

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN *STRESS* AKADEMIK PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh :

RINDI NURIL LAILI

NIM: 2110811031

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

2025

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

06 Agustus 2025

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dekan



Dr. Nurdia Widyarini, S.Psi., M.Si

NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Anggraeni Swastika Sari, M.Psi, Psikolog

NPK : 1988100812003914

Danan Satriyo Wibowo, S.Sos, M.Si

NPK : 1984112511703815

Tandatangan

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rindi Nuril Laili

NIM : 2110811031

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 06 Agustus 2025

Yang Menyatakan



Rindi Nuril Laili

HALAMAN PERSEMBAHAN

Allah SWT

Segala syukur hamba panjatkan ke hadirat Allah SWT. Berkat rahmat serta kekuatan dari-Mu, tugas akhir ini dapat terselesaikan. Terima kasih atas segala pertolongan dan kelancaran yang engkau berikan di setiap tahapnya.

Ayah, Ummik dan Adek

Aku persembahkan ini untuk kedua orang tuaku dan adikku tersayang. Terima kasih atas segala usaha yang di berikan. Kata 'terima kasih' rasanya tak cukup untuk membalas semua pengorbanan, kebaikan, kesabaran, dan cinta yang tulus. Serta untuk adikku terima kasih menjadi salah satu yang terbaik dalam hidup penulis.

HALAMAN MOTTO

“Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar, tetapi keberhasilan adalah milik mereka yang senantiasa berusaha”

(B.J Habibie)



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan izin dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "*Hubungan Hardiness Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember*". Penulisan skripsi ini tidak lepas dari berbagai hambatan dan tantangan, baik yang saya hadapi secara pribadi maupun dalam proses penelitian. Namun, berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, saya dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, yang selalu mendukung dan memfasilitasi proses akademik mahasiswa.
2. Bapak Danan Satriyo Wibowo, S.Sos, M.Si, selaku dosen pembimbing satu. Saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada Bapak. Bukan hanya karena pelajaran yang disampaikan, tetapi juga atas dukungan dan motivasi yang selalu Bapak berikan. Itu sangat berarti bagi saya dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Bapak Maulana Arif Muhibbin, S.Psi., M.Si, selaku dosen pembimbing kedua. Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bimbingan, arahan, dan kesabaran yang telah Bapak berikan selama proses penyusunan skripsi saya.

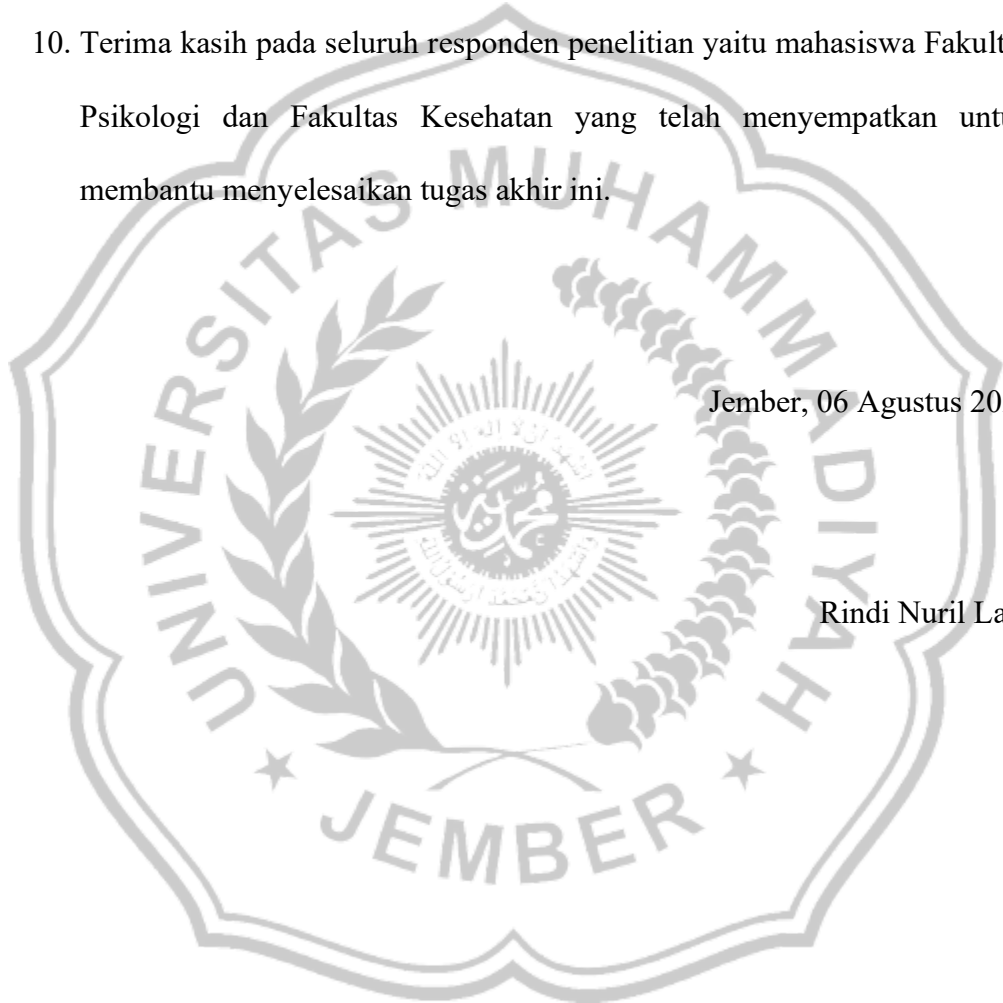
4. Kepada panutanku, Ayah Edy Sucipto. Terima kasih atas setiap tetesan keringat yang telah tcurahkan dalam setiap langkah ketika mengemban tanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga. Terima kasih karena memberikan semangat, motivasi yang tiada henti hingga penulis dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana.
5. Kepada Ummik Reny Dewita. Terima kasih selalu menjadi sandaran terkuat dengan memberikan kasih sayang penuh cinta dan memberikan motivasi yang luar biasa. Terima kasih untuk doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis serta dukungannya sehingga penulis bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan panjang umur karena ummik harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
6. Kepada adek Faza. Terima kasih sudah menghibur dan mendengarkan keluh kesah peneliti ketika sedih dan senang.
7. Teruntuk teman-temanku, Sofia, Berlian, Yolan dan Tarisya. Terima kasih atas semua kebersamaan dan kenangan yang telah kita ciptakan. Setiap momen yang dihabiskan bersama senantiasa menjadi sangat berharga dan memberikan kesan menyenangkan bagi penulis. Dan terima kasih pula atas waktunya telah menjadi pendengar yang baik di masa masa sulit maupun senang. Semoga kalian selalu sehat dan diberikan kelancaran atas segala urusannya.
8. Teman-teman Copy Lova dan Gazebo. Terima kasih atas bantuan-bantuan yang sudah kalian berikan untuk penulis baik itu dalam menyelesaikan mata kuliah biasa maupun tugas akhir. Terima kasih pula untuk Nisa,

Cahaya, dan Salma atas bantuan disaat mengalami kesulitan. Semoga kalian diberikan kelancaran dan kemudahan.

9. Teman-teman KKN 13 Sempu, MBTI. Terima atas waktunya meskipun sebentar tetapi sangat berkesan bagi penulis
10. Terima kasih pada seluruh responden penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi dan Fakultas Kesehatan yang telah menyempatkan untuk membantu menyelesaikan tugas akhir ini.

Jember, 06 Agustus 2025

Rindi Nuril Laili



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. KEASLIAN PENELITIAN	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Landasan Teori.....	11
1. Stresss Akademik	11
2. Hardiness	19
B. Dinamika Hubungan <i>Hardiness</i> Dengan Stresss Akademik.....	22

C. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Identifikasi Variabel.....	24
C. Definisi Operasional	24
1. Stresss akademik	24
2. <i>Hardiness</i>	25
D. Populasi dan Sampel	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	26
E. Metode Pengumpulan Data.....	27
1. Stress Akademik.....	27
2. <i>Hardiness</i>	28
F. Metode Analisa Data.....	29
1. Uji Keabsahan Alat Ukur	29
2. Uji Asumsi.....	30
3. Uji Hipotesis.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Orientasi Kancan Dan Persiapan Penelitian.....	33
1. Orientasi Kancan	33
2. Persiapan Pelaksanaan Penelitian.....	34
B. Pelaksanaan Penelitian	35
C. Hasil Analisa Data	38

1. Hasil Uji Coba Penelitian	38
2. Hasil Uji Sebenarnya	40
D. Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	65



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi.....	266
Tabel 2 Sampel.....	266
Tabel 3 <i>Blue Print Skala Stress Akademik</i>	27
Tabel 4 <i>Blue Print Hardiness</i>	28
Tabel 5. Uji Coba Validitas Alat Ukur Skala Stress Akademik	38
Tabel 6. Uji Coba Validitas Alat Ukur Skala <i>Hardiness</i>	38
Tabel 7. Reliabilitas Uji Coba Skala Stress Akademik.....	39
Tabel 8. Reliabilitas Uji Coba Skala <i>Hardiness</i>	39
Tabel 9. Hasil Uji Validitas Sebenarnya Skala Stress Akademik.....	40
Tabel 10. Hasil Uji Validitas Sebenarnya Skala <i>Hardiness</i>	41
Tabel 11. Hasil Reliabilitas Uji Sebenarnya Skala Stress Akademik.....	41
Tabel 12. Hasil Reliabilitas Uji Sebenarnya Skala <i>Hardiness</i>	42
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	43
Tabel 14. Hasil Uji Linearitas	43
Tabel 15. Hasil Uji Hipotesis	44
Tabel 16. Uji Deskriptif Kategori Secara Keseluruhan	45
Tabel 17. Uji Deskriptif Kategori Aspek Stress Akademik.....	46
Tabel 18. Uji Deskriptif Kategori Aspek <i>Hardiness</i>	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	65
Lampiran 2. Etik Penelitian	66
Lampiran 3. Surat Keterangan Dari Instansi.....	67
Lampiran 4. Alat Ukur Penelitian	68
Lampiran 5. Data Kasar Uji Coba.....	70
Lampiran 6. Uji Validitas Tahap Uji Coba	81
Lampiran 7. Uji Validitas Tahap Pengambilan Data	83
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Aitem Tahap Uji Coba	85
Lampiran 9. Uji Reliabilitas Aitem Tahap Pengambilan Data	85
Lampiran 10. Uji Normalitas	86
Lampiran 11. Uji Linearitas	86
Lampiran 12. Uji Hipotesis	87
Lampiran 13. Uji Deskriptif.....	87