

**GAMBARAN KECEMASAN PEKERJA NON WORK FROM HOME
TERHADAP PENULARAN VIRUS COVID-19 DI KABUPATEN PEMALANG**



Oleh :

FAJRI ANDRIYANI

NIM.1125160492

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar

Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
SIDANG SKRIPSI**

“Gambaran Kecemasan Pekerja Non *Work From Home* Terhadap Penularan Virus
Covid-19 di Kabupaten Pemalang”

Nama Mahasiswa : Fajri Andriyani
Nomor Registrasi : 1125160492
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 23 Agustus 2021

Pembimbing 1



Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D
NIP.197512012006042001

Pembimbing 2



Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi
NIP. 198304182008122006

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		24 21
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 sept 21
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Irma Rosalinda, M.Si (Anggota)****		31 Agustus 2021
Dwi Kencana Wulan, M.Psi (Anggota)****		31 Agustus 2021

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan FPPsi
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Fajri Andriyani

NIM : 1125160492

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran Kecemasan Pekerja Non *Work From Home* Terhadap Penularan Virus Covid-19 di Kabupaten Pematang” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan 22 Juli 2021 sampai 26 Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 20 Agustus 2021

Peneliti,



Fajri Andriyani

NIM. 1125160492

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (**Q.S. Al Insiroh: 6**)

“Berangkatlah kamu dalam keadaan merasa ringan maupun merasa berat, dan berjihadlah dengan harta dan dirimu di jalan Allah, yang demikian itu adalah lebih baik bagimu jika kamu mengetahui” (**Q.S. At Taubah: 41**)

“Barang siapa berjalan menuntut ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan ke surga” (**HR. Muslim**)

“Jangan berputus asa meskipun kamu telah berdoa dengan keras, ada saat penundaan dalam menerima karunia yang diharapkan. Dia telah menjamin bahwa Dia akan memenuhi apa yang dipilih-Nya untukmu, bukan apa yang kamu pilih untuk dirimu sendiri, dan pada saat Dia tentukan, bukan pada saat kamu inginkan” (**Petuah Ibn Ata’illah**)

Jakarta, 20 Agustus 2021

Peneliti,



Fajri Andriyani
NIM. 1125160492

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kupersembahkan karya ini sebagai ungkapan terima kasihku untuk:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Ibu Sa'adah dan Bapak warda'i yang senantiasa mengiringi langkahku dengan segala daya dan doa, tiada hentinya memberikan nasihat, bimbingan, serta curahan kasih sayang.
2. Adik-adikku Misbach Rizal Amri dan Nurul Izzah terimakasih atas doa, perhatian dan dukungannya selama ini, semoga kita bisa menjadi putra-putri yang selalu membanggakan orang tua.

Karya sederhana ini ku bingkiskan untuk:

1. Suamiku tercinta Riandika Adhi Nugroho, S.Pd yang telah memberikan dukungan, motivasi dan kenangan yang indah.
2. Teman-teman seperjuangan Psikologi 2016.
3. Almamaterku Universitas Negeri Jakarta sebagai tempatku mencari ilmu.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Profram Studi Psikologi, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Fajri Andriyani
NIM : 1125160491
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat Email : fajriandriyani2710@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Kecemasan Pekerja Non *Work From Home* terhadap Penularan Virus Covid-19 di Kabupaten Pemalang

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Pemalang, 20 Juni 2021

Yang menandatangani

(Fajri Andriyani)

GAMBARAN KECEMASAN PEKERJA NON *WORK FROM HOME* TERHADAP PENULARAN VIRUS COVID-19 DI KABUPATEN PEMALANG

Oleh:

Fajri Andriyani

1125160492

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada pekerja non *work from home* terhadap penularan virus Covid-19 di Kabupaten Pemalang.

Sampel penelitian ini adalah 50 pekerja non *work from home* di Kabupaten Pemalang. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner atau angket. Pengujian prasyarat analisis meliputi uji validitas dan uji reliabilitas. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis uji validitas dan reliabilitas, dengan alat ukur *The State-Trait Anxiety Inventory* (STAI) yang dibuat oleh Spielberger, 1972 dengan skala kecemasan sesaat (*State Anxiety*). Alat ukur ini dengan skala *State Anxiety* memiliki 20 item pernyataan yang dirancang untuk mengukur kecemasan yang tinggi, sedang dan rendah.

Hasil penelitian ini adalah terdapat 50 responden dengan jumlah kategorisasi kecemasan rendah 10 responden (20%), sedang 30 responden (60%), dan tinggi 10 responden (20%).

Kata kunci: kecemasan, pekerja non *work from home*, penularan virus Covid-19

**DESCRIPTION OF THE ANXIETY OF NON WORK FROM HOME WORKERS
ON THE TRANSMISSION OF THE COVID-19 VIRUS IN PEMALANG
DISTRICT**

By:

Fajri Andriyani

1125160492

ABSTRACT

This study aims to describe the level of anxiety in non-work from home workers against the transmission of the Covid-19 virus in Pemalang Regency.

The sample of this study was 50 non-work from home workers in Pemalang Regency. Collecting data using a questionnaire or questionnaire method. The analysis prerequisite test includes validity test and reliability test. The data analysis technique used is the validity and reliability test analysis technique, with the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) measuring instrument made by Spielberger, 1972 with a momentary anxiety scale (State Anxiety). This measuring instrument with the State Anxiety scale has 20 statement items designed to measure high, medium and low anxiety.

The result of this research is that there are 50 respondents with low anxiety categorization 10 respondents (20%), moderate 30 respondents (60%), and high 10 respondents (20%).

Keywords: anxiety, non-work from home workers, transmission of the Covid-19 virus

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi yang berjudul *Gambaran Kecemasan Pekerja Non Work From Home Terhadap Penularan Virus Covid-19 di Kabupaten Pematang* dengan lancar. Peneliti menyadari sepenuhnya, tanpa bimbingan dari berbagai pihak, Tugas Akhir Skripsi tidak akan dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kelancaran dalam penyusunan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si, Rektor Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Prof. Dr. Yufi, M.Si, Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ijin penelitian untuk keperluan penyusunan skripsi.
4. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi, Ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu kelancaran pelaksanaan skripsi.
5. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D dan Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi dosen pembimbing skripsi yang telah sabar memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi.
6. Kedua orangtua yang telah mensupport saya selama penyusunan skripsi.
7. Riandika Adhi Nugroho, S.Pd suami saya yang sudah membantu saya dalam memberikan semangat selama saya mengerjakan skripsi ini.
8. Para pekerja non *work from home* di Kabupaten Pematang yang telah berkenan menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan serta bantuan selama penyusunan tugas akhir ini.

Peneliti menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Jakarta, 31 Agustus 2021



Fajri Andriyani



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
MOTTO.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
GAMBARAN KECEMASAN PEKERJA NON <i>WORK FROM HOME</i> TERHADAP PENULARAN VIRUS COVID-19 DI KABUPATEN PEMALANG.....	vii
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	6
1.3. Batasan Masalah.....	6
1.4. Rumusan Masalah.....	6
1.5. Tujuan Penelitian	7
1.6. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Kecemasan	8
2.1.1. Pengertian Kecemasan	8
2.1.2. Ciri-ciri Kecemasan	9
2.1.3. Tingkat Kecemasan	10

2.1.4.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan pada Masyarakat	12
2.1.5.	Aspek-aspek Kecemasan.....	13
2.1.6.	Indikator Kecemasan	13
2.1.7.	Pengukuran Tingkat Kecemasan	14
2.2.	Pekerja Non <i>Work From Home</i>	15
2.2.1.	Pengertian Pekerja Non <i>Work From Home</i>	15
2.3.	Penularan Virus Covid-19 di Kabupaten Pemalang	18
2.3.1.	Awal Mula Covid-19	18
2.3.2.	Cara Penyebaran Virus Covid-19	18
2.3.3.	Penyebab Tingginya Kasus COVID-19 di Kabupaten Pemalang	19
2.4.	Kerangka Konseptual.....	20
2.5.	Hasil Penelitian Yang Relevan	20
BAB III METODE PENELITIAN		23
3.1.	Tipe Penelitian.....	23
3.2.	Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	23
3.2.1.	Definisi Konseptual	23
3.2.2.	Definisi Operasional	24
3.3.	Populasi dan Sampel	24
3.3.1.	Populasi	24
3.3.2.	Sampel.....	24
3.4.	Teknik Pengumpulan Data	25
3.4.1.	Instrumen Pengumpulan Data	26
3.4.2.	Validitas dan Reliabilitas	27
3.5.	Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		34
4.1.	Deskriptif Data Penelitian dan Responden	34
4.1.1.	Responden Berdasarkan Rentang Usia	34
4.1.2.	Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
4.1.3.	Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan	35

4.1.4.	Responden Berdasarkan Status Pencari Nafkah dalam Keluarga	36
4.1.5.	Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan	37
4.1.6.	Responden Berdasarkan Wilayah Dimana Responden Bekerja.....	38
4.1.7.	Responden Berdasarkan Sektor Pekerjaan.....	39
4.1.8.	Responden Berdasarkan Alasan Tetap Bekerja Non WFH Selama Pandemi 40	
4.2.	Prosedur Penelitian	41
4.2.1.	Persiapan Penelitian.....	41
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian.....	42
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian.....	42
4.3.1.	Statistik Deskriptif Data Variabel Kecemasan.....	42
4.3.2.	Kategorisasi Skor Kecemasan.....	44
4.3.3.	Kategorisasi Kecemasan Berdasarkan Data Demografi	45
4.4.	Pembahasan.....	49
4.5.	Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB V PENUTUP		51
5.1.	Kesimpulan.....	51
5.2.	Implikasi.....	51
5.3.	Saran	51
5.3.1.	Saran Praktis kepada Pekerja Non <i>Work From Home</i>	51
5.3.2.	Saran Peneliti Selanjutnya	52
DAFTAR PUSTAKA		53
LAMPIRAN		55
A.	State Anxiety Inventory.....	56
HASIL UJI RELIABILITAS		68
RIWAYAT HIDUP		69

DAFTAR TABEL

Tabel 1- 3.3 Blue Print Tingkat Kecemasan pada Pekerja Non Work From Home.....	27
Tabel 2- 3.4 Teknik Penilaian Instrumen Kecemasan.....	27
Tabel 3 - 3.5 Hasil Uji Validitas Pearson.....	29
Tabel 4 - 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	30
Tabel 5 - 3.7 Item Total Statistik.....	31
Tabel 6 - 3.8 Kategori Penilaian.....	32
Tabel 7 - 4.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Rentang Usia.....	34
Tabel 8 - 4.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	35
Tabel 9 - 4.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan.....	36
Tabel 10 - 4.4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pencari Nafkah dalam Keluarga.....	37
Tabel 11 - 4.5 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan.....	37
Tabel 12 - 4.6 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Wilayah Pekerjaan.....	38
Tabel 13 - 4.7 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Sektor Pekerjaan.....	39
Tabel 14 - 4.8 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Alasan Tetap Bekerja Non WFH Selama Pandemi.....	40
Tabel 15 - 4.9 Distribusi Data Variabel Kecemasan.....	43
Tabel 16 - 4.10 Frekuensi dan Distribusi Skor Kecemasan.....	43
Tabel 17 - 4.11 Rumus Kategorisasi Kecemasan.....	45
Tabel 18 - 4.12. Kategorisasi Skor Kecemasan.....	45
Tabel 19 - 4.13 Kategori Kecemasan Berdasarkan Rentang Usia.....	45
Tabel 20 - 4.14. Kategori Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
Tabel 21 - 4.15. Kategori Kecemasan Berdasarkan Jenjang Pendidikan.....	46
Tabel 22 - 4.16. Kategori Kecemasan Berdasarkan Status dalam Keluarga.....	47
Tabel 23 - 4.17. Kategori Kecemasan Berdasarkan Pekerjaan.....	47
Tabel 24 - 4.18. Kategori Kecemasan Berdasarkan Wilayah Dimana Responden Bekerja ..	48
Tabel 25 - 4.19. Kategori Kecemasan Berdasarkan Sektor Pekerjaan.....	48
Tabel 26 - 4.20. Kategori Kecemasan Berdasarkan Alasan Tetap Bekerja.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Monitoring Covid-19 di Kabupaten Pemalang	2
Gambar 1. 2 Monitoring Covid-19 di Kabupaten Pemalang	2
Gambar 1. 3 Monitoring Covid-19 di Kabupaten Tegal.....	2
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	20
Gambar 4. 1 Grafik Responden Berdasarkan Rentang Usia	34
Gambar 4. 2 Grafik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Gambar 4. 3 Grafik Respond Berdasarkan Pendidikan Terakhir	36
Gambar 4. 4 Grafik Responden Berdasarkan Status dalam Keluarga	37
Gambar 4. 5 Grafik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan	38
Gambar 4. 6 Grafik Responden Berdasarkan Wilayah Dimana Responden Bekerja .	39
Gambar 4. 7 Grafik Responden Berdasarkan Sektor Pekerjaan.....	40
Gambar 4. 8 Grafik Responden Berdasarkan Alasan Tetap Bekerja.....	41
Gambar 4. 9 Distribusi Skor Kecemasan	44