

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

Rindi Nuril Laili¹, Danan Satriyo Wibowo², Maulana Arif Muhibbin³

rindinuril08@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Stress akademik merupakan cara individu memandang suatu stressor serta bagaimana mereka memberikan respons terhadapnya, baik dalam bentuk reaksi fisiologis, emosional, perilaku, maupun kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *hardiness* dengan stresss akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember Fakultas Psikologi dan Fakultas Ilmu Kesehatan angkatan 2022 dan 2023. Populasi penelitian berjumlah 609 mahasiswa dengan jumlah sampel sebanyak 221 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi skala stress akademik berdasarkan teori Gadzella (2005) dan skala *hardiness* berdasarkan teori Maddi (2013) yang telah dimodifikasi sesuai dengan konteks mahasiswa. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi pearson, dengan menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan stresss akademik ($p = 0,000 < 0,05$) dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,535$. Artinya, semakin tinggi tingkat *hardiness* yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat stresss akademiknya. Hasil ini menunjukkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi stresss akademik.

Kata Kunci : *Hardiness*, Mahasiswa, Stress akademik

¹ Peneliti

² Dosen Pembimbing I

³ Dosen Pembimbing II

THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS AND ACADEMIC STRESS
IN STUDENTS OF UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Rindi Nuril Laili¹, Danan Satriyo Wibowo², Maulana Arif Muhibbin³

rindinuril08@gmail.com

Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRACT

Academic stress is how individuals perceive a stressor and how they respond to it, whether in the form of physiological, emotional, behavioral, or cognitive reactions. This study aims to determine the relationship between hardiness and academic stress in students of the Faculty of Psychology and the Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Jember, class of 2022 and 2023. The study population consisted of 609 students with a sample of 221 students selected using stratified random sampling techniques. The instruments used included an academic stress scale based on Gadzella's (2005) theory and a hardiness scale based on Maddi's (2013) theory that had been modified according to the student context. Data analysis was carried out using the Pearson correlation test, which showed a significant relationship between hardiness and academic stress ($p = 0.000 < 0.05$) with a correlation value of $r = 0.535$. This means that the higher the level of hardiness experienced by students, the higher the level of academic stress. These results indicate that hardiness is one of the important factors influencing academic stress.

Keywords: academic Stresss, Hardiness , Students

¹ Researcher

² First Supervisor

³ Second Supervisor