
|-----|----------------------------------|------------------------------|-------------------|---------------------|--------|
| | | | <i>No. Item</i> | | |
| 1. | <i>Religious Belief</i> | Iman kepada Allah | 1 | 2 | 2 |
| | | Iman kepada Malaikat Allah | 3 | 4 | 2 |
| | | Iman kepada Rasull Allah | 5 | 6 | 2 |
| | | Iman kepada Kitab Allah | 7 | 8 | 2 |
| | | Iman kepada hari kiamat | 9 | 10 | 2 |
| | | Iman kepada qodho dan qodar | 11 | 12 | 2 |
| 2. | <i>Religious Practice</i> | Mengucapkan kalimat Syahadat | 13 | 14 | 2 |
| | | Melaksanakan shalat | 15 | 16 | 2 |
| | | Membayar zakat | 17 | 18 | 2 |
| | | Melaksanakan | 19 | 20 | 2 |

| | | | | | |
|----|----------------------------|--|----|----|----|
| | | puasa bulan Ramadhan | | | |
| | | Menunaikan ibadah haji bagi yang mampu | 21 | 22 | 2 |
| 3. | <i>Religious Feeling</i> | Merasa dekat dengan Tuhan | 23 | 24 | 2 |
| | | Merasa takut berbuat dosa | 25 | 26 | 2 |
| | | Merasa do'a selalu dikabulkan | 27 | 28 | 2 |
| | | Merasa diselamatkan Tuhan | 29 | 30 | 2 |
| 4. | <i>Religious Knowledge</i> | Pemahaman tentang ilmu Fiqih | 31 | 32 | 2 |
| | | Pemahaman tentang ilmu Tauhid | 33 | 34 | 2 |
| | | Pengalaman tentang ilmu Tasawuf | 35 | 36 | 2 |
| 5. | <i>Religious effect</i> | Mengunjungi tetangga yang sakit | 37 | 38 | 2 |
| | | Menolong seseorang yang kesulitan | 39 | 40 | 2 |
| | | Bersedekah | 41 | 42 | 2 |
| | | Jumlah | | | 42 |

TABEL 3.5
Hasil Uji Validitas Kesadaran Beragama

| UJI VALIDITAS | | | | |
|-----------------------------|----------|--------------------|-------|------------|
| Variabel Kesadaran Beragama | | | | |
| ITEM | R HITUNG | R TABEL (0,361) 5% | SIG | KETERANGAN |
| X1 | 0,392 | 0,361 | 0,000 | VALID |

| | | | | |
|-----|-------|-------|-------|-------|
| X2 | 0,543 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X3 | 0,429 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X4 | 0,559 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X5 | 0,392 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X6 | 0,671 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X7 | 0,488 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X8 | 0,689 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X9 | 0,671 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X10 | 0,671 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X11 | 0,671 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X12 | 0,535 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X13 | 0,443 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X14 | 0,559 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X15 | 0,439 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X16 | 0,372 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X17 | 0,499 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X18 | 0,439 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X19 | 0,864 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X20 | 0,398 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X21 | 0,551 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X22 | 0,567 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X23 | 0,664 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X24 | 0,844 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X25 | 0,462 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X26 | 0,728 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X27 | 0,462 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X28 | 0,462 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X29 | 0,728 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X30 | 0,517 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X31 | 0,517 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X32 | 0,517 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X33 | 0,517 | 0,361 | 0,210 | VALID |
| X34 | 0,352 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X35 | 0,488 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X36 | 0,508 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X37 | 0,517 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X38 | 0,395 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X39 | 0,395 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X40 | 0,571 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X41 | 0,413 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X42 | 0,413 | 0,361 | 0,000 | VALID |

b. Skala Kecemasan Dalam Berkarir

TABEL 3.6
BluePrint Kecemasan Dalam Berkarir Setelah di Uji
Validitas

| | Aspek | Indikator | <i>Favourable</i> | <i>Unvafourable</i> | Jumlah |
|--------|--------------------------|---|-------------------|---------------------|--------|
| | | | <i>No. item</i> | | |
| 1. | <i>Physical symptoms</i> | Telapak tangan berkeringat | 1 | 2 | 2 |
| | | Otot tegang | 3 | 4 | 2 |
| | | Jantung berdebar | 5 | - | 1 |
| | | Pusing | - | 8 | 1 |
| 2. | <i>Thought</i> | Memikirkan bahaya secara berlebihan | 9 | 10 | 2 |
| | | Merasa tidak memiliki keahlian | 11 | 12 | 2 |
| | | Tidak yakin dengan kemampuan diri sendiri | 13 | 14 | 2 |
| 3. | <i>Behavior</i> | Menghindari situasi saat kecemasan muncul | - | 16 | 1 |
| | | Melakukan banyak hal secara sempurna | 17 | 18 | 2 |
| 4. | <i>Feelings</i> | Perasaan gugup | 19 | 20 | 2 |
| | | Jengkel | 21 | 22 | 2 |
| | | Cemas | 23 | 24 | 2 |
| | | Panik | - | 26 | 1 |
| Jumlah | | | | | 22 |

TABEL 3.7
Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Dalam Berkarir

| UJI VALIDITAS | | | | |
|------------------------------------|---------------------|-------------------------------|------------|-------------------|
| Variabel Kesadaran Beragama | | | | |
| ITEM | R HITUNG | R TABEL (0,361) 5% | SIG | KETERANGAN |
| X1 | 0,934 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X2 | 0,542 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X3 | 0,445 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X4 | 0,774 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X5 | 0,815 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X6 | 0,000 | 0,361 | 0,169 | TIDAK VALID |
| X7 | 0,000 | 0,361 | 0,169 | TIDAK VALID |
| X8 | 0,530 | 0,361 | 0,005 | VALID |
| X9 | 0,815 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X10 | 0,639 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X11 | 0,809 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X12 | 0,653 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X13 | 0,837 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X14 | 0,895 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X15 | 0,000 | 0,361 | 0,276 | TIDAK VALID |
| X16 | 0,757 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X17 | 0,531 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X18 | 0,566 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X19 | 0,646 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X20 | 0,730 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X21 | 0,393 | 0,361 | 0,003 | VALID |
| X22 | 0,760 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X23 | 0,757 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X24 | 0,745 | 0,361 | 0,000 | VALID |
| X25 | 0,000 | 0,361 | 0,195 | TIDAK VALID |
| X26 | 0,835 | 0,361 | 0,000 | VALID |

Karena jumlah responden pada uji coba sebanyak 30 siswa, maka syarat yang harus dipenuhi untuk melakukan uji validitas ialah jika r hitung 0,361 dengan taraf signifikansi sebanyak 0,05. Setelah itu peneliti melaksanakan uji coba validitas menggunakan aplikasi *SPSS 25 for windows*. Dari 42

item skala kesadaran beragama diperoleh 0 item yang gugur sehingga tersisah 42 item, Sedangkan dari 26 skala kecemasan dalam berkarir diperoleh 4 item yang gugur sehingga tersisah 22 item.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah alat yang digunakan untuk mengetahui seberapa konsisten dari sebuah alat ukur untuk pengukuran suatu data.⁷⁸ Uji reliabilitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan metode *Alpha Chronbach's* di program SPSS.

Tujuan diadakannya uji reliabilitas ada penelitian ini untuk melihat konsistensi serta keabsahan dari sebuah alat ukur. Adapun indeks koefisien menurut wiratna dalam menentukan uji reliabilitas yaitu:⁷⁹

a. Sebuah alat ukur dinyatakan reliabel apabila memiliki skor

Chronbach's Alpha apabila $> 0,60$.

b. Suatu alat ukur dinyatakan tidak reliabel apabila memiliki skor *Chronbach's Alpa* $< 0,60$.

Di bawah ini merupakan indeks koefisien reliabilitasnya, yaitu:

⁷⁸ Tika, 44.

⁷⁹ "Uji Validitas dan Reliabilitas," Binus University, November 01, 2014, <https://qmc.binus.ac.id/2014/11/01/u-j-i-v-a-l-i-d-i-t-a-s-d-a-n-u-j-i-r-e-l-i-a-b-i-l-i-t-a-s/>.

Tabel 3.8
Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas

| Skala | <i>Chronbach's Alpha</i> |
|--------------------------|--------------------------|
| Kesadaran Beragama | 0,961 |
| Kecemasan Dalam Berkarir | 0,872 |

a. Skala Kesadaran Beragama

Tabel 3.9
Hasil Uji Reliabilitas Skala Kesadaran Beragama

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .961 | 42 |

Setelah dilakukan uji reliabilitas menggunakan *SPSS 25 for windows* menunjukkan jika skor dari skala kesadaran bergama dengan *Chronbac's Alpha* yakni $0,913 > 0,60$ yang artinya skala kesadaran bergama dikatakan reliabel.

b. Skala Kecemasan Dalam Berkarir

Tabel 3.10
Hasil Reliabilitas Skala Kecemasan Dalam Berkarir

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .872 | 22 |

Setelah dilakukan uji reliabilitas menggunakan *SPSS 25 for windows* menunjukkan jika skor dari skala kecemasan dalam berkarir dengan *Chronbac's Alpha* yakni $0,872 > 0,60$ yang artinya skala kesadaran bergama dikatakan reliabel.

D. Analisis Data

Pernyataan Kerlinger seperti dikutip oleh Kasiran dalam bukunya metode penelitian menyatakan bahwa Analisis data melibatkan berbagai kegiatan, seperti menyortir data, memanipulasi data, dan menghitung data. Kegiatan ini bertujuan untuk memperoleh solusi untuk masalah penelitian.⁸⁰ Tujuan dari analisis data ini adalah untuk membuatnya sangat sederhana bagi semua orang untuk memahami dan menafsirkan data. Dengan melakukan ini, kita dapat dengan mudah mempelajari dan menguji hubungan antara masalah penelitian. Data yang sudah peneliti kumpulkan sebelum diolah untuk uji hipotesis perlu adanya uji prasyarat:

1. Uji Prasyarat

Uji prasyarat pada penelitian ini yakni:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ialah teknik yang digunakan untuk mengetahui apakah populasi data normal atau tidak. Data dinyatakan normal jika signifikasinya lebih besar dari 0,05. Uji Normalitas yang digunakan ialah Kolmogrov Smirnov.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan memiliki hubungan yang linier atau tidak. Penelitian ini menggunakan annova dalam pengujian linieritas. Adapun kriteria untuk uji linieritas yaitu:

⁸⁰ Moh Kasiran, *Metodelogi Penelitian*, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), 120.

- 1) Apabila skor *deviation form linearity* dengan signifikansi $> 0,05$ maka adanya hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat.
- 2) Apabila skor *deviation form linearity* dengan signifikansi $< 0,05$ maka tidak adanya hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat

2. Uji Hipotesis

Tujuan dari adanya uji hipotesis adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Teknik korelasi *product moment pearson* dipilih peneliti guna melihat ada atau tidaknya hubungan antara variabel kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir yang dibantu dengan bantuan *SPSS 25 for windows*.

Kriteria yang diperlukan peneliti untuk melakukan uji hipotesis yakni:

- a. Apabila skor signifikansi $< 0,05$, maka ada hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir.
- b. Apabila skor signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada hubungan antara kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Profil SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya



| | |
|--------------------|-----------------------------------|
| Nama Lembaga | : SMAS Unggulan Amanatul Ummah |
| Alamat | : Jl. Siwalankerto Utara II No.33 |
| Desa / Kelurahan | : Siwalankerto |
| Kecamatan | : Wonocolo |
| Kabupaten / Kota | : Surabaya |
| Provinsi | : Jawa Timur |
| Kode Pos | : 60236 |
| No. Telepon | : (031) 8434945 |
| Bentuk Pendidikan | : SMA |
| Status Sekolah | : Swasta |
| Status Kepemilikan | : Yayasan |
| Luas Tanah | : 1.500 m ² |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Letak SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya berada di Jl. Siwalankerto Utara II No.33, Kel. Siwalankerto, Kec. Wonocolo, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur, Kode Pos 60236 memiliki letak yang strategis karena berada di wilayah pemukiman yang padat penduduk.

2. Sejarah SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Pondok Pesantren Amanatul Ummah selalu identik dengan sosok KH. Asep Saifuddin Chalim sebagai pendiri, pengasuh, sekaligus

pemilikinya. Pada awalnya lembaga ini mendirikan pendidikan dalam bentuk MTs Unggulan dengan total siswa hanya 28 orang yang terdiri dari 15 putra dan 13 putri. Pada tahun 2001, yayan membuka sekolah baru yakni MA Unggulan dengan jumlah siswa sebanyak 40 orang. Setelah MA Unggulan Amanatul Ummah yang menggunakan system harus tinggal di Asrama atau Pondok Pesantren berjalan selama delapan tahun, secara realita berhasil membuktikan sebagai sekolah unggul dan utuh yang mampu dijangkau oleh seluruh masyarakat antara lain keberhasilannya dapat memperoleh nilai rata – rata terbaik pada tingkat nasional serta mendapat beasiswa di UNAIR, ITS, UGM, UIN, IAIN, serta kampus besar lainnya yang ada di Indonesia. Bukan hanya di Indonesia, Amanatul Ummah pun mampu meraih beasiswa hingga di luar negeri seperti ke Al-Azhar Mesir, Cairo University, Maroko, Tunisia, Sudan, dan ke Negara – negara lain. Berkaitan dengan keberhasilan tersebut, masyarakat kota Surabaya dan sekitarnya meminta agar diadakannya sekolah unggulan sebagai bentuk perwujudan MA Unggulan Amanatul Ummah. Untuk melengkapi lembaga yang ada, maka pada tahun 2009 didirikannya SMA Unggulan Amanatul Ummah surabaya dengan sistem pembelajaran *Full Day School* atau sekolah tanpa menginap di asrama / pondok pesantren yang tentunya memiliki visi, misi dan tujuan yang tinggi dan mulia untuk para siswa - siswinya.

3. Letak Geografis SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

SMA Unggulan Amanatul Ummah, Siwalankerto, Wonocolo, Surabaya beralamat di JL.Siwalankerto Utara II No.33 mencakup batas berikut, yakni:

- a. Sebelah Utara : Kantor Dinas Perindustrian dan Perdagangan (Disperindag)
- b. Sebelah Selatan : Pemukiman Warga
- c. Sebelah Barat : Kantor Bank Rakyat Indonesia (BRI)
- d. Sebelah Timur : Pondok Pesantren MA Amanatul Ummah Surabaya

Letak geografis SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya memiliki akses yang mudah dijangkau tepatnya berada di wilayah padat penduduk yang dimana area tersebut adalah akses menuju ke kantor BRI, Kantor DISPERINDAG, jalanan menuju ke PP. MA Amanatul Ummah, dan SMP-SMA Bina Bangsa. Namun akses jalan raya pada SMA Unggulan Amanatul Ummah tidak terlalu besar.

Keberadaan SMA Unggulan Amanatul Ummah selalu ramai namun lokasi tersebut sangat efektif digunakan sebagai tempat belajar mengajar.

Serta pada program pendidikan di SMA Unggulan Amanatul Ummah memiliki kelebihan dan keistimewaan yakni dari segi sistem pembelajarannya yang komprehensif dan memiliki program yang dinamakan program dauroh (Repitition) untuk semua mata pelajaran

terutama yang berhubungan dengan UTBK (Ujian Masuk Perguruan Tinggi) dan Try-Out soal - soal terukur yang kompetitif dan dilaksanakan pada semester kedua yang di semester sebelumnya telah dituntaskan terlebih dahulu untuk muatan kurikulumnya.

4. Visi dan Misi

a. Visi

“ Terwujudnya manusia yang unggul, utuh, dan berakhlakul karimah untuk kemuliaan bangsa Indonesia.”

b. Misi

- 1) Melaksanakan sistem yang berlaku di SMA Unggulan Amanatul Ummah Secara ketat dan bertanggung jawab.
- 2) Menyediakan guru-guru yang profesional, proposional, dan bertanggung jawab atas keberhasilan tugasnya.
- 3) Menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk memudahkan kelangsungan proses belajar mengajar yang baik.
- 4) Mengkondisikan lingkungan komunikasi warga sekolah yang senantiasa mengekspresikan akhlakul karimah.

5. Total Siswa SMA Amanatul Ummah Surabaya

Jumlah Siswa:

- a. Kelas X 1 : 13 Siswa Laki - Laki dan 18 Siswa Perempuan
- b. Kelas X 2 : 25 Siswa Perempuan
- c. Kelas X 3 : 26 Siswa Perempuan

- d. Kelas X 4 : 26 Siswa Laki - Laki
- e. Kelas X 5 : 14 Siswa Laki - Laki dan 12 Siswa Perempuan
- f. Kelas XI Mia 1 : 13 Siswa Laki - Laki dan 16 Siswa Perempuan
- g. Kelas XI Mia 2 : 22 Siswa Perempuan
- h. Kelas XI Mia 3 : 25 Siswa Perempuan
- i. Kelas XI Mia 4 : 20 Siswa Laki - Laki
- j. Kelas XI Mia 5 : 20 Siswa Laki - Laki
- k. Kelas XI IIS 1 : 26 Siswa Perempuan
- l. Kelas XI IIS 2 : 28 Siswa Laki - Laki
- m. Kelas XII Mia 1 : 15 Siswa Laki - Laki dan 15 Siswa Perempuan
- n. Kelas XII Mia 2 : 32 Siswa Perempuan
- o. Kelas XII Mia 3 : 30 Siswa Laki - Laki
- p. Kelas XII IIS 1 : 13 Siswa Laki - Laki dan 17 Siswa Perempuan
- q. Kelas XII IIS 2 : 18 Siswa Laki - Laki dan 11 Siswa Perempuan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 J E M B E R

Dapat diketahui bahwa total siswa SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya berjumlah 449 Siswa. Sistem pembagian kelas di Amanatul Ummah yakni antara Laki - Laki dan Perempuan dipisah, kecuali pada kelas X 1 dan X5, XI Mipa 1, XII Mipa 1, XII IIS 1 dan XII IIS 2.

Kebanyakan dari siswa berasal dari Kota Surabaya dan Kota Sidoarjo. Alasan siswa memilih SMA Unggulan Amanatul Ummah

karena kebanyakan dari mereka ialah lulusan dari Mts Amanatul Ummah dan SMP Amanatul Ummah yang ingin melanjutkan pendidikan di SMA Unggulan Amnatul Ummah. Dan beberapa dari mereka dituntut oleh orang tuanya karena menurut orang tua mereka SMA Unggulan Amanatul Ummah memiliki predikat yang baik serta SMA Unggulan Amanatul Ummah selalu mendapatkan beasiswa dari kampus - kampus terbaik di Indonesia serta Luar Negeri, maka dari itu orang tua siswa berharap ingin memberikan pendidikan yang terbaik untuk anak - anaknya dengan memfokuskan pendidikannya di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

6. Kegiatan SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Berikut ini merupakan jadwal kegiatan Siswa kelas X – kelas XII yang ada di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya, yang dilakukan dari pukul 06.30 pagi hingga 16.00 sore.

Tabel 4.1
Jadwal Kegiatan Siswa Kelas X-XII Hari Senin – Jum’at

| No. | Waktu | Kegiatan |
|-----|-------------|---------------------|
| 1. | 06.30-07.15 | TPA |
| 2. | 07.15-12.30 | Pelajaran Wajib |
| 3. | 12.30-13.30 | Ishoma |
| 4. | 13.30-15.45 | Pelajaran Keagamaan |

Tabel 4.2
Jadwal Kegiatan Siswa Kelas X-XI Hari Sabtu

| No. | Waktu | Kegiatan |
|-----|-------------|-----------------|
| 1. | 06.30-07.15 | TPA |
| 2. | 07.15-12.30 | Pelajaran Wajib |
| 3. | 12.30-13.30 | Ishoma |
| 4. | 13.30-15.45 | Ekstrakurikuler |

Tabel 4.3
Jadwal Kegiatan Siswa Kelas XII Hari Sabtu

| No. | Waktu | Kegiatan |
|-----|-------------|------------------------------|
| 1. | 06.30-07.15 | TPA |
| 2. | 07.15-12.30 | Pelajaran Wajib |
| 3. | 12.30-13.30 | Ishoma |
| 4. | 13.30-15.45 | Pelajaran Wajib / Try Out |

E. Penyajian Data

Setelah data telah didapatkan, peneliti melakukan penyajian data yang didalamnya memuat mengenai hasil dari variabel yang sudah ditentukan sebelumnya kemudian dijelaskan dengan singkat dan jelas. Penyajian data disajikan dalam bentuk angka statistik, bagan, serta tabulasi data. Dalam mencantumkan variabel harus diletakkan pada sub bab yang searah dengan rumusan masalah serta tujuan penelitian. Data tersebut telah peneliti dapatkan kemudian dijelaskan pada beberapa tabel berikut dari kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir.

1. Deskripsi Responden Berdasarkan Jumlah Siswa

Tabel 4.6
Data Jumlah Siswa

| No. | Kelas | Jumlah |
|-----|-----------|----------|
| 1. | XII MIA 1 | 30 Siswa |
| 2. | XII MIA 2 | 32 Siswa |
| 3. | XII MIA 3 | 30 Siswa |
| 4. | XII IIS 1 | 30 Siswa |
| 5. | XII IIS 2 | 29 Siswa |

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Statistik

Berikut ini merupakan data yang didapatkan oleh peneliti. Hasil dari deskripsi data kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir akan dijelaskan dalam tabel ini:

Tabel 4.7
Hasil Deskripsi Data Kesadaran Beragama dan Kecemasan Dalam Berkarir

| Descriptive Statistics | | | | | |
|------------------------|-----|---------|---------|--------|----------------|
| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| KESADARAN | 151 | 181 | 204 | 201.19 | 7.230 |
| KECEMASAN | 151 | 75 | 110 | 85.25 | 6.389 |
| Valid N (listwise) | 151 | | | | |

Dari tabel hasil diatas menunjukkan jika untuk variabel kesadaran bergama (x) pada siswa didapatkan skor minimum 181, skor maksimum 204, *mean* (rata-rata) 201,19 , *standar deviation* 7.230. Dari variabel kecemasan dalam berkarir (y) pada siswa didapatkan skor minimum 75, skor maksimum 110, *mean* (rata-rata) 85,25 , *standar deviation* 6.389.

b. Deskripsi Kategorisasi Data

Setelah diketahui skor rata-rata dan *standar deviation* dari kedua variabel, hasil skor akan diperlukan guna mengetahui tingkat tinggi, sedang, dan rendah untuk variabel kesadaran bergama dan kecemasan dalam berkarir. Adapun pedoman rumus yang peneliti gunakan untuk memperoleh kategorisasi data, yakni:

1. Kategori Tingkat Kesadaran Beragama

Tabel 4.8
Hasil Kategorisasi Data Kesadaran Beragama

| | | KATEGORI KESADARAN | | | |
|-------|--------|---------------------------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | RENDAH | 18 | 11.9 | 11.9 | 11.9 |
| | SEDANG | 1 | 0.7 | 0.7 | 12.6 |
| | TINGGI | 132 | 87.4 | 87.4 | 100.0 |
| Total | | 151 | 100.0 | 100.0 | |

Pada hasil kategorisasi data tersebut menunjukkan jika siswa kelas XII menunjukkan rata – rata memiliki kategorisasi data rendah dari variabel kesadaran beragama berjumlah 11 siswa dengan presentase cumulative 11,9%, siswa yang memiliki kategorisasi data sedang berjumlah 1 siswa dengan presentase cumulative 12,6%, dan siswa yang memiliki kategorisasi data tinggi berjumlah 132 siswa dengan presentase cumulative 100%. Dari tabel tersebut dapat diketahui jika rata-rata siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah memiliki tingkat kategorisasi kesadaran beragama tinggi.

2. Kategorisasi Tingkat Kecemasan Dalam Berkarir

Tabel 4.9
Hasil Kategorisasi Data Kecemasan Dalam Berkarir

| | | KATEGORI KECEMASAN | | | |
|-------|--------|---------------------------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | RENDAH | 85 | 56.3 | 56.3 | 56.3 |
| | SEDANG | 49 | 32.5 | 32.5 | 88.7 |
| | TINGGI | 17 | 11.3 | 11.3 | 100.0 |
| Total | | 151 | 100.0 | 100.0 | |

Pada hasil kategorisasi data menunjukkan jika siswa kelas XII menunjukkan memiliki kategorisasi data rendah dari variabel kecemasan dalam berkarir berjumlah 85 siswa dengan presentase cumulative 56,3%, siswa yang memiliki kategorisasi data sedang berjumlah 49 siswa dengan presentase cumulative 88,7%, dan siswa yang memiliki kategorisasi data tinggi berjumlah 17 siswa dengan presentase cumulative 100% . Dari tabel tersebut dapat diketahui jika rata-rata siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah memiliki tingkat kategorisasi kecemasan dalam berkarir rendah.

F. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis

1. Uji Normalitas

Uji normalitas diperlukan peneliti untuk mengetahui hasil data penelitian bersifat distribusi normal atau tidak. Adapun yang dapat peneliti lakukan untuk mengetahui hasil datanya yakni dengan uji normalitas dengan menggunakan pendekatan *Kolmogorof-Smirnov*. Setelah data tersebut telah diketahui memiliki distribusi normal atau tidak.

Tabel 4.10
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Unstandardized Residual |
|----------------------------------|------|-------------------------|
| N | | 151 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 0.0000000 |
| | Std. | 3.83177548 |

| | | Deviation |
|------------------------|----------|-------------------|
| Most | Absolute | 0.245 |
| Extreme | Positive | 0.245 |
| Differences | Negative | -0.152 |
| Test Statistic | | 0.245 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .000 ^c |

- a. Test distribution is Normal.
 b. Calculated from data.
 c. Lilliefors Significance Correction.

Dari perolehan data di atas menunjukkan hasil dari uji normalitas didapati data tersebut berdistribusi normal karena hasil skor signifikansi menunjukkan 0,000 dan dapat diketahui bahwa data kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir tersebut berdistribusi tidak normal menurut pedoman uji normalitas.

2. Uji Linearitas

Selanjutnya peneliti melakukan uji linearitas. Pada uji tersebut peneliti ingin mengetahui sebuah data yang digunakan terdapat hubungan yang linear atau tidak. *Annova* digunakan peneliti untuk melangsungkan uji linearitas. Dalam mengetahui sebuah variabel memiliki hubungan dan membentuk garis linear atau tidak peneliti harus mengetahui pedoman dari uji linearitas. Yakni:

Tabel 4.11
Pedoman Uji Linearitas⁸¹

| Nilai signifikansi | Keterangan |
|--------------------|--------------|
| Sig > 0,05 | Linear |
| Sig < 0,05 | Tidak linear |

⁸¹ Sahid Raharjo, "Cara Melakukan Uji Linieritas Menggunakan dengan Program SPSS," Februari 19, 2021, <https://www.spssindonesia.com/2014/02/uji-linearitas-dengan-program-spss.html>.

Tabel 4.12
Hasil Uji Linearitas

| ANOVA Table | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|-------|------|
| kecemasan * x1 | Between Groups | (Combined) | 5.391 | 21 | .257 | .535 | .951 |
| | | Linearity | 1.490 | 1 | 1.490 | 3.103 | .081 |
| | | Deviation from Linearity | 3.901 | 20 | .195 | .406 | .989 |
| Within Groups | | | 61.947 | 129 | .480 | | |
| Total | | | 67.338 | 150 | | | |

^Berdasarkan dari hasil uji linearitas di atas diperoleh bahwa variabel kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir *deviation from linearity* memiliki skor signifikansi 0,989 yang menunjukkan bahwa data tersebut linear dan menghasilkan skor signifikansi lebih dari 0,05.

3. Uji Hipotesis

Tujuan dari adanya pengujian hipotesis ini ialah untuk melihat apakah adanya hubungan antara kesadaran bergama dengan

kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Namun, apabila uji normalitas tidak berdistribusi normal maka pada uji hipotesis ini menggunakan uji non-parametrik. Uji non-parametrik adalah suatu uji statistik yang tidak diperlukan adanya asumsi mengenai sebaran data populasi. Uji statistik non-parametrik yang digunakan adalah uji wilcoxon signed ranked test.

Uji wilcoxon adalah uji statistik non-parametrik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata – rata dua sampel yang

berpasangan. Uji wilcoxon dapat digunakan jika penelitian tidak berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusan pada uji non-parametrik wilcoxon adalah jika nilai signifikansi dibawah $< 0,05$ maka diterima.⁸²

TABEL 4.13
Hasil Uji Non-Parametrik

| Test Statistics ^a | |
|------------------------------|-----------------------|
| | KECEMASAN - KESADARAN |
| Z | -10.683 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil uji non-parametrik pada tabel diatas diketahui bahwa variabel kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir memiliki skor signifikansi 0,000 yang menunjukkan bahwa hasil tersebut diterima karena menghasilkan skor kurang dari 0,05.

G. Pembahasan

Penelitian ini adalah penelitian yang dilaksanakan untuk mengetahui apakah adanya hubungan kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir pada siswa kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya, peneliti telah melaksanakan pengujian normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak, dan peneliti juga melaksanakan uji linearitas untuk mengetahui apakah data

⁸² Modul 11, *Uji Wilcoxon (Kode:MIK411)*, (Prodi S1 Manajemen Informasi Kesehatan Universitas Esa Unggul, 2017). 4

tersebut ada atau tidaknya hubungan yang linear antara variabel kesadaran beragama dengan variabel kecemasan dalam berkarir.

Berdasarkan pada tabel 4.10 diperoleh jika hasil dari pengujian normalitas yang dilakukan *kolmogrog-smirnov* kepada 151 responden penelitian menunjukkan nilai sebesar 0,000. Hasil data tersebut bisa dijelaskan jika hasil dari uji normalitas berdistribusi tidak normal. Data dikatakan berdistribusi normal jika sebaran tersebut acak secara kontinu dan membentuk lonceng serta simetris, yang mana frekuensi terbesar dan rata-rata dari data tersebut terletak di tengah. Maka dari itu, selanjutnya peneliti melakukan uji non-parametrik wilcoxon untuk mengetahui perbedaan rata - rata dua sampel. Hasil uji wilcoxon pada tabel 4.13 menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,000 yang artinya hipotesis diterima.

Selain itu, berdasarkan pada tabel 4.12 merupakan hasil dari uji linearitas yang menunjukkan skor signifikansi sebesar $0,989 > 0,05$ yang diketahui bahwa variabel kesadaran beragama dengan variabel kecemasan dalam berkarir memiliki hubungan yang linear dan membentuk garis lurus.

Pada tabel 4.8 dapat diketahui bahwa siswa kelas XII SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya yang memiliki kategorisasi kesadaran beragama rendah berjumlah 18 siswa dengan presentase cumulative 11,9%, yang memiliki kategorisasi sedang berjumlah 1 siswa dengan presentase cumulative 12,6%, dan yang memiliki kategorisasi tinggi berjumlah 132 siswa dengan presentase cumulative 100%. Dari

hasil tabel tersebut dapat diketahui jika siswa memiliki kategori kesadaran beragama yang berbeda- beda, serta kebanyakan dari mereka memiliki kategorisasi tinggi.

Selain itu, pada tabel 4.9 dapat diketahui jika siswa kelas XII SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya yang memiliki kategorisasi kecemasan dalam berkarir rendah berjumlah 85 siswa dengan presentase cumulative 56,3%, yang memiliki kategorisasi sedang berjumlah 49 siswa dengan presentase cumulative 88,7%, dan yang memiliki kategorisasi data tinggi berjumlah 17 siswa dengan presentase cumulative 100%. Dari hasil tabel tersebut dapat diketahui jika siswa memiliki kategori kecemasan dalam berkarir rendah.

Jadi, dapat disimpulkan jika hasil kategorisasi data pada variabel kesadaran beragama dikategorisasikan dalam kategori tinggi. Dan hasil kategorisasi data pada variabel kecemasan dalam berkarir dikategorisasikan dalam kategori rendah.

Setelah peneliti melakukan kategorisasi data pada variabel kesadaran beragamaan kecemasan dalam berkarir, selanjutnya peneliti melakukan observasi kepada siswa kela XII SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Hasil dari observasi tersebut menunjukkan jika siswa yang memiliki kesadaran beragama tinggi tidak mengalami kecemasan dan tidak terlalu berfikir berlebihan pada karirnya, namun ada sebagian siswa juga yang memiliki kesadaran beragama tinggi tetapi tetap cemas dan khawatir terhadap karirnya. Siswa yang memiliki kesadaran beragama

tinggi beranggapan jika kehidupan di dunia adalah Tuhan yang menentukan, selagi tetap menaati perintah Allah dan tetap berusaha mereka percaya bahwa Allah akan melancarkan segala urusannya. Namun anggapan ini juga berbeda dengan siswa yang memiliki kesadaran beragama tinggi namun tetap mengalami kecemasan, karena menurutnya rezeki adalah Tuhan yang sudah menentukan namun jika karir yang mereka harapkan belum rezeki maka karir yang diimpikan pun tidak akan pernah terwujud. .

Kecemasan pada masa depan yang dialami oleh individu disebabkan oleh individu yang selalu menilai dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi situasi yang akan diperkirakan. Kecemasan yang dirasakan oleh siswa tingkat akhir pada zaman sekarang timbul dikarenakan berbagai macam tekanan serta ekspektasi berlebih yang datang dari berbagai sumber seperti, orang tua, guru, teman sebaya dan lingkungannya. Tuntutan serta ekspektasi itulah yang membuat siswa merasa cemas akan karirnya, sedangkan seperti yang sudah kita ketahui bahwa kualitas diri pada masing - masing individu itu berbeda - beda.

Kecemasan dapat muncul ketika seseorang merasa tidak yakin tentang masa depan karir mereka. Adapun faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam berkarir pada siswa, salah satunya ialah ketidakstabilan perkonomian dan tuntutan keluarga. ada beberapa keluarga dari siswa yang selalu menuntut tinggi siswa tersebut agar karir masa depannya sukses, beberapa dari siswa yang terlalu dituntut berasal dari keluarga

yang kurang mampu sehingga besar harapan dari kedua orang tua mereka agar anaknya dapat mengangkat derajat orang tua.

Menurut Feldman, Olds dan Papalia menyebutkan jika memilih melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja merupakan masalah yang dialami oleh siswa setelah menyelesaikan masa sekolah menengah atas. Siswa yang memilih memasuki dunia kerja setelah lulus akan dihadapkan pada status baru sebagai pencari kerja atau pengangguran.⁸³

Menurut Somantri kesulitan memperoleh pekerjaan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, sehingga siswa yang memilih memasuki dunia kerja pasca lulus sekolah dapat mengalami kecemasan terhadap karir masa depan.⁸⁴

Beberapa siswa memiliki harapan tinggi untuk ingin melanjutkan pendidikannya ke tingkat universitas yang diimpikan, namun mereka menyadari bahwa disisi lain perkonomian keluarganya sangat tidak memungkinkan untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi. Maka dari itu beberapa dari mereka memilih SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya dengan harapan semoga mereka mendapatkan beasiswa ke kampus yang diinginkan, karena seperti yang kita tahu jika SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya selalu mendapatkan berbagai beasiswa baik untuk kampus dalam negeri maupun luar negeri. Walaupun SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya selalu mendapat kesempatan mendapatkan banyak beasiswa, mereka tetap mengalami kecemasan untuk

⁸³ Rusna Apriliana. *Hubungan Antara*. 3.

⁸⁴ Mahbub, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*. 5.

karir masa depannya karena jika tidak dapat mendapatkan beasiswa maka mau tidak mau beberapa dari mereka harus bekerja.

Menurut Siburian, Karyono, & Kaloeti kecemasan dapat terjadi dalam berbagai hal termasuk untuk menentukan masa depan. Siburian, Karyono, dan Kaloeti juga mengartikan jika kecemasan terhadap masa depan sebagai emosi tidak menyenangkan terkait berbagai masalah yang harus dihadapi pada masa perkembangannya serta berpengaruh pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Sumber kecemasan terhadap masa depan meliputi masalah pendidikan, pekerjaan dan kehidupan berkeluarga.⁸⁵

Menurut Heeren & McNally mengatakan jika individu dapat memiliki *synthon* atau gejala dalam pembentukan kecemasan dalam dirinya seperti timbul pikiran yang obsesif, kesulitan berkonsentrasi, cenderung memiliki pikiran yang kosong, serta muncul ketegangan yang ditandai dengan menegangnya otot, merasa gugup dan mudah kaget, mengalami kesulitan tidur, berkeringat, mual, serta detak jantung lebih cepat.⁸⁶ Beberapa dampak yang mempengaruhi ketika mengalami kecemasan yang berlebih, yaitu mereka menjadi sering tidak fokus dalam pembelajaran karena selalu merasa tidak percaya diri terhadap kemampuannya, selalu merasa takut tertinggal dengan teman – teman yang lain, dan selalu mengalami ketakutan berlebih terhadap masa depannya.

⁸⁵ Mahbub, *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja*. 5.

⁸⁶ Rusna Apriliana. *Hubungan Antara*. 6.

Banyak kecemasan yang biasanya menghambat performa yang efektif, hal tersebut dikenal sebagai kecemasan yang merugikan atau *debilitating anxiety*. Hal tersebut juga sejalan dengan pernyataan Jeanne Ellis Ormrod bahwa kecemasan yang berlebihan dapat membuat konsentrasi dan perhatian siswa terganggu.

Sesuai dengan penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan jika kesadaran beragama memiliki hubungan dengan kecemasan dalam berkarir. Dengan adanya kesadaran bergama, nantinya sangat diperlukan seseorang untuk mencegah kecemasan. Tingginya kesadaran beragama membuat mereka dapat mengontrol perasaan cemas terkait karirnya. Seperti halnya pada terjemahan dari Q.S At-Taubah ayat 51 yang artinya “Sekali – kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan oleh Allah untuk kami. Dialah pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang – orang beriman harus bertawakal. Dengan adanya kesadaran beragama siswa dapat merasa lebih tenang mengenai karirnya. Sehingga perilaku kecemasan dalam berkarir dapat diatasi dengan tingginya kesadaran beagama.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari pengujian normalitas yang dilakukan menggunakan *kolmogrog-smirnov* kepada 151 responden penelitian menunjukkan nilai sebesar 0,000. Hasil data tersebut menunjukkan jika hasil dari uji normalitas berdistribusi tidak normal. Maka selanjutnya peneliti melakukan uji non-parametik wilcoxon untuk mengetahui perbedaan rata - rata dua sampel. Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,000. Maka dari itu, kesimpulan dari uji normalitas pada penelitian ini adalah jika penelitian ini memiliki hubungan yang signifikan dan penelitian ini tidak dapat digunakan di tempat lain dah hasil penelitian ini hanya dapat digunakan pada sampel.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait kesadaran beragama dengan kecemasan dalam berkarir berkarir hendaknya dapat menggunakan instrumen penelitian terbaru yang akan berpengaruh terhadap hasil penelitian.

2. Bagi Siswa

Diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan dirinya dengan lebih berusaha pada bidang akademik agar memiliki konsep akademik

yang lebih baik kecemasan dalam berkarir dapat diminimalisir. siswa diharapkan membuat target pencapaian agar dapat lebih memahami kemampuan dirinya



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zainal, Hartono, Ike Cahya Ningrum, Moch. Chotib, Hepni, Moh. Anwar, Abdul Karim, Moch. Zaka Ardiansyah, Dinar Maftukh Fajar. Pedoman Penulisan Karya Ilmiah. Jember: IAIN Jember, 2020.
- Agustina, Leni. (2018). Pengaruh Kesadaran Beragama Orangtua Terhadap Minat Menyekolahkan Anak ke Lembaga Pendidikan Islam di Desa Pujokerto Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Metro.
- Al-Qur'an dan terjemahan. Add-ins Microsoft Word. Qur'an In Word Indonesia Versi 2.0
- Apriliana, Rusna. (2016). *Hubungan Antara Kecemasan Terhadap Karir Masa Depan Dan Konsep Diri Akademik Dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa*. Jurnal Universitas Islam Sultan Agung Semarang Vol.11 No.1.
- Fitri Ukhtia et al. (2016). *Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri*. Jurnal. Psikologi Islami Vol. 2 No. 2.
- Hasanah, Hasyim. (2013). *Peran Strategis Aktivis Perempuan Nurul Jannah Al Firdaus dalam Membentuk Kesadaran Beragama Perempuan Miskin Kota Semarang*. Jurnal. Institut Agama Islam Negeri IAIN Walisongo Vol.7, No.2.
- Jalaludin. Psikologi Agama. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2012.
- Khairunnisak. (2019). *Hubungan Antara Kematangan Karir Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduate Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Banda Aceh.
- Kurniawan, Agung W dan Zarah Puspitaningtyas. Metode Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Pustaka. 2016.
- M, Anton Moeliono dkk. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka. 1990.
- Margono. S. Metodologi Penelitian Pendidikan. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2005.
- Milla, Haidarotul. (2015). *Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama'ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Modul 11. (2017). Uji Wilcoxon. Prodi S1 Manajemen Informasi Kesehatan Universitas Esa Unggul.
- Moh Kasiran. Metodologi Penelitian. Malang: UIN Maliki Press. 2010.

- Nadziri, Mahbub. (2018). Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Dengan Jurusan Yang Diprediksi Sulit Mendapat Pekerjaan. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nugraha, Aditya Dedy. (2020). *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*. Indonesian Journal of Islamic Psychology Volume 2. Number
- Nevid J.S, Rathos S.A, Green E.B, (2005), *Psikologi Abnormal, jilid 1 edisi ke-5. Alih Bahasa Tim Fakultas Psikologi UI*. Erlangga. Jakarta.
- Ramayulis. Psikologi Agama. Jakarta: Kalam Mulia.2002.
- Setiadi, Dicky. (2022). *Kesadaran Beragama dan Pengalaman Beragama Masyarakat Betawi di Kecamatan Kebon Jeruk, Jakarta Barat*. Journal of Social Research, no.1.
- Subandi, M.A, Psikologi Agama & Kesehatan Mental. Yogyakarta:Pustaka belajar, 2013.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta. 2018.
- Tika. (2020). Hubungan Antara Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Universitas Islam Riau. *Skripsi*. Universitas Islam Riau, Pekanbaru.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai pustaka.2002.
- “Uji Validitas dan Reliabilitas.” Binus University. November 01, 2014. <https://qmc.binus.ac.id/2014/11/01/u-j-i-v-a-l-i-d-i-t-a-s-d-a-n-u-j-i-r-e-l-i-a-b-i-l-i-t-a-s/>.
- Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Pedoman Penulisan Karya Ilmiah. Jember: UIN Kiai Achmad Siddiq, 2021.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Pernyataan Keaslian Penulisan

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salsabilla Samudra Rinjani

NIM : D0195061

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : UIN KH.Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur – unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan daftar pustaka.

Apabila kemudian hari ternyata penelitian ini terbukti terdapat unsur – unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia diproses sesuai undang – undang yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Jember, 11 November 2023
Saya yang menyatakan



Salsabilla Samudra Rinjani
NIM: D20195061

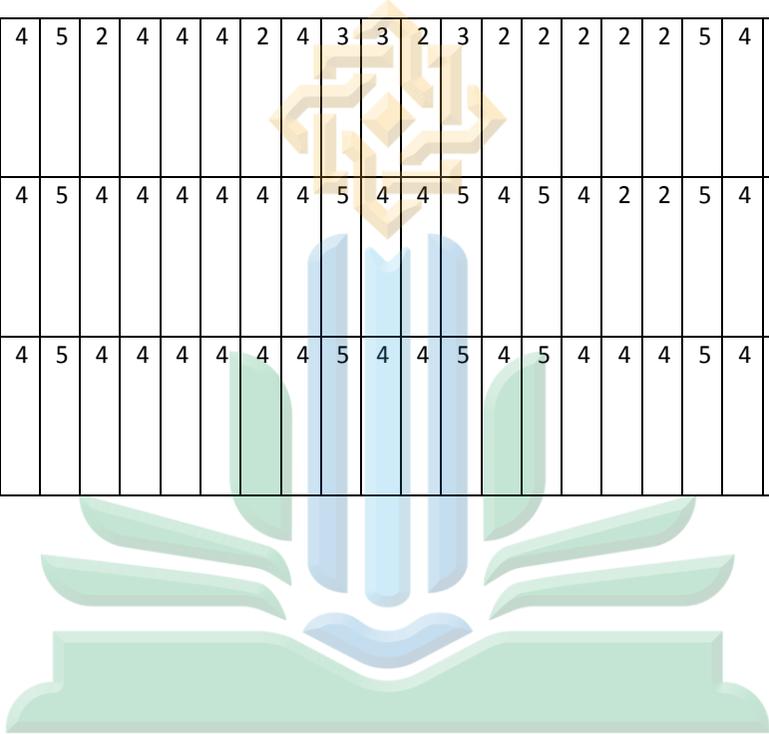


UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Matrik Penelitian

| Judul | Variabel | Sub Variabel / Aspek | Sumber Data | Metode Penelitian | Hipotesis |
|---|--|---|--|--|---|
| <p>Hubungan Kesadaran Beragama dengan Tingkat Kecemasan dalam Berkarir pada Siswa Kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya</p> | <p>1. Kesadaran Beragama (V.X)</p> | <p>1. Keyakinan (Ideologi) 2. Praktek Dimensi (Ritualistik) 3. Dimensi Pengalaman (Penghayatan) 4. Dimensi Pengetahuan (Mengetahui ajaran agama) 5. Dimensi Konsekuensi (Mengukur perilaku individu)</p> <p>Menurut Glock & Starck yang dikutip oleh Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori.</p> | <p>Angket / Kuisisioner Penelitian</p> | <p>Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional.</p> | <p>H₀ : Hubungan kesadaran Beragama tidak berhubungan dengan Kecemasan dalam Berkarir pada Siswa Kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya</p> |
| | <p>2. Kecemasan dalam Berkarir (V.Y)</p> | <p>1. <i>Physical symtoms</i> (Reaksi Fisik) 2. <i>Thought</i> (pemikiran negatif) 3. <i>Behavior</i> (menghindari situasi) 4. <i>Feelings</i> (suasana hati)</p> <p>Menurut Fenn & Byrne yang dikutip oleh Greenberger dan Padesky.</p> | | | <p>H_a: Hubungan kesadaran Beragama berhubungan dengan Kecemasan dalam Berkarir pada Siswa Kelas XII di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya</p> |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---------|---------|
| x 1 4 9 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 18 2 | |
| x 1 5 0 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 19 8 |
| x 1 5 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 20 2 |



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAGAN DATA KECEMASAN DALAM BERKARIR

TABULASI DATA KECEMASAN DALAM BERKARIR

| NO ITEM | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| No. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | TOTAL |
| y1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y6 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y7 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y8 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y9 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y10 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y11 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y12 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y13 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 84 |
| y14 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 83 |
| y15 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y16 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 98 |
| y17 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 98 |
| y18 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 98 |
| y19 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 98 |
| y20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 |
| y21 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 |
| y22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 |
| y23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 |
| y24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 |
| y25 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 94 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
| y26 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 94 | |
| y27 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 94 | |
| y28 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 | |
| y29 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y30 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y31 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y32 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y33 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y34 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y35 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y36 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y37 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y38 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y39 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y40 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y41 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y42 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y43 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y44 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y45 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y46 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y47 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y48 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y49 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y50 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y51 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y52 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y53 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y54 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y55 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y56 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y57 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y58 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y59 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y60 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y61 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y62 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y63 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y64 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y65 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y66 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y67 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y68 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 83 |
| y69 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y70 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y71 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y72 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y73 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y74 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y75 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| y76 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 80 |
| y77 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 81 |
| y78 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 81 |
| y79 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 83 |
| y80 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 83 |
| y81 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 80 |
| y82 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 80 |
| y83 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 80 |
| y84 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 78 |
| y85 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 80 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y86 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y87 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y88 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y89 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y90 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y91 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y92 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y93 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y94 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y95 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y96 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y97 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y98 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y99 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y100 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y101 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y102 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y103 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y104 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 81 |
| y105 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 81 |
| y106 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 79 |
| y107 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y108 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y109 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y110 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y111 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 75 |
| y112 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 77 |
| y113 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 77 |
| y114 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y115 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| y116 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y117 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y118 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 78 |
| y119 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 81 |
| y120 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y121 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| y122 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y123 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y124 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y125 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y126 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 88 |
| y127 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y128 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 86 |
| y129 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 85 |
| y130 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 85 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|
| y131 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 83 |
| y132 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y133 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y134 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y135 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y136 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y137 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 91 |
| y138 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 5 | 91 |
| y139 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 92 |
| y140 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 95 |
| y141 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 95 |
| y142 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 96 |
| y143 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 5 | 98 |
| y144 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 110 |
| y145 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 108 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|
| y146 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 104 |
| y147 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 102 |
| y148 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 104 |
| y149 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 102 |
| y150 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 85 |
| y151 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 85 |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

1. Hasil uji reliabilitas kesadaran beragama

| Reliability Statistics | |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| 0.961 | 42 |

2. Hasil uji reliabilitas kecemasan dalam berkarir

| Reliability Statistics | |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .872 | 22 |

3. Hasil uji deskripsi statistic kesadaran beragama dan kecemasan dalam berkarir

| Descriptive Statistics | | | | | | |
|------------------------|-----|---------|---------|--------|----------------|--|
| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation | |
| KESADARAN | 151 | 181 | 204 | 201.19 | 7.230 | |
| KECEMASAN | 151 | 75 | 110 | 85.25 | 6.389 | |
| Valid N (listwise) | 151 | | | | | |

4. Hasil kategorisasi data kesadaran beragama

KATEGORI KESADARAN

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | RENDAH | 18 | 11.9 | 11.9 | 11.9 |
| | SEDANG | 1 | 0.7 | 0.7 | 12.6 |
| | TINGGI | 132 | 87.4 | 87.4 | 100.0 |
| | Total | 151 | 100.0 | 100.0 | |

5. Hasil kategorisasi data kecemasan dalam berkarir

KATEGORI KECEMASAN

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | RENDAH | 85 | 56.3 | 56.3 | 56.3 |
| | SEDANG | 49 | 32.5 | 32.5 | 88.7 |
| | TINGGI | 17 | 11.3 | 11.3 | 100.0 |
| | Total | 151 | 100.0 | 100.0 | |

6. Hasil uji normalitas

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Unstandardized Residual |
|----------------------------------|----------------|-------------------------|
| N | | 151 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 0.000000 |
| | Std. Deviation | 3.83177548 |
| Most Extreme Differences | Absolute | 0.245 |
| | Positive | 0.245 |
| | Negative | -0.152 |
| Test Statistic | | 0.245 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .000 ^c |

7. asil uji hipotesis

Test Statistics^a

| | KECEMASAN - KESADARAN |
|-------------------------------|-----------------------------|
| Z | -10.683 ^b |
| Asymp. Sig. (2- tailed) | 0.000 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on positive ranks.

8. Hasil uji linearitas

| ANOVA Table | | | | | | | |
|-------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|-------|------|
| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| kecemasan * x1 | Between Groups | (Combined) | 5.391 | 21 | .257 | .535 | .951 |
| | | Linearity | 1.490 | 1 | 1.490 | 3.103 | .081 |
| | | Deviation from Linearity | 3.901 | 20 | .195 | .406 | .989 |
| Within Groups | | | 61.947 | 129 | .480 | | |
| Total | | | 67.338 | 150 | | | |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

SURAT IZIN PENELITIAN

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
Jl. Malaran No. 1 Mangli, Jember, Kode Pos 68136
Telp. (0331) 487850 Fax (0331) 427005 e-mail: fakultasdakwah@uinjhas.ac.id
Website: <http://isakwah.uinjhas.ac.id/>




Nomor : B.2562/Un.22/6.a/PP.00.9/07/2023 17 Juli 2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.
SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Salsabilla Samudra Rinjani
NIM : D20195061
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Psikologi Islam
Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "HUBUNGAN KESADARAN BERAGAMA DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM BERKARIR PADA SISWA KELAS 12 DI SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan,
Pih. Wakil Dekan Bidang Akademik

Abdul Mu'is

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

 Dipindai dengan CamScanner 

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN



YAYASAN AMANATUL UMMAH SURABAYA
SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH
(FULL DAY SCHOOL)

STATUS TERAKRERDITASI "A", NSS: 303056014471, NPSN: 20584015
Jl. Siwalankerto Utara II No. 33 Wonocolo- Surabaya Telp: (031) 8476071 Website: www.smauu-sby.sch.id Email: smau.au9@gmail.com

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor: 2276/15/SMA.U.AU/KS/XI/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. H. Zakariyah, M. Pd. L.
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMA Unggulan Amanatul Ummah
Alamat Sekolah : Jl. Siwalankerto Utara II No. 33, Wonocolo, Surabaya

dengan ini menerangkan bahwa:

Nama Mahasiswa : Salsabilla Samudra Rinjani
NIM : D20195061
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Psikologi Islam
Semester : VIII (Delapan)

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya dari tanggal 22 Juli sampai dengan 22 September 2023 dengan judul "HUBUNGAN KESADARAN BERAGAMA DENGAN TINGKAT KECEMASAN BERPIKIR PADA SISWA KELAS 12 DI SMA UNGGULAN AMANATUL UMMAH SURABAYA".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 10 November 2023

Kepala Sekolah,

Dr. H. Zakariyah, M. Pd. L.
NIP. -

UNIVERSITAS ISLAM Negeri
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



Dipinjam oleh: ...

Kuesioner Kesadaran Beragama

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

PETUNJUK:

1. Pernyataan dibawah ini terdiri dari 42 pernyataan yang memungkinkan akan membutuhkan waktu 10 menit
2. Beri tanda (√) pada jawaban yang menjadi pilihan anda
3. Tidak ada pernyataan yang bernilai benar atau salah
4. Pilihlah jawaban yang mendekati apa yang anda rasakan
5. Jawaban terdiri dari:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

| NO. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|----|-----|
| 1. | Saya percaya tiada Tuhan selain Allah | | | | | |
| 2. | Saya tidak mempercayai adanya Tuhan | | | | | |
| 3. | Saya percaya adanya Malaikat | | | | | |
| 4. | Saya tidak mempercayai adanya malaikat | | | | | |
| 5. | Saya percaya kepada Rasull Allah | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|
| 6. | Saya tidak percaya adanya Rasull Allah | | | | | |
| 7. | Saya percaya adanya Al-Qur'an | | | | | |
| 8. | Saya tidak percaya bahwa Al-Qur'an itu benar | | | | | |
| 9. | Saya percaya adanya Hari Kiamat | | | | | |
| 10. | Saya tidak percaya bahwa akan ada Hari Kiamat | | | | | |
| 11. | Saya Percaya adanya Qodho dan Qadar | | | | | |
| 12. | Saya tidak percaya adanya Qodho dan Qadar | | | | | |
| 13. | Saya mengucapkan kalimat syahadat | | | | | |
| 14. | Saya tidak pernah mengucapkan kalimat syahadat | | | | | |
| 15. | Saya selalu melaksanakan shalat | | | | | |
| 16. | Saya seringkali meninggalkan shalat | | | | | |
| 17. | Saya selalu membayar zakat | | | | | |
| 18. | Saya tidak pernah membayar zakat | | | | | |
| 19. | Saya selalu menjalankan puasa pada Bulan Ramadhan | | | | | |
| 20. | Saya seringkali membatalkan puasa sebelum waktunya saat puasa Bulan Ramadhan | | | | | |
| 21. | Saya akan menunaikan haji jika mampu | | | | | |
| 22. | Saya tidak tertarik untuk menunaikan haji | | | | | |
| 23. | Saya merasa dekat dengan Allah karena saya selalu melaksanakan ibadah | | | | | |
| 24. | Saya merasa tidak dekat dengan Allah karena sering melalaikan perintahnya | | | | | |
| 25. | Saya selalu takut jika akan berbuat dosa | | | | | |
| 26. | Saya selalu berbuat dosa tanpa merasa takut | | | | | |
| 27. | Saya merasa do'a – do'a saya selalu dikabulkan oleh Allah | | | | | |
| 28. | Saya merasa do'a – do'a saya tidak pernah dikabulkan oleh Allah | | | | | |
| 29. | Saya merasa diselamatkan oleh Allah dimanapun | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| | berada | | | | | |
| 30. | Saya selalu merasa banyak cobaan yang menimpa | | | | | |
| 31. | Saya memahami Ilmu Fiqih | | | | | |
| 32. | Saya tidak paham mengenai Ilmu Fiqih | | | | | |
| 33. | Saya memahami Ilmu Tauhid | | | | | |
| 34. | Saya tidak paham mengenai Ilmu Tauhid | | | | | |
| 35. | Saya memahami Ilmu Tasawuf | | | | | |
| 36. | Saya tidak memahami Ilmu Tasawuf | | | | | |
| 37. | Saya selalu mengunjungi tetangga atau kerabat yang sakit | | | | | |
| 38. | Saya tidak pernah bersosialisasi dengan tetangga atau kerabat | | | | | |
| 39. | Saya selalu menolong orang yang kesulitan | | | | | |
| 40. | Saya tidak pernah menolong orang karena saya tidak pernah ada yang menolong | | | | | |
| 41. | Saya selalu bersedekah | | | | | |
| 42. | Saya tidak pernah bersedekah karena saya sendiri kurang mampu | | | | | |

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 J E M B E R

Kuesioner Kecemasan dalam Berkarir

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

PETUNJUK:

1. Pernyataan dibawah ini terdiri dari 26 pernyataan yang memungkinkan akan membutuhkan waktu 10 menit
2. Beri tanda (√) pada jawaban yang menjadi pilihan anda
3. Tidak ada pernyataan yang bernilai benar atau salah
4. Pilihlah jawaban yang mendekati apa yang anda rasakan
5. Jawaban terdiri dari:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

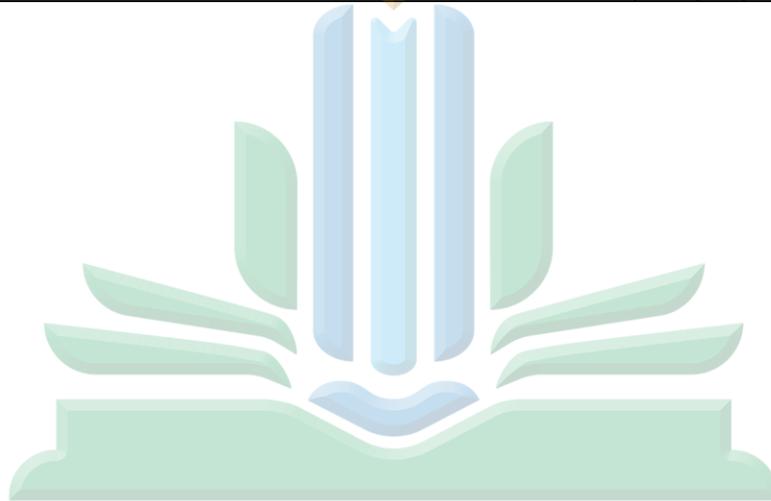
TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

| NO. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|----|-----|
| 1. | Saya merasa telapak tangan berkeringat ketika menghadapi situasi karir tertentu | | | | | |
| 2. | Saya merasa telapak tangan tidak berkeringat ketika menghadapi situasi karir tertentu | | | | | |
| 3. | Otot saya terasa tegang jika ketika harus mengambil keputusan besar dalam karir | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| 4. | Otot saya tidak terasa tegang jika ketika harus mengambil keputusan besar dalam karir | | | | | |
| 5. | Saya merasa detak jantung saya meningkat ketika akan mengambil keputusan besar dalam karir | | | | | |
| 6. | Saya merasa detak jantung saya meningkat ketika akan mengambil keputusan besar dalam karir | | | | | |
| 7. | Saya merasa pusing ketika memikirkan karir setelah lulus sekolah | | | | | |
| 8. | Saya merasa pusing ketika memikirkan karir setelah lulus sekolah | | | | | |
| 9. | Saya cenderung berfikir negatif tentang karir saya di masa depan | | | | | |
| 10. | Saya cenderung berfikir positif tentang karir saya di masa depan | | | | | |
| 11. | Saya sering meragukan kemampuan dan keahlian saya | | | | | |
| 12. | Saya percaya dengan kemampuan dan keahlian yang saya miliki | | | | | |
| 13. | Saya merasa tidak yakin dengan kemampuan dan keterampilan yang saya miliki untuk sukses dalam karir | | | | | |
| 14. | Saya merasa yakin dengan kemampuan dan keterampilan yang saya miliki untuk sukses dalam karir | | | | | |
| 15. | Saya cenderung menghindari situasi yang memicu kecemasan saat memikirkan karir | | | | | |
| 16. | Saya tidak pernah menghindari situasi yang memicu kecemasan saat memikirkan karir | | | | | |
| 17. | Saya senang mengikuti banyak aktivitas yang bermanfaat | | | | | |
| 18. | Saya termasuk orang yang malas jika terlalu dituntut untuk masa depan | | | | | |
| 19. | Saya merasa gugup jika mendapatkan pertanyaan mengenai karir | | | | | |
| 20. | Saya merasa gugup jika mendapatkan pertanyaan mengenai karir | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|
| 21. | Saya merasa kesal ketika terlalu dituntut terkait karir masa depan | | | | | |
| 22. | Saya tidak pernah merasa kesal ketika terlalu dituntut terkait karir masa depan | | | | | |
| 23. | Saya merasa cemas terkait perkembangan karir saya di masa depan | | | | | |
| 24. | Saya tidak pernah merasa cemas pada karir saya | | | | | |
| 25. | Saya merasa panik jika dihadapkan pada situasi – situasi penting dalam karir | | | | | |
| 26. | Saya tidak merasa panik jika dihadapkan pada situasi – situasi penting dalam karir | | | | | |



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BIODATA PENULIS



A. Biodata Diri

Nama : Salsabilla Samudra Rinjani
NIM : D20195061
Tempat / Tanggal Lahir : Surabaya, 08 September 2001
Fakultas : Dakwah
Alamat : Jl. Bendul Merisi Gang 5 no 9, RT 02, RW
03, Kelurahan Bendul Merisi, Kecamatan
Wonocolo, Kota Surabaya.
No. Telepon : 081290701782

Alamat E-mail : salsabillarinjani0809@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. 2005-2007 : TKIT Dewi Sartika
2. 2007-2013 : SDN Margorejo III
3. 2013-2016 : SMP Muhammadiyah 4 Gadung
4. 2016-2019 : SMA Unggulan Amanatul Ummah Surabaya
5. 2019-2023 : Universitas Islam Negeri KH.Achmad Siddiq

Jember