



**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI AKADEMIK DENGAN STRESS
AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM S1/D3 PADA MASA PERALI-
HAN SISTEM PEMBELAJARAN *ONLINE* KE *OFFLINE* DI UNIVERSI-
TAS MERCU BUANA MERUYA JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

FAUREZIA CHINTA HASTYANADI

46119010075

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023



HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI AKADEMIK DENGAN STRESS AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM S1/D3 PADA MASA PERALIHAN SISTEM PEMBELAJARAN *ONLINE* KE *OFFLINE* DI UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA JAKARTA BARAT

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

FAUREZIA CHINTA HASTYANADI

46119010075

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini:

Nama : Faurezia Chinta Hastyanadi

NIM : 46119010075

Judul : Hubungan Antara Resiliensi Akademik dengan Stress Akademik Mahasiswa Program S1/D3 pada Masa Peralihan Sistem Pembelajaran *Online* ke *Offline* di Universitas Mercu Buana Meruya Jakarta Barat

Fakultas : Psikologi

Tanggal : 31 Januari 2023

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian dan karya saya sendiri dengan bimbingan dosen pembimbing yang ditetapkan melalui Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada program sejenis diperguruan tinggi lainnya. Semua data dan informasi serta hasil pengolahannya telah dinyatakan dengan jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 31 Januari 2023



Faurezia Chinta Hastyanadi

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Faurezia Chinta Hastyanadi
NIM : 46119010075
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan : Hubungan Antara Resiliensi Akademik dengan Stress
Skripsi : Akademik Mahasiswa Program S1/D3 pada Masa Per-alihan Sistem Pembelajaran Online ke Offline di Uni-versitas Mercu Buana Meruya Jakarta Barat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0322048105

Ketua Penguji : Dana Riksa Buana, Ph.D

NIDN : 0322128802

Penguji : Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si

NIDN : 0315038002

Jakarta, 10 Februari 2023

Mengetahui,

Dekan

(Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si)

Ketua Program Studi

(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

PSI 07210458



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik & hidayah-Nya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan tugas akhir yang berjudul “Hubungan antara resiliensi akademik dengan stress akademik mahasiswa S1/D3 pada masa peralihan sistem pembelajaran *online* ke *offline* di Universitas Mercu Buana Meruya Jakarta Barat” ini. Sholawat serta Salam tercurah kepada nabi besar Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kepada kita semua hingga akhir zaman.

Adapun tugas akhir yang berjudul “Hubungan antara resiliensi akademik dengan stress akademik mahasiswa S1/D3 pada masa peralihan sistem pembelajaran *online* ke *offline* di Universitas Mercu Buana Meruya Jakarta Barat” ini telah saya usahakan se-maksimal mungkin. Tugas akhir ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi prasyarat dalam memperoleh gelar Sarjana S1 (Strata 1) Psikologi Universitas Mercu Buana. Dengan bantuan dari banyak referensi buku, jurnal, dan lain-lain serta dukungan yang paling penting, sehingga dapat memperlancar proses pembuatan tugas akhir ini. Oleh sebab itu, rasa terima kasih banyak saya ucapkan kepada:

1. Ibu Melani Aprianti, M. Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing tugas akhir saya, beliau sudah banyak sekali membantu dalam proses pengerjaan dari awal hingga akhir dan juga selalu cepat untuk merespon segala pertanyaan ataupun kendala selama proses pengerjaan. Sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan sangat baik.
2. Kepada Ibu saya yang selalu memberikan support yang kuat agar cepat terselesaikan tugas akhir ini dan juga memberikan banyak sekali perhatian serta kasih sayang yang penuh dari mulai pengerjaan bahkan sampai saat ini.
3. Partner penelitian saya yaitu Vina Puspitasari yang banyak sekali memberikan dukungan, motivasi, dan bantuan mulai dari mencari responden sampai akhir ini kita dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan sangat baik.
4. Kepada semua pihak yang terlibat terutama teman angkatan psikologi 2019 yang ikut serta membantu untuk menyebarkan kuesioner dan tak lupa juga keseluruhan rekan-rekan yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang sudah bersedia mem-

bantu mengisi kuesioner serta membantu dalam proses pengerjaan hingga akhirnya tugas akhir dapat diselesaikan.

Jakarta, 31 Januari 2023



(Faurezia Chinta Hastyanadi)



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faurezia Chinta Hastyanadi

NIM : 46119010075

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Akademik dengan Stress Akademik Mahasiswa Program S1/D3 pada Masa Peralihan Sistem Pembelajaran Online ke Offline di Universitas Mercu Buana Meruya Jakarta Barat.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan . Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 05 Februari 2023

Yang menyatakan,



(Faurezia Chinta Hastyanadi)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Stress Akademik.....	5
2.1.1 Definisi Stress Akademik	5
2.1.2 Dimensi Stress Akademik.....	5
2.1.3 Faktor Yang Memengaruhi Stress Akademik.....	6
2.2 Resiliensi Akademik.....	8
2.2.1 Definisi Resiliensi Akademik	8
2.2.2 Dimensi Resiliensi Akademik.....	9
2.3 Penelitian Terdahulu	10
2.4 Kerangka Berfikir	19
2.5 Hipotesa Penelitian	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
3.1 Metode dan Desain Penelitian	23
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	23

3.3 Variabel dan Definisi Operasional.....	25
3.4 Proses Pengumpulan Data.....	27
3.4.1 Alat Ukur Resiliensi Akademik.....	28
3.4.2 Alat Ukur Stress Akademik.....	30
3.5 Uji Alat Ukur.....	32
3.5.1 Uji Validitas.....	32
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	33
3.6 Uji Normalitas.....	34
3.7 Uji Korelasi.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Gambaran Umum Responden.....	35
4.2 Deskripsi Demografi.....	35
4.3 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	42
4.3.1 Hasil Uji Deskriptif Variabel Resiliensi Akademik.....	42
4.3.2 Hasil Uji Deskriptif Variabel Stress Akademik.....	43
4.3.3 Analisis Keseluruhan Deskriptif Variabel.....	44
4.4 Hasil Uji Asumsi.....	46
4.5 Hasil Uji Hipotesis.....	47
4.5.1 Uji Korelasi Pearson.....	47
4.5.2 Uji Korelasi Dimensi Resiliensi Akademik dengan Stress Akademik.....	48
4.6 Pembahasan/Diskusi.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
5.1 Kesimpulan.....	63
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	63
5.3 Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	10
Tabel 3.1 Nilai Respon Item Favourable	27
Tabel 3.2 Nilai Respon Item Unfavourable	28
Tabel 3.3 Blue Print Resiliensi Akademik.....	29
Tabel 3.4 Blue Print Stress Akademik	31
Tabel 3.5 Hasil Reliabilitas Stress Akademik.....	33
Tabel 3.6 Hasil Reliabilitas Resiliensi Akademik	33
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia.....	36
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Fakultas.....	37
Tabel 4.4 Data Responden Berdasarkan Program Studi	38
Tabel 4.5 Data Responden Berdasarkan Program	40
Tabel 4.7 Data Responden Berdasarkan Keikutsertaan Dalam Organisasi/UKM.....	41
Tabel 4.8 Data Responden Berdasarkan Bekerja atau Tidak Bekerja	41
Tabel 4.9 Data Responden Berdasarkan Status	42
Tabel 4.10 Descriptive Statistic Resiliensi Akademik.....	42
Tabel 4.11 Rumus Kategori Variabel Resiliensi Akademik.....	43
Tabel 4.12 Descriptive Statistic Stress Akademik.....	43
Tabel 4.14 Jumlah dan Persentase Responden Berdasarkan Kategori Variabel.....	44
Tabel 4.15 Hasil One Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	46
Tabel 4.16 Hasil Uji Korelasi	47
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 QQ Plot Resiliensi Akademik dan Stress Akademik	46
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Tabel Sampel Isaac & Michael	72
Lampiran 2 : Kuesioner Alat Ukur	72
Lampiran 3 : Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Isi Expert Judgment.....	80
Lampiran 4 : Uji Korelasi dan Uji Korelasi Antar Dimensi	88
Lampiran 5 : Izin Penggunaan Adaptasi Alat Ukur Resiliensi Akademik	89
Lampiran 6 : Informed Consent	90

