



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA
FULL-TIME DI JAKARTA**



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**ANITA LESTARI
46119120014**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2023**



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA
FULL-TIME DI JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**ANITA LESTARI
46119120014**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2023**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anita Lestari
NIM : 46119120014
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja *Full-time* di Jakarta

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Bekasi, 29 Januari 2024



Anita Lestari

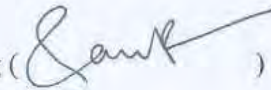
HALAMAN PENGESAHAN


Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

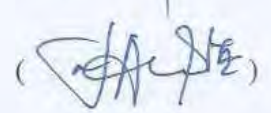
Nama : Anita Lestari
NIM : 46119120014
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Full-time di Jakarta

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 : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0330018602

Ketua Penguji : Merly Erlina, M.Si., M.E.Sy. ()
NIDN : 0314057502

Penguji 1 : Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0315068006


Jakarta, 17 Januari 2024
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.)

Ketua Program Studi Psikologi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Dosen Pengampu Kelas Tugas Akhir.
3. Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi.
4. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi.
5. Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Reviewer Seminar Proposal Tugas Akhir atas koreksi dan masukannya.
7. Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku *expert* 1 dalam penilaian uji validitas isi alat ukur.
8. Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog selaku *expert* 2 dalam penilaian uji validitas isi alat ukur.
9. Merly Erlina, M.Si., M.E.Sy selaku Ketua Sidang Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
10. Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
11. Seluruh Staf Tata Usaha atas segala bentuk layanan administrasi sehubungan dengan Tugas Akhir.
12. Keluarga, sahabat, dan teman-teman atas dukungan dan doanya.

13. Seluruh responden penelitian yang telah meluangkan waktunya untuk berkontribusi dalam Skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Bekasi, 29 Januari 2024

Penulis



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

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

Nama : Anita Lestari
NIM : 46119120014
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja *Full-time* di Jakarta

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.

Bekasi, 29 Januari 2024

Yang menyatakan,


Anita Lestari

ABSTRAK

Nama : Anita Lestari
NIM : 46119120014
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja *Full-time* di Jakarta
Pembimbing : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada mahasiswa yang bekerja *full-time* di Jakarta. Stres akademik merupakan kondisi frustrasi akademik individu di lingkungan kampus yang membuat individu tidak mampu menyesuaikan diri sehingga timbul masalah fisik dan perasaan tidak bahagia (Lin & Chen, 2009). Sedangkan *hardiness* merupakan ciri kepribadian individu yang mampu membatasi pengaruh negatif dari tekanan kehidupan melalui 3 proses evaluatif kognitif, meliputi komitmen, tantangan, dan kontrol (Benishek & Lopez, 2001). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 368 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Metode analisis data dengan *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada mahasiswa yang bekerja *full-time* di Jakarta ($r = -0.281$, $p = 0.001$). Semakin tinggi *hardiness*, maka semakin rendah stres akademik. Semakin rendah *hardiness*, maka semakin tinggi stres akademik.

Kata Kunci: stres akademik, *hardiness*, mahasiswa bekerja, *full-time*, Jakarta

ABSTRACT

Name : Anita Lestari
NIM : 46119120014
Study Program : Psychology
Thesis : *The Relationship between Hardiness and Academic Stress among Students Working Full-Time in Jakarta*
Counsellor : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog

This research aims to examine the relationship between hardiness and academic stress in full-time working students in Jakarta. Academic stress in a condition of frustration within the academic environment that renders individuals unable to adapt, leading to physical problems and feelings of unhappiness (Lin & Chen, 2009). On the other hand, hardiness is a personality trait that enables individuals to limit the negative influence of life pressure through three evaluative cognitive processes: commitment, challenge, and control (Benishek & Lopez, 2001). The sample size for this study is 368 individuals, selected using accidental sampling techniques. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment method. The research results indicate a significant negative relationship between hardiness and academic stress in full-time working students in Jakarta ($r = -0.281$, $p = 0.001$). The higher the hardiness, the lower the academic stress. Conversely, the lower the hardiness, the higher the academic stress.

Keywords: *academic stress, hardiness, working students, full-time, Jakarta*

MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	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	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Stres Akademik	8
2.1.1 Definisi Stres Akademik	8
2.1.2 Dimensi Stres Akademik.....	8
2.1.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres Akademik.....	9
2.1.4 Implikasi Stres Akademik	10
2.2 <i>Hardiness</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Hardiness</i>	11
2.2.2 Dimensi <i>Hardiness</i>	12
2.2.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Hardiness</i>	12
2.3 Bekerja <i>Full-time</i>	13
2.4 Penelitian Terdahulu.....	13
2.5 Dinamika Penelitian	17
2.6 Kerangka Berpikir	18
2.7 Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
3.1 Desain Penelitian	19
3.2 Populasi dan Sampel.....	19
3.2.1 Populasi	19
3.2.2 Sampel.....	19
3.3 Definisi Operasional	20
3.4 Instrumen Penelitian	20
3.5 Validitas dan Reliabilitas	24
3.5.1 Validitas.....	24
3.5.2 Reliabilitas	26

3.5.3 Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur	27
3.6 Analisis Data	28
3.6.1 Analisis Deskriptif	28
3.6.2 Analisis Inferensial.....	29
3.6.2.1 Uji Asumsi Klasik	29
3.6.2.2 Uji Hipotesis.....	29
BAB IV PEMBAHASAN.....	31
4.1 Gambaran Umum Subjek	31
4.2 Hasil Uji Deskriptif dan Inferensial	32
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	32
4.2.2 Analisis Inferensial.....	33
4.2.2.1 Uji Asumsi Klasik	33
4.2.2.2 Uji Hipotesis.....	34
4.2.2.3 Analisis Matriks Korelasi antar Dimensi	35
4.2.2.4 Analisis Tambahan	37
4.3 Diskusi	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	45
5.3 Saran.....	46
5.3.1 Saran Teoretis	46
5.3.2 Saran Praktis	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Rekapitulasi Penelitian Terdahulu.....	14
Tabel 3.1 G*Power versi 3.1.9.4	20
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik.....	21
Tabel 3.3 Bobot Item Skala Stres Akademik	22
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Hardiness</i>	22
Tabel 3.5 Bobot Item Skala <i>Hardiness</i>	24
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Stres Akademik	25
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas <i>Hardiness</i>	25
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Stres Akademik.....	26
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Hardiness</i>	27
Tabel 3.10 <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik (Setelah Uji Alat Ukur).....	27
Tabel 3.11 <i>Blue Print</i> Skala <i>Hardiness</i> (Setelah Uji Alat Ukur).....	28
Tabel 4.1 Data Demografi Subjek	31
Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	32
Tabel 4.3 Kategorisasi Stres Akademik	32
Tabel 4.4 Kategorisasi <i>Hardiness</i>	33
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas.....	33
Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas	34
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis	34
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi Dimensi X dengan Dimensi Y	35
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Variabel X dengan Dimensi Y	36
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi Variabel Y dengan Dimensi X.....	36
Tabel 4.11 Hasil Uji Beda Stres Akademik Kelompok Demografi.....	37
Tabel 4.12 Hasil Uji <i>Post Hoc</i> Stres Akademik Kelompok Usia.....	37
Tabel 4.13 Hasil Uji Beda <i>Hardiness</i> Kelompok Demografi.....	38

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1 HUBUNGAN ANTARA <i>HARDINESS</i> DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA <i>FULL-TIME</i> DI JAKARTA.....	18
---	-----------



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner.....	53
Lampiran 2. Formulir <i>Expert Judgment</i>	61
Lampiran 3. Hasil Olah Data.....	115

