

SKRIPSI

**PENGALAMAN KECEMASAN SISWA DALAM PERSIAPAN
UJI KOMPETENSI KEAHLIAN DAN KESIAPAN KERJA
DI SMK BABURROHMAH MOJOSARI**



IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS

NIM : 202201040

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO 2026**

SKRIPSI

PENGALAMAN KECEMASAN SISWA DALAM PERSIAPAN UJI KOMPETENSI KEAHLIAN DAN KESIAPAN KERJA DI SMK BABURROHMAH MOJOSARI

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto



IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS

NIM : 202201040

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO 2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS
NIM : 202201040
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : PENGALAMAN KECEMASAN SISWA DALAM PERSIAPAN
UJI KOMPETENSI KEAHLIAN DAN KESIAPAN KERJA
DI SMK BABURROHMAH MOJOSARI

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 09/07/2026



IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS
202201040

QR REPOSITORY



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Skripsi

Judul : “Pengalaman Kecemasan Siswa Dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian dan Kesiapan Kerja di SMK Baburrohman Mojosari”

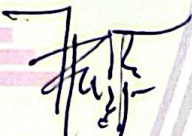
Nama : IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS

NIM : 202201040

Pada Tanggal : 12 Juni 2026

Pembimbing I :

Oleh:


Dr. Imam zainuri S.kep., Ns., M.Kes

NIK. 162 601 022

Pembimbing II :


Amar Akbar S.Kep.,Ns.M.Kes.P.h.D

NIK. 162 601 100



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : IRVA KARUNIYA JANNATUL FIRDAUS
NIM : 202201040
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 12 Juni 2026
Judul Skripsi : "Pengalaman Kecemasan Siswa Dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian dan Kesiapan Kerja di SMK Baburrohman Mojokerto"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

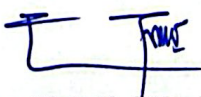
DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns.M.Kes (.....)
Penguji 1 : Dr. Imam Zainuri, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 2 : Amar Akbar, S.Kep.Ns.M.Kes.Ph.D (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 7 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan


Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes
NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengalaman kecemasan siswa dalam persiapan uji kompetensi keahlian dan kesiapan kerja di SMK Baburrohman Mojosari”. Selesaiannya penulisan skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

1. Mahmuda Khusaini, S.Pd.I. selaku Kepala Sekolah SMK Baburrohman Mojosari yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah.
2. Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun proposal dan melakukan penelitian
3. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah S. Kep., Ns., M.kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Penguji utama yang telah menguji dan memberikan masukan kepada penulis.
4. Enny Virda Yuniarti, S.Kep.Ns.M.Kes selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto
5. Dr. Imam Zainuri S.kep., Ns.,M.kes selaku pembimbing I Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Amar Akbar S.Kep.,Ns.M.Kes.P.h.D selaku pembimbing II Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen staff di lingkungan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang turut membantu menyediakan fasilitas belajar serta arahan-arahan. Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.



Mojokerto, 02 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN ORIGINALITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
DAFTAR ARTI LAMBANG SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Kecemasan Dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian (UKK).....	9
2.1.1 Pengertian Kecemasan Dalam Persiapan UKK	9
2.1.2 Komponen Kecemasan Dalam Persiapan UKK	11
2.1.3 Aspek-Aspek Kecemasan Dalam Persiapan UKK	12
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Dalam Persiapan UKK	14
2.2 Konsep Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	17

2.2.1 Pengertian Kesiapan Memasuki Dunia Kerja.....	17
2.2.2 Aspek-Aspek Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	18
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	21
2.3 Pengalaman Kecemasan Dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian (UKK) dan Kesiapan Menghadapi Dunia Kerja.....	25
2.3.1 Kecemasan Siswa dalam Persiapan UKK	25
2.3.2 Dampak Kecemasan Persiapan UKK terhadap Kesiapan Menghadapi Dunia Kerja.....	25
2.3.3 Strategi Mengurangi Kecemasan dan Meningkatkan Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	26
2.4 Jurnal Relevan	28
2.5 Kerangka Konseptual	33
2.5.1 Penjelasan Kerangka Konseptual.....	34
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	36
3.1 Pendekatan dan Strategi Penyelidikan (Strategy of Inquiry).....	36
3.1.1 Lokasi Penelitian.....	38
3.1.2 Waktu Penelitian.....	38
3.2 Pemilihan Partisipan.....	38
3.2.1 Karakteristik Partisipan.....	38
3.2.2 Teknik Pemilihan Partisipan.....	39
3.2.3 Jumlah Partisipan.....	40
3.3 Metode Pengambilan Data	40
3.3.1 Instrumen Penelitian	40
3.3.2 Metode Pengumpulan Data.....	41
3.3.3 Teknik Keabsahan Data	44
3.4 Pendekatan dalam Analisis Data	45
3.4.1 Analisis Data.....	45
3.4.2 Tahapan Analisis Isi (Content Analysis)	46
3.4.3 Tahapan Analisis Tema (Thematic Analysis).....	47
3.4.4 Keterpercayaan (Trustworthiness) Penelitian	49
3.4.5 Etika Penelitian	51

3.4.6 Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB 4 HASIL PENELITIAN	54
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	54
4.1.1 Karakteristik Partisipan.....	55
4.1.2 Deskripsi Tema	57
4.1.3 Tema 1: Kecemasan Siswa dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian (UKK) dan Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	58
4.1.4 Tema 2: Strategi Coping dalam Mengatasi Kecemasan	62
4.1.5 Tema 3: Kesiapan dan Pengembangan Diri Menuju Dunia Kerja....	66
4.1.6 Tema 4: Perubahan Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi UKK dan Dunia Kerja	70
4.1.7 Tema 5 : Perencanaan Karier dan Masa Depan Siswa Setelah Lulus	75
4.2 Pembahasan.....	81
4.2.1 Tema 1: Kecemasan Siswa dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian (UKK) dan Kesiapan Memasuki Dunia Kerja	81
4.2.2 Tema 2: Strategi Coping dalam Mengatasi Kecemasan	85
4.2.3 Tema 3: Kesiapan dan Pengembangan Diri Menuju Dunia Kerja....	88
4.2.4 Tema 4: Perubahan Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi UKK dan Dunia Kerja	92
4.2.5 Tema 5: Perencanaan Karier dan Masa Depan Siswa Setelah Lulus	96
BAB 5 PENUTUP.....	101
5.1 Kesimpulan	101
5.2 Saran.....	103
5.2.1 Bagi Siswa SMK.....	103
5.2.2 Bagi Guru	104
5.2.3 Bagi Konselor	104
5.2.4 Bagi Sekolah.....	105
5.2.5 Peneliti Selanjutnya	105
DAFTAR PUSTAKA	107
DAFTAR LAMPIRAN	112

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jurnal Relevan.....	28
Tabel 3. 1 Komponen Analisis Data	45
Tabel 4. 1 Karakteristik Partisipan.....	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	33
Gambar 4. 1 Diagram Tema 1 : Kecemasan Siswa dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian (UKK) dan Kesiapan Memasuki Dunia Kerja.....	61
Gambar 4. 2 Diagram Tema 2: Strategi Coping dalam Mengatasi Kecemasan....	65
Gambar 4. 3 Diagram Tema 3 : Kesiapan dan Pengembangan Diri Menuju Dunia Kerja.....	70
Gambar 4. 4 Diagram Tema 4: Perubahan Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi UKK dan Dunia Kerja.....	74
Gambar 4. 5 Diagram Tema 5: Perencanaan Karier dan Masa Depan Siswa Setelah Lulus.....	78
Gambar 4. 6 Tema Utama Pengalaman Kecemasan Siswa dalam Persiapan Uji Kompetensi Keahlian dan Kesiapan Memasuki Dunia Kerja.....	80



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	112
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Informan.....	113
Lampiran 3 Lembar Data Demografi.....	114
Lampiran 4 Panduan Wawancara Mendalam	116
Lampiran 5 Lembar Pengajuan Judul Skripsi	120
Lampiran 6 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi.....	121
Lampiran 7 Lembar Studi Pendahuluan dan Penelitian.....	123
Lampiran 8 Lembar Bimbingan Revisi Proposal Skripsi	124
Lampiran 9 Lembar Surat Balasan Penelitian.....	125
Lampiran 10 Lembar Komite Etik Penelitian	126
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Skripsi.....	127
Lampiran 12 Lembar Formulir Uji Kemiripan (Similaritas)	129
Lampiran 13 Lembar Revisi Ujian Skripsi	130
Lampiran 14 Dokumentasi Pengambilan Data	131
Lampiran 15 Verbatim	134
Lampiran 16 Tabulasi Data Penelitian.....	155



DAFTAR PUSTAKA

- Ally, A. (2024). Sigmund Freud ' s Understandings of Anxiety : A Conceptual Review. *Journal of Psychological Studies.*, 11(1), 35–48.
- Alordiah, C. O., & Oji, J. (2024). Theoretical Sampling Strategies in Qualitative Interviews : Enhancing Data Richness and Theoretical Saturation. *Journal of Social Sciences*, 10(2), 181–191.
- Amrullah. (2025). Peningkatan Kesiapan Siswa SMK melalui Pelatihan Uji Kompetensi Keahlian (UKK) pada Jurusan Teknik Komputer dan Jaringan di SMK Al Amin. *Jurnal Pekayunan*, 1, 34–41.
- Ayu Permatasari. (2025). Interpretasi Fenomenologis tentang Kesiapan Kerja dalam Praktik Otomatisasi Perkantoran. *Jurnal Ilmiah IPS Dan Humaniora (JIH)*, 3(1), 13–19.
- Baiti, A. A. (2020). Pengaruh pengalaman praktik, prestasi belajar dasar kejuruan dan dukungan orang tua terhadap kesiapan kerja siswa smk. *Jurnal Pendidikan Kejuruan*, 4(3), 164–180.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2nd ed.)*. New York, NY: Guilford Press.
- Baylor, A., & Goggins, S. (2019). Academic stress and anxiety in vocational students. 44(1), 55–70. *Journal of Vocational Education Research*.
- Beilock & Ramirez. (2020). Anxiety and performance: The role of working memory. 55(2), 85–97. *Jurnal Educational Psychologist*.
- Bolbolian, M., Asgari, S., Sefidi, F., & Zadeh, A. S. (2021). Test anxiety and academic procrastination among the dental students. *Journal of Education and Health Promotion*, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. 3(2). *Qualitative Research in Psychology*, 77–101. <https://doi.org/https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Caballero, C. L., Walker, A., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2021). The Work Readiness Scale (WRS): Developing a measure to assess work readiness in college graduates. *Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability*, 41–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.21153/jtlge2011vol2no1art552>
- Chesnay, M. (2015). *Nursing research: Methods and critical appraisal for evidence-based practice (2nd ed.)*. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- Colaizzi, P. F. (1978). *Psychological research as the phenomenologist views it*. In R. Valle & M. King (Eds.), *Existential-phenomenological alternatives for psychology (pp. 48–71)* : Oxford University Press.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*.
- Dalyono. (2025). Gambaran Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Akhir

- Semester pada Siswa-Siswi SMPN 2 Loceret Kabupaten Nganjuk Tahun 2025 (Studi Kasus). *Journal of Multidiciplinary Research*, 1(4), 151–157.
- Dhiemitra, A. (2025). The correlation between mental health and eating behavior in Indonesian college students: a cross-sectional study. 9(1), 71–79. *Journal of Health Studies*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31101/jhes.4023>
- Dwi, A. (2025). Building Bridges to the Workforce : The Role of Career Decision-Making Self-Efficacy in Vocational Students ' Work Readiness Membangun Jembatan Menuju Dunia Kerja : Peran Efikasi Diri Pengambilan Keputusan Karir dalam Kesiapan Kerja Siswa Pendidikan Kejur. *Jurnal Psikologi*, 376–383. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i3>
- Dwijayanti. (2024). Persepsi kesiapan memasuki dunia kerja siswa di smkn 4 surabaya. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 12(1).
- Frensa Hasdian. (2025). Tinjauan Kualitatif tentang Kesiapan Siswa Sekolah Menengah Kejuruan dalam Menghadapi Industri Kerja Pasca-Lulus. *Jurnal Penelitian, Pengembangan, Pembelajaran, Dan Teknologi (JP3T)*, 3(1), 33–44.
- Gracia, L., & Lasut, F. (2024). Pelatihan Kesiapan Kerja untuk Meningkatkan Career Adaptability pada Siswa SMK di Kabupaten Temanggung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, 32–39. <https://doi.org/10.24246/jwp.v2i1.12086>
- Handari, W. D., & Tuwoso, T. (2025). Development of Soft Skills and Hard Skills of Vocational High School Students Towards Students ' Readiness in the World of Work. *Journal of Educational Evaluation and Policy Analysis*, April.
- Hanifia Nur. (2020). Hubungan self efficacy akademik dengan kecemasan menghadapi ujian. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi.*, 2016–2017.
- Harianto, A., Buwani, B., Faradina, E., & Tuwoso, T. (2025). International Journal of Studies Factors Affecting Work Readiness of Vocational School Graduates : A Systematic Literature Review. *International Journal of Studies*.
- Hembree, R. (1988). Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. *Journal Review of Educational Research*, 47–77. <https://doi.org/doi.org/10.3102/00346543058001047>
- Hidayat, R., Indrawan, E., & Prasetya, F. (2025). Kesiapan Soft Skill Siswa Bidang Teknologi Dan Kejuruan di SMK Negeri 1 Padang Untuk Memasuki Dunia Kerja Program Studi Pendidikan Teknik Mesin , Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9, 3780–3789.
- Hudaniah & Yudi. (2023). Self Efficacy dengan Kesiapan Kerja Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan (JIPT).*, 01(01), 40–52.
- Iskandar, M. (2021). *Factors influencing vocational student readiness for employment*. Bandung: Alfabeta.
- Isnatur, R. (2024). Assessing Vocational School Students' Work Readiness through Industrial Practical Experience and Job Interests. *Jurnal Pendidikan Kejuruan*, 5(3), 708–720.

- Jari, D., & Satwika, L. (2025). *Pendampingan siswa SMK dalam menghadapi evaluasi kompetensi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Khosraviani, A. (2023). Examining the relationship between academic self-efficacy and exam anxiety among students of Zanzan University. 1(1), 1–10. *International Journal of Higher Education Studies*. <https://doi.org/https://doi.org/10.63053/ijhes.156>
- Larasati, B. S. (2023). Dampak kecemasan siswa menjelang ukk di kelas 12 farmasi smk pelita pesawaran :Studi Fenomenologi. *Jurnal Psikologi Aisyah.*, 16–24.
- Larasati, D. (2023). *Kecemasan akademik pada siswa SMK*. Bandung: Alfabeta.
- Lestari, D., & Wibowo, S. (2023). Tekanan psikologis siswa SMK dalam menghadapi uji kompetensi keahlian 14(1),. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 33–42.
- Luthfiyani, P. W., & Murhayati, S. (2024). Strategi Memastikan Keabsahan Data Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8, 45315–45328.
- Majid, A. (2020). *Strategi pembelajaran vokasi berbasis industri*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Metris, D., Rasyiddin, A., Prayoga, A. D., Gea, D., Amirudin, P., & Raya, U. T. (2026). Penguatan Kesiapan Kerja Siswa SMK melalui Pembekalan Soft Skill dan Etika Profesional. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 46–51.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook (2nd ed.)*. Sage Publications.
- Mursalin, A. (2020). Competency-Based Curriculum Development to Improve Job Readiness of Secondary School Graduates. *Journal of Education (INJOE).*, 412–426.
- Nabilah, S., & Listiana, L. (2025). Self-Efficacy as a Predictor of Work readiness among Vocational High School Students. *Jurnal Edukasi*, 19(1), 20–29.
- Nafia, I. (2021). Enhancing Career Readiness in Vocational Education: The Role of Psychometric Test Training for Indonesian High School Students STUDENTS. *Journal of Education Research and Review*, 267–279.
- Narua. (2022). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja antara siswa SMK dan SMK surabaya. *Journal of Vocational Education*, 31(2), 109–119. <https://doi.org/10.30996/fn.31i2.8621>
- Noviani, L., Wardani, D. K., & Siswanto. (2023). Implementation of Work-Integrated Learning to Improve Vocational School Students' Work Readiness. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5.
- Nurhayati. (2021). Strategi coping siswa SMK dalam menghadapi ujian praktik kejuruan, 11(2),. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling.*, 101–110.
- Nurjanah, L. (2022). *Pendidikan vokasional dan kesiapan kerja*. Jakarta: Rajawali Press.
- Oemar Hamalik. (2008). *Proses belajar mengajar*. Bandung: Bumi Aksara.

- Pascoe, M. (2020). Quantitative approaches in student competency assessment. 12(3), 110–120. *International Journal of Education*.
- Polit & Beck. (2018). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice (10th ed.)*. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer Health.
- Putri, A., & Handayani, T. (2021). Pengalaman praktik kerja lapangan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMK: Studi kualitatif. Indonesia, 9(2). *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 101–112.
- Putwain, D. (2007). Test anxiety in UK schoolchildren: Prevalence and demographic patterns. 77(3), 579–593. *British Journal of Educational Psychology, Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1348/000709906X156971>
- Rahman, A., & Sari, M. (2021). Faktor penyebab kecemasan siswa dalam ujian praktik kejuruan. 11(2), . *Jurnal Pendidikan Kejuruan*, 101–110.
- Ramadani, A. A., Farouk, A., & Mukaramah, S. (2025). “Efektivitas Teknik Self-Talk untuk Mengurangi Kecemasan dan Stres Akademik serta Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa .” 8(4), 141–149.
- Rangka, I. B. (2022). Pengaruh kecemasan terhadap konsentrasi dan hasil belajar siswa. 10(1), 45–52. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Rini, H. P. (2024). Self-efficacy and its effect on exam anxiety in Indonesian high school students. *Cognicia Journal of Education*, 77–89.
- Rizki, D., Sari, P., & Wibowo, R. (2025). Academic pressure and workplace competency in vocational schools. 10(1), 12–20. *Indonesian Education Journal*,.
- Roos. (2021). Test anxiety and physiological arousal: A systematic review and meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 579–618. <https://doi.org/doi.org/10.1007/s10648-020-09543-z>
- Rosdiana, R., & Nurhayani, L. (2021). Pengalaman siswa SMK menghadapi evaluasi kompetensi. 8(2), 45–54. *Jurnal Pendidikan Vokasi*.
- Sari. (2020). Dukungan sosial dan stres akademik pada siswa: Studi kualitatif. 8(3),. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 210–218.
- Satria, R., & Sari, D. (2023). Evaluasi pelaksanaan Uji Kompetensi Keahlian di SMK. 14(2), 88–95. *Jurnal Pendidikan Teknik*.
- Satria & Zulkarnain. (2021). Standar pelaksanaan Uji Kompetensi Keahlian di SMK. 9(2), 101–110. *Jurnal Pendidikan Vokasi*.
- Siti Hajar. (2025). Interpretasi Fenomenologis tentang Pengalaman Siswa dalam Penanggulangan Math Anxiety. *Jurnal Ilmiah IPA Dan Matematika (JIIM)*, 3(1), 25–32.
- Siti Wahyuni, Fadriah Hapsari, & M. H. (2021). Pengaruh praktik kerja industri dan minat kerja terhadap kesiapan kerja siswa SMK. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 1766–1772.

- Slameto. (2019). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Sugiyono. (2013). (n.d.). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, N. S., & Rasyid, M. (2024). Membentuk Masa Depan: Keterlibatan Orang Tua dan Dukungan Sosial dalam Proses Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMK. *Jurnal Diversita Available*, 10(2), 240–248. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i2.12979>
- Suryani. (2021). Exploring vocational students' work readiness through experiential learning: A qualitative study. *Journal of Vocational Education & Training*.
- Tentama, F., & Heryasa, M. B. (2022). Peran Perencanaan Karir terhadap Work Readiness pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan The Role of Career Planning on Work Readiness in Vocational High Schools Students. *Jurnal Psikogenesis*, 10(1), 1–11.
- Wahyuni, S. (2022). Tekanan akademik dan kecemasan siswa SMK. 9(2), 60–72. *Jurnal Psikolog Pendidikan*.
- Winkel, W. S. (2004). *Psikologi pengajaran*. Jakarta: Grasindo.
- Wolgensinger, L. (2019). Global prevalence of anxiety disorders. 7(1), 5–12. *Jurnal World Mental Health Journal*.
- Zahmelinda, S. (2023). Pengaruh Pengalaman Praktik Kerja Industri dan Motivasi Memasuki Dunia Kerja Terhadap Kesiapan Kerja Siswa SMKN 2 Pariaman. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1495–1506.
- Zeidner, M. (1998). *Test Anxiety: The State of the Art*. New York: Plenum Press.