

## 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