

**PENGARUH KEYAKINAN DIRI DENGAN STRES AKADEMIK PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

Oleh:

Hafid ilham (201510515097)




**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Keyakinan Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir
Nama Mahasiswa : Hafid Ilham
Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515097
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 27 Januari 2020

Bekasi, 3 Februari 2020

MENYETUJUI,
Pembimbing



Ditta Febrieta, S.Psi., MA

NIP : 051503020

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Keyakinan Diri dengan Stres
Akademik pada Mahasiswa Tingkat
Akhir
Nama Mahasiswa : Hafid Ilham
Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515097
Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 27 Januari 2020

Bekasi, 3 Februari 2020

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Budi Sarasati, SKM., M.Si

NIP. 051408014

Penguji I : Nurwahyuni Natsir, M.Psi., Psikolog

NIP. 051512038

Penguji II : Ditta Febrieta, S.Psi., MA

NIP. 0515503020

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi
Psikologi



Yunique Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801316

Dekan
Fakultas Psikologi



Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801312

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Pengaruh Keyakinan Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjamkan dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 29 Januari 2020

Yang membuat pernyataan,



Hafid Ilham

201510515097

ABSTRAK

Hafid ilham. 201510515097. Pengaruh Keyakinan Diri Dengan Stres Akademik Pada mahasiswa Tingkat Akhir

Perguruan tinggi atau jenjang perkuliahan adalah tahap akhir opsional pada pendidikan formal. Pada dasarnya perguruan tinggi terbagi menjadi dua yaitu perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta. Namun seperti yang diketahui dalam menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta banyak tuntutan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa meliputi tugas, jadwal kegiatan yang padat dan standar nilai yang ditetapkan. Setiap individu mempunyai banyak keinginan yang ingin dicapai dalam hidupnya, ketika keinginan tersebut sulit untuk dicapai maka individu akan merasa stres. Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi. Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan uji regresi. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan subjek 120. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil koefisien R sebesar 0,499 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) keyakinan diri dapat menjadi prediktor terhadap stres akademik, dengan sumbangan efektif sebesar 24,9 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : Stres Akademik, Keyakinan Diri, Mahasiswa

ABSTRACT

Hafid ilham. 201510515097. Influence of Self Confidence with Academic Stress on Final Year Students.

College or lecture is an optional final stage in formal education. Basically, tertiary institutions are divided into two, namely state and private tertiary institutions. However, as is well known in studying at tertiary institutions, both public and private, many demands that must be met by students include assignments, a dense schedule of activities and established value standards. Every individual has many desires to be achieved in his life, when those desires are difficult to achieve then the individual will feel stressed. Academic stress is defined as a state of individual experiencing pressure from the results of perceptions and assessments of academic stressors related to science and education in higher education. In this study the method used is a quantitative method with a regression test. This study uses purposive sampling technique with subject 120. The results of this study show the results of the R coefficient of 0.499 with a significance level of 0,000 ($p < 0.05$) self-confidence can be a predictor of academic stress, with an effective contribution of 24.9% and the rest is influenced by another factor.

Keywords: Academic Stress, Student's Final Confidence

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkah dan karunia-Nya serta limpahan Rahmat dan Ridho serta kemudahan, sehingga Peneliti mampu menyelesaikan Skripsi ini setelah melaksanakan perkuliahan di jenjang pendidikan S1 Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam proses penulisan Skripsi ini, tentu tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Sehingga, dapat menyelesaikan Skripsi ini sesuai waktu yang telah ditentukan. Terima Kasih Peneliti ucapkan kepada :

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Plt. Dekan Fakultas Psikologi.
2. Ibu Yunike Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikolog selaku KaProdi Fakultas Psikologi.
3. Ibu Ditta Febrieta, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu serta sudah banyak memberikan arahan dan bimbingannya.
4. Kedua orang tua Bapak dan Mama yang selalu mendoakan dan banyak memberikan dukungan baik berupa moril maupun materil. Serta Abang yang juga memberikan semangat dalam pengerjaan Skripsi.
5. Terimakasih untuk Anne Ramadhanty yang selalu mendoakan dan memberi semangat dan dukungan kepada Peneliti dari awal kuliah sampai peneliti mengerjakan skripsi hingga selesai.
6. Untuk Indriani Fazriah, Adinda Damayanti, Widiya Astuti, Dessy Arina Wati, Rohmawati dan Dinda Gita, Michael Sitompul dan Arfan yang sudah membantu dan memberi dukungan kepada Peneliti. Serta seluruh teman-teman Fakultas Psikologi kelas A tahun 2015 yang selalu memberi semangat dan dukungan kepada Peneliti.

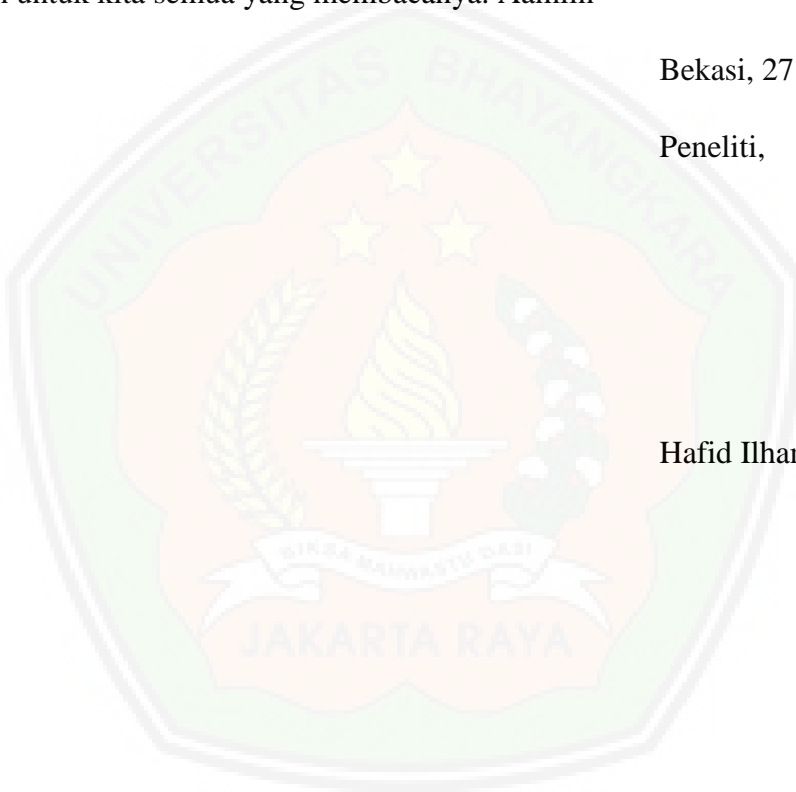
7. Untuk Vio, Dessy, Adisa, Andika, Arigi yang selalu memberi semangat, doa dan dukungan kepada Peneliti.

Akhir kata, Peneliti berharap agar Skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan untuk kita semua yang membacanya. Aamiin

Bekasi, 27 Januari 2020

Peneliti,

Hafid Ilham



DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i-iii
DAFTAR TABEL	iv-v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.1.4 Manfaat Teoritis	7
1.1.5 Manfaat Praktis	7
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Stres Akademik	10
2.1.1 Definisi Stres Akademik	10
2.1.2 Aspek Stres Akademik	10
2.1.3 Faktro-faktor yang mempengaruhi Stres Akademik	13
2.2 Keyakinan Diri	14
2.2.1 Pengertian Keyakinan Diri	14
2.2.2 Dimensi Keyakinan Diri	14
2.3 Hubungan antara keyakinan diri dengan stres akademik	16
2.4 Hipotesis Penelitian	18

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian	19
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	19
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	19
3.3.1 Definisi Operasional Stres Akademik	20
3.3.2 Definisi Operasional Keyakinan Diri	20
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	20
3.4.1 Populasi Penelitian	20
3.4.2 Sampel Penelitian	20
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel	21
3.5 Teknik Pengumpulan Data	21
3.5.1 Instrumen Penelitian	21
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas	25
3.5.2.1 Validitas	25
3.5.2.2 Reliabilitas	26
3.6 Analisis Data	27

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Ruang Lingkup Penelitian	29
4.2 Pelaksanaan Penelitian	29
4.2.1 Persiapan Penelitian	29
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	32
4.3 Hasil Penelitian	32

4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian	34
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian	35
a. Uji Normalitas	35
b. Uji Linearitas	36
4.3.3 Uji Hipotesis	36
4.3.3.1 Uji Korelasi	36
4.3.3.2 Uji Regresi	37
4.3.4 Uji Kategorisasi Data Penelitian	39
4.3.4.1 Kategorisasi Stres Akademik	39
4.3.4.2 Kategorisasi Keyakinan Diri	42
4.4 Pembahasan	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Skala Stres Akademik dan Keyakinan Diri (*Tryout*)
- Lampiran 2 : Tabulasi Skor Stres Akademik dan Keyakinan Diri(*Tryout*)
- Lampiran 3 : Hasil Validitas, Reliabilitas Keyakinan Diri dan Stres Akademik
(*Tryout*)
- Lampiran 4 : Skala Keyakinan Diri dan Stres Akademik
- Lampiran 5 : Tabulasi Keyakinan Diri dan Stres Akademik (Penelitian)
- Lampiran 6 : Kategorisasi Subjek Penelitian
- Lampiran 7 : Hasil Validitas, Reliabilitas Keyakinan Diri dan Stres Akademik
(Penelitian)
- Lampiran 8 : Uji Asumsi, Korelasi, dan Regresi
- Lampiran 9 : Kategorisasi Keyakinan Diri dan Stres Akademik
- Lampiran 10 : Surat Permohonan Izin Mengambil Data Ke BAA
- Lampiran 11 : Surat Riset Penelitian Mahasiswa
- Lampiran 12 : Kartu Bimbingan Skripsi

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Laporan Status Mahasiswa Non Aktif Feeder Dikti Semester Genap Tahun 2018/2019 Universitas Bhayangkara Jakarta Raya	4
Tabel 3.1 Pemeberian Skor pada Skala Keyakinan Diri trdan Stres Akademik	21
Tabel 3.2 Blue Print Skala Sstres Akademik.....	22
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Keyakinan Diri.....	23
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem.....	25
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	26
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik.....	29
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Skala Keyakinan Diri.....	30
Tabel 4.3 <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik Penelitian.....	31
Tabel 4.4 <i>Blue Print</i> Skala Keyakinan Diri Penelitian.....	32
Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Berdasarkan Semester.....	33
Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Berdasarkan Fakultas.....	34
Tabel 4.8 Normalitas Variabel Akademik dan Keyakinan Diri.....	35
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas	35
Tabel 4.10 Uji Korelasi <i>Product Moment Pearson</i>	36
Tabel 4.11 Tabel Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	36
Tabel 4.12 Anova Tabel Uji F.....	37

Tabel 4.13 <i>Coefficient</i>	37
Tabel 4.14 <i>model summary</i>	38
Tabel 4.15 Kategorisasi Skor Stres Akademik	40
Tabel 4.16 Kategorisasi Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin	40
Tabel 4.17 Kategorisasi Stres Akademik berdasarkan Semester	41
Tabel 4.18 Kategorisasi Stres Akademik berdasarkan Fakultas	41
Tabel 4.19 Kategorisasi Keyakinan Diri	43
Tabel 4.20 Kategorisasi Keyakinan Diri berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 4.21 Kategorisasi Keyakinan Diri berdasarkan Semester	44
Tabel 4.22 Kategorisasi Keyakinan Diri berdasarkan Fakultas	45

