

HARDINESS DAN STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Luis Maharani Harsono

Libbie Annatagia

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami stres selama pengerjaan skripsi. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres yaitu karakteristik kepribadian yang dimiliki individu. Kepribadian *hardiness* merupakan karakteristik tangguh yang dapat menekan stres dan melindungi individu dari dampak negatif stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini melibatkan 200 mahasiswa S1 tingkat akhir di seluruh Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan metode pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu skala *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dirancang oleh Cohen, Kamarck, dan Mermelstein (1983) dan *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) yang disusun oleh Bartone (2007) yang telah diadaptasi versi bahasa Indonesia oleh Ramadhany (2021). Pengolahan data menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman Correlation*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dan stres pada mahasiswa tingkat akhir dengan nilai koefisien korelasi $r = 0.533$ dan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal tersebut berarti terdapat hubungan negatif signifikan dengan kategori hubungan kuat, semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah tingkat stres mahasiswa, sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi tingkat stres.

Kata kunci: stres, *hardiness*, mahasiswa tingkat akhir

HARDINESS DAN STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Luis Maharani Harsono

Libbie Annatagia

ABSTRACT

Final year students are prone to stress during thesis work. One of the factors that influence stress is the personality characteristics that individuals have. Hardiness personality is a tough characteristic that can suppress stress and protect individuals from the negative effects of stress. This study aims to determine the relationship between *hardiness* and stress in final year students. This research involved 200 final year S1 students throughout Indonesia. This study used quantitative methods with correlational research design and sampling methods with purposive sampling techniques. The measuring instruments used are the *Perceived Stress Scale* (PSS-10) designed by Cohen, Kamarck, and Mermelstein (1983) and the *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) compiled by Bartone (2007) which has been adapted Indonesian version by Ramadhany (2021). Data processing using *Spearman Corellation* correlation analysis technique. The results showed a significant negative relationship between *hardiness* and stress in final year students with a correlation coefficient value $r = 0.533$ and a significance value $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This means that there is a significant negative relationship with the strong relationship category, the higher the hardiness, the lower the student's stress level, conversely, the lower the *hardiness*, the higher the stress level.

Keywords: stress, *hardiness*, final year students