

**RESILIENSI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK PADA
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI
TENGAH PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI



Oleh :

Inti Istiqomah

18320177

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2022

HALAMAN JUDUL
RESILIENSI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI TENGAH PANDEMI
COVID-19

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi



Oleh:

Inti Istiqomah

18320177

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
2022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

RESILIENSI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI TENGAH PANDEMI COVID-19

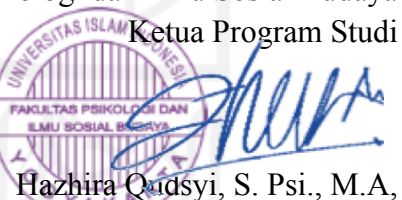
Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi,
Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam
Indonesia,
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi

Pada Tanggal
07 Oktober 2022

Oleh:

Inti Istiqomah
18320177

Mengesahkan,
Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Ketua Program Studi

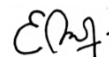


Hazhira Qudsyi, S. Psi., M.A.,

Tanda Tangan

Dosen Penguji

1. Hazhira Qudsyi, S. Psi., M.A
2. Ali Mahmud Ashshidiqqi, S.Pd.I., M.A
3. Latifatul laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog



PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Inti Istiqomah

NIM : 18320177

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Resiliensi Akademik dan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Tengah Pandemi Covid-19

Melalui surat ini, saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 7 Oktober 2022

Yang menyatakan,



Inti Istiqomah

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji dan syukur saya ucapkan kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Shalawat serta salam juga saya panjatkan kepada junjungan alam, Nabi Besar Muhammad *Shalallahu'alaihi Wasalam*

Karya sederhana ini, saya persembahkan kepada:

Bapak Ispandi dan Ibu Karsilah

Terimakasih untuk Bapak sama Mamak yang selalu mendukung setiap usaha dan kerja keras dalam proses penyelesaian tugas akhir ini. Terimakasih sudah sabar saat menghadapi keluhan aku, selalu doakan yang terbaik untuk aku dan memberikan semangat untuk bisa mengerjakan tugas akhir ini.

Mbak Titis & Adek Bening Tersayang

Terimakasih untuk kaka dan adekku tercinta yang selalu mendukung dan perhatian sama aku selama ini. Untuk mbaku semoga bahagia selalu dan adekku semangat selalu kuliahnya yaa. Terimakasih kalian berdua aku sayang kalian.

Allah SWT, Rabbku

Terimakasih ya allah telah membantu hamba selama ini untuk bertahan. Terimakasih atas rahmat, kasih sayang dan kekuatan yang telah Engkau berikan, tanpa Mu hamba gak mungkin bisa menyelesaikan ini.

Aku, Inti Istiqomah

Untuk diriku, aku benar-benar berterimakasih sama kamu karena kita udah mampu bertahan sampai saat ini. Kita tahu ada banyak hal yang terjadi akhir-akhir ini, tapi kita mampu untuk bertahan dan itu suatu keajaiban rasanya. Terimakasih ya diriku kamu sudah berusaha untuk berdamai dengan dirimu dan bekerja keras selama mengerjakan tugas akhir ini.

HALAMAN MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah: 6)

وَلَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ وَلَدَيْنَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

“Dan Kami tidak membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada Kami ada suatu catatan yang menuturkan dengan sebenarnya, dan mereka tidak dizalimi (dirugikan)”

(Q.S Al-Mu’minun: 62)

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

Dan Tuhanmu berfirman, “Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang sombong tidak mau menyembah-Ku akan masuk neraka Jahanam dalam keadaan hina dina.”

(Q.S Gafir: 60)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar bin Khattab)

PRAKATA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala puji syukur kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* dan shalawat serta salam untuk junjungan besar Nabi Muhammad *Shalallahu 'Alaihi Wassalam.* Atas berkat dan karunia-Nya saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini hingga selesai. Saya menyadari bahwa proses pembuatan tugas akhir ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, serta banyaknya doa, serta dukungan, dari banyak pihak. Oleh dari itu, dengan segala kerendahan hati, saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Phil. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Hazhira Qudsyi, S. Psi., M.A, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Hazhira Qudsyi, S. Psi., M.A, selaku dosen pembimbing skripsi. Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada ibu atas bimbingannya selama proses pengerjaan skripsi ini berlangsung dan juga atas pengertiannya terhadap kondisi penulis selama mengerjakan skripsi. terimakasih ibu atas semua perhatian, waktu serta motivasi yang di berikan kepada penulis, semoga allah membalas segala kebaikan yang telah ibu berikan kepada penulis selama ini. Saya memohon maaf apabila selama pengerjaan skripsi ini terdapat khilaf dari saya yang mungkin sekiranya tanpa sengaja menyakiti hati ibu, saya benar-benar mohon maaf yang sebesar-besarnya ibu.

4. Ibu Rr Indahria Sulistyarini, S.Psi., Psi., M.A., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingannya selama penulis berada di bangku perkuliahan. Penulis memohon maaf apabila terdapat perbuatan ataupun perkataan yang tanpa sengaja menyakiti hati ibu.
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya atas segala ilmu dan pengalamannya yang diberikan kepada penulis selama berada di perkuliahan dan juga diluar perkuliahan. Serta segenap staf Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah membantu penulis dalam hal administrasi. Penulis memohon maaf apabila terdapat salah kata dan perbuatan baik yang di sengaja maupun yang tidak di sengaja.
6. Seluruh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi baik di UII maupun di luar UII yang telah menjadi responden penelitian dan membantu penulis dalam mengumpulkan data. Semoga kebaikan teman-teman menjadi amal yang dapat memudahkan teman-teman kedepannya.
7. Ibu dan Bapak, orang tuaku tercinta terimakasih banyak, atas doa, dukungan dan juga pengertiannya selama ini. Terimakasih atas kasih sayang yang diberikan kepada penulis sehingga membuat penulis bias sampai pada titik ini dan bisa melewati segala kesulitan yang di alami penulis selama pengerjaan skripsi. Terimakasih telah menjadi orang tua yang baik dan selalu mendukung apapun yang dilakukan penulis demi menjadikan penulis manusia yang lebih baik lagi.
8. Buat Kakak tersayang terimakasih banyak sudah menjadi tempat curhat dan berkeluh kesah saat peneliti mengalami kesulitan selama pengerjaan skripsi,

serta motivasinya sehingga penulis semakin semangat untuk mengerjakan skripsi.

9. Buat adek bening, terimakasih ya dek udah jadi adek yang keren banget. Semoga nanti kita bisa jadi orang yang sukses sama-sama. Mbak harap kamu bisa menggapai cita-citamu. Mbak yakin kamu bisa, pokoknya terimakasih udah jadi kawan berantem, kawan curhat, kawan jalan-jalan. Nanti kita keliling dunia sama-sama yaa. Semoga mbakmu ini bisa sukses punya banyak uang biar nanti kita bisa ke korea ketemu taehyung dan jungkook BTS. Fokuslah ke upgrade diri jadi manusia yang lebih baik dulu ya. Jangan terlalu pusing mikirin cinta, kalau jodoh gak akan kemana, jadi jangan cinta-cintaan dulu yaa. Perbanyak teman dan pilihlah teman bukan dari siapa dia tapi pilih teman yang bisa jadikan kamu orang yang baik dan gak mengharapkan apa-apa dari pertemanan kalian.
10. Aqila Khofifah selaku sahabat penulis, terimakasih banyak karena sudah sama-sama berjuang selama pengerjaan skripsi ini. Sudah menjadi tempat penulis untuk berkeluh kesah. Berjuang bersama untuk menyelesaikan skripsi, meski kita tahu bahwa mungkin kita lebih lama dibanding teman yang lain dan kadang membuat kita sedih dan membanding-bandingkan diri kita dengan yang lainnya. Penulis sekali lagi mengucapkan terimakasih karena sudah bertahan sampai titik ini dan berjuang sama-sama sampai kita bisa ada di titik ini.
11. Indah Isdayanti Putri selaku sahabat penulis, terimakasih banyak karena kamu juga sudah mau sama-sama berjuang untuk ngerjain skripsi di tengah kesulitan

yang kita rasakan. Sekali lagi terimakasih karena kamu sudah mau berjuang dan bertahan sampai detik ini ya.

12. Risqa Risgiyani selaku sahabat penulis, terimakasih kamu sudah mau ngajak penulis untuk ngerjain skripsi di saat penulis sedang kehilangan motivasi dan ingin berhenti. Terimakasih atas semangatnya yang membuat penulis termotivasi untuk mengerjakan skripsi ini.
13. Buat Ditul, Anggi, Nanda, Maya, dan Umik, temen-temen yang udah lama banget sama-sama aku. Makasih banyak yaa, insyaallah nanti kita ketemu lagi di saat kita udah mencapai cita-cita kita. Nanti kita cerita banyak-banyak lagi yaa. Semangat kalian, terimakasih udah saling sharing dan ngobrol banyak hal bersama selama ini yaa.
14. Faris Al-Fathin A., terimakasih banyak yaa karena sudah bisa jadi tempat yang nyaman bagi penulis berkeluh kesah dengan segala kesulitan yang di alami penulis selama ini. Terimakasih karena ada di saat penulis membutuhkan dan selalu support penulis terus. Semoga bisa menjadi partner terbaik buat kedepannya dan sama-sama berjuang buat mencapai tujuan kita kedepannya.
15. Terakhir kepada diriku, terimakasih banyak ya kamu sudah mau bertahan. Aku tahu bahwa banyak hal yang terjadi di dalam hidupmu sampai membuat kamu kehilangan motivasi. Terimakasih yaa isti karena kamu udah sekuat tenaga berjuang dan bertahan. Untuk kedepannya masih banyak tantangan yang harus kita hadapi, jadi kuat-kuat ya diriku.

Semoga segala kebaikan, dukungan dan doa yang telah diberikan kepada saya di balas oleh Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. Semoga senantiasa di bawah lindungan

Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang lain.

Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk penulis.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 17 September 2022

Penulis,



Inti Istiqomah



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRACT	xv
ABSTRACT	xvi
BAB 1	1
PENGANTAR	
A. Latar Belakang	
B. Rumusan Masalah Penelitian	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis	10
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Stres Akademik	11
1. Definisi Stres Akademik	11
2. Dimensi Stres Akademik	14
3. Faktor Stres Akademik	
B. Resiliensi Akademik	
1. Definisi Resiliensi Akademik	19
2. Dimensi Resiliensi Akademik	21
C. Hubungan antara Resiliensi Akademik dan Stres Akademik	22
D. Hipotesis Penelitian	

BAB III	28
METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Partisipan penelitian	29
C. Pengukuran	30
1. Stres Akademik	30
2. Resiliensi Akademik	32
D. Prosedur Penelitian	
1. Persiapan Administrasi	34
2. Persiapan Alat Ukur	36
E. Metode Analisis Data	39
BAB IV	42
HASIL DAN DISKUSI	42
A. Hasil-hasil Penelitian	42
1. Deskripsi Responden Penelitian	42
2. Deskripsi Data Penelitian	43
3. Uji asumsi	
4. Uji hipotesis	
5. Analisis tambahan	47
B. Diskusi Hasil Penelitian	
BAB V	66
PENUTUP	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	66
1. Bagi Mahasiswa	66
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	66
Daftar Pustaka	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Sebelum Uji Coba</i>	31
Tabel 2. <i>Distribusi Aitem Resiliensi Akademik Sebelum Uji Coba</i>	33
Tabel 3. <i>Distribusi Aitem Skala Resiliensi Akademik Setelah Uji Coba</i>38
Tabel 4. <i>Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Setelah Uji Coba</i>38
Tabel 5. <i>Deskripsi Responden Penelitian berdasarkan usia</i>41
Tabel 6. <i>Deskripsi responden penelitian berdasarkan jenis kelamin</i>	42
Tabel 7. <i>Deskripsi Responden Berdasarkan Angkatan</i>	42
Tabel 8. <i>Deskripsi Responden Berdasarkan prodi</i>	42
Tabel 9. <i>Deskripsi Responden Berdasarkan Universitas</i>	43
Tabel 10. <i>Deskripsi Data Penelitian</i>	43
Tabel 11. <i>Norma Kategori</i>	44
Tabel 12. <i>Kategori Stres Akademik</i>	44
Tabel 13. <i>Kategori Resiliensi Akademik</i>	44
Tabel 14. <i>Hasil Uji Normalitas</i>	45
Tabel 15. <i>Hsil Uji Linearitas</i>	46
Tabel 16. <i>Hasil Uji Hipotesis</i>	47
Tabel 17. <i>Hasil Uji Beda Stres Akademik Usia & Jenis Kelamin</i>	47
Tabel 18. <i>Hasil Uji Beda Resiliensi Akademik Usia & Jenis Kelamin</i>	48
Tabel 19. <i>Hasil Uji Beda Prodi</i>	49
Tabel 20. <i>Hasil Uji Beda Universitas</i>	50
Tabel 21. <i>Hasil Uji Interkolerasi Aspek</i>	51
Tabel 22. <i>Hasil Uji Sumbangan Efektif Resiliensi Akademik</i>52

Tabel 23. <i>Sumbangan Efektif Aspek Resiliensi Akademik</i>	52
Tabel 24. <i>Korelasi Kelompok Jenis Kelamin Perempuan</i>	53
Tabel 25. <i>Korelasi Kelompok Jenis Kelamin Laki-laki</i>	53
Tabel 26. <i>Korelasi Kelompok Non Eksakta</i>	54
Tabel 27. <i>Korelasi Kelompok Eksakta</i>	55
Tabel 28. <i>Korelasi Kelompok Usia 19-23</i>	56
Tabel 29. <i>Korelasi Kelompok Usia 24-30</i>	56



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Stres Akademik & Resiliensi Akademik Sebelum Uji Coba	74
Lampiran 2. Skala Penelitian	77
Lampiran 3. Kuesioner	82
Lampiran 4. Tabulasi Data	91
Lampiran 5. Validitas & Reliabilitas	102
Lampiran 6. Hasil Analisis Deskriptif	111
Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi	114
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis	116
Lampiran 9. Hasil Uji Analisis Tambahan	122



**RESILIENSI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI TENGAH PANDEMI
COVID-19**

Inti Istiqomah¹

Hazhira Qudsyi²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Email: 18320177@students.uii.ac.id

hazhira.qudsyi@uui.ac.id

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi akademik dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa akhir baik laki-laki maupun perempuan yang sedang mengerjakan skripsi berjumlah 203 Mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan metode pengambilan sampel purposive sampling. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala Student-Life Stress Inventory yang dikembangkan oleh Gadzella (1991) yang telah diadaptasi versi bahasa Indonesia oleh Azahra, (2017) untuk mengukur stres akademik dan skala resiliensi akademik yang dikembangkan oleh Hardiansyah et al. (2020) yang telah di modifikasi penulis untuk mengukur resiliensi akademik. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi Spearman Corellation. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel stres akademik dan resiliensi akademik ($p= 0.000$, $r= -0,348$). Hal ini menunjukkan jika resiliensi akademik tinggi maka stres akademik rendah. Sebaliknya jika resiliensi akademik rendah maka stres akademik rendah.

Keyword: *stres akademik, resiliensi akademik, skripsi*

**ACADEMIC RESILIENCE AND ACADEMIC STRESS ON STUDENTS
WORKING ON THESIS IN THE MIDDLE OF THE COVID-19
PANDEMIC**

Inti Istiqomah¹

Hazhira Qudsyi²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Email: 18320177@students.uii.ac.id

hazhira.qudsyi@uui.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between academic resilience and academic stress in students who are writing a thesis in the midst of the Covid-19 pandemic. Subjects who participated in this study were final students both male and female who were working on a thesis totaling 203 students. The research method used is quantitative method with purposive sampling method. Data collection was carried out using the Student-Life Stress Inventory scale developed by Gadzella (1991) which has been adapted to the Indonesian version by Azahra, (2017) to measure academic stress and academic resilience scale developed by Hardiansyah et al. (2020) which has been modified by the author to measure academic resilience Data processing is done by using the Spearman Corellation correlation analysis technique. The results showed that there was a significant negative relationship between the variables of academic stress and academic resilience ($p= 0.000$, $r= -0.348$). This shows that if academic resilience is high, then academic stress is low. On the other hand, if academic resilience is low, academic stress is low.

Keyword: *Academic Stress, Academic Resilience, thesis*

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Pengerjaan skripsi menjadi salah satu syarat wajib bagi mahasiswa agar ia bisa memperoleh gelar Sarjana. Sehingga penyelesaian skripsi sebagai syarat kelulusan menjadi sangat penting bagi mahasiswa. Namun proses pengerjaan skripsi yang tidak mudah, tentu menjadi tantangan dan permasalahan tersendiri bagi mahasiswa. Kendala yang sering muncul saat menghadapi tugas akhir ini ada yang berasal dari dalam diri seperti timbul rasa malas, kesulitan merangkai kalimat dalam menyusun skripsi, kesulitan mencari referensi dan kendala yang berasal dari luar diri seperti kondisi lingkungan pada waktu penyelesaian studi tersebut seperti kondisi hari ini adanya wabah virus Corona yang di sebut juga pandemi Covid-19 (Ramanda & Sagita, 2020).

Penyusunan skripsi dimasa pandemi tentu menjadi sebuah tantangan tersendiri bagi mahasiswa. Hambatan dan tantangan selama pengerjaan skripsi di masa pandemi ini dapat membuat kondisi stres mahasiswa. Seperti data pra-survei yang dilakukan oleh Maharani & Budiman (2020) didapatkan pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung yang sedang mengerjakan skripsi pada saat masa pandemi ini, dari 68 responden yang mengisi terdapat 56 mahasiswa mengalami stres. lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Soeli et al., (2022) mengenai tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Negeri Gorontalo diteukan sebanyak 14 responden (23%) dalam kategori ringan,

23 responden (37,7%) kategori sedang, 16 responden (36,2) kategori berat, dan 7 responden (11,5%) kategori sangat berat.

Peneliti juga mengajukan pertanyaan terbuka pada 8 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi untuk mengetahui hambatan dan tantangan mahasiswa. Hasilnya yaitu mahasiswa sering merasa malas, niat dan tekad yang kurang, dan kurangnya motivasi dalam menyusun skripsi, serta merasa bingung, pusing, cemas dan bimbang dengan skripsi yang sedang mereka kerjakan kemudian adanya tuntutan keluarga yang membuat mahasiswa tertekan, tidak bisa tidur dan terakhir *stressor* mahasiswa dalam mengerjakan skripsi adalah tidak bisa mengerjakan skripsi bersama dengan teman akibat kondisi pandemi yang sedang berlangsung, sulit berkonsentrasi mengerjakan skripsi karena mengerjakan pekerjaan rumah, kondisi tubuh dan pikiran yang tidak kondusif, tuntutan keluarga, mencari alat ukur, kehabisan ide, kesulitan mencari referensi, dan sulit memparaphrase kalimat.

Ramanda dan Sagita, (2020) juga menemukan fakta di lapangan tentang kondisi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 memiliki berbagai permasalahan seperti semangat dan motivasi yang rendah dalam menyelesaikan skripsi, ketakutan untuk tidak dapat lulus tepat waktu, kesulitan mencari sampel penelitian, permasalahan yang terlihat susah dianalisis, tidak mampu melakukan penelitian karena di rumah saja, dan kekurangan referensi.

Masa pandemi Covid-19 sendiri memberikan permasalahan yang kompleks bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. sehingga hal ini mempengaruhi ia dalam proses penyelesaian skripsi. Seperti yang dikatakan oleh Zain et al., (2021) salah satu faktor yang menghambat mahasiswa saat sedang menyusun skripsi adalah pandemi Covid-19, sehingga menyebabkan motivasi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menurun. Selain itu faktor psikologis juga mempengaruhi mahasiswa selama menyusun skripsi.

Faktor psikologis sendiri adalah kondisi yang berkaitan dengan psikis seseorang seperti keadaan mental, pikiran dan perilaku manusia (Candra & Mislan, 2022). Zakaria, (2017) menyatakan bahwa salah satu faktor psikologis yaitu stres merupakan hal yang selalu dirasakan oleh para mahasiswa ketika menempuh skripsi. Selain itu faktor motivasi, keyakinan, dan sikap menjadi faktor psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (Fauzie *et al.*, 2016).

Kondisi stres yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi disebut juga stres akademik. Stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik (Barseli et al., 2017). Tekanan ini melahirkan respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik. Indikator stres akademik sendiri terdiri dari tekanan dalam belajar ataupun menyusun skripsi, beban belajar atau beban penyelesaian skripsi, ekspektasi terhadap akademik atau skripsi yang akan selesai tepat waktu, serta kesedihan dalam belajar atau patah semangat dalam belajar dan menyusun skripsi (Septiana, 2021).

Kemudian bagi mahasiswa yang sedang mengalami stres akademik ini juga menunjukkan gejala emosional dan fisik. Secara emosional stres akademik ditandai dengan gelisah atau cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik, dan merasa harga dirinya menurun atau merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan atau akademik. Sedangkan secara fisik ditandai dengan sakit kepala, jantung berdebar-debar, perubahan pola makan, lemah atau lemas, sering buang air kecil, dan sulit menelan (Barseli et al., 2017). Oleh karena itu gejala stres ini bisa mengganggu aktivitas mahasiswa di lingkup akademik bahkan kehidupan kesehariannya.

Selain itu, kondisi stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang tidak bisa dikendalikan memiliki dampak yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan tingkah laku mahasiswa dimana hal ini secara kognitif membuat mahasiswa kesulitan dalam memusatkan perhatian, berpikiran negatif pada diri dan lingkungannya (Lubis et al., 2021). Kesulitan dalam memusatkan perhatian atau fokus ini membuat mahasiswa kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Sehingga butuh waktu lama untuk penyelesaian skripsi dan menambah kondisi stres akademik dari mahasiswa. Tidak hanya itu tingkat stres yang semakin meningkat yang dialami mahasiswa juga mampu membuatnya memilih coping stress yang salah seperti minum alkohol, penggunaan obat-obatan terlarang dan beresiko untuk bunuh diri, hal ini disebabkan karena mahasiswa tidak mampu mengelola stresornya dengan baik (Lalenoh et al., 2021).

Selanjutnya stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dapat memiliki dampak buruk bagi mahasiswa dalam berbagai aspek, seperti

prokrastinasi. Prokrastinasi terjadi karena mahasiswa tidak ingin merasa terbebani terhadap pengerjaan skripsi. Akhirnya mahasiswa lebih memilih mencari kesenangan dari kegiatan lain di luar kampus dan menghindari dosen pembimbing (Lubis et al., 2021). Dampak lainnya adalah mahasiswa jadi sering merasa lelah, pusing, cemas dan tidak bersemangat, bahkan ada beberapa yang merasa ingin mengakhiri studinya begitu saja (Gamayanti et al., 2018).

Dari penjelasan diatas juga diperoleh bahwa sumber stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ini berasal dari luar dan dalam diri mahasiswa. Selanjutnya menurut penelitian yang dilakukan oleh Barusi (2020) sumber stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah frustrasi dalam mengerjakan skripsi, konflik dalam menentukan pilihan dalam mengerjakan skripsi, tekanan dari orang tua yang menuntut agar segera menyelesaikan skripsi dengan cepat, atau tekanan dari dosen pembimbing untuk segera memberikan revisi terbaru, hingga tekanan dari lingkungan sosial yang menuntut mahasiswa bisa bersaing dengan orang lain, perubahan untuk menyesuaikan diri dalam menyusun skripsi, dan pemaksaan diri terkait dengan keinginan untuk bersaing, dan disukai banyak orang untuk mengerjakan skripsi secepat mungkin, khawatir dan cemas selama mengerjakan skripsi, hingga kecemasan dalam menghadapi ujian skripsi.

Oleh sebab itu perlu adanya solusi agar mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mengurangi atau bertahan dari stres yang di rasakannya dan terus berusaha untuk mengerjakan skripsi. Kirom, (2019) menyebutkan salah satu faktor yang menyebabkan kesulitan mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah

ketahanan mahasiswa yang rendah. Ketahanan ini disebut juga dengan resiliensi. Dimana resiliensi dapat menjadi koping stres pada individu untuk mengurangi atau mengatasi stres. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Rice dan Liu bahwa adanya korelasi antara koping stres dan resiliensi (2016, dalam Nashori & Saputro, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensi yang tinggi mampu untuk mengatasi atau mengurangi stres.

Menurut penelitian Andersen, (2020) diperoleh bahwa resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sangat diperlukan guna mengatasi hambatan-hambatan dan mampu beradaptasi dengan berbagai kesulitan saat mengerjakan skripsi. Resiliensi dalam lingkup akademik disebut juga dengan resiliensi akademik. Resiliensi akademik merupakan proses dinamis yang menunjukkan ketangguhan mahasiswa untuk bangkit dari pengalaman negatif, selama mengalami situasi sulit yang menekan atau hambatan selama belajar atau dalam hal ini menyusun skripsi (Nashori & Saputro, 2021).

Menurut Martin dan Marsh (2003, dalam Wahidah, 2018) resiliensi akademik adalah kemampuan untuk menghadapi setback, stres, atau tekanan secara efektif pada *setting* akademik. Resiliensi akademik dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi dan besarnya resiko yang dihadapi. Penelitian yang dilakukan oleh Triyana *et al.* (2015) juga menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara resiliensi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran universitas sebelas maret. Dimana jika resiliensi akademik pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran

universitas sebelas maret rendah maka tingkat stres akademik tinggi dan jika resiliensi akademik tinggi maka stres akademik rendah.

Sejalan dengan penelitian Harahap *et al.*, (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik baik tidak akan mudah putus asa dalam menghadapi kesulitan akademik. Sebaliknya, dia akan selalu optimis, berpikir positif dan mampu keluar dari masalah. Oleh karena itu dengan resiliensi akademik tinggi mahasiswa akan bisa mengatasi stres akademik yang menjadi masalah dalam menyusun skripsi.

Penelitian yang dilakukan Rahayu dan Djabbar (2019) juga disebutkan bahwa tingkat resiliensi yang tinggi berkaitan dengan harga diri (self-esteem) sehingga individu mampu mengatasi stres dan mencapai nilai yang lebih tinggi. Tingkat dan perwujudan dari resiliensi tersebut berkaitan dengan keefektifan mereka dalam menghadapi stres akademik. Semakin tinggi resiliensi siswa, maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan dan pengaruh resiliensi terhadap stres akademik diketahui sebesar 81,6% (Rahayu & Djabbar, 2019). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septiani dan Fitria, (2016) bahwa individu yang resilien akan memiliki stres yang lebih rendah. Sebaliknya, individu yang menunjukkan angka stres yang tinggi adalah individu yang cenderung kurang resilien.

Penelitian mengenai stres akademik dan resiliensi sudah pernah diteliti sebelumnya oleh beberapa peneliti, seperti yang diteliti oleh Triyana *et al.*, (2015) dengan judul “Hubungan Antara Resiliensi dan Stres dalam Menyusun Skripsi

pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret”. Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi negatif antara resiliensi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Sebelas Maret. Sehingga semakin tinggi resiliensi, maka stres dalam menyusun skripsi semakin rendah. Pada penelitian Triyana *et al.*, (2015) diketahui bahwa sumbangan resiliensi terhadap stres dalam penyusunan skripsi 18,3% dan selebihnya di pengaruhi oleh faktor lain.

Penelitian Kirana *et al.*, (2022) mengenai resiliensi dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas X Jakarta Barat juga diperoleh hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dan stress akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dimana saat resiliensi tinggi maka stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi rendah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Triyana *et al.*, (2015) dan Kirana *et al.*, (2022) maka untuk subjek penelitian masih terbatas dan untuk konteks penelitiannya masih umum, oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian kembali terkait variabel resiliensi akademik terhadap variabel stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi Covid-19.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara stres akademik dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi saat ini, sehingga dapat mengetahui secara jelas dan seberapa jauh hubungan kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan tersebut secara empirik dalam penelitian ilmiah

dengan topik, *Resiliensi Akademik dan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Tengah Pandemi Covid-19.*

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Bagaimana hubungan resiliensi akademik terhadap stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19 ?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah terkait variabel resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan mampu melengkapi penelitian sebelumnya terkait penelitian variabel resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk dapat meningkatkan resiliensi saat sedang menyusun skripsi.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Akademik

1. Definisi Stres Akademik

Stres dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan individu yang terganggu keseimbangannya (Aryani, 2016). Lebih lanjut, aryani berpendapat bahwa stres merupakan sesuatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia, bahkan stres merupakan bagian dari kehidupan. Menurut Aryani, (2016) stres didefinisikan sebagai suatu keadaan yang menuntut pola respon individu karena hal tersebut mengganggu keseimbangannya. Lazarus & Folkman, (1984) mengemukakan bahwa stres terjadi apabila ada ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan.

Gadzella & Masten, (2005) menyatakan bahwa stres akademik sebagai persepsi individu terhadap *stressor* akademik yaitu berbagai peristiwa atau situasi yang menuntut penyesuaian diluar kehidupan sehari-hari dan juga reaksi individu terhadap *stressor* akademik tersebut yang terdiri dari reaksi fisiologis, emosional, dan perilaku.

Stres akademik menurut Barseli et al. (2017) didefinisikan sebagai tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik.

Tekanan ini melahirkan respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

Bariyyah & Latifah (2015) mendefinisikan Stres di bidang akademik yang terjadi di lingkungan sekolah disebut stres akademik. Stres akademik merupakan stres yang disebabkan oleh *academic stressor*. Sedangkan menurut Barseli et al., (2020), stres akademik adalah respons yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan mahasiswa.

Berdasarkan beberapa definisi diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa stres akademik adalah persepsi individu terhadap *stressor* akademik yaitu berbagai peristiwa atau situasi yang menuntut penyesuaian diluar kehidupan sehari-hari dan juga reaksi individu terhadap *stressor* akademik tersebut yang terdiri dari reaksi fisiologis, emosional, dan perilaku sesuai dengan definisi dari teori (Gadzella & Masten, 2005)

2. Dimensi Stres Akademik

Dimensi stres akademik terdiri dari dua komponen yaitu *stressors* akademik dan reaksi terhadap *stressors* akademik (Gadzella, 1994). Kemudian Gadzella et al., (2012) menyebutkan bahwa *Stressor* akademik terdiri dari frustasic (Frustrations), konflik (Conflicts), perubahan (Changes), pemaksaan diri (Self-imposed) dan tekanan (Pressures). Sedangkan reaksi terhadap *stressors* terdiri dari

physiological (reaksi fisik), *emotional* (reaksi emosi), *behavioral* (reaksi perilaku), dan *cognitive Appraisal* (penilaian kognitif). Kedua dimensi ini menjadi komponen untuk mengukur stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, yang di jelaskan sebagai berikut :

2.1 Stresor Akademik

Gadzella dan Masten (2005) menjelaskan *stressors* akademik adalah peristiwa atau situasi (stimulus) yang menuntut penyesuaian di luar kejadian normal kehidupan sehari-hari. *Sressor* akademik ini dijelaskan oleh Barusi, (2020) menjelaskan *stressors* akademik sebagai berikut :

a. Frustasi (*Frustrations*)

Yaitu dimana seseorang mengacu pada kekecewaan seseorang dalam suatu hubungan, kehilangan kesempatan, kesulitan dalam mencapai suatu hal, kegagalan untuk mencapai tujuan yang direncanakan, tidak dapat diterima pada lingkungan masyarakat, dan lain-lain. Dalam perkuliahan, mahasiswa seringkali merasa frustasi saat menyelesaikan tugas akhir atau skripsi.

b. Konflik (*Conflicts*)

Yaitu dalam kehidupan, kita tidak bisa lepas dari adanya konflik. Konflik yang biasanya dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ketika ia berada diantara pilihan-pilihan, contohnya adanya suatu kegiatan di waktu yang sama untuk

memilih bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai

c. Tekanan (*Pressures*)

Tekanan yang dihadapi biasanya berhubungan dengan banyak hal seperti kompetisi, adanya suatu pekerjaan deadline, bahkan beban yang berlebihan. Biasanya, mahasiswa sering kali mendapatkan tekanan dari berbagai sumber, misalnya, tekanan dari orang tua yang menuntut agar segera menyelesaikan skripsi dengan cepat, atau tekanan dari dosen pembimbing untuk segera memberikan revisi terbaru, hingga tekanan dari lingkungan sosial yang menuntut mahasiswa bisa bersaing dengan orang lain

d. perubahan (*Changes*)

perubahan ini berhubungan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan, banyak perubahan pada waktu yang bersamaan, serta mengganggu kehidupan dan tujuan. Hal ini, biasa dirasakan oleh mahasiswa ketika sedang menulis skripsi, dimana adanya perubahan dalam waktu yang bersamaan, misalnya ketika mahasiswa yang biasanya belajar dengan jadwal pasti berubah menjadi tidak memiliki jadwal untuk bertemu dengan pembimbingnya, mahasiswa dengan mendapatkan uang saku yang berubah, atau perubahan pada pola jam tidurnya yang berkurang dikarenakan mengerjakan skripsi.

e. Pemaksaan diri (*Self-imposed*)

terkait dengan keinginan untuk bersaing, disukai banyak orang, khawatir dan cemas tentang segala hal, hingga kecemasan dalam menghadapi ujian atau kegiatan lainnya. *Self-imposed* ini dirasakan oleh mahasiswa-mahasiswa yang sedang mengerjakan laporan dan tugas akhir hingga skripsi.

2.2 Reaksi terhadap Stres Akademik

Reaksi terhadap *stressor* akademik menurut Gadzella dan Masten, (2005) Gadzella dan Masten (2005) adalah mengevaluasi apakah relevan atau tidak relevan dengan individu dan apakah seseorang memiliki pengetahuan tentang atau menggunakan strategi yang efektif untuk mengatasi *stressor*. Reaksi terhadap *stressor* dijelaskan oleh Nuriyah dan Sumaryanti, (2017) sebagai berikut :

1. *Physiological* (reaksi fisik) yaitu apabila individu di hadapkan oleh *stressor* ia akan merasakan seperti keluarnya keringat secara berlebihan, berbicara dengan gagap, bergemetar, pergerakan yang cepat, kelelahan, sakit perut, sesak napas, nyeri punggung, masalah kulit, sakit kepala, radang sendi, pengurangan atau penambahan berat badan secara drastis.
2. *Emotional* (reaksi emosi) yaitu apabila individu di hadapkan oleh *stressor* ia akan merasakan seperti rasa takut, marah, bersalah, dan sedih.

3. *Behavioral* (reaksi perilaku) yaitu apabila individu di hadapkan oleh *stressor* ia akan merasakan seperti menangis, menyakiti orang lain, menyakiti diri sendiri, merokok secara berlebihan, mudah marah, mencoba bunuh diri, menggunakan *defense mechanism*, dan memisahkan diri dari orang lain
4. *Cognitive Appraisal* (penilaian kognitif) yaitu apabila individu di hadapkan oleh *stressor* ia akan berusaha untuk menilai situasi yang dapat menyebabkan stres dan bagaimana ia dapat menggunakan strategi yang tepat untuk mengatasi situasi yang menekan.

Aspek stres menurut Sarafino & Smith (2011) terdiri dari dua aspek yaitu :

1. Aspek Biologis yaitu setiap orang yang menghadapi kondisi tertentu yang mengancam dan berbahaya bagi dirinya dapat memunculkan reaksi fisiologis pada tubuh terhadap stres, misalnya detak jantung yang muncul lebih cepat atau kondisi biologis lainnya.
2. Aspek psikososial yaitu stressor dapat menghasilkan perubahan-perubahan psikologis serta sosial dari individu, perubahan-perubahan tersebut antara lain:
 - a. Kognitif

Stres mengganggu fungsi kognitif dengan mengalihkan perhatian individu. Kognitif berkaitan dengan ingatan, kesulitan dalam berkonsentrasi, mudah lupa, dan ketidak mampuan dalam

memecahkan masalah. selama stres dapat mengalih fungsikan sumber daya kognitif.

b. Emosi

Emosi cenderung membarengi stres dan orang sering menggunakan keadaan emosi mereka untuk menilai kondisi stres yang dialami. Stres menimbulkan perasaan takut sebagai reaksi emosi umum yang selalu dialami oleh individu, merasa cemas, merasa sedih, merasa marah karena frustrasi yang dapat menyebabkan perilaku agresif, hingga merasa depresi.

c. Perilaku sosial

Stres merubah perilaku seseorang terhadap orang lain. Seseorang yang merasa sedang berada dalam kondisi stres menjadi kurang ramah dan tidak peka terhadap kebutuhan orang lain. Ketika stres dan rasa marah disatukan dapat meningkatkan perilaku sosial yang negatif seperti perilaku agresif, dan cenderung bermusuhan dengan orang lain.

Aspek stres menurut Yulianti & Erpidawati, (2021) adalah sebagai berikut :

1. Aspek fisik yaitu pada saat individu mengalami kondisi stres akan berdampak pada menurunnya kondisi tubuh sehingga mengalami sakit pada organ tubuhnya seperti sakit kepala, gangguan pencernaan dan sebagainya.

2. Aspek psikologis terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya kondisi stres.

Berdasarkan pemaparan teori tersebut terdapat dua dimensi yang dapat mempengaruhi stres akademik yang terdiri dari *Stressor* akademik dan reaksi terhadap *stressors*. Pada topik kali ini peneliti menggunakan teori Gadzella (1994) yang dikembangkan berdasarkan Gadzella (1991). Hal tersebut dikarenakan dua dimensi ini menjadi komponen yang dapat mengukur stres akademik dan menjelaskan indikator dari stres akademik.

3. Faktor Stres Akademik

Faktor stres menurut Santrock (2003) terdiri dari :

1. Faktor lingkungan

Faktor ini meliputi kejadian besar dalam hidup, tugas sekolah dan pekerjaan yang berlebihan, frustrasi akibat kondisi keluarga yang tidak menyenangkan, dan konflik.

2. Faktor kepribadian

Aspek-aspek kepribadian individu berhubungan dengan stres, dimana tipe kepribadian tipe A lebih cenderung mengalami stres.

3. Faktor kognitif

Faktor ini berdasarkan tentang bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif.

4. Faktor sosial budaya

Faktor ini terdiri dari stres akulturasi yaitu konsekuensi negatif dari akulturasi dan status sosial ekonomi seperti kemiskinan.

5. Faktor Ketahanan (resiliensi)

Faktor ini berdasarkan tentang bagaimana individu dapat bertahan atau tidak dalam keadaan yang tidak menyenangkan dan kesengsaraan dalam hidupnya.

Asmawan, (2016) menyatakan bahwa faktor dari stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yaitu :

1. Faktor internal yaitu motivasi dan kemampuan mahasiswa dalam menulis skripsi.
2. Faktor eksternal meliputi lingkungan, sistem pengelolaan skripsi oleh Fakultas, dan dosen pembimbing.

Kemudian menurut (Barseli et al., 2017) faktor stres akademik terdiri dari faktor internal yang mengakibatkan stres akademik yaitu

a. Pola pikir

Individu yang berpikir tidak dapat mengendalikan situasi, cenderung mengalami stres lebih besar. Semakin besar kendali bahwa ia dapat melakukan sesuatu, semakin kecil kemungkinan stres yang akan dialami.

b. Kepribadian

Kepribadian seseorang dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres mahasiswa yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan mahasiswa yang sifatnya pesimis.

c. Keyakinan

Penyebab internal selanjutnya yang turut menentukan tingkat stres mahasiswa adalah keyakinan atau pemikiran terhadap diri. Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini mahasiswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

Berdasarkan penjelasan di atas maka salah satu faktor dari stres akademik adalah resiliensi atau ketahanan. Dimana saat individu berada di situasi yang tidak menyenangkan dan kesengsaraan dalam hidupnya individu tidak mampu bertahan sehingga individu mengalami stres. Sehingga dari penjelasan tersebut resiliensi dapat digunakan sebagai solusi dalam menurunkan stres akademik.

B. Resiliensi Akademik

1. Definisi Resiliensi Akademik

Nashori dan Saputro (2021) menyatakan bahwa resiliensi sebagai sebuah respon positif atas berbagai kesulitan dan pengalaman negatif

yang melanda dalam kehidupan setiap individu. Sedangkan menurut American psychological association (APA), resiliensi adalah proses adaptasi dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman atau bahkan sumber-sumber signifikan yang dapat membuat individu stress (Nashori & Saputro). Namun area dan komponen dari resiliensi ini berbeda, yang membuat pengertian resiliensi juga beragam dari berbagai ahli. Misalnya saja resiliensi akademik yang menjelaskan pengertian tentang resiliensi di bidang akademik. Resiliensi akademik sendiri menurut Cassidy, (2016) adalah kemampuan individu untuk meningkatkan keberhasilan dalam pendidikan walaupun dalam situasi sulit. Resiliensi akademik juga merupakan resiliensi dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan dalam aktivitas belajar yang dilakukan (Hendriani, 2017).

Rojas, (2015) mendefinisikan resiliensi akademik sebagai proses beradaptasi dalam menghadapi kesulitan, di mana seseorang menunjukkan perilaku adaptif saat ia dihadapkan pada persoalan dan mengarah pada kemampuan yang mungkin dimilikinya untuk menghadapi peristiwa yang buruk dan mendapatkan kemampuan baru dari proses menghadapi tantangan dan kesulitan dalam akademik. Kemudian resiliensi akademik menurut Kumalasari et al., (2020)

adalah respon individu untuk mengatasi kesulitan akademik. Hal serupa juga dikemukakan oleh Hardiansyah et al., (2020) mengenai resiliensi akademik yang merupakan cara pandang individu dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan yang berupa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam menghadapi permasalahan akademik. Seperti beradaptasi terhadap tekanan akademik, mengubah diri sesuai keadaan dan mengendalikan perasaan frustrasi akan permasalahan akademik, kemudian penguatan diri dan bertahan terhadap permasalahan akademik, berpikir kedepan dan mengidentifikasi kesulitan, terakhir mampu mencari jalan keluar mengatasi permasalahan (Hardiansyah et al., 2020).

Berdasarkan definisi di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa resiliensi akademik adalah cara pandang individu dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan yang berupa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam menghadapi permasalahan, dimana individu dapat bertahan, adaptasi, dan mengatasi kesulitan di lingkup akademiknya (Hardiansyah et al., 2020).

2. Dimensi Resiliensi Akademik

Dimensi resiliensi akademik yang dikemukakan oleh Hardiansyah et al. (2020) menjadi dasar bagi pengukuran pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dimana dimensi ini terdiri dari empat dimensi resiliensi akademik yaitu :

1. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang meliputi proses mental dan perilaku, dimana seseorang berusaha mengatasi pilihan dalam diri, kegentingan, pertikaian, dan frustrasi yang dialami.
2. Ketangguhan adalah mampu bertahan dalam menghadapi tantangan, kemudian mengubah tantangan menjadi sebuah potensi.
3. Kecerdasan menghadapi kesulitan adalah kecerdasan menghadapi kesulitan khususnya di bidang akademik membantu mahasiswa untuk memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan perkuliahan dengan tetap berpegang teguh pada prinsip dan impian.
4. Pemecahan masalah adalah motivasi memperbaiki nilai dan kebutuhan mencari solusi atau jalan keluar. Motivasi dapat meningkatkan pemecahan masalah melalui pengalaman yang telah dialami sebelumnya, sehingga dalam peningkatan motivasi akan menghasilkan ketepatan dalam pemecahan masalah.

Menurut Jackson & Watkin (2004), resiliensi dibentuk oleh tujuh aspek yaitu:

1. Regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk mengelola diri agar tetap dapat menjalani kehidupan dengan efektif meskipun sedang berada di bawah tekanan. Individu yang resilien memiliki serangkaian skill untuk mengendalikan emosi, atensi dan perilaku mereka.

2. Pengendalian impuls, yaitu kemampuan untuk mengendalikan perilaku. Individu yang resilien mampu menunda kesenangannya untuk melakukan sesuatu yang lebih baik.
3. Kemampuan menganalisis masalah, yaitu kemampuan untuk menganalisis penyebab masalah secara akurat. Individu yang resilien mampu berpikir diluar kebiasaan sehingga dapat menemukan berbagai potensi penyebab suatu masalah.
4. Efikasi diri, yaitu keyakinan bahwa dirinya dapat mengendalikan keadaan dan dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi. Individu yang resilien memiliki kepercayaan kepada dirinya dan mampu membangun kepercayaan individu lain, sehingga mereka memiliki kesempatan untuk sukses yang lebih besar.
5. Optimis, yaitu kemampuan untuk berpikir positif mengenai masa depannya dan memiliki perencanaan yang realistis untuk mewujudkannya.
6. Empati, yaitu kemampuan untuk membaca isyarat perilaku individu lain dan memahami kondisi psikologisnya. Individu yang resilien mempunyai kemampuan untuk membina hubungan yang baik dengan individu lain.
7. Pencapaian, yaitu kemampuan untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupannya dan menerima tantangan baru.

Cassidy (2016) menjabarkan bahwa terdapat 3 aspek pembentuk resiliensi akademik yaitu :

1. *Perseverance* (ketekunan) yaitu menggambarkan individu yang bekerja keras (terus mencoba dan tidak mudah menyerah), berfokus pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan feedback, mampu memecahkan masalah dengan kreatif dan imajinatif, dan memposisikan kesulitan sebagai kesempatan untuk berkembang.
2. *Reflecting and adaptive help-seeking* (merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan) yaitu individu yang mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya dan dapat mencari bantuan, dukungan dan dorongan oleh individu lain sebagai upaya perilaku adaptif individu.
3. *Negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) merupakan gambaran kecemasan, emosi negatif, optimisme-pesimisme, dan penerimaan yang negatif yang dimiliki oleh individu selama hidup. Dalam hal ini, individu yang resilien mampu menghindari hal-hal terkait respon negatif, merasakan ketenangan (kecemasan yang rendah dan punya perasaan bermakna yang mana individu punya keyakinan akan tujuan dalam hidup dan hal yang dijalannya).

Berdasarkan pemaparan teori diatas dimensi resiliensi akademik terdiri dari Penyesuaian diri, Ketangguhan, Kecerdasan menghadapi kesulitan, dan Pemecahan masalah. Pada penelitian ini peneliti

mengacu pada teori dari Hardiansyah et al. (2020) dimana ke empat dimensi resiliensi akademik tersebut dapat menjelaskan indikator dari resiliensi akademik dan digunakan untuk pengukuran.

C. Hubungan antara Resiliensi Akademik dan Stres Akademik

Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi

Covid-19

Mahasiswa yang ingin mendapatkan gelar sarjana diharuskan untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yang telah ditetapkan oleh universitas. Bagi sebagian mahasiswa, mengerjakan skripsi merupakan sumber dari stres yang dialami. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki tekanan yang lebih besar dibandingkan mahasiswa lainnya. Hal ini disebabkan oleh adanya faktor internal yang terdiri dari rasa malas, motivasi rendah, takut bertemu dosen pembimbing, sulit menyesuaikan dosen pembimbing dan faktor eksternal yang terdiri dari minimnya waktu bimbingan, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi dan lain-lain (Cahyani, 2017). Saat mahasiswa tidak bisa beradaptasi dengan situasi sulit ini, ia akan mudah mengalami stres, frustrasi dan kehilangan motivasi (Cahyani & Akmal, 2017).

Stres adalah gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan (Andriyani, 2019). Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu, yang meliputi kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan dukungan sosial dan

materi (Andriyani, 2019). Individu mempunyai kemampuan untuk mempertahankan kesehatan dan menggunakan energinya untuk menyesuaikan diri secara positif terhadap beragam permasalahan. Stres akademik memang menjadi permasalahan yang terbukti dari berbagai studi yang dilakukan oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi mengenai kesejahteraan dan stres akademik mereka (Kirana & Rista, 2022). Penelitian mengungkap resiliensi mampu meminimalisir dan terbukti memiliki efek protektif terhadap kondisi stres maupun depresi terhadap lingkungan yang sulit dan penuh tekanan (Shatté et al., 2017).

Mahasiswa yang resilien memiliki karakteristik secara psikologis lebih sehat, seperti sifat optimistik, dinamis, bersikap antusias terhadap berbagai hal yang ditemuinya dalam hidup termasuk kondisi stres (Tugade & Fredrickson, 2004). Resiliensi juga dapat menurunkan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. pernyataan ini di dukung oleh hasil penelitian Aza et al., (2019) yang menyatakan bahwa adanya konstribusi resiliensi dalam menurunkan stres akademik. Penelitian Aza et al., (2019) juga menemukan bahwa kemampuan resiliensi dapat menjadi imunitas terhadap stres akademik memberikan jalan lain bagi bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan stres akademik di sekolah yaitu dengan meningkatkan resiliensi siswa atau mahasiswa.

Resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk tetap bertahan menyelesaikan pendidikannya meskipun pada kondisi yang sulit atau situasi yang tidak menyenangkan dan dapat menyelesaikan suatu permasalahan akademik (Wulandari & Kumalasari, 2022). Resiliensi akademik digunakan pada saat

mahasiswa mendapati permasalahan selama menyusun skripsi, maka ia akan memaknai masalah sebagai sebuah tantangan, sehingga proses belajar menjadi lebih menyenangkan dan mereka dapat mengalami pertumbuhan diri (Kirana et al., 2022). Resiliensi akademik juga merupakan bentuk adaptasi atau bentuk kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan guna memperoleh kesuksesan dalam menghadapi kesulitan dalam menjalani pendidikan (Cassidy, 2016).

Berdasarkan sumber atau perkembangan penelitian yang dilakukan akhir-akhir ini, banyak di temukan bahwa resiliensi akademik yang dimiliki individu dapat menjadi *coping* yang baik untuk mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Coping* sendiri menurut Santrock (2003) adalah upaya mengendalikan keadaan yang penuh tekanan dengan berusaha untuk mencari jalan keluar atas masalah yang terjadi dan mencari penyebab utama untuk mengurangi stres yang timbul. Salah satunya adalah penelitian Wijianti dan Purwaningtyas, (2020) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara coping stres dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Resiliensi akademik sendiri dianggap sebagai kekuatan atau asset, kualitas, karakteristik dan suatu proses yang diinginkan dan menguntungkan yang cenderung berdampak positif pada aspek kinerja, pencapaian, kesehatan dan kesejahteraan individu (Cassidy, 2015). Oleh sebab itu resiliensi akademik didefinisikan mampu menghadapi kemunduran dan tekanan dalam lingkup akademik (Afriyeni & Rahayuningsih, 2020). Rohmadani dan Setiyani, (2019) juga mengatakan bahwa mahasiswa yang resiliensinya cenderung lemah, akan mudah stres saat menghadapi bimbingan skripsi. Resiliensi akademik yang di

miliki mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ini dibutuhkan dalam menyesuaikan diri dan tetap dapat mengembangkan potensi yang dimiliki dirinya (Widuri, 2012).

Penyesuaian diri merupakan salah satu aspek dalam resiliensi dimana mahasiswa mampu beradaptasi dengan tekanan akademik, mampu mengubah diri sesuai keadaan, mengendalikan perasaan frustrasi, akan permasalahan akademik (Hardiansyah et al., 2020). Hal ini disebabkan menyusun skripsi bagi mahasiswa akhir adalah hal yang baru yang ia hadapi di bangku perkuliahan dengan tujuan untuk menyelesaikan program studi yang sedang ia jalani. Menurut penelitian Nalle et al., (2021) mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang baik maka mahasiswa tersebut dapat memenuhi kebutuhan dan mengatasi hambatan yang dihadapi selama penyusunan tugas akhir.

Menurut penelitian Azara & Noorrizki (2019) semakin tinggi atau baik penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi, maka tingkat stres akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya. Penelitian Azara & Noorrizki (2019) didukung juga oleh penelitian Maulana & Alfian (2021) mengenai hubungan penyesuaian diri dan efikasi diri dengan stress akademik mahasiswa, dimana hasil penelitian menyebutkan apabila penyesuaian diri dan efikasi diri tinggi maka stres akademik pada mahasiswa dimasa pandemi Covid-19 rendah. Selanjutnya selain penyesuaian diri selama mahasiswa menyusun skripsi dibutuhkan ketangguhan dalam menghadapi kesulitan dan untuk penguatan diri selama menyusun skripsi. Ketangguhan (*hardiness*) sendiri menjadi upaya individu untuk bertahan dan

mengontrol kondisi internal dalam menghadapi tekanan, sehingga dapat terhindar dari segala dampak negatif yang muncul akibat stres (Widhigdo et al., 2020).

Hardiness oleh Ivanevich (dalam Sovitriana et al., 2021) didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam menghadapi kegiatan yang menimbulkan stres, sehingga stres dapat dikurangi dengan mengubah cara *stressor* dipersepsikan. Stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi menyebabkan dampak negatif seperti semakin terbelengkalainya pengerjaan skripsi, terhambatnya proses kognisi dalam menyelesaikan skripsi diakibatkan adanya rasa khawatir, cemas, stres, dan berkurangnya motivasi dalam mengerjakan skripsi (Azizah & Satwika, 2021). Menurut Azizah dan Satwika, (2021) mahasiswa yang memiliki karakteristik kepribadian ketangguhan yang tinggi ia akan kuat, tahan banting, semangat dan bangkit ketika ia menghadapi masalah atau *stressor* saat menyelesaikan skripsi, sehingga ia akan memiliki stres akademik yang rendah. Sebaliknya mahasiswa yang tidak memiliki kepribadian hardiness yang tinggi maka ia akan lebih mudah sedih, bingung, tidak kuat, rapuh, sensitive ketika *stressor* datang, sehingga ia akan lebih mudah mengalami stres akademik.

Selain dibutuhkan penyesuaian diri dan ketangguhan selama mahasiswa menyelesaikan skripsi, dibutuhkan juga kemampuan mahasiswa dalam pemecahan masalah dan kecerdasan mahasiswa dalam menghadapi kesulitan dan permasalahan selama mengerjakan skripsi. Menurut identifikasi permasalahan yang dilakukan oleh Zain et al., (2021) pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ada beberapa faktor yang menjadi penghambat mahasiswa selama

menyusun skripsi. faktor tersebut seperti diri sendiri, institusi tempat mahasiswa belajar, faktor keluarga, keadaan pandemi covid-19, pandangan masyarakat, sekolah tempat melakukan penelitian dan teman (Zain et al., 2021). Menurut Santrock (2003) pemecahan masalah (problem solving) diartikan sebagai suatu usaha untuk menemukan cara yang tepat untuk mencapai suatu tujuan dimana tujuan tersebut merupakan pencegahan terhadap hambatan atau masalah yang terjadi. Keadaan emosi sangat berarti ketika individu sedang memecahkan masalah. Emosi erat kaitannya dengan kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, serta kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri maupun dalam berhubungan dengan orang lain. Menurut Matthew and Zeidner (dalam Wulansari & Uyun, 2014) bahwa bagian terpenting dari kecerdasan emosi adalah menyukkseskan pemecahan masalah dan coping terhadap stres.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat ditarik kesimpulan tentang bagaimana resiliensi akademik mampu untuk menghadapi stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Yakni dengan mengaitkan aspek resiliensi seperti kemampuan adaptasi, ketangguhan, pemecahan masalah, dan kecerdasan dalam menghadapi masalah dengan stres akademik mahasiswa. Saat mahasiswa mampu memiliki resiliensi yang tinggi maka mahasiswa mampu untuk beradaptasi dengan kesulitannya selama menyusun skripsi dan hal itu akan menurunkan tingkat stres yang dialami mahasiswa. Demikian juga kemampuan mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik akan mampu untuk memiliki

ketangguhan saat dihadapkan oleh situasi sulit sehingga ia mampu untuk mencari jalan keluar saat ia mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Hal ini juga didukung oleh kemampuan pemecahan masalah dan kecerdasan mahasiswa dalam memecahkan masalah yang menurunkan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan paparan tersebut terlihat bahwa ada hubungan antara resiliensi akademik dan stres akademik. Resiliensi akademik dapat menjadikan acuan seseorang untuk bertahan dalam situasi sulit dalam lingkup pendidikan. Oleh karena itu semakin besar resiliensi akademik individu maka semakin rendah stres akademik yang dimiliki individu tersebut dan sebaliknya.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara resiliensi akademik dengan stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi selama pandemi Covid-19. semakin tinggi resiliensi akademik maka semakin rendah stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Metodologi penelitian kuantitatif berkaitan dengan kerangka filosofis dan teoritis yang kompleks dan luas untuk dijadikan panduan, pedoman, arahan, dan bahkan dorongan yang mendasari sebuah penelitian ilmiah (Bandur & Budiastuti, 2018). Menurut Ibrahim et al. (2018) penelitian korelasi atau korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel. Dua variabel atau lebih dikatakan berkorelasi apabila perubahan pada variabel yang satu akan diikuti perubahan pada variabel yang lain secara teratur dengan arah yang sama (korelasi positif) atau berlawanan (korelasi negatif) (Ibrahim et al., 2018). Selain itu penelitian korelasional bertujuan untuk memahami hubungan antar sifat atau karakteristik orang atau entitas lainnya (Ibrahim et al., 2018). Sehingga dapat disimpulkan bahwa desain penelitian korelasional ditujukan untuk melihat hubungan antara, tingkat dan karakteristik variabel-variabel penelitian. Adapun variabel pada penelitian ini yakni stres akademik sebagai variabel tergantung dan resiliensi akademik sebagai variabel bebas. Demikian penelitian ini akan melihat bagaimana hubungan antara variabel stres akademik dan resiliensi akademik.

Secara konseptual stres akademik yang di maksud pada penelitian ini adalah persepsi seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan atau tugas yang harus dikerjakan dan bagaimana reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap *stressor* tersebut (Azahra, 2017). Secara operasional, stress akademik adalah skor stres akademik pada skala Student-Life Stress Inventory (SSI) (Azahra, 2017). Semakin tinggi skor maka semakin tinggi tingkat stres akademik, dan sebaliknya. Secara konseptual resiliensi akademik pada penelitian ini adalah cara pandang individu dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan yang berupa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam menghadapi permasalahan, dimana individu dapat bertahan, adaptasi, dan mengatasi kesulitan di lingkup akademiknya (Hardiansyah et al., 2020). Secara operasional resiliensi akademik adalah skor resiliensi akademik pada skala resiliensi akademik yang di susun oleh Hardiansyah et al. (2020).

B. Partisipan penelitian

Menurut Yenij et al. (2018), populasi adalah sekumpulan subjek, objek, atau kejadian yang mempunyai minimal satu karakteristik yang sama. Selain itu populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Siyoto & Sodik, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa atau mahasiswi yang sedang atau tengah

mengerjakan skripsi atau tugas akhir di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta di masa pandemi Covid-19.

Populasi dan sampel dalam suatu penelitian tidak bisa dipisahkan. Sampel adalah sebagian dari populasi yang mewakili populasi itu (Yenij et al., 2018). Sample juga merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Siyoto & Sodik, 2015). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang disebut juga sampel pertimbangan (*Judgment sampling*) (Yenij et al., 2018). Elemen sampel dipilih berdasarkan pertimbangan bahwa elemen itu merupakan representasi dari populasi dan disesuaikan dengan tujuan penelitian (Yenij et al., 2018). *Purposive sampling* juga merupakan suatu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau seleksi khusus yang peneliti ambil sesuai dengan tujuan penelitian peneliti, dimana dalam penelitian ini peneliti khusus mengambil sampel yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Oleh karena itu kriteria dari penelitian ini adalah Mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

C. Pengukuran

1. Stres Akademik

Pengambilan data pada variabel stres akademik pada penelitian ini akan menggunakan skala yang di susun oleh Azahra, (2017). Dimana skala

stres akademik tersebut diadaptasi berdasarkan skala *Student-Life Stress Inventory* (SSI) milik Gadzella. Dimana skala ini akan mengukur dua dimensi yakni dimensi sumber stres yang terdiri dari aspek frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan tekanan diri, kemudian dimensi kedua yaitu sumber stres yang terdiri dari aspek fisiologis, emosional, perilaku, dan kognitif. Stres akademik akan dilihat dari perolehan skor pengisian kuesioner skala stres akademik, bahwa semakin tinggi skor maka semakin tinggi stres akademik atau sebaliknya.

Tabel 1.
Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Sebelum Uji Coba

Dimensi	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Total
Sumber Stres	Frustrasi	Keterlambatan dalam mencapai tujuan	1, 2		2
		Kesulitan sehari hari	3	4	2
	Konflik	Konflik antara dua pilihan	5	6	2
		Tekanan	Harapan dari keluarga atau orang lain	7	8
	Perubahan	Beban kuliah	9, 10		2
		Perubahan hidup yang mengganggu	11, 12		2
	Tekanan diri	Kecemasan	13	14	2
Reaksi terhadap sumber stres	Fisiologis	Gangguan biologis	15, 16, 17		3
	Emosional	Perasaan tidak menyenangkan	18, 19		2
	Perilaku	Menyakiti diri sendiri dan orang lain	21	20	2

Kognitif	Penilaian masalah	22, 23, 24		3
Total		19	5	24

Skala stres akademik berjumlah 24 aitem yang terdiri dari pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu selalu (SLL), sering (SRG), kadang-kadang (KDG), jarang (JRG) dan tidak pernah (TP), dengan pemberian skor jawaban setiap item *favourable* bergerak dari 1 untuk tidak pernah, 2 untuk jarang, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk sering, dan 5 untuk selalu. Sedangkan untuk item *unfavorable* di skor 1 untuk jawaban selalu, 2 untuk sering, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk jarang, dan 5 untuk tidak pernah. Instrument stres akademik yang di susun oleh Azahra (2017) memiliki reliabilitas awal nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.82.

2. Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik di ukur dengan menggunakan skala resiliensi akademik dari Hardiansyah et al., (2020). Skala resiliensi akademik akan mengukur empat dimensi resiliensi yaitu penyesuaian diri, ketangguhan, kecerdasan menghadapi kesulitan dan pemecahan masalah. Resiliensi akademik dilihat dari perolehan skor pengisian kuesioner skala resiliensi akademik, bahwa semakin tinggi skor maka semakin tinggi resiliensi akademik atau sebaliknya. Peneliti melakukan modifikasi terhadap skala

resiliensi akademik milik Hardiansyah et al. (2020) agar sesuai dengan sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Kemudian melakukan uji coba yang di berikan kepada 44 responden yang terdiri dari mahasiswa/I yang sedang mengerjakan skripsi.

Tabel 2.
Distribusi Aitem Skala Resiliensi Akademik Sebelum Uji Coba

N o	Dimensi	Indikator	Favorable	Unfavorabl e	Total
1	Penyesuaian diri	Beradaptasi dengan tekanan akademik	1, 10, 19		3
		Mengubah diri sesuai keadaan	2, 11, 20		3
		Mengendalikan perasaan frustrasi akan permasalahan akademik	3, 12, 21		3
2	Ketangguhan	Penguatan diri	13, 22	4	3
		Bertahan menghadapi permasalahan akademik	5, 14, 23		3
3	Kecerdasan menghadapi kesulitan	Berpikir ke depan	6, 15, 24		3
		Mengidentifikasi kesulitan	7, 16, 25		3
4	Pemecahan masalah	Mampu mencari jalan keluar	8, 17, 26		3
		Mengatasi permasalahan	9, 18, 27		3
Total			26	1	27

Skala resiliensi akademik berjumlah 27 aitem yang terdiri dari aitem pernyataan mendukung (*favorable*) dan aitem pernyataan tidak mendukung (*unfavorable*). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS), dengan pemberian skor untuk pernyataan mendukung (*favorable*) yaitu Sangat Sesuai (SS) skornya 4, Sesuai (S) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2 dan Sangat

Tidak Sesuai (STS) skornya 1. Sedangkan untuk pemberian skor pernyataan tidak mendukung (*unfavorabel*) yaitu sangat sesuai (SS) skornya 1, sesuai (S) skornya 2, tidak sesuai (TS) skornya 3, sangat tidak sesuai (STS) skornya 4. Instrument resiliensi akademik yang di susun oleh Hardiansyah et al., (2020) memiliki reliabilitas dalam kriteria bagus yang ditunjukkan oleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.784.

D. Prosedur Penelitian

1. Persiapan Administrasi

Penelitian ini di tujukan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19. Penelitian ini dilakukan secara *online* dengan menggunakan *google form* sebagai sarana pengambilan data. *Google form* tersebut berisi kuesioner penelitian yang terdiri dari alat ukur berupa skala stres akademik dan resiliensi akademik. Nantinya *Google form* tersebut akan disebarakan menggunakan beberapa platform media sosial seperti telegram, WhatsApp, Line atau pun Instagram. Pada penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur stres akademik yang di susun oleh Azahra (2017) untuk mengukur stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan skala resiliensi akademik yang di susun oleh Hardiansyah et al. (2020) untuk mengukur resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Pada lembar pertama *google form* akan berisi deskripsi dari penelitian, di bagian ini peneliti menjelaskan tentang penelitian yang sedang di lakukan peneliti, seperti kriteria subjek, kode etik penelitian dan juga penjelasan

reward yang akan diberikan kepada responden. Selanjutnya setelah membaca deskripsi maka responden akan di berikan *informed consent* sebagai tanda bahwa responden bersedia untuk menjadi responden penelitian ini. Pada informed consent ini peneliti memberikan jawaban iya dan tidak, jika responden menjawab iya maka responden bisa lanjut kehalaman selanjutnya, namun jika menjawab tidak maka responden tidak akan di arahkan ke halaman selanjutnya dan berhenti sampai di situ. Setelah setuju maka responden akan lanjut ke halaman pengisian data responden seperti nama, usia, jenis kelamin, angkatan, program studi dan juga pengisian nomor telepon untuk pemberian *reward*. Setelah itu responden akan melanjutkan kehalaman selanjutnya yang berisikan skala penelitian yaitu skala stres akademik. Peneliti melampirkan tentang instruksi pengisian skala di lembar deskripsi dan di halaman selanjutnya di lanjutkan dengan skala stres akademik Azahra (2017). Setelah selesai mengisi skala stres akademik dihalaman selanjutnya responden akan lanjut untuk mengisi skala resiliensi akademik milik Hardiansya et al. (2020). Peneliti juga melampirkan lembar instruksi pengisian skala di bagian deskripsi dan dilanjutkan dengan skala resiliensi akademik. Setelah responden selesai mengisi maka di bagian akhir responden bisa mengklik *submit* untuk menyimpan pengisian kuesioner penelitian peneliti dan di lembar akhir peneliti memberikan ucapan terimakasih karena responden telah bersedia untuk mengisi skala penelitian peneliti.

Langkah selanjutnya, setelah *google form* selesai dan di setuju oleh dosen pembimbing maka peneliti mulai untuk melakukan penyebaran *google*

form tersebut. *Google form* tersebut peneliti sebar dalam bentuk *link*. Peneliti juga membuat poster yang berisikan *link* kuesioner dan memberikan email dan nomor telepon peneliti agar responden dapat menghubungi peneliti ketika menemukan kendala dalam mengisi kuesioner penelitian atau memiliki pertanyaan terkait penelitian. Kuesioner dibagikan peneliti kepada seluruh mahasiswa/I yang ada di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta yang ada di Indonesia dengan kriteria mahasiswa aktif dan sedang mengerjakan atau menyusun skripsi. Peneliti akan menggunakan *platform* media sosial seperti *Telegram*, *WhatsApp*, *Line* atau pun *Instagram* untuk menyebarkan kuesioner penelitian kepada responden penelitian. Dalam pengisian kuesioner penelitian diperkirakan membutuhkan waktu 10-15 menit, hal ini akan disampaikan pada informed consent penelitian..

2. Persiapan Alat Ukur

a. Uji Reliabilitas dan Uji Validitas

Peneliti menggunakan alat ukur stres akademi dan resiliensi akademik. Pada skala resiliensi akademik peneliti melakukan uji reliabilitas konsistensi dengan formulasi *alpha cronbach* serta validitas *exploratory factor analysis (EFA)* menggunakan jeffrey's amazing statistic program (JSAP) versi 13 *for windows* guna meningkatkan kualitas psikometri alat ukur yang di susun oleh peneliti. Tujuan dari uji EFA pada alat ukur resiliensi akademik adalah untuk mengetahui apakah alat ukur yang disusun telah mampu secara tepat untuk menguji variabel resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sedangkan peneliti

tidak melakukan uji coba untuk alat ukur stres akademik, dikarenakan peneliti menggunakan alat ukur sebelumnya yang sudah dilakukan uji coba. Uji yang dilakukan peneliti adalah uji reliabilitas dan uji validitas alat ukur resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi alat ukur yang digunakan peneliti kuantitatif (Bandur & Budiastuti, 2018). Selanjutnya peneliti menggunakan standar reliabilitas *cronbach alpha* (α) dengan ketentuan nilai koefisien *alpha* (α) sebagai berikut: 0 = Tidak memiliki reliabilitas (*no reliability*); $> .70$ = Reliabilitas yang dapat diterima (*Acceptable reliability*); $> .80$ = Reliabilitas yang baik (*good reliability*); $.90$ = Reliabilitas yang sangat baik (*excellent reliability*); dan 1 = Reliabilitas sempurna (*perfect reliability*) (Budiastuti & Bandur, 2018).

Kemudian peneliti juga menggunakan uji validitas untuk mengetahui sejauh mana butir-butir item (pernyataan) pada kuesioner yang disusun telah mencakup semua materi atau aspek - aspek resiliensi akademik penelitian yang telah diukur (Budiastuti & Bandur, 2018). Uji validitas yang digunakan adalah uji validitas *exploratory factor analysis* dengan tujuan mengidentifikasi struktur model atau faktor suatu variabel. kriteria dalam analisis ini yaitu apabila KMO tes >0.5 dan *barlett test* signifikan $p < 0.01$ sebagai dasar guna analisis faktor, kemudian *chi squared test* tidak signifikan atau >0.05 , CFI/TLI > 0.95 dan RMSEA < 0.6 digunakan sebagai pedoman gambaran fit atau tidaknya model yang digunakan pada skala (Satriawan, 2012).

b. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi

Akademik

Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala resiliensi akademik diperoleh nilai koefisien cronbach alpha (α) sebesar 0.941 yang artinya instrument resiliensi akademik masuk dalam kriteria sangat baik. selanjutnya untuk hasil perhitungan validitas diperoleh hasil KMO tes sebesar 0,798, Barlet tes sebesar 0,001 dan chi squared sebesar 0,211. selanjutnya nilai CFI/TLI sebesar 0,954 dan RMSEA sebesar 0,047 sehingga model yang di gunakan pada skala fit dengan aitem yang gugur yaitu 1,2, 12, 14, 15, 16, 21, 22, dan 24.

c. Skala Resiliensi Akademik

Seperti yang di jelaskan di atas untuk skala resiliensi akademik yang di susun oleh Hardiansyah et al. (2020), peneliti melakukan modifikasi terhadap alat ukur agar sesuai dengan sampel penelitian yakni mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Setelah melakukan modifikasi peneliti melakukan uji coba terhadap 44 responden penelitian mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Setelah uji coba peneliti melakukan seleksi item untuk mendapatkan alat ukur yang baik dalam penelitian ini. Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk mendapatkan

instrument penelitian yang terbaik agar bisa mengukur resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Setelah di lakukan uji coba pada skala tersebut, dari 27 aitem menjadi 18 item dengan aitem gugur yaitu 1,2, 12, 14, 15, 16, 21, 22, dan 24. Dengan distribusi butir skala untuk resiliensi akademik sebagai berikut :

Tabel 3.

Distribusi Aitem Skala Resiliensi Akademik Setelah Uji Coba

No	Dimensi	Indikator	Favorable	Total
1	Penyesuaian diri	Beradaptasi dengan tekanan akademik	10, 19	2
		Mengubah diri sesuai keadaan	11, 20	2
		Mengendalikan perasaan frustasi akan permasalahan akademik	3	1
2	Ketangguhan	Penguatan diri	4, 13	2
		Bertahan menghadapi permasalahan akademik	5,23	2
3	Kecerdasan menghadapi kesulitan	Berpikir ke depan	6	1
		Mengidentifikasi kesulitan	7, 25	2
4	Pemecahan masalah	Mampu mencari jalan keluar	8,17,26	3
		Mengatasi permasalahan	9,18,27	3
Total			18	18

Dari sebaran butir di atas maka diketahui bahwa skala resiliensi hanya terdiri dari pernyataan mendukung atau *favorable* sehingga untuk penskoran skala menjadi Sangat Sesuai (SS) skornya 4, Sesuai (S) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 1. Selanjutnya setelah di lakukan seleksi item reliabilitas alat ukur naik sehingga nilai

Cronbach's Alpha menjadi 0.941 dan ini menunjukkan bahwa alat ukur memiliki reliabilitas yang baik.

d. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik yang digunakan oleh peneliti untuk melakukan pengumpulan data adalah skala stres yang telah dilakukan uji coba oleh peneliti sebelumnya yaitu skala stres akademik yang disusun oleh Azahra (2017). Berdasarkan hasil penyusunannya terdapat 3 aitem skala stres akademik yang gugur, yaitu aitem 8,15, dan 21. Sehingga distribusi aitem skala stres akademik menjadi sebagai berikut :

Tabel 4.
Distribusi Aitem Skala Stres Akademik Setelah Uji Coba

Dimensi	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Total
Sumber Stres	Frustrasi	Keterlambatan dalam mencapai tujuan	1, 2		2
		Kesulitan sehari hari	3	4	2
	Konflik	Konflik antara dua pilihan	5	6	2
	Tekanan	Harapan dari keluarga atau orang lain	7		1
		Beban kuliah	9, 10		2
	Perubahan	Perubahan hidup yang mengganggu	11, 12		2
	Tekanan diri	Kecemasan	13	14	2

Reaksi terhadap sumber stres	Fisiologis	Gangguan biologis	16, 17	2	
	Emosional	Perasaan tidak menyenangkan	18, 19	2	
	Perilaku	Menyakiti diri sendiri dan orang lain	20	1	
	Kognitif	Penilaian masalah	22, 23, 24	3	
Total			17	4	21

Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 21 aitem yang terdiri dari pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu selalu (SLL), sering (SRG), kadang-kadang (KDG), jarang (JRG) dan tidak pernah (TP), dengan pemberian skor jawaban setiap item *favourable* bergerak dari 1 untuk tidak pernah, 2 untuk jarang, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk sering, dan 5 untuk selalu. Sedangkan untuk item *unfavorable* di skor 1 untuk jawaban selalu, 2 untuk sering, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk jarang, dan 5 untuk tidak pernah. Instrument stres akademik yang di susun oleh Azahra (2017) memiliki reliabilitas dalam kriteria bagus yang ditunjukkan oleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.90.

E. Metode Analisis Data

Setelah peneliti melakukan pengumpulan data melalui kuesioner yang telah di sebarakan tersebut, peneliti melanjutkan untuk analisis data dengan

menggunakan metode analisis data statistik untuk menguji hipotesis penelitian. Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini berupa uji normalitas dan uji linearitas. Dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis dengan cara uji korelasi *Pearson Correlation*. Jika salah satu uji asumsi tidak terpenuhi maka akan dilakukan uji korelasi *spearman rho correlation*. Sedangkan untuk mengetahui daya prediksi aspek-aspek antara variabel bebas terhadap variabel tergantung pada penelitian dalam hal ini resiliensi akademik terhadap stres akademik maka peneliti melakukan uji tambahan berupa uji regresi, dan uji beda. Dalam melakukan analisis data tersebut peneliti menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25*.

BAB IV
HASIL DAN DISKUSI

A. Hasil-hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada masa pandemi Covid-19 di perguruan tinggi negeri maupun swasta yang ada di Indonesia . Jumlah subjek penelitian ini adalah 203 responden dengan deskripsi sebagai berikut ;

Tabel 5.
Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
19	1	0.5%
20	11	5.4%
21	79	39.1%
22	82	40.6%
23	18	8.9%
24	7	3.5%
25	2	1.0%
28	1	0.5%
30	1	0.5%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden berusia 22 tahun yang berjumlah 82 (40,6%) mahasiswa, sedangkan jumlah responden paling sedikit berada di kelompok usia 19,28 dan 30 tahun yang masing-masing berjumlah 1 (0,5%) mahasiswa.

Tabel 6.*Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	164	81.2%
Laki-laki	38	18.8%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, jumlah responden yang berjenis kelamin perempuan menjadi kelompok mayoritas yang terlibat dalam penelitian ini, yaitu sejumlah 164 (81,2%) mahasiswa, sedangkan responden laki-laki hanya berjumlah 38 (18,8%) mahasiswa.

Tabel 7.*Deskripsi Responden Berdasarkan Angkatan*

Angkatan	Jumlah	Persentase
2015	3	1.5%
2016	5	2.5%
2017	14	6.9%
2018	163	80.7%
2019	17	8.4%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden yang terlibat dalam penelitian ini berada di angkatan 2018 yang berjumlah 163 (80,7%) mahasiswa, dan yang paling sedikit adalah angkatan 2019 yaitu berjumlah 17 (8,4%) mahasiswa.

Tabel 8.*Deskripsi Responden Berdasarkan Prodi*

Prodi	Jumlah	Persentase
Eksakta	51	25,2%
Non Eksakta	151	74,8%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden yang terlibat dalam penelitian ini berasal dari prodi non eksakta yang berjumlah 151 (74,8%) mahasiswa, dan prodi eksakta yang berjumlah 51 (25,2%) mahasiswa.

Tabel 9.
Deskripsi Responden Berdasarkan Universitas

Universitas	Jumlah	Persentase
Swasta	119	58.9%
Negeri	82	40.6%
Missing	1	0.5%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden yang terlibat dalam penelitian ini berasal dari universitas swasta yang ada di Indonesia yang berjumlah 119 (58,9%) mahasiswa, sedangkan yang berasal dari universitas negeri berjumlah 82 (40,6%) mahasiswa, dan terdapat 1 (0,5%) responden yang tidak teridentifikasi berasal dari universitas apa.

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, diperoleh hasil berupa nilai minimal, nilai maksimal, rerata dan standar deviasi masing-masing variabel penelitian. Data yang diperoleh tersebut juga sebagai data empirik. Berikut adalah perolehan nilai masing-masing variabel yang dapat dilihat dari tabel di bawah ini ;

Tabel 10.
deskripsi data penelitian

Variabel	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Stres Akademik	26	96	66,4	13.4
Resiliensi Akademik	35	72	58,9	7.8

Selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi data berdasarkan data tersebut. kategori data dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu : rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 11.
Norma Kategori

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
Rendah	$X < \mu - 1\sigma$
Sedang	$\mu - 1\sigma \leq X < \mu + 1\sigma$
Tinggi	$X > \mu + 1\sigma$
Total	

Keterangan :
 X = skor total
 μ = mean
 σ = standar deviasi

Berdasarkan rumus diatas, maka hasil pengelompokan variabel penelitian adalah sebagai berikut :

Tabel 12.
Kategorisasi Subjek Pada Variabel Stres Akademik

Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 53$	35	17.3%
Sedang	$53 \leq X < 79,8$	129	63.9%
Tinggi	$X > 79,8$	38	18.8%
Total		202	100%

Berdasarkan data di atas stres akademik pada responden yang masuk dalam kategori rendah berjumlah 35 (17,3%) responden, sedangkan pada kategori sedang berjumlah 129 (63,9%), dan kategori tinggi berjumlah 38 (18,8%) responden. Oleh karena itu stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 129 (63,9%) responden.

Tabel 13.
Kategorisasi Subjek Pada Variabel resiliensi Akademik

Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 51,1$	33	16.3%
Sedang	$51,1 \leq X < 66,7$	133	65.8%
Tinggi	$X > 66,7$	36	17.8%
Total		202	100%

Berdasarkan data resiliensi akademik di atas pada responden yang masuk dalam kategori rendah berjumlah 33 (16,3 %) responden, sedangkan pada kategori sedang berjumlah 133 (65,8 %), dan kategori tinggi berjumlah 36 (17,8%) responden. Oleh karena itu resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 133 (65,8%) responden.

3. Uji asumsi

Uji hipotesis data penelitian dilakukan setelah peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi pada data penelitian ini terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Pengujian data penelitian dilakukan dengan menggunakan program statistik *IBM SPSS Statistics 25*.

a. Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data penelitian di anggap normal apabila nilai $P > 0.05$. Berikut ini hasil uji normalitas variabel stres akademik dan variabel resiliensi akademik :

Tabel 14.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
stres akademik	0.200	Normal
resiliensi akademik	0.004	Tidak normal

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, variabel stres akademik memiliki nilai $P = 0.200$ ($P > 0.05$) maka data terdistribusi normal.

Sedangkan variabel resiliensi akademik tidak berdistribusi normal dengan nilai $P = 0.004$ ($p < 0,05$).

b. Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah antara dua variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linear. Data penelitian dinyatakan linear apabila nilai $p < 0,05$. Berikut merupakan hasil uji linearitas antara kedua variabel penelitian:

Tabel 15.
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Signifikansi	Keterangan
stres akademik * resiliensi akademik	29,553	0.000	linear

Berdasarkan dari hasil uji linearitas pada variabel stres akademik dan variabel resiliensi akademik didapatkan hubungan yang linear dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$).

4. Uji hipotesis

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis setelah uji asumsi untuk mengetahui hubungan resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19. Setelah melakukan uji asumsi uji normalitas diperoleh hasil kedua variabel pada penelitian ini satu berdistribusi normal dan satu tidak. Selanjutnya uji asumsi linearitas didapatkan hasil bahwa data linear. Oleh karena itu pengujian hipotesis pada variabel stres akademik dan resiliensi akademik menggunakan uji hipotesis non parametrik *Spearman Correlation*.

Selanjutnya dari hasil uji hipotesis diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 16.
Hasil uji hipotesis Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)	Keterangan
resiliensi akademik* stres akademik	-0,339	0.000	signifikan

Berdasarkan hasil uji korelasi di atas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = -0.339$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$)

artinya terdapat hubungan yang negatif antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi akademik yang diperoleh mahasiswa maka semakin rendah stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19.

5. Analisis tambahan

a. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia Responden

Uji beda bertujuan untuk mengetahui perbedaan resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berdasarkan jenis kelamin dan usia. Uji beda pada penelitian ini menggunakan *uji independent sample t-test*.

Tabel 17.
Hasil Uji Beda Stress Akademik

Variabel	Keterangan	N	Mean	P	Hasil
Stres Akademik	Perempuan	164	103.61	0,286	Tidak ada perbedaan
	Laki-laki	38	92.38		
	Usia 19-22 tahun	172	100.81	0,686	Tidak ada perbedaan
	Usia 23-30 tahun	30	105.48		

Berdasarkan tabel hasil uji beda stres akademik, dapat dilihat bahwa responden perempuan memiliki nilai rata-rata sebesar 103.61 dan responden laki-laki memiliki nilai rata-rata sebesar 92.38 dengan nilai $p = 0,286$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden laki-laki dan perempuan.

Selanjutnya hasil uji beda reesponden usia 19-22 tahun memiliki nilai rata-rata 100.81 dan responden usia 23-30 tahun memiliki nilai rata-rata 105.48 dengan nilai $p = 0,686$ ($p > 0,05$). Maka hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden usia 19-22 dan 23-30 tahun.

Table 18.
Hasil Uji Beda Resiliensi Akademik

Variabel	Keterangan	N	Mean	P	Hasil
Resiliensi Akademik	Perempuan	164	98.57	0,070	Tidak ada perbedaan
	Laki-laki	38	114.16		
	Usia 19-23 tahun	172	103.66	0,208	Tidak ada perbedaan
	Usia 24-30 tahun	30	89.12		

Berdasarkan tabel hasil uji beda resiliensi akademik, dapat dilihat bahwa responden perempuan memiliki nilai rata-rata sebesar 98.57 dan responden laki-laki memiliki nilai rata-rata sebesar 114.16 dengan nilai $p = 0,138$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden laki-laki dan perempuan.

Selanjutnya hasil uji beda reesponden usia 19-22 tahun memiliki nilai rata-rata 103.66 dan responden usia 23-30 tahun memiliki nilai rata-rata 89.12 dengan nilai $p = 0,208$ ($p > 0,05$). Maka hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden usia 19-22 dan 23-30 tahun.

b. Uji Beda Eksakta Dan Non Eksakta

Tabel 19.
Uji beda Eksakta Dan Non Eksakta

Variabel	Keterangan	N	Mean	P	Hasil
Stres Akademik	Eksakta	51	102.14	0,928	Tidak ada perbedaan
	Non eksakta	151	101.28		
Resiliensi Akademik	Eksakta	51	102.23	0,918	Tidak ada perbedaan
	Non eksakta	151	101.25		

Berdasarkan tabel hasil uji beda stres akademik, dapat dilihat bahwa responden kelompok eksakta memiliki nilai rata-rata sebesar 102.14 dan responden kelompok non eksakta memiliki nilai rata-rata sebesar 101.28 dengan nilai $p = 0,928$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden kelompok eksakta dan kelompok non eksakta

Selanjutnya hasil uji beda resiliensi akademik, dapat dilihat bahwa responden kelompok eksakta memiliki nilai rata-rata sebesar 102.23 dan responden kelompok non eksakta memiliki nilai rata-rata sebesar 101.25 dengan nilai $p = 0,918$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden kelompok eksakta dan kelompok non eksakta

c. Uji Beda PTS Dan PTN

Tabel 20.
Uji Beda PTS Dan PTN

Variabel	Keterangan	N	Mean	P	Hasil
Stres Akademik	Swasta	119	103.01	0,555	Tidak ada perbedaan
	Negeri	82	98.09		
Resiliensi Akademik	Swasta	119	100.35	0,848	Tidak ada perbedaan
	Negeri	82	101.95		

Berdasarkan tabel hasil uji beda stres akademik, dapat dilihat bahwa responden kelompok swasta memiliki nilai rata-rata sebesar 103.01 dan responden kelompok negeri memiliki nilai rata-rata sebesar 98.09 dengan nilai $p = 0,555$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden kelompok swasta dan kelompok negeri

Selanjutnya hasil uji beda resiliensi akademik, dapat dilihat bahwa responden kelompok swasta memiliki nilai rata-rata sebesar 100.35 dan responden kelompok non eksakta memiliki nilai rata-rata sebesar 101.95 dengan nilai $p = 0,848$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara responden kelompok swasta dan kelompok negeri.

d. Uji Interkorelasi Aspek Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik Mahasiswa

Uji analisis interkorelasi ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara aspek resiliensi akademik terhadap stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Uji analisis ini menggunakan *spearman rho*. Berikut hasil analisis interkorelasi aspek resiliensi akademik dan stres akademik :

Tabel 21.

Uji Interkorelasi Aspek Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik

Dimensi	Signifikansi (p)	Koefisien korelasi (r)	r ²
Penyesuaian Diri	0,000	-0,314	0,098

Ketangguhan	0,000	-0,245	0,060
Kecerdasan Menghadapi Kesulitan	0,003	-0,193	0,037
Pemecahan Masalah	0,000	-0,313	0,097

Berdasarkan data di atas aspek resiliensi akademik yang memiliki korelasi yang signifikan dengan stres akademik adalah aspek penyesuaian diri, ketangguhan, kecerdasan menghadapi kesulitan, dan pemecahan masalah. Hal ini ditunjukkan dengan nilai $p = 0,000$; $0,000$; $0,003$; dan $0,000$ atau $p < 0.05$. kemudian koefisien korelasi sebesar $-0,314$; $-0,245$; $-0,193$; dan $-0,313$.

Berdasarkan pernyataan di atas maka aspek resiliensi akademik yang berpengaruh pada stres akademik adalah aspek penyesuaian diri, ketangguhan, kecerdasan menghadapi kesulitan, dan pemecahan masalah.

e. Sumbangan Efektif Variabel Terhadap Stres Akademik

Analisis tambahan selanjutnya adalah menguji sumbangan efektif yang diberikan variabel resiliensi akademik terhadap stres akademik. Uji ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel resiliensi dan juga aspeknya terhadap stress akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemic Covid-19. Berikut hasil uji sumbangan efektif :

Tabel 22.

Sumbangan Efektif Resiliensi Akademik Terhadap Stress Akademik

Aspek	Sumbangan Efektif (%)
Resiliensi akademik dan stres akademik	19,86%

Tabel 23.

Sumbangan Efektif Aspek Variabel Resiliensi Terhadap Stress Akademik

Aspek	Sumbangan Efektif (%)
Penyesuaian Diri	37,93%
Ketangguhan	0,51%
Kecerdasan Menghadapi Kesulitan	5,44%
Pemecahan Masalah	28,63%

Berdasarkan tabel 21 dapat diketahui bahwa variabel resiliensi akademik memiliki sumbangan efektif terhadap stres akademik sebesar 19,86%. Kemudian pada tabel 22 dapat dilihat bahwa aspek dari resiliensi memiliki sumbangan efektif terhadap stres akademik. Dimana aspek penyesuaian diri sebesar 37,93%, ketangguhan 0,51%, kecerdasan menghadapi masalah 5,44%, dan pemecahan masalah sebesar 28,63%. Berdasarkan hal tersebut maka aspek penyesuaian diri memiliki sumbangan efektif yang paling besar yaitu 37,93%.

f. Uji Korelasi Kelompok Jenis Kelamin

Uji analisis tambahan berikut dilakukan untuk menguji korelasi antara peran jenis kelamin terhadap resiliensi akademik pada stres akademik. Uji analisis ini menggunakan uji korelasi *spearman rho*.

Berikut hasil dari uji analisis korelasi berdasarkan kelompok jenis kelamin:

Tabel 24.
Uji Korelasi Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan

Perempuan				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademik dan resiliensi akademik	-0,306	164	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden perempuan adalah 164. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,306 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa perempuan yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

Tabel 25.
Uji Korelasi Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki

Laki-laki				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademik dan resiliensi akademik	-0,446	38	0,002	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden laki-laki adalah 38. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui

bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,446 dan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa laki-laki yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

g. Uji Korelasi Kelompok Eksakta Dan Non Eksakta

Uji analisis tambahan berikut dilakukan untuk menguji korelasi antara resiliensi akademik dan stres akademik pada kelompok eksakta dan non eksakta mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Uji analisis ini menggunakan uji korelasi *spearman rho*. Berikut hasil dari uji analisis korelasi berdasarkan kelompok eksakta dan non eksakta :

Tabel 26.
Uji Korelasi Kelompok Non Eksakta

Non Eksakta				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademik dan resiliensi akademik	-0,287	151	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden kelompok non eksakta adalah 151. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,287 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi

akademik dan stres akademik mahasiswa pada kelompok non eksakta yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

Tabel 27.
Uji Korelasi Kelompok Eksakta

Eksakta				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademik dan resiliensi akademik	-0,478	51	0,000	Signifikan

Kemudian berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden kelompok eksakta adalah 51. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,478 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa pada kelompok eksakta yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

h. Uji Korelasi kelompok usia

Peneliti membagi kelompok usia menjadi 2 kategori dengan kategori pertama yaitu usia 19-22 tahun, dan kedua 23-30 tahun. Uji analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi akademik dengan stres akademik pada kelompok usia tertentu. Berikut hasil analisis pada kelompok usia :

Tabel 28.
Uji korelasi kelompok usia 19-22 tahun

19-22 tahun				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademk dan resiliensi akademik	-0,347	172	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden kelompok usia 19-22 tahun adalah 172. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,347 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa pada kelompok usia 19-22 tahun yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

Tabel 29.

Uji korelasi kelompok usia 23-30 tahun

23-30 tahun				
Variabel	Koefisien Korelasi (r)	N	P	Keterangan
Stres akademk dan resiliensi akademik	-0,307	30	0,049	Signifikan

Kemudian berdasarkan hasil analisis di atas diketahui jumlah responden kelompok usia 23-30 tahun adalah 30. Kemudian berdasarkan data di atas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,634 dan nilai $p = 0,049$ ($p < 0,05$), maka korelasi bersifat

signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa pada kelompok usia 23-30 tahun yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

B. Diskusi Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan diperoleh hasil adanya hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19. Hal ini dibuktikan dengan nilai $r = -0.339$, korelasi bersifat signifikan dengan $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Hasil analisis ini menjelaskan bahwa semakin tinggi resiliensi akademik mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik mahasiswa selama menyusun skripsi. Sebaliknya semakin rendah resiliensi akademik, maka semakin tinggi tingkat stres akademik mahasiswa selama menyusun skripsi. berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis pada penelitian ini **diterima**.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa adanya hubungan negatif dan signifikan antara resiliensi dan stres akademik mahasiswa. Hasil ini menunjukkan semakin tinggi tingkat resiliensi mahasiswa, maka akan semakin rendah stres

akademik yang dihadapi mahasiswa (Ramadanti & Herdi, 2021; Sonia et al., 2021).

Hasil diatas dapat dijelaskan oleh penelitian Hendriani, (2017) tentang peran resiliensi akademik sebagai suatu adaptasi positif dengan cara mengutamakan respon perilaku positif dalam situasi yang menekan dan melakukan penyesuaian personal dalam diri individu yang mampu dimunculkan oleh mahasiswa setiap kali berhadapan dengan kesulitan. Oleh sebab itu mahasiswa yang resilien mampu dalam menghadapi berbagai macam risiko dalam studi dengan cara-cara yang adaptif, juga mampu menyeimbangkan antara pemenuhan tuntutan akademik dengan tuntutan sosialnya yang lain termasuk dalam hal ini stres akademik yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir saat mengerjakan skripsi (Hendriani, 2017).

Selanjutnya, resiliensi akademik yang baik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga mampu untuk menjadikan mahasiswa memiliki *coping stress* yang baik. seperti yang di jelaskan di atas bahwa resiliensi mampu membuat mahasiswa untuk bersikap adaptif. Hal ini di peroleh dari penelitian Wijianti dan Purwaningtyas, (2020) yang mengatakan bahwa resiliensi yang tinggi pada mahasiswa yang menyusun skripsi maka coping stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga tinggi. *Coping stress* ini berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata yakni tentang bagaimana

mahasiswa mampu untuk manajemen perilaku dalam memecahkan masalah yang sederhana dan realistis (Wijianti & Purwaningtyas, 2020).

Kemudian peneliti melakukan analisis tambahan dengan melakukan uji beda berdasarkan jenis kelamin pada resiliensi akademik, peneliti tidak menemukan perbedaan resiliensi akademik antar mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hal ini juga di temukan oleh penelitian Anggraini, (2019) bahwa tidak ada perbedaan secara signifikan antara resiliensi akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Roelyana dan Listiyandini, (2016) menemukan adanya perbedaan resiliensi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi, dimana resiliensi mahasiswa laki-laki lebih tinggi di banding dengan mahasiswa perempuan. Selanjutnya berdasarkan hasil uji beda mahasiswa di kelompok umur 19-22 dan 23-30 tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Salamah et al., (2020) mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang sedang di tahap dewasa awal (> 21 tahun) lebih resilien di bandingkan dengan mahasiswa yang sedang ada di tahap remaja akhir (18-21 tahun). Hal ini disebabkan semakin matang usia mahasiswa tingkat akhir, maka mahasiswa tersebut akan semakin terampil dalam melakukan pemecahan masalah skripsinya.

Peneliti juga melakukan uji beda berdasarkan kelompok program studi eksakta dan non eksakta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stres akademik pada kelompok program studi tersebut.

Namun pada penelitian yang dilakukan oleh Rumiani, (2006) menemukan adanya perbedaan tingkat stres pada kelompok humaniora (non eksakta) dan eksakta yang menunjukkan tingkat stres kelompok humaniora (non eksakta) lebih tinggi daripada kelompok eksakta. Dimana perbedaan tingkat stres ini dapat bersumber dari persepsi mengenai lamanya studi pada masing-masing kelompok.

Pada uji beda ini peneliti juga melakukan uji beda terhadap kelompok eksakta dan non eksakta pada variabel resiliensi dan tidak terdapat perbedaan. Kemudian pada kelompok universitas negeri dan swasta juga menunjukkan tidak ada perbedaan stres akademik dan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19.

Selanjutnya peneliti melakukan uji korelasi antara aspek resiliensi dan stres akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis tersebut diketahui bahwa aspek penyesuaian diri, ketangguhan, kecerdasan menghadapi kesulitan, dan pemecahan masalah memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik.

Penyesuaian diri adalah Penyesuaian diri, adalah kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa untuk dapat berhasil mengatasi ketegangan, konflik, dan mengendalikan perasaan frustrasi yang dialaminya dalam proses perkuliahan dengan cara beradaptasi, mengubah diri sesuai dengan lingkungan (Hardiansyah et al., 2020). Pada penelitian ini diketahui bahwa penyesuaian diri memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres

akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Erindana et al., (2021) dimana terdapat korelasi negatif antara penyesuaian diri dan stres akademik pada mahasiswa . Pada penelitian yang dilakukan oleh Kurniati dan Hamidah, (2021) menemukan adanya pengaruh positif dan signifikan terhadap stres mahasiswa sebesar 35,9%. Ketika mahasiswa mengalami stres akademik mahasiswa menggunakan kemampuan penyesuaian diri ini untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam bidang akademik tersebut.

Ketangguhan (*hardiness*) adalah kemampuan mahasiswa untuk dapat bertahan dalam menghadapi permasalahan dengan cara mampu pulih dari tekanan akademik tanpa mengakibatkan gangguan yang berarti serta mampu menanggung beban secara personal (Hardiansyah et al., 2020). Pada penelitian ini diketahui bahwa ketangguhan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya et al., (2022) yang menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa. Hubungan yang negatif menandakan semakin tinggi *hardiness*, maka stres akademik akan semakin rendah dan sebaliknya.

Kecerdasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*), yaitu kemampuan individu dalam menggunakan kecerdasannya untuk menguatkan diri, berpikir ke depan dan menyadari tindakan yang harus dilakukan menghadapi tantangan dan permasalahan akademik (Hardiansyah et al., 2020). Pada penelitian ini diketahui bahwa kecerdasan

menghadapi kesulitan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Hasil ini juga ditemukan oleh penelitian Hairiyah et al., (2022) yang menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Sehingga semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi, maka semakin rendah stres akademik yang dialaminya dan sebaliknya.

Pemecahan masalah (*problem solving*), yaitu kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengidentifikasi dan mencari jalan keluar dengan menggunakan strategi atau teknik tertentu agar suatu permasalahan tersebut dapat diatasi, dilalui sesuai dengan keinginan yang telah ditetapkan (Hardiansyah et al., 2020). Pada penelitian ini diketahui bahwa pemecahan masalah menghadapi kesulitan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Menurut penelitian Saputri dan Wulanyani, (2019) memang ada hubungan yang signifikan antara *problem focused coping* dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Berdasarkan penelitian ini melalui *problem focused coping* mahasiswa mengubah *stressor* yang diyakini dapat dikontrol dan diubah secara positif dengan cara mempelajari ketrampilanketrampilan baru dengan mengatasi *stressor* secara langsung.

Peneliti melakukan uji analisis untuk mengetahui sumbangan efektif resiliensi akademik terhadap stres akademik. Hasil analisis tersebut di peroleh adanya sumbangan efektif resiliensi akademik terhadap stres

akademik sebesar 19,86% pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19, hal tersebut menunjukkan bahwa 80,14% dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi menurut penelitian Aprilia dan Yoenanto, (2022) adalah regulasi emosi dan persepsi dukungan social. Dimana pada penelitian ini ditemukan adanya pengaruh negatif yang signifikan secara bersamaan terhadap regulasi emosi dan persepsi dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Kemudian pada penelitian Aulia dan Panjaitan, (2019) adanya hubungan negatif yang kuat antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia yang sedang mengerjakan skripsi.

Selanjutnya untuk sumbangan efektif aspek resiliensi akademik terhadap stres akademik mahasiswa dimulai dari aspek penyesuaian diri sebesar 37,93%, ketangguhan 0,51%, kecerdasan menghadapi masalah 5,44%, dan pemecahan masalah sebesar 30%. Berdasarkan hal tersebut maka aspek penyesuaian diri memiliki sumbangan efektif yang paling besar yaitu 28,63%.

Berdasarkan hasil sumbangan efektif aspek resiliensi terhadap stress akademik, ditemukan bahwa aspek penyesuaian diri memiliki kontribusi yang besar yaitu 37,93%. Penyesuaian diri di gunakan untuk memenuhi kebutuhan (needs satisfaction), mengatasi konflik, frustrasi, serta masalah-masalah tertentu dengan cara-cara tertentu dan secara tidak

langsung proses penyesuaian diri mempengaruhi kesehatan mental seseorang (Suharsono & Anwar, 2020). Penyesuaian diri juga merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah dirinya sesuai dengan tuntutan perubahan dan keadaan lingkungan (Saniskoro & Akmal, 2020). Selain itu penyesuaian diri adalah proses untuk mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan rasa frustrasi, dimana hal ini bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan (Putri et al., 2021). Penyesuaian diri juga menjadi salah satu faktor yang bisa menurunkan stres akademik mahasiswa (Putri et al., 2021).

Analisis tambahan selanjutnya peneliti melakukan uji korelasi untuk mengetahui korelasi antara resiliensi akademik dan stres akademik pada kelompok jenis kelamin yang berbeda. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada kelompok perempuan diperoleh hasil bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa perempuan yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Kemudian pada kelompok laki-laki juga menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa laki-laki yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Berdasarkan pernyataan tersebut bahwa kelompok jenis kelamin perempuan maupun laki-laki mempengaruhi korelasi antara resiliensi akademik dan stres akademik.

Analisis tambahan selanjutnya dilakukan untuk menguji korelasi resiliensi akademik dan stres akademik pada kelompok program studi eksakta dan non eksakta. Hasil analisis antara kedua kelompok ini menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi Covid-19. Berdasarkan pernyataan tersebut bahwa kelompok program studi eksakta maupun non eksakta mempengaruhi korelasi antara resiliensi akademik dan stres akademik.

Analisis tambahan terakhir yang dilakukan peneliti adalah korelasi antara resiliensi akademik dan stres akademik pada kelompok usia 19-22 tahun dan 23-30 tahun. Berdasarkan hasil uji analisis, didapatkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dan stres akademik pada kelompok usia 19-22 tahun dan 23-30 tahun.

Setelah dilakukan penelitian mengenai resiliensi akademik dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi Covid-19, peneliti menyadari bahwa penelitian ini memiliki beberapa kekurangan. Pertama penelitian ini dilakukan selama masa pandemi Covid-19 dimana pengambilan data dilakukan secara online dengan menyebarkan kuesioner penelitian, sehingga peneliti kurang memiliki kontrol terhadap proses pengambilan data. Selanjutnya untuk peneliti selanjutnya perlu membuktikan lagi apakah saat masa setelah pandemi terdapat hubungan antara resiliensi akademik dengan stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Kemudian dari hasil

penelitian berdasarkan uji beda jenis kelamin dan usia tidak ada beda, namun di beberapa penelitian terdapat perbedaan. Terakhir yaitu perlu di cantumkan tentang semester yang sedang ditempuh mahasiswa, untuk nantinya mengetahui tingkatan stres akademik yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di semester yang berbeda.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti tentang adanya hubungan yang negatif antara resiliensi akademik dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 diterima. Adanya hubungan negatif berarti semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik mahasiswa. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah akan semakin mudah mengalami stres akademik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan beberapa saran terkait penelitian ini yang dikemukakan peneliti untuk beberapa pihak, yaitu:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di harapkan mampu memiliki resiliensi akademik yang baik agar mampu menghadapi segala tantangan dan kesulitan selama mengerjakan skripsi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan judul sama bisa melakukan penelitian tentang bagaimana setelah pandemi berlangsung tingkat resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. tidak hanya itu peneliti selanjutnya bisa mencoba untuk memperdalam tentang bagaimana hubungan resiliensi akademik mahasiswa dan stres mahasiswa yang dimoderatori oleh jenis kelamin, jenis program studi dan usia. Karena masih sedikit penelitian yang membahas mengenai hal itu.

3. Bagi Universitas

Bagi Universitas diharapkan adanya program untuk peningkatan resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam mengatasi stres akademik yang dialami mahasiswa selama menyusun skripsi. dapat berupa seminar ataupun workshop yang dapat membantu mahasiswa untuk memahami, mengetahui dan menerapkan kebiasaan yang dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, C. P. H., Samsul, R. H., & Dinda, P. H. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal pendidikan dan konseling*, 10(2), 240–246. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
- Afriyeni, N., & Rahayuningsih, T. (2020). Konstruksi alat ukur resiliensi akademik untuk kepuasan belajar online mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 135–146. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/psisula/article/download/13078/4841>
- Andersen, Z. (2020). Perbedaan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditinjau dari tahun angkatan. *Jurnal UNTAG Surabaya Respository*, 2(1), 1–10. <http://repository.untag-sby.ac.id/3869/8/JURNAL.pdf>
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Anggraini, S. (2019). Resiliensi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 9–25.
- Aprilia, N. S., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh regulasi emosi dan persepsi dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 19–30. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31924>
- Aryani, F. (2016). Stres belajar, suatu pendekatan intervensi konseling. Edukasi Mitra Grafika : Makasar.
- Asmawan, M. C. (2016). Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 26(2), 51–57.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127–134.
- Aza, I. N., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2019). Kontribusi dukungan sosial, self-esteem, dan resiliensi terhadap stres akademik siswa SMA. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(4), 491. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i4.12285>
- Azahra, J. S. (2017). Hubungan antara Stres Akademik dengan Coping Stress pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Pendidikan Psikologi. *Skripsi Universitas Negeri Jakarta*.
- Azara, F., & Noorizki, R. D. (2019). Hubungan antara penyesuaian diri dengan stres mahasiswa universitas negeri malang. *Prosiding seminar nasional & call paper psikologi sosial 2019 psikologi sosial di era revolusi industri 4.0*.

- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi: Characters*, 8(1), 212–223.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.29210/02733jjpgi0005>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Barusi, A. R. El. (2020). Exploring islamic characters ad akademik stress in learning during Covid-19 pandemic. *Batusangkar International Conference V, 2020*, 227–238.
- Bariyyah, K., & Latifah, L. (2015). Tingkat stres akademik mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas kanjuruhan Malang. *Foreign Affairs*, 1(1), 270. <http://repository.unikama.ac.id/823/>
- Bandur, A., & Budiastuti, D. (2018). Validitas dan reliabilitas penelitian dengan analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS. Jakarta: Mitra wacana media.
- Cahyani. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *NASPA Journal*, 42(4), 33-41.
- Candra, A. T., & Mislana. (2022). Analisis faktor psikologis Mahasiswa Program Studi PJKR dalam penyusunan tugas akhir skripsi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 223–230.
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6(NOV), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i1.5303>
- Fauzie, D., Yulianto, E., & Sunarti. (2016). Pembelian (Survei pada konsumen KFC cabang mall olympic garden Malang). *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*, 40(1), 1–7.
- Gadzella, B., Baloglu, M., Masten, W., & Wang, Q. (2012). Evaluation of the Student Life-Stress Inventory-Revised. *Journal of Instructional Psychology*, 39(2), 82-91.

- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: identification of and reactions to stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>
- Gadzella, Bernadette M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American Journal of Psychological Research*, 3(1), 1-10.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, & Syaifei, I. (2018). Self disclosure dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Hairiyah, P., Razak, A., & Nurdin, M. N. H. (2022). Adversity quotient dan stres akademik pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. *Sultra Educational Journal*, 2(1), 10–17. <https://doi.org/10.54297/seduj.v2i1.219>
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. S. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi Covid-19. *Al-Irsyad*, 10(2). <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i2.8541>
- Hardiansyah, H., Putri, A. P., Wibisono, M. D., Utami, D. S., & Diana, D. (2020). Penyusunan alat ukur resiliensi akademik. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(3), 185. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.3159>
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa Doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139-149. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v14i1.5696>
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, B., Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). Metodologi penelitian. Makasar : Gunadarma ilmu.
- Jackson, R., & Watkin, C. (2004). The resilience inventory : Seven essential skills for overcoming life ' s obstacles and determining happiness. *Selection & Development Review*, 20(6), 13–17.
- Kirana, A., Agustini, & Rista, E. (2022). Resiliensi dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas X Jakarta Barat. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 27–50. <https://journal.untar.ac.id/index.php/provitae/article/view/18379>
- Kirana, A., & Rista, E. (2022). Resiliensi dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di universitas x jakarta barat. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 27–50.
- Kirom, S. (2019). Peningkatan kemampuan menulis artikel ilmiah melalui strategi pembelajaran berbasis kecerdasan verbal linguistik. *Silampari Bisa: Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia, Daerah, Dan Asing*, 2(2), 204–226. <https://doi.org/10.31540/silamparibisa.v2i2.616>

- Kumalasari, D., Luthfiyanni, N. A., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis faktor adaptasi instrumen resiliensi akademik versi indonesia: Pendekatan eksploratori. *Jurnal penelitian dan pengukuran psikologi*, 9(2), 84–95.
- Kurniati, K., & Hamidah, H. (2021). Pengaruh penyesuaian diri terhadap stres mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 649–655. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26804>
- Lalenoh, G. A., Zega, I. B. P. N., Yuni, I. F., Florensa, M. V. A., & N, M. T. A. S. (2021). Hubungan tingkat stres dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Nursing Current*, 9(1), 89–101.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York : Springer Publishing Company
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Maharani, I., & Budiman, A. (2020). Hubungan stress akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam masa pandemi. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 693–699. <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/24257>
- Maulana, I., & Alfian, I. N. (2021). Pengaruh efikasi diri dan penyesuaian diri terhadap stres akademik pada mahasiswa masa pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 829–836. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26783>
- Nalle, A. P., Geradus, U., & Davita, I. L. (2021). Penyesuaian diri (self sdjusment) mahasiswa bimbingan dan konseling dalam penyusunan tugas akhir di Universitas Nusa Cendana. *Haumeni Journal of Education*, 1(2), 136–140. <http://ejurnal.undana.ac.id/index.php/haumeni/article/view/5643>
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi resilienSI*. Yogyakarta : Universitas islam indonesia.
- Nuriyah, A., & Sumaryanti, I. U. (2017). Studi deskriptif mengenai gambaran stres akademik pada mahasiswa penderita primary insomnia di UPM Olahraga Fakultas Psikologi Unisba. *Prosiding Psikologi*, 3(2), 461–467.
- Prasetya, A. L., Merida, C. S., & Novianti, R. (2022). Hardiness dan stres akademik mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(1), 11–24. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.16792>
- Putri, R. N., Hidayah, N., & Mujidin. (2021). Penyesuaian diri, dukungan sosial,

- dan gaya belajar visual : kontribusi terhadap stres akademik siswa di masa pandemi. *Psyche 165 Journal*, 14(4), 339–345. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v14i4.136>
- Rahayu, E. W., & Djabbar, M. E. A. (2019). Peran resiliensi terhadap stres akademik siswa SMA. *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI, September*, 20–21.
- Ramadanti, R., & Herdi, H. (2021). Hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial dengan stress akademik mahasiswa baru di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 150–163. <https://doi.org/10.21009/insight.102.07>
- Ramanda, P., & Sagita, D. D. (2020). Stres akademik mahasiswa dalam menyusun skripsi dimasa pandemi covid-19. *Jurnal KOPASTA*, 7(2), 94–100.
- Roelyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37.
- Rohmadani, Z. V., & Setiyani, R. Y. (2019). Aktivitas religius untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa yang sedang skripsi. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 108. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15135>
- Rojas F., L. F. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: a case study. *GiST Education and Learning Research Journal*, 11(11), 63–78. <https://doi.org/10.26817/16925777.286>
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa Rumiani. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 37–48.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). Dasar metodologi penelitian. Yogyakarta: Literasi media publishing.
- Salamah, A., Suryani, S., & Rakhmawati, W. (2020). Hubungan karakteristik demografi dan resiliensi mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 110–125.
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2020). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 96–106. <https://doi.org/10.24854/jpu67>
- Santreck, J. W. (2003). *Adolescence : Perkembangan remaja edisi keenam*. Jakarta: Erlangga
- Saputri, K. A. D., & Wulanyani, N. M. S. (2019). Hubungan antara problem

focused coping dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 400. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p19>

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychological interactions seven edition*. Amerika Serikat : john wiley & sons.
- Satriawan, F. (2012). Pengujian validitas konstruk instrumen organization-based self-esteem scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 1(3), 198–210.
- Septiana, N. Z. (2021). Hubungan antara stres akademik dan resiliensi akademik siswa sekolah dasar di masa pandemi Covid-19. *SITTAH: Journal of Primary Education*, 2(1), 49–64. <https://doi.org/10.30762/sittah.v2i1.2915>
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan antara resiliensi dengan stres. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(02), 59–76.
- Shatté, A., Perlman, A., Smith, B., & Lynch, W. D. (2017). The positive effect of resilience on stress and business outcomes in difficult work environments. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 59(2), 135–140. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000914>
- Soeli, Y. M., Yusuf, M. S., & Ayuba, P. (2022). Hubungan tingkat stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa Keperawatan UNG dalam penyusunan skripsi. *Jambura Nursing Journal*, 4(2), 121–134. <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i2.15262>
- Sonia, P. R., Bayhakki, & Deli, H. (2021). Hubungan resiliensi akademik dengan tingkat stres dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Riau. *JOM FKp*, 8(2), 37–45.
- Sovitriana, R., Ratri, S., Kartikaningrum, A., Psikologi, F., & Persada, U. (2021). Hardiness dan stress akademik selama pandemi Covid-19 pada siswa kelas XI di SMAN 40 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 81–85.
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis stress dan penyesuaian diri pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 41–53. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>
- Triyana, M., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan antara resiliensi dan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran universitas sebelas maret. *skripsi Universitas Sebelas Maret*, 1–13.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions. *Journal Pers Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>

- Wahidah, E. Y. (2018). Resiliensi akademik perspektif psikologi islam. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* (Vol. 1, Issue 1).
- Widhigdo, J. C., Ahuluheluw, J. M., & Pandjaitan, L. N. (2020). Pelatihan ketangguhan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pengurus unit kegiatan mahasiswa (UKM) di Universitas Surabaya. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 122–139. <https://doi.org/10.24854/jpu104>
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147-156. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Wijianti, D. K. A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping stres, resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 1(2), 11–17. <http://jurnal.uwp.ac.id/fpsi/index.php/psikowipa/article/view/35>
- Wulandari, & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa : Bagaimana kaitannya dengan dukungan dosen ? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19–30.
- Wulansari, K. R., & Uyun, Z. (2014). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kemampuan pemecahan masalah pada remaja. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/30721%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/30721/20/Naskah_Publikasi.pdf
- Yenij, F., Zen, Z., & Darmansyah. (2018). Penelitian Pendidikan (edisi pertama). Jakarta : Prenadamedia group.
- Yuliantanti, S., & Erpidawati. (2021). Perilaku organisasi cara mudah menghadapi perilaku sdm di dalam organisasi. Purwokerto: Pena Persada.
- Zain, M. I., Radiusman, R., Syazali, M., Hasnawati, H., & Amrullah, L. W. Z. (2021). Identifikasi kesulitan mahasiswa dalam penyusunan skripsi Prodi Pgsd Universitas Mataram. *Tunjuk Ajar: Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 4(1), 73. <https://doi.org/10.31258/jta.v4i1.73-85>
- Zakaria, D. (2017). Tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi. *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*, 1–45. <https://eprints.umm.ac.id/43367/1/jiptummpp-gdl-dhickyzaka-47398-1-naska-hp-i.pdf>



LAMPIRAN



Lampiran 1

**SKALA STRES AKADEMIK DAN RESILIENSI
AKADEMIK SEBELUM UJI COBA**

1. Skala Stres Akademik

No	Aitem	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-Kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					
2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing					
3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya					
4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing					
5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing					
6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai					
7	Saya tertekan ketika orangtua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu					
8	Saya mengabaikan harapan (dapat lulus tepat waktu) yang diberikan oleh orang terdekat kepada saya					

9	Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing					
10	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas					
11	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari					
12	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa skripsi					
13	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing					
14	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik					
15	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi					
16	Saya merasa tidak memiliki selera makan saat sedang mengerjakan skripsi					
17	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi					
18	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan					
19	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya					

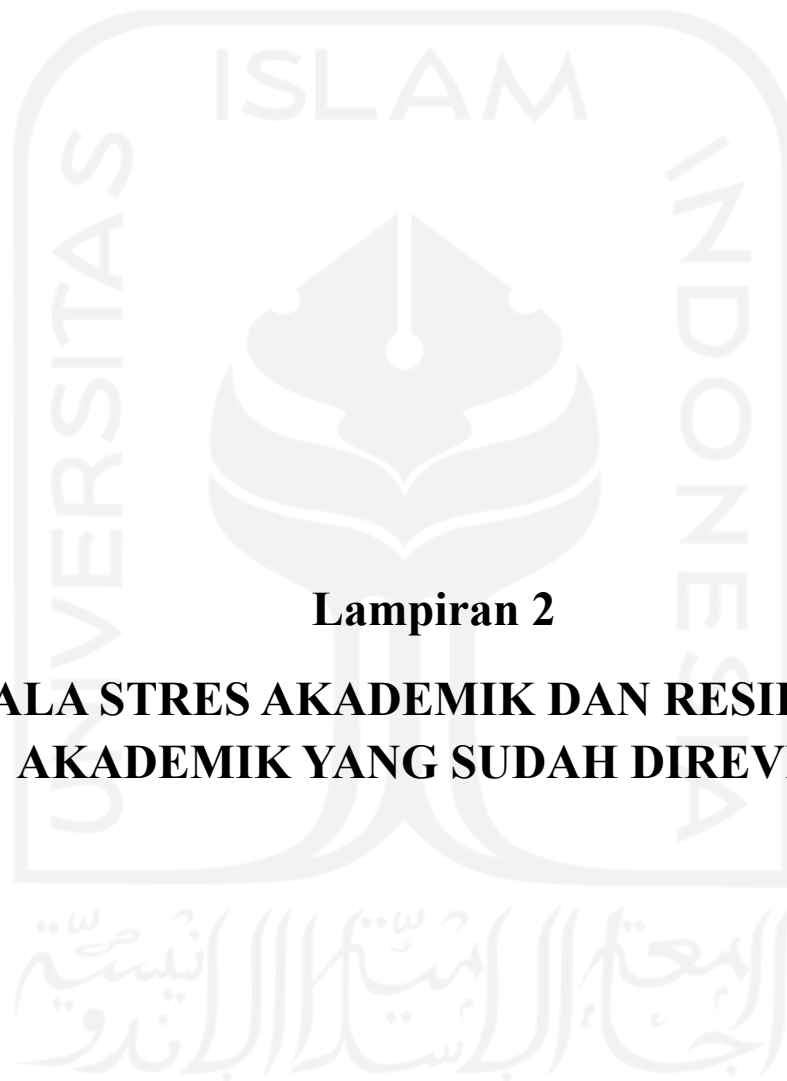
20	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain					
21	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan					
22	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi					
23	Saya berkata kasar kepada orang lain yang mengganggu saya ketika sedang mengerjakan skripsi					
24	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis					

2. Skala Resiliensi Akademik

No	Aitem	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
1	Saya mampu beradaptasi dengan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan				
2	Saya mampu menyesuaikan diri dengan peraturan akademik				
3	Ketika saya mengerjakan skripsi kurang memuaskan, saya mampu mengendalikan diri agar tidak larut dalam kekecewaan.				
4	Saya mampu bertahan menyelesaikan tugas skripsi yang diberikan dosen, meskipun tugas tersebut sulit				
5	Saya menguatkan diri saat pengerjaan skripsi tidak sesuai dengan target yang diinginkan.				
6	Saya mengetahui konsekuensi dari skripsi yang tidak diselesaikan				

7	Saya mampu menyadari apa saja kelemahan saya dalam mengerjakan skripsi.				
8	Saya mampu mencari solusi ketika dihadapkan pada permasalahan				
9	Sulitnya mencari literatur membuat saya berusaha untuk mecarinya				
10	Saya mampu menyesuaikan diri dengan situasi pandemi saat ini, sehingga saya yakin, untuk menyelesaikan skripsi.				
11	Saya merasa bisa memperbaiki skripsi dibanding sebelumnya.				
12	Saya tidak merasa kecewa mengalami kegagalan meraih prestasi akademik .				
13	Saya tetap mengerjakan skripsi, meskipun skripsi tersebut diluar kemampuan saya.				
14	Saya meyakinkan diri untuk mampu menyelesaikan skripsi dengan baik				
15	Saya berpikir untuk membentuk kelompok belajar di masa pandemi ini.				
16	Saya mengetahui hal-hal yang menyebabkan saya kesulitan dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi.				
17	Saya memiliki kiat-kiat khusus dalam menyelesaikan skripsi.				
18	Saya merasa mampu untuk mengerjakan skripsi.				
19	Saya tetap bisa menjaga kesehatan meski sedang menghadapi banyak tugas perkuliahan.				
20	Mendapatkan revisi skripsi, membuat saya termotivasi agar memperbaiki skripsi yang lebih baik lagi selanjutnya.				
21	Saya tidak merasa kecewa mengalami kegagalan meraih prestasi akademik				

22	Saya merasa mampu untuk mengerjakan skripsi di masa pademi.				
23	Saya mampu membangun motivasi belajar meski skripsi yang saya kerjakan sulit.				
24	Saya selalu mempertimbangkan dampak ke orang lain ketika mengambil sebuah keputusan.				
25	Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya berusaha untuk mencari penyebabnya.				
26	Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya segera mencari solusinya.				
27	Meskipun mengerjakan skripsi yang diberikan dosen sulit, saya tetap berusaha untuk memahami skripsi tersebut				



Lampiran 2

SKALA STRES AKADEMIK DAN RESILIENSI AKADEMIK YANG SUDAH DIREVISI

1. Final Skala Stres Akademik

No	Item	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-Kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					
2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing					
3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya					
4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing					
5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing					
6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai					
7	Saya tertekan ketika orangtua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu					
8	Saya terbebani dengan tugas revisi yang					

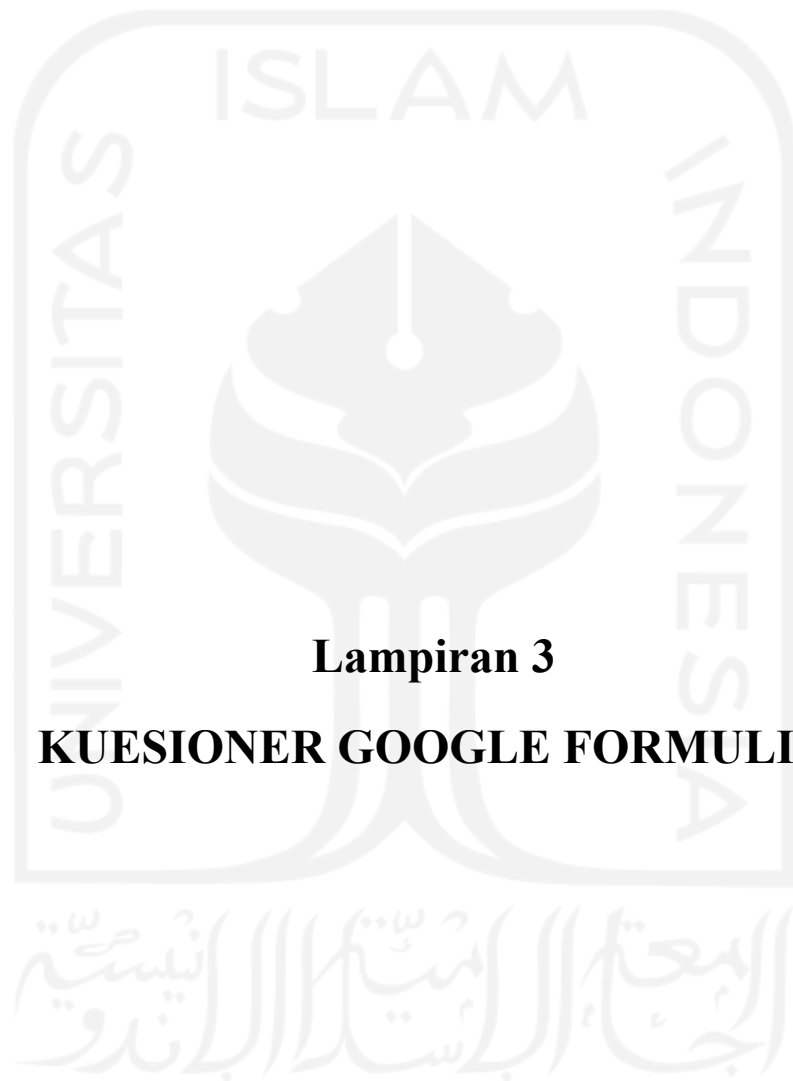
	diberikan dosen pembimbing					
9	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas					
10	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari					
11	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa skripsi					
12	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing					
13	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik					
14	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi					
15	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi					
16	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan					
17	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya					
18	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain					
19	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan					

20	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi					
21	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis					

2. Final Skala Resiliensi Akademik

No	Item	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
1	Ketika saya mengerjakan skripsi kurang memuaskan, saya mampu mengendalikan diri agar tidak larut dalam kekecewaan.				
2	Saya mampu bertahan menyelesaikan tugas skripsi yang diberikan dosen, meskipun tugas tersebut sulit				
3	Saya menguatkan diri saat pengerjaan skripsi tidak sesuai dengan target yang diinginkan.				
4	Saya mengetahui konsekuensi dari skripsi yang tidak diselesaikan				
5	Saya mampu menyadari apa saja kelemahan saya dalam mengerjakan skripsi.				
6	Saya mampu mencari solusi ketika dihadapkan pada permasalahan				
7	Sulitnya mencari literatur membuat saya berusaha untuk memecarkannya				
8	Saya mampu menyesuaikan diri dengan situasi pandemi saat ini, sehingga saya yakin, untuk menyelesaikan skripsi.				
9	Saya merasa bisa memperbaiki skripsi dibanding sebelumnya.				
10	Saya tetap mengerjakan skripsi, meskipun skripsi tersebut diluar kemampuan saya.				

11	Saya memiliki kiat-kiat khusus dalam menyelesaikan skripsi.				
12	Saya merasa mampu untuk mengerjakan skripsi.				
13	Saya tetap bisa menjaga kesehatan meski sedang menghadapi banyak tugas perkuliahan				
14	Mendapatkan revisi skripsi, membuat saya termotivasi agar memperbaiki skripsi yang lebih baik lagi selanjutnya.				
15	Saya mampu membangun motivasi belajar meski skripsi yang saya kerjakan sulit.				
16	Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya berusaha untuk mencari penyebabnya.				
17	Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya segera mencari solusinya.				
18	Meskipun mengerjakan skripsi yang diberikan dosen sulit, saya tetap berusaha untuk memahami skripsi tersebut				



Lampiran 3

KUESIONER GOOGLE FORMULIR

Link kuesioner : <https://tinyurl.com/SkripsiMahasiswaAkhir>

Questions Responses 203 Settings

Kuesioner Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Inti Istiqomah, mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia (UII). Saat ini, saya sedang melakukan penelitian guna penyelesaian tugas akhir sebagai syarat kelulusan studi di bawah bimbingan Bu Hazhira Qudsyi, S.Psi., MA. Berkenaan dengan hal tersebut, kami memohon kesediaan Saudara/i meluangkan waktu sejenak untuk dapat mengisi kuesioner penelitian ini.

Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa aktif laki-laki maupun perempuan
2. Sedang mengerjakan Skripsi

Jika Saudara/i memenuhi kriteria tersebut, maka Saudara/i dapat berperan sebagai partisipan untuk berkontribusi dalam penelitian ini.

Adapun beberapa informasi yang perlu saudara/i ketahui terkait pengisian kuesioner ini adalah:

1. Kerahasiaan jawaban dan identitas yang saudara/i berikan dijamin dan dijunjung tinggi oleh kode etik penelitian Psikologi.
2. Partisipasi penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa ada paksaan
3. Tidak ada jawaban benar dan salah serta tidak ada risiko saat pengerjaan
4. Pengisian kuesioner membutuhkan waktu antara 5-10 menit.
5. Terdapat reward berupa gopay/shopeepay bagi 10 partisipan yang beruntung masing-masing 50k.

Adapun beberapa informasi yang perlu saudara/i ketahui terkait pengisian kuesioner ini adalah:

1. Kerahasiaan jawaban dan identitas yang saudara/i berikan dijamin dan dijunjung tinggi oleh kode etik penelitian Psikologi.
2. Partisipasi penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa ada paksaan
3. Tidak ada jawaban benar dan salah serta tidak ada risiko saat pengerjaan
4. Pengisian kuesioner membutuhkan waktu antara 5-10 menit.
5. Terdapat reward berupa gopay/shopeepay bagi 10 partisipan yang beruntung masing-masing 50k.

Saya mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas kesediaan saudara/i dalam pengisian kuesioner penelitian ini dan telah membantu saya dalam pengerjaan tugas akhir saya. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan saudara/i dengan kebaikan dan kemuliaan yang berlipat ganda.

Amin Ya Rabbal 'Alamin

Apabila ada pertanyaan lebih lanjut, Anda dapat menghubungi saya melalui kontak berikut :

No. wa : 08232255825 (Inti Istiqomah)
Email : 18320372@students.uii.ac.id

Demikian yang bisa saya sampaikan sekali lagi saya mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Hormat saya,
Inti Istiqomah

⋮

Email 📧 Short answer ▾

Short answer text

📄 🗑️ Required ⋮

⋮

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan saya saat ini: *

Ya, Saya bersedia

Tidak, Saya tidak bersedia

⋮

Identitas Responden ⌵ ⋮

Identitas dan jawaban yang anda berikan dijamin kerahasiaannya dan dijunjung tinggi oleh kode etik penelitian psikologi.

Nama (Boleh Inisial) *

Short answer text

⋮

Jenis Kelamin *

Laki-laki

Perempuan

Asal Perguruan Tinggi *

Program Studi / Jurusan *

Short answer text

Usia *

Short answer text

⋮

Nomor Handphone/ WA

Bagi yang menghendaki pengundian reward, silakan dapat melengkapi nomor yang dapat dihubungi

Short answer text

PETUNJUK PENGISIAN SKALA



Di bawah ini terdapat serangkaian pernyataan yang perlu Anda isi sesuai dengan apa yang Anda yakini, pikirkan dan rasakan. Perhatikan setiap kalimat dengan seksama dan silahkan pilih jawaban yang paling sesuai menurut Anda. Tidak ada jawaban benar atau salah, Anda hanya perlu mengisi sesuai dengan apa yang Anda yakini, pikirkan dan rasakan.

Petunjuk pengisian :

Pilihlah satu diantara pilihan berikut yang sesuai dengan diri anda

- 1 = Tidak pernah
- 2 = Jarang
- 3 = Kadang-kadang
- 4 = Sering
- 5 = Selalu

Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya tertekan ketika orang tua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu *

	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---

Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa skripsi *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan *

	1	2	3	4	5	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis *

	1	2	3	4	5	
Tidak pernah	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Selalu

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Di bawah ini terdapat serangkaian pernyataan yang perlu Anda isi sesuai dengan apa yang Anda yakini, pikirkan dan rasakan. Perhatikan setiap kalimat dengan seksama dan silahkan pilih jawaban yang paling sesuai menurut Anda. Tidak ada jawaban benar atau salah, Anda hanya perlu mengisi sesuai dengan apa yang Anda yakini, pikirkan dan rasakan.

Petunjuk pengisian :

Pilihlah satu diantara pilihan berikut yang sesuai dengan diri anda

- 1 = sangat tidak sesuai
- 2 = tidak sesuai
- 3 = sesuai
- 4 = sangat sesuai

Saya mampu beradaptasi dengan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya mampu menyesuaikan diri dengan situasi pandemi saat ini, sehingga saya yakin, untuk menyelesaikan skripsi					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya tetap bisa menjaga kesehatan meski sedang menghadapi banyak tugas perkuliahan.*					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya mampu menyesuaikan diri dengan peraturan akademik *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya merasa bisa memperbaiki skripsi dibanding sebelumnya *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

:::

Mendapatkan revisi skripsi, membuat saya termotivasi agar memperbaiki skripsi yang lebih baik lagi selanjutnya *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Ketika saya mengerjakan skripsi kurang memuaskan, saya mampu mengendalikan diri agar tidak larut dalam kekecewaan. *					
	1	2	3	4	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Saya mampu bertahan menyelesaikan tugas skripsi yang diberikan dosen, meskipun tugas tersebut sulit *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

:::

Saya tetap mengerjakan skripsi, meskipun skripsi tersebut diluar kemampuan saya *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya merasa mampu untuk mengerjakan skripsi di masa pandemi *					
	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya menguatkan diri saat pengerjaan skripsi tidak sesuai dengan target yang diinginkan. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya meyakinkan diri untuk mampu menyelesaikan skripsi dengan baik. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

...

Saya mampu membangun motivasi belajar meski skripsi yang saya kerjakan sulit. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya mengetahui konsekuensi dari skripsi yang tidak diselesaikan. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

...

Saya mampu menyadari apa saja kelemahan saya dalam mengerjakan skripsi. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya mengetahui hal-hal yang menyebabkan saya kesulitan dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya berusaha untuk mencari penyebabnya. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

...

Saya mampu mencari solusi ketika dihadapkan pada permasalahan. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya memiliki kiat-kiat khusus dalam menyelesaikan skripsi. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saat mendapat kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya segera mencari solusinya. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

:::

Sulitnya mencari literatur membuat saya berusaha untuk mencarinya. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Saya merasa mampu untuk mengerjakan skripsi. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Meskipun mengerjakan skripsi yang diberikan dosen sulit, saya tetap berusaha untuk memahami skripsi tersebut. *

	1	2	3	4	
sangat tidak sesuai	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	sangat sesuai

Terima Kasih telah berpartisipasi dalam penelitian ini

Terimakasih atas partisipasi Anda dalam penelitian ini, semoga Allah membalas kebaikan Anda aamin.
Jazaakumullah Khairan.

الجمعة الإسلامية الأندلسية



Lampiran 4

TABULASI DATA PENELITIAN

Link : <https://bit.ly/3xzJXOa>

Skala Stres Akademik

Sub jek	Item																				Tot al	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		21
1	5	4	3	3	2	3	2	2	4	5	5	5	2	3	5	5	2	2	2	3	5	72
2	3	1	5	2	3	3	1	5	5	1	5	5	1	5	4	4	5	1	5	3	5	72
3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	1	5	4	2	1	4	2	1	3	2	2	2	53
4	3	3	3	4	3	4	5	3	3	4	4	5	1	5	3	4	4	1	3	5	3	73
5	3	3	4	2	4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	63
6	4	1	3	2	4	4	4	2	5	2	5	5	3	5	5	4	4	2	3	4	5	96
7	4	2	3	3	2	2	5	3	3	1	5	5	1	3	2	3	4	2	3	3	4	63
8	4	4	3	4	4	3	2	2	2	4	5	3	4	3	3	4	4	2	4	3	4	71
9	4	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	5	1	3	4	4	3	3	3	3	4	65
10	4	1	3	1	1	1	5	3	2	5	5	5	1	1	2	3	1	5	1	4	5	59
11	3	1	3	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	4	2	4	1	5	1	1	3	42
12	3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	4	61
13	5	5	5	1	4	4	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	1	5	2	5	88
14	1	1	4	2	4	2	5	2	2	2	4	5	3	4	5	5	5	1	5	4	5	71
15	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	70
16	4	4	3	3	2	3	3	1	5	2	5	1	3	4	4	5	3	1	3	2	5	66
17	4	4	5	2	4	4	4	2	2	4	3	4	1	3	4	5	2	4	3	2	5	71
18	5	5	5	3	4	3	5	5	4	5	4	5	2	5	4	5	4	4	2	2	5	86
19	1	1	3	3	2	5	1	1	2	3	4	5	1	5	2	3	1	3	3	3	2	54
20	2	2	3	4	2	5	3	3	2	1	3	4	1	3	3	3	3	3	3	2	3	58
21	4	2	2	3	4	2	4	2	2	3	4	4	1	2	4	4	4	4	3	2	4	64
22	4	4	2	3	2	2	4	2	4	3	3	3	4	4	5	5	5	2	4	2	4	71

23	4	1	3	3	1	1	5	1	1	4	3	5	2	3	3	3	3	1	3	3	3	56
24	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	5	1	2	3	3	2	5	3	1	3	44
25	5	5	4	3	2	2	5	4	3	4	5	4	4	4	4	5	5	2	3	3	4	80
26	4	3	5	3	3	3	5	3	5	5	3	5	3	3	5	5	3	3	5	3	5	82
27	3	2	2	3	2	3	5	4	4	4	5	5	3	3	4	2	4	1	1	4	5	69
28	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	1	2	3	5	3	2	3	4	5	65
29	3	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	65
30	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	2	1	1	2	3	1	4	2	2	2	38
31	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	3	3	2	4	5	1	5	2	5	85
32	3	2	3	2	1	2	3	1	1	3	1	1	1	1	2	3	3	1	2	5	3	44
33	4	3	5	3	4	3	5	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	74
34	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	5	5	1	1	3	4	3	3	2	3	5	58
35	4	3	4	3	3	4	3	5	3	5	4	5	1	3	3	5	2	4	3	3	3	73
36	2	2	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	1	3	3	5	3	3	2	3	2	59
37	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	67
38	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	58
39	5	3	5	3	5	1	5	3	5	5	5	5	1	5	3	5	3	1	3	3	5	79
40	1	1	2	3	4	2	3	3	2	4	2	5	1	3	2	1	1	4	2	3	4	53
41	4	4	4	1	1	1	1	1	4	3	1	1	2	1	2	4	1	5	1	2	1	45
42	4	4	5	3	4	4	4	2	3	4	5	5	4	5	4	5	5	1	5	4	5	85
43	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	5	3	3	5	3	3	3	4	67
44	1	1	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	3	4	4	4	44
45	3	4	5	3	5	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	5	2	2	4	3	3	68
46	3	4	3	3	3	2	4	2	1	3	4	4	2	5	2	5	2	4	3	3	5	67
47	5	4	2	3	2	4	2	3	3	2	3	5	1	2	2	3	2	3	3	3	3	60
48	1	1	4	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	5	3	3	5	3	3	3	3	61
49	4	4	4	3	2	3	5	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5	1	5	3	5	83
50	5	5	4	3	3	3	3	5	5	2	4	4	1	4	5	5	3	3	5	5	5	82
51	3	3	4	3	2	3	2	2	4	3	1	4	2	3	3	5	4	4	4	1	4	64
52	4	4	4	3	2	2	4	2	4	5	5	1	3	4	4	5	2	4	5	4	5	76
53	4	4	3	4	4	2	2	3	3	3	5	4	4	4	4	5	3	3	4	2	4	74
54	5	4	4	3	3	4	2	3	3	4	5	4	3	4	3	5	4	1	4	4	4	76
55	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	5	1	2	4	4	2	2	2	2	4	58
56	5	3	2	3	1	1	5	1	5	2	4	2	1	5	2	5	3	3	2	5	5	65
57	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	4	57
58	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	26
59	2	1	1	2	2	2	1	3	1	4	5	4	1	3	2	2	1	2	2	2	3	46
60	5	5	4	1	1	1	3	5	5	4	5	4	1	5	5	5	4	1	5	5	5	79
61	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	62
62	2	4	1	3	2	3	3	2	2	4	2	4	1	2	4	4	3	2	4	3	4	59
63	4	2	4	2	4	2	4	2	5	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	71

64	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64	
65	3	3	2	2	1	5	5	3	4	3	2	4	1	5	3	4	5	1	4	3	5	68
66	4	4	4	2	4	1	3	4	4	4	5	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	75
67	5	2	2	3	3	3	5	4	4	2	3	4	3	2	5	4	5	1	5	2	4	71
68	3	3	5	3	4	2	3	4	4	3	5	3	1	3	4	3	3	2	4	3	5	70
69	4	2	2	3	3	2	5	5	3	4	5	2	1	5	4	4	3	2	4	3	5	71
70	4	4	3	2	2	1	2	2	3	4	2	5	3	4	5	5	4	1	4	4	5	69
71	4	1	3	4	1	1	1	1	1	3	5	5	1	5	2	5	2	1	4	1	5	56
72	3	2	4	3	1	1	5	2	3	5	5	5	4	5	5	5	1	3	4	5	5	76
73	2	1	4	4	5	2	4	5	5	4	5	5	3	5	4	4	1	5	3	4	5	80
74	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	2	3	3	3	4	69
75	4	5	5	4	5	1	3	5	5	5	5	2	1	5	5	5	5	1	5	5	5	86
76	4	4	4	3	4	3	5	3	4	4	4	4	3	5	4	4	5	2	4	4	4	81
77	1	1	1	2	2	2	3	1	2	2	2	4	1	2	3	4	2	4	2	4	4	49
78	5	2	4	1	5	1	5	2	4	5	5	5	2	4	5	5	3	2	4	4	4	77
79	4	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	69
80	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	4	4	1	1	2	2	2	3	4	4	3	54
81	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	5	2	4	3	41
82	5	4	3	3	4	2	5	3	4	3	4	4	4	5	5	5	5	1	4	4	5	82
83	3	2	3	3	2	3	2	2	4	1	3	2	2	3	3	3	1	4	3	2	5	56
84	4	2	3	2	2	2	4	2	3	1	3	4	3	1	3	3	2	4	2	3	4	57
85	4	3	3	3	3	3	5	4	4	4	3	3	3	4	5	5	5	2	4	3	4	77
86	4	1	1	2	1	1	3	1	3	1	5	2	1	2	4	2	1	2	1	3	5	46
87	5	5	5	5	5	5	5	3	3	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	89
88	5	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	5	5	5	4	2	5	4	5	83
89	4	4	4	2	4	2	2	3	2	2	2	4	1	3	4	4	3	3	2	2	2	59
90	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
91	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	70
92	4	5	4	1	5	1	4	5	4	5	4	5	2	5	4	5	4	1	4	5	5	82
93	5	3	4	2	4	2	5	5	5	2	5	5	2	5	4	5	5	3	4	2	5	82
94	3	1	3	2	2	2	5	2	4	4	5	1	1	2	4	4	3	2	4	2	5	61
95	5	5	4	3	5	1	4	3	2	3	5	5	3	5	5	5	5	1	5	5	4	83
96	3	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	5	1	3	3	3	1	1	2	1	3	47
97	4	4	5	5	2	1	4	4	4	4	5	4	1	4	5	5	4	1	4	5	4	79
98	5	4	5	2	5	1	2	2	5	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	5	79
99	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	1	3	3	3	2	4	3	3	4	55
100	1	1	4	2	1	5	4	4	4	4	4	5	1	4	4	1	4	5	2	4	5	69
101	5	5	4	4	2	4	5	5	5	2	5	5	1	2	5	5	2	4	5	2	5	82
102	3	4	3	1	3	1	1	1	1	1	3	4	2	1	3	3	1	5	2	3	1	47
103	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	2	5	95
104	4	4	3	2	2	4	4	3	4	5	4	4	2	2	2	3	4	3	2	4	4	69

105	4	2	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	3	4	2	4	3	4	3	5	66
106	3	2	4	4	1	1	5	5	5	1	5	1	1	5	5	3	1	2	4	4	5	67
107	5	5	5	3	3	3	5	4	5	5	4	1	3	4	4	3	3	2	4	3	5	79
108	4	2	2	1	1	1	4	3	4	1	1	3	1	5	3	4	5	1	2	4	5	57
109	4	2	3	3	2	3	2	4	5	5	1	5	3	5	5	5	3	5	5	2	4	76
110	3	4	4	3	1	2	1	1	4	1	2	3	1	4	3	4	1	4	1	3	4	54
111	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	4	1	1	2	2	2	4	1	2	3	36
112	4	3	2	2	3	3	5	5	5	5	5	5	3	5	4	4	2	1	3	2	5	76
113	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	1	1	3	3	3	2	2	2	5	5	53
114	4	4	3	3	2	3	3	4	4	2	4	3	3	2	4	4	2	3	3	2	4	66
115	2	3	4	2	2	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	44
116	3	3	3	2	3	1	5	3	2	4	5	5	1	4	3	3	2	1	4	3	3	63
117	4	4	3	3	4	4	4	3	4	5	5	5	1	5	5	5	5	3	4	2	5	83
118	2	2	4	3	3	1	2	2	2	4	3	2	1	2	3	2	2	4	3	3	3	53
119	4	4	3	3	5	4	5	3	4	5	3	5	2	4	5	5	1	1	4	2	4	76
120	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	66
121	4	4	2	4	4	2	2	2	2	2	5	5	2	4	4	5	2	2	2	4	4	67
122	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	5	3	1	5	3	3	3	4	4	4	5	71
123	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	5	5	2	3	2	3	2	3	4	2	4	67
124	1	1	4	4	3	3	4	2	4	5	5	5	1	4	4	5	5	3	5	1	3	72
125	2	2	4	3	3	2	5	4	4	3	4	5	1	5	3	3	2	2	3	3	4	67
126	5	5	3	4	3	3	5	3	3	4	5	5	1	5	5	5	5	1	4	5	5	84
127	4	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	5	1	5	2	4	4	2	4	4	4	71
128	4	4	3	1	2	1	3	1	2	1	4	4	1	3	4	4	4	2	4	3	3	58
129	4	4	4	2	3	2	2	3	3	3	4	5	1	5	4	3	2	2	3	4	3	66
130	5	1	3	3	1	5	5	3	1	5	1	5	3	1	5	5	1	1	2	1	5	62
131	3	3	4	4	3	2	2	4	3	3	5	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	71
132	5	4	2	3	2	2	5	2	5	4	4	5	2	4	4	5	5	2	4	3	4	76
133	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	5	5	1	1	5	5	5	85
134	3	1	1	2	1	2	1	1	1	4	5	5	2	2	4	2	1	5	2	2	2	49
135	4	4	5	1	2	2	3	1	1	3	3	5	1	2	2	4	2	2	4	2	3	56
136	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	48
137	4	2	4	5	2	2	2	5	5	5	5	5	3	5	2	5	4	5	5	3	5	83
138	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	77
139	2	1	3	1	3	2	2	4	2	4	4	3	1	2	4	2	4	2	3	4	4	57
140	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	3	5	1	1	1	33
141	4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	72
142	5	4	2	4	2	5	5	2	4	5	5	5	3	4	4	4	4	4	5	5	5	86
143	4	3	5	3	4	2	5	3	3	4	5	4	1	5	4	5	4	2	4	3	5	78
144	3	3	2	3	4	3	4	4	4	2	5	4	2	4	3	3	5	2	4	4	4	72
145	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	72

146	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	2	2	5	5	5	5	1	5	5	5	87
147	5	5	3	4	1	4	5	2	4	2	4	5	4	4	4	5	5	1	5	2	4	78
148	2	2	2	2	3	2	3	2	2	4	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	58
149	3	2	4	3	1	1	4	2	2	1	5	1	1	4	2	3	3	2	2	2	4	52
150	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	3	50
151	4	3	1	3	1	1	3	1	1	3	3	5	1	4	3	3	3	1	2	5	4	55
152	4	3	2	3	1	5	3	3	2	1	2	4	1	1	3	3	1	3	1	1	5	52
153	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	5	5	5	77
154	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	4	2	4	2	2	1	3	2	3	3	53
155	4	4	3	4	4	2	5	3	4	3	5	5	3	5	5	5	4	1	4	5	5	83
156	2	1	3	1	1	5	2	1	1	1	1	5	1	5	4	1	1	2	2	5	5	50
157	1	1	1	2	1	2	3	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	5	1	1	1	33
158	4	5	4	2	5	1	4	4	4	5	5	4	1	4	5	4	5	1	4	4	4	79
159	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	2	2	2	52
160	5	5	4	1	3	1	5	5	5	5	5	5	1	3	4	5	1	2	5	2	5	77
161	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	62
162	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	89
163	5	4	5	1	4	1	4	4	5	4	5	4	2	5	5	4	5	2	4	5	5	83
164	4	4	5	4	4	4	5	4	4	1	5	4	3	4	4	4	4	2	4	3	5	81
165	4	2	4	2	5	2	5	2	5	5	5	4	2	4	2	5	4	1	2	4	5	74
166	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	5	1	1	2	54
167	1	1	4	2	2	1	1	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	2	2	2	5	43
168	2	2	3	3	2	4	1	1	1	2	5	1	1	5	3	2	1	2	3	3	5	52
169	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	3	5	1	3	2	2	1	2	2	3	4	44
170	3	3	3	2	4	1	4	4	5	3	5	5	2	3	3	4	5	2	4	2	3	70
171	1	1	1	1	1	2	4	5	1	1	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	61
172	5	4	4	2	5	3	2	1	5	3	4	3	2	4	2	1	5	1	4	1	2	63
173	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	1	2	2	2	4	2	48
174	3	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	4	1	4	4	3	4	2	4	4	4	62
175	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	89
176	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	5	1	4	4	4	5	2	4	5	4	85
177	4	4	5	1	4	2	4	4	4	5	4	5	1	4	4	5	4	2	5	4	5	80
178	3	2	1	2	2	4	4	2	2	1	4	5	1	5	4	4	4	1	3	3	4	61
179	1	1	2	2	5	2	5	5	4	5	5	5	3	3	3	3	3	2	5	5	5	74
180	2	2	4	4	4	2	2	2	2	1	5	2	1	2	4	4	4	4	2	4	4	61
181	3	2	3	2	4	2	5	3	3	4	5	4	2	3	3	3	3	1	4	4	4	67
182	3	3	2	2	2	2	4	3	4	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	3	4	65
183	1	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	1	4	2	2	4	5	1	2	4	74
184	5	3	4	1	2	3	5	4	5	2	5	5	3	2	5	5	5	1	4	1	5	75
185	5	4	5	4	1	1	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	3	5	5	5	87
186	3	4	3	2	2	2	4	2	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	2	4	4	67

187	1	3	4	1	1	4	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	5	1	3	1	38	
188	3	2	4	3	2	1	3	3	3	2	4	4	1	3	2	4	3	4	4	5	5	65
189	3	1	3	3	4	2	2	2	2	1	3	3	2	4	4	3	2	2	4	2	5	57
190	3	2	4	4	2	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	2	2	4	3	4	66
191	4	3	4	2	2	1	4	2	2	4	5	4	1	2	5	4	1	5	4	4	4	67
192	5	5	4	5	1	5	5	5	5	4	5	4	2	4	5	5	2	4	5	2	5	87
193	3	2	4	2	4	2	2	1	1	2	5	4	4	2	2	2	5	2	4	4	4	61
194	5	5	4	4	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	1	5	1	5	89
195	5	5	4	3	3	3	5	4	4	1	5	5	1	4	5	5	3	1	4	5	5	80
196	5	5	5	2	5	1	4	5	5	5	4	5	1	5	5	4	5	1	5	5	4	86
197	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	55
198	3	3	4	1	5	2	4	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	3	70
199	1	2	1	1	2	4	3	2	1	2	5	4	1	4	5	2	3	4	4	4	5	60
200	2	2	3	2	1	1	1	2	2	3	2	4	1	2	2	1	1	1	2	3	2	40
201	1	1	5	5	1	3	1	2	1	1	5	5	1	5	3	3	1	1	3	1	5	54
202	3	1	3	2	5	1	2	2	3	3	3	5	1	4	1	2	2	1	2	5	3	54
203	2	1	2	3	1	2	5	2	4	1	4	2	2	4	3	2	3	3	3	1	3	53

Skala Resiliensi Akademik

Subjek	Item																		Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	68
2	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	61
3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	3	4	4	4	64
4	3	3	2	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	62
5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
6	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	55
7	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	55
8	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	38
9	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	56
10	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	61
11	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	64
12	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
13	2	2	2	4	3	3	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	56
14	3	4	3	4	2	4	4	3	3	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	60
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	55
16	1	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	1	4	4	4	56
17	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	60
18	2	3	1	1	2	2	1	2	2	4	4	2	3	3	3	4	2	3	3	44

19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	
20	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	59
21	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52	
22	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	48	
23	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	65	
24	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	64	
25	3	2	2	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	48	
26	3	3	3	4	3	3	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	62	
27	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	64	
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	71	
29	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	4	49	
30	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	62	
31	3	2	3	4	3	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	51	
32	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	63	
33	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	50	
34	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	65	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	56	
36	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68	
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	55	
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36	
39	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	4	4	61	
40	4	3	4	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	59	
41	4	2	3	4	4	3	1	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	61	
42	1	2	2	4	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	43	
43	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	66	
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	71	
45	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	61	
46	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	66	
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	71	
48	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	57	
49	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	61	
50	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	53	
51	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	56	
52	4	4	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	50	
53	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	1	2	2	2	42	
54	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	48	
55	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	56	
56	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	58	
57	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	58	
58	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	
59	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	65	

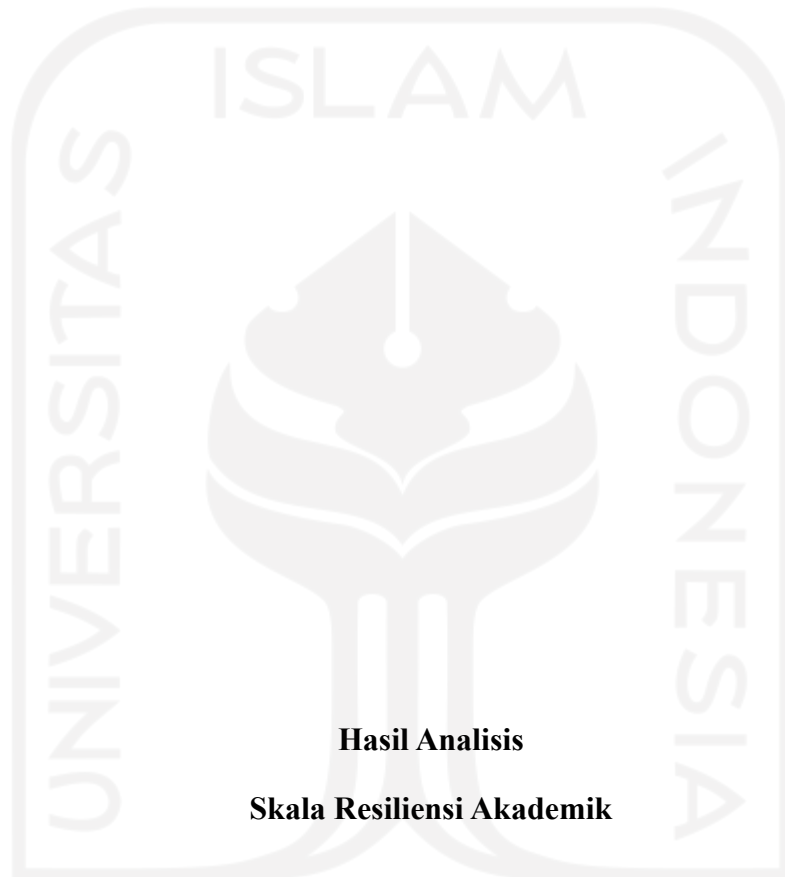
142	1	2	1	2	1	1	1	1	2	4	3	2	3	2	1	3	2	3	35
143	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	61
144	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	56	
145	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	51	
146	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	1	1	2	1	1	3	4	52
147	1	3	2	3	2	2	2	2	2	4	2	2	1	3	2	3	2	3	41
148	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	67
149	3	4	3	1	3	3	3	4	1	3	4	2	2	2	2	2	4	3	49
150	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	61
151	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	70
152	4	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	65
153	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	56
154	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	58
155	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	61
156	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	71
157	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	66
158	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	68
159	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	66
160	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	63
161	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	55
162	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
163	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	63
164	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	49
165	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	62
166	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
167	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	4	58
168	3	3	2	3	2	3	2	2	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	56
169	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	68
170	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	69
171	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	71
172	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4	54
173	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	63
174	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	56
175	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
176	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	70
177	4	3	4	4	4	4	3	2	2	3	2	4	3	1	1	1	3	4	52
178	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	51
179	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	63
180	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	61
181	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	60
182	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	56

183	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	70
184	3	4	2	2	2	2	3	3	2	4	4	3	2	2	2	4	3	3	50	
185	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	59	
186	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54	
187	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	
188	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56	
189	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54	
190	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	56	
191	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	4	58	
192	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	50	
193	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	56	
194	1	1	1	2	1	4	4	3	1	4	2	3	3	3	3	3	2	4	45	
195	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	67	
196	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	68	
197	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	57	
198	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	63	
199	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	61	
200	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	66	
201	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68	
202	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	
203	2	2	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	2	2	4	2	3	4	55	



Lampiran 5

VALIDASI DAN RELIABILITAS



Hasil Analisis
Skala Resiliensi Akademik

HASIL RELIABILITAS

1. AWAL

Frequentist Scale Reliability Statistics

Estimate	McDonald's ω	Cronbach's α
Point estimate	0.937	0.931
95% CI lower bound	0.910	0.898
95% CI upper bound	0.964	0.955

Note. The following item correlated negatively with the scale: Item_4.

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	McDonald's ω	Cronbach's α
Item_1	0.935	0.928
Item_2	0.937	0.929
Item_3	0.940	0.933
Item_4	0.945	0.942
Item_5	0.936	0.928
Item_6	0.938	0.931
Item_7	0.942	0.937
Item_8	0.935	0.928
Item_9	0.933	0.926
Item_10	0.932	0.925
Item_11	0.932	0.925
Item_12	0.935	0.928
Item_13	0.934	0.927
Item_14	0.935	0.928
Item_15	0.934	0.927
Item_16	0.935	0.928
Item_17	0.933	0.925
Item_18	0.935	0.928
Item_19	0.935	0.927
Item_20	0.935	0.927
Item_21	0.933	0.926
Item_22	0.933	0.926
Item_23	0.931	0.925
Item_24	0.935	0.928
Item_25	0.932	0.925
Item_26	0.933	0.926
Item_27	0.932	0.925

2. AKHIR

Frequentist Scale Reliability Statistics

Estimate	McDonald's ω	Cronbach's α
Point estimate	0.942	0.941
95% CI lower bound	0.918	0.911
95% CI upper bound	0.967	0.963

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	McDonald's ω	Cronbach's α
Item_1	0.941	0.939
Item_2	0.944	0.942
Item_8	0.941	0.940
Item_9	0.938	0.936
Item_10	0.938	0.937
Item_12	0.941	0.939
Item_13	0.939	0.937
Item_14	0.941	0.939
Item_15	0.939	0.937
Item_16	0.941	0.939
Item_17	0.937	0.936
Item_20	0.940	0.939
Item_21	0.937	0.936
Item_22	0.938	0.937
Item_23	0.936	0.935
Item_24	0.940	0.939
Item_25	0.937	0.935
Item_27	0.938	0.937

HASIL VALIDITAS

1. AWAL

Kaiser-Meyer-Olkin test

	MSA
Overall MSA	0.800
Item_1	0.857
Item_2	0.735
Item_3	0.841
Item_4	0.504
Item_5	0.760
Item_6	0.478
Item_7	0.239
Item_8	0.835
Item_9	0.801

Kaiser-Meyer-Olkin test

	MSA
Item_10	0.870
Item_11	0.916
Item_12	0.715
Item_13	0.844
Item_14	0.807
Item_15	0.817
Item_16	0.711
Item_17	0.753
Item_18	0.750
Item_19	0.797
Item_20	0.844
Item_21	0.763
Item_22	0.861
Item_23	0.859
Item_24	0.840
Item_25	0.883
Item_26	0.907
Item_27	0.771

Bartlett's test

X²	df	p
923.621	351.000	< .001

Chi-squared Test

	Value	df	p
Model	316.493	249	0.002

Factor Loadings

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Uniqueness
Item_1 6	0.909				0.309
Item_1 7	0.797		0.457		0.172

Factor Loadings

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Uniqueness
Item_2 1	0.769				0.307
Item_1 9	0.712				0.481
Item_2 0	0.689				0.533
Item_2 7	0.662				0.291
Item_1 8	0.625				0.539
Item_2 3	0.555				0.219
Item_5	-0.484	0.641	0.470	0.414	0.104
Item_1 0	0.460				0.394
Item_2 5	0.453				0.309
Item_1	0.442		0.553		0.481
Item_2 2	0.424				0.384
Item_9	0.422				0.318
Item_2 6	0.416	0.435			0.270
Item_1 2		0.782			0.313
Item_6		0.735			0.653
Item_1 5		0.610			0.345
Item_1 3		0.598			0.302
Item_8			0.590		0.484
Item_7			0.478		0.841
Item_2				0.688	0.309
Item_3				0.618	0.621
Item_4					0.822
Item_11					0.286
Item_1 4					0.550
Item_2 4					0.552

Factor Loadings

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Uniqueness
--	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-------------------

Note. Applied rotation method is promax.

Factor Loadings (Structure Matrix)

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Item_1	0.562		0.623	
Item_2	0.545			0.779
Item_3				0.610
Item_4				
Item_5		0.752	0.705	0.522
Item_6		0.529		
Item_7				
Item_8	0.494	0.440	0.692	
Item_9	0.674	0.666	0.666	
Item_10	0.708	0.523	0.502	0.547
Item_11	0.733	0.674	0.579	0.553
Item_12	0.503	0.793	0.410	
Item_13	0.637	0.783	0.527	
Item_14	0.519	0.552	0.578	
Item_15	0.622	0.773	0.487	
Item_16	0.751			0.451
Item_17	0.820	0.431	0.670	
Item_18	0.638	0.483		
Item_19	0.685			0.410
Item_20	0.667			
Item_21	0.814	0.543	0.480	
Item_22	0.673	0.456	0.624	0.498
Item_23	0.796	0.628	0.705	
Item_24	0.593	0.567		
Item_25	0.750	0.677	0.502	0.505
Item_26	0.748	0.743	0.533	0.463
Item_27	0.778	0.606		0.435

Note. Applied rotation method is promax.

Factor Correlations

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Factor 1	1.000	0.559	0.471	0.438
Factor 2	0.559	1.000	0.546	0.301

Factor Correlations

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Factor 3	0.471	0.546	1.000	0.272
Factor 4	0.438	0.301	0.272	1.000

Additional fit indices

RMSEA	RMSEA 90% confidence	TLI	BIC
0.075	0.049 - 0.105	0.809	-625.770

Factor Characteristics

	Unrotated solution			Rotated solution		
	SumSq. Loadings	Proportion var.	Cumulative	SumSq. Loadings	Proportion var.	Cumulative
Factor 1	11.674	0.432	0.432	7.331	0.272	0.272
Factor 2	1.915	0.071	0.503	4.015	0.149	0.420
Factor 3	1.188	0.044	0.547	2.692	0.100	0.520
Factor 4	1.031	0.038	0.586	1.771	0.066	0.586

2. AKHIR**Kaiser-Meyer-Olkin test**

	MSA
Overall MSA	0.798
Item_9	0.753
Item_10	0.862
Item_12	0.750
Item_13	0.862
Item_14	0.825
Item_15	0.811
Item_16	0.682
Item_17	0.763

Kaiser-Meyer-Olkin test

	MSA
Item_20	0.879
Item_21	0.690
Item_22	0.877
Item_23	0.817
Item_25	0.910
Item_27	0.718
Item_2	0.693
Item_24	0.906
Item_1	0.869
Item_8	0.776

Bartlett's test

X²	df	p
586.318	153.000	< .001

Chi-squared Test

	Value	df	p
Model	97.306	87	0.211

Factor Loadings

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Uniqueness
Item_2 2	0.812				0.286
Item_2 3	0.672				0.182
Item_1 0	0.605				0.294
Item_1	0.557				0.560
Item_1 5	0.466		0.666		0.284
Item_2 1	0.465				0.366
Item_8	0.462			0.409	0.528
Item_9	0.406		0.482		0.229

Factor Loadings

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Uniqueness
Item_1 6		0.762			0.419
Item_2 7		0.749			0.167
Item_2 0		0.700			0.436
Item_2		0.699			0.493
Item_1 2			1.102		0.107
Item_1 3			0.691		0.200
Item_1 4				0.941	0.221
Item_1 7				0.621	0.201
Item_2 5					0.321
Item_2 4					0.573

Note. Applied rotation method is promax.

Factor Loadings (Structure Matrix)

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Item_9	0.717	0.448	0.780	0.696
Item_10	0.774	0.681	0.546	
Item_12	0.428		0.925	0.445
Item_13	0.509	0.529	0.858	0.712
Item_14	0.462		0.486	0.879
Item_15	0.691	0.464	0.771	0.423
Item_16	0.455	0.752		0.430
Item_17	0.715	0.648	0.510	0.812
Item_20	0.501	0.736	0.438	
Item_21	0.741	0.665	0.558	0.548
Item_22	0.836	0.578	0.426	0.465
Item_23	0.874	0.608	0.654	0.658
Item_25	0.612	0.709	0.640	0.694
Item_27	0.441	0.833	0.661	0.624
Item_2	0.469	0.657		
Item_24	0.477	0.573	0.567	0.432

Factor Loadings (Structure Matrix)

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Item_1	0.649	0.441		0.471
Item_8	0.594		0.449	0.592

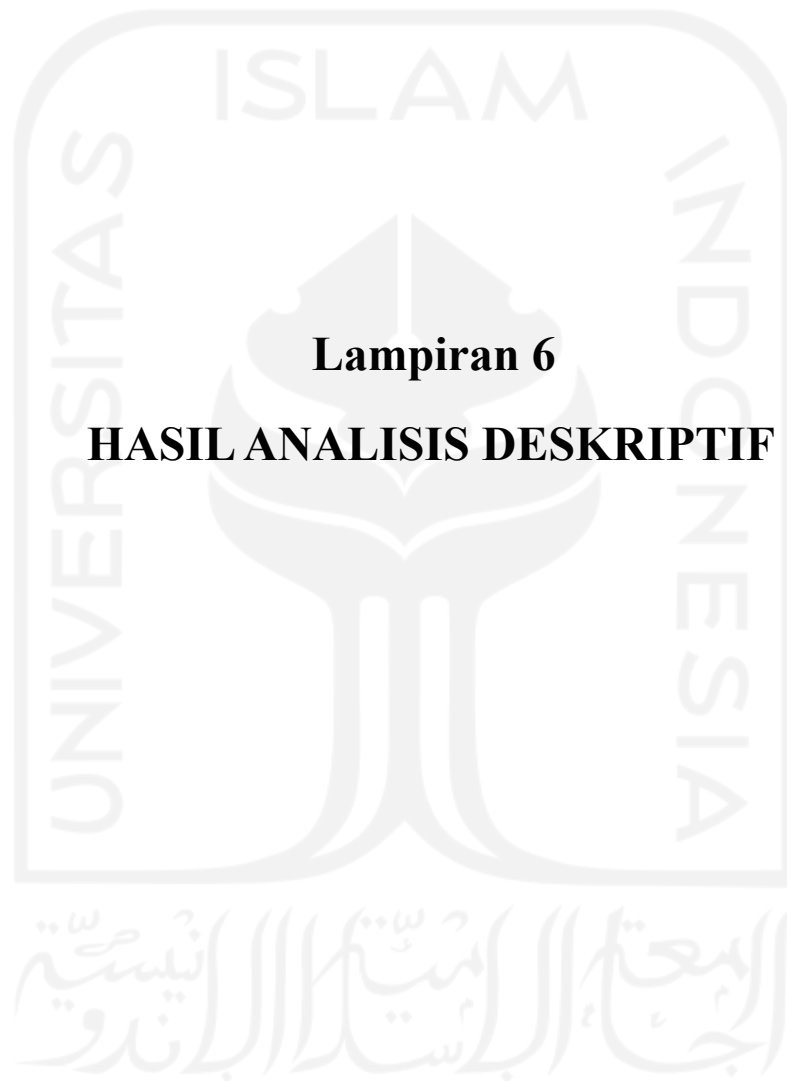
Note. Applied rotation method is promax.

Additional fit indices

RMSEA	RMSEA 90% confidence	TLI	BIC
0.047	0 - 0.102	0.954	-231.919

Factor Characteristics

	Unrotated solution			Rotated solution		
	SumSq. Loadings	Proportion var.	Cumulative	SumSq. Loadings	Proportion var.	Cumulative
Factor 1	9.021	0.501	0.501	3.602	0.200	0.200
Factor 2	1.360	0.076	0.577	3.132	0.174	0.374
Factor 3	0.933	0.052	0.629	3.011	0.167	0.541
Factor 4	0.819	0.046	0.674	2.389	0.133	0.674



Lampiran 6

HASIL ANALISIS DESKRIPTIF

Hasil Analisis Deskripsif

Stres Akademik Dan Resiliensi Akademik

Hasil Analisis Deskriptif Data Penelitian

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
stres_akademik	202	26	96	66.41	13.457
resiliensi_akademik	202	35	72	58.96	7.846
Valid N (listwise)	202				

kat_stresA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	35	17.3	17.3	17.3
	Sedang	129	63.9	63.9	81.2
	Tinggi	38	18.8	18.8	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

kat_ResiliensiA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	16.3	16.3	16.3
	Sedang	133	65.8	65.8	82.2
	Tinggi	36	17.8	17.8	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Hasil Analisis Deskriptif Responden Penelitian

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	164	81.2	81.2	81.2
	Laki-laki	38	18.8	18.8	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2015	3	1.5	1.5	1.5
	2016	5	2.5	2.5	4.0
	2017	14	6.9	6.9	10.9
	2018	163	80.7	80.7	91.6
	2019	17	8.4	8.4	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Prodi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Eksakta	51	25.2	25.2	25.2
	Non_Eksakta	151	74.8	74.8	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Universitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Swasta	119	58.9	58.9	58.9
	Negeri	82	40.6	40.6	99.5
	missing	1	.5	.5	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19	1	.5	.5	.5
	20	11	5.4	5.4	5.9
	21	79	39.1	39.1	45.0
	22	82	40.6	40.6	85.6
	23	18	8.9	8.9	94.6
	24	7	3.5	3.5	98.0
	25	2	1.0	1.0	99.0
	28	1	.5	.5	99.5
	30	1	.5	.5	100.0
	Total	202	100.0	100.0	

Lampiran 7

HASIL UJI ASUMSI

1. Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		stres_akademik	resiliensi_akademik
N		202	202
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	66.41	58.96
	Std. Deviation	13.457	7.846
Most Extreme Differences	Absolute	.049	.079
	Positive	.037	.048
	Negative	-.049	-.079
Test Statistic		.049	.079
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.004 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
stres_akademik * resiliensi_akademik	Between Groups	(Combined)	8624.268	33	261.341	1.581	.033
		Linearity	4885.493	1	4885.493	29.553	.000
		Deviation from Linearity	3738.775	32	116.837	.707	.876
	Within Groups		27772.445	168	165.312		
	Total		36396.713	201			



Lampiran 8

HASIL UJI HIPOTESIS

A. Non parametric spearman rho

Correlations

			stres_akademik	resiliensi_akademik
Spearman's rho	stres_akademik	Correlation Coefficient	1.000	-.339
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	202	202
	resiliensi_akademik	Correlation Coefficient	-.339	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	202	202



Lampiran 9
HASIL UJI ANALISIS TAMBAHAN

1. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

		Ranks		
	jenis kelamin	N	Mean Rank	Sum of Ranks
stres_akademik	Perempuan	164	103.61	16992.50
	Laki-laki	38	92.38	3510.50
	Total	202		

Test Statistics^a

stres_akademik	
Mann-Whitney U	2769.500
Wilcoxon W	3510.500
Z	-1.068
Asymp. Sig. (2-tailed)	.286

a. Grouping Variable: jenis kelamin

		Ranks		
	jenis kelamin	N	Mean Rank	Sum of Ranks
resiliensi_akademik	Perempuan	164	98.57	16165.00
	Laki-laki	38	114.16	4338.00
	Total	202		

Test Statistics^a

resiliensi_akademik	
Mann-Whitney U	2635.000
Wilcoxon W	16165.000
Z	-1.483
Asymp. Sig. (2-tailed)	.138

a. Grouping Variable: jenis kelamin

2. Uji Beda Berdasarkan Usia Responden

		Ranks		
	Usia	N	Mean Rank	Sum of Ranks

stres_akademik	19-22	172	100.81	17338.50
	23-30	30	105.48	3164.50
	Total	202		

Test Statistics^a

stres_akademik	
Mann-Whitney U	2460.500
Wilcoxon W	17338.500
Z	-.405
Asymp. Sig. (2-tailed)	.686

a. Grouping Variable: Usia

	Ranks			
	Usia	N	Mean Rank	Sum of Ranks
resiliensi_akademik	19-22	172	103.66	17829.50
	23-30	30	89.12	2673.50
	Total	202		

Test Statistics^a

resiliensi_akademik	
Mann-Whitney U	2208.500
Wilcoxon W	2673.500
Z	-1.259
Asymp. Sig. (2-tailed)	.208

a. Grouping Variable: Usia

3. Uji beda berdasarkan ptn dan pts

	Ranks			
	Universitas	N	Mean Rank	Sum of Ranks
stres_akademik	Swasta	119	103.01	12258.00
	Negeri	82	98.09	8043.00
	Total	201		

Test Statistics^a

stres_akademik	
Mann-Whitney U	4640.000
Wilcoxon W	8043.000
Z	-.590
Asymp. Sig. (2-tailed)	.555

a. Grouping Variable: Universitas

Ranks

	Universitas	N	Mean Rank	Sum of Ranks
resiliensi_akademik	Swasta	119	100.35	11941.50
	Negeri	82	101.95	8359.50
	Total	201		

Test Statistics^a

	resiliensi_akademik
Mann-Whitney U	4801.500
Wilcoxon W	11941.500
Z	-.191
Asymp. Sig. (2-tailed)	.848

a. Grouping Variable: Universitas

4. Uji beda berdasarkan eksakta dan non eksakta**Ranks**

	Prodi	N	Mean Rank	Sum of Ranks
stres_akademik	Eksakta	51	102.14	5209.00
	Non_Eksakta	151	101.28	15294.00
	Total	202		

Test Statistics^a

	stres_akademik
Mann-Whitney U	3818.000
Wilcoxon W	15294.000
Z	-.090
Asymp. Sig. (2-tailed)	.928

a. Grouping Variable: Prodi

Ranks

	Prodi	N	Mean Rank	Sum of Ranks
resiliensi_akademik	Eksakta	51	102.23	5213.50
	Non_Eksakta	151	101.25	15289.50
	Total	202		

Test Statistics^a

	resiliensi_akademik
Mann-Whitney U	3813.500
Wilcoxon W	15289.500
Z	-.103
Asymp. Sig. (2-tailed)	.918

a. Grouping Variable: Prodi

5. Uji Interkorelasi Aspek Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik Mahasiswa

Correlations

			R_Pen yesuai an_Diri	R_Ket angu han	R_Kece rdasan_ Mengha dapi_Ke sulitan	R_Pem ecahan_ Masalah	stres_ akade mik
Spearman's rho	R_Penyesua ian_Diri	Correlation Coefficient	1.000	.620**	.412**	.638**	-.314**
		Sig. (1-tailed)	.	.000	.000	.000	.000
		N	202	202	202	202	202
	R_Ketangu han	Correlation Coefficient	.620**	1.000	.529**	.652**	-.245**
		Sig. (1-tailed)	.000	.	.000	.000	.000
		N	202	202	202	202	202
	R_Kecerdas an_Mengha dapi_Kesulit an	Correlation Coefficient	.412**	.529**	1.000	.655**	-.193**
		Sig. (1-tailed)	.000	.000	.	.000	.003
		N	202	202	202	202	202
	R_Pemecah an_Masalah	Correlation Coefficient	.638**	.652**	.655**	1.000	-.313**
		Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	.	.000
		N	202	202	202	202	202
	stres_akade mik	Correlation Coefficient	-.314**	-.245**	-.193**	-.313**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.000	.003	.000	.
		N	202	202	202	202	202

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

6. Sumbangan Efektif Aspek resiliensi Terhadap Stres Akademik

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.386 ^a	.149	.132	12.538

a. Predictors: (Constant), R_Pemecahan_Masalah, R_Penyesuaian_Diri, R_Kecerdasan_Menghadapi_Kesulitan, R_Ketangguhan

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	100.410	7.116		14.111	.000
	R_Penyediaan_Diri	-1.208	.450	-.251	-2.681	.008
	R_Ketangguhan	.021	.619	.003	.033	.973
	R_Kecerdasan_Menghadapi_Kesulitan	.282	.854	.030	.330	.742
	R_Pemecahan_Masalah	-.915	.503	-.197	-1.820	.070

a. Dependent Variable: stres_akademik

Aspek	Beta	Koefisien korelasi	R square	Sumbangan %
R_Penyediaan_Diri	-1.208	-0,314	.149	37,93%
R_Ketangguhan	.021	-0,245		0,51%
R_Kecerdasan_Menghadapi_Kesulitan	.282	-0,193		5,44%
R_Pemecahan_Masalah	-.915	-0,313		28,63%

Se = $\text{Beta} \cdot r \cdot 100\%$

7. Sumbangan Efektif resiliensi Terhadap Stres Akademik

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.355 ^a	.126	.122	12.610

a. Predictors: (Constant), resiliensi_akademik

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	103.268	6.915		14.934	.000
	resiliensi_akademik	-.586	.109	-.355	-5.375	.000

a. Dependent Variable: stres_akademik

Aspek	Beta	Koefisien korelasi	R Square	Sumbangan %
R_Penyesuaian_Diri	-.586	-0,339	.126	19,86%

8. Korelasi resiliensi dan stress berdasarkan jenis kelamin PEREMPUAN

Correlations

			Stres_Pr	Resiliensi_Pr
Spearman's rho	Stres_Pr	Correlation Coefficient	1.000	-.306**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	164	164
	Resiliensi_Pr	Correlation Coefficient	-.306**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	164	164

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

LAKI-LAKI

Correlations

			Stres_Lk	Resiliensi_Lk
Spearman's rho	Stres_Lk	Correlation Coefficient	1.000	-.446**
		Sig. (1-tailed)	.	.002
		N	38	38
	Resiliensi_Lk	Correlation Coefficient	-.446**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.002	.
		N	38	38

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

9. Korelasi resiliensi dan stress berdasarkan eksakta dan non eksakta

Non eksakta

Correlations

			Stres_NonEksakta	Resiliensi_NonEksakta
Spearman's rho	Stres_NonEksakta	Correlation Coefficient	1.000	-.287**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	151	151
	Resiliensi_NonEksakta	Correlation Coefficient	-.287**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	151	151

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Eksakta

Correlations

		Stres_Eksakta		Resiliensi_Eksakta
Spearman's rho	Stres_Eksakta	Correlation Coefficient	1.000	-.478**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	51	51
	Resiliensi_Eksakta	Correlation Coefficient	-.478**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	51	51

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

10. Korelasi stress dan resiliensi berdasarkan usia 19-22

Correlations

		Stres_19_22		Resiliensi_19_22
Spearman's rho	Stres_19_22	Correlation Coefficient	1.000	-.347**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	172	172
	Resiliensi_19_22	Correlation Coefficient	-.347**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	172	172

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

23-30

Correlations

		Stres_23_30		Resiliensi_23_30
Spearman's rho	Stres_23_30	Correlation Coefficient	1.000	-.307*
		Sig. (1-tailed)	.	.049
		N	30	30
	Resiliensi_23_30	Correlation Coefficient	-.307*	1.000
		Sig. (1-tailed)	.049	.
		N	30	30

* . Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).