

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan
Mencapai Gelar Sarjana Strata 1
Program Studi Psikologi**



Disusun oleh:

SITI AQMARINA ZAHRAH

NIM. 1402105035

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MULAWARMAN
SAMARINDA
2021**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan
Mencapai Gelar Sarjana Strata 1
Program Studi Psikologi**



Disusun oleh:

SITI AQMARINA ZAHRAH

NIM. 1402105035

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MULAWARMAN
SAMARINDA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19**

Nama : Siti Aqmarina Zahrah
Nim : 1402105035
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Rina Rifavanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19830201 201404 2 001

Miranti Rasyid, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19911227 201903 2 022

Mengetahui,
Dekan

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman



Dr. H. Muhammad Noor, M.Si
NIP. 19600817 198601 1 001

25 JUN 2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Siti Aqmarina Zahrah

NIM 1402105035

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Menyatakan dengan sesungguhnya dan sejujurnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **“HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19 ”** adalah asli hasil penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi hasil karya orang lain.

Samarinda, 14 Juni 2021

Yang menyatakan,

Siti Aqmarina Zahrah
NIM. 1402105035

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur saya limpahkan kehadiran Allah SWT. karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan karya penelitian ini.

Karya penelitian ini saya persembahkan kepada:

Kedua orang tua saya dan ketiga kakak saya, terima kasih atas cinta tanpa syarat, dukungan, kekuatan, kesabaran yang tiada terkira dan dao'a yang tulus di setiap kehidupan saya. Serta untuk seluruh teman-teman dan kerabat dekat yang selalu mendukung serta memberikan bantuan kepada saya.

Jazakumullah khairan katsiran atas do'a dan dukungan kalian selama ini.

MOTTO HIDUP

“Barang siapa menelusuri jalan untuk mencari ilmu padanya, Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga.”
(HR. Muslim)

“Ketahuilah bahwa kemenangan bersama kesabaran, kelapangan bersama kesempitan, dan kesulitan bersama kemudahan.”
(HR. Tirmidzi)

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19**

SITI AQMARINA ZAHRAH

NIM. 1402105035

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas
Mulawarman

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 di Universitas Mulawarman Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah 70 mahasiswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah melakukan screening awal mengenai indikasi stres akademik dan kemudian menggunakan dua skala model Likert yaitu skala stres akademik dengan nilai reliabilitas = 0.874 dan skala dukungan sosial dengan nilai reliabilitas = 0.889.

Data yang terkumpul akan dianalisis dengan uji analisis *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 di Universitas Mulawarman Samarinda dengan nilai $r = -0.406$ dan $p = 0.000$. Artinya semakin tinggi tingkat dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stres akademik.

Kata kunci: dukungan sosial, stres akademik.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC
STRESS IN FINAL-YEAR COLLEGE STUDENTS WORKING ON THEIR
UNDERGRADUATE THESIS DURING COVID-19 PANDEMIC***

SITI AQMARINA ZAHRAH

NIM. 1402105035

*Department of Psychology, Faculty of Social and Political Science, Mulawarman
University*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social support and academic stress in final year students who are working on a thesis during the COVID-19 pandemic at Mulawarman University, Samarinda. This study uses a quantitative approach. The sample of this study was 70 students who were selected using the purposive sampling technique. The data collection method used is to conduct an initial screening of indications of academic stress and then use two Likert model scales, namely the academic stress scale with a reliability value = 0.874 and a social support scale with a reliability value = 0.889.

The collected data will be analyzed by using product moment analysis test. The results showed there was a relationship between social support and academic stress for final year students who were working on a thesis during the covid-19 pandemic at Mulawarman University, Samarinda with a negative value of $r = -0.406$ and $p = 0.000$. This means the higher the level of social support, the lower the level of academic stress.

Keyword : social support, academic stress

RIWAYAT HIDUP



Siti Aqmarina Zahrah, lahir pada tanggal 16 Juli 1996 di Ampana kota, kabupaten Tojo Una-una, provinsi Sulawesi Tengah. Anak bungsu dari empat bersaudara pasangan Bapak H. Mohammad Rivai dan Ibu Zairina Yasminar S.E. Penulis memulai pendidikan pada tahun 2002 di Sekolah Dasar Negeri 016 Sungai Kunjang dan menyelesaikan pendidikannya pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 dan lulus pada tahun 2011. Setelah lulus, penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Samarinda dan lulus pada tahun 2014.

Setelah lulus dari sekolah menengah atas, penulis kemudian mengikuti Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) dan diterima di Program Studi Psikologi di Universitas Mulawarman Samarinda pada tahun 2014. Penulis aktif dalam organisasi Himpunan Mahasiswa Psikologi pada tahun 2015 sampai tahun 2016 bergabung dalam departemen Dana Usaha. Penulis melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) pada bulan Juni hingga Agustus 2017 di Kelurahan Sungai Keledang, Kecamatan Samarinda Seberang, Kota Samarinda.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb,

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19” dengan baik. Skripsi ini merupakan salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi di Universitas Mulawarman. Dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Masjaya, M.Si. selaku Rektor Universitas Mulawarman.
2. Bapak Dr. H. Muhammad Noor, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman.
3. Ibu Lisda Sofia, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman.
4. Ibu Rina Rifayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I yang selama ini dengan penuh kesungguhan telah meluangkan waktu dalam membimbing dan memberikan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Ibu Miranti Rasyid S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan serta terus memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Muhammad Ali Adriansyah, M.Si. selaku dosen penguji I yang telah memberikan motivasi dan saran-saran dalam penyusunan skripsi ini ke arah yang lebih baik lagi.
7. Ibu Aulia Suhesty, S.Psi, M.Psi, Psikolog. selaku dosen penguji II yang telah memberikan motivasi dan saran-saran dalam penyusunan skripsi ini ke arah yang lebih baik lagi.
8. Bapak (Alm.) Anthonius Margono M.Si selaku dosen pembimbing akademik tahun 2014-2017.
9. Ibu Dian Dwi Nur Rahmah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik.
10. Seluruh dosen dan staf di lingkungan Universitas Mulawarman, khususnya di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, serta Program Studi Psikologi yang telah memberikan berbagai pengetahuan dan pengalaman yang bermanfaat bagi penulis.
11. Seluruh Mahasiswa Universitas Mulawarman Samarinda yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
12. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, Bapak H. Mohammad Rivai dan Ibu Zairina Yasminar S.E juga ketiga kakak saya Muhammad Rizany Rivai, Siti Annisa Hanum Rivai dan Siti Maisaroh yang selalu memberikan do'a dan dukungan yang tiada henti-hentinya hingga saat ini.
13. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya Windi Marlioni, Nadia, Dinda, juga teman-teman dari grup Bentar Lagi S.Psi 2021 Reny, Yessy, Meli. Glen, Chigoo, Mangir, Dessy, Dewi dari grup Famili, Bundo dan Dinda NU teman

KKN yang membantu jalannya penelitian ini, serta teman-teman seperjuangan dari sesama grup bimbingan dosen yang telah memberi dukungan informasi dan materi serta saling membantu dalam terselesaikannya skripsi ini.

14. Teman-teman Psikologi angkatan 2014, terimakasih telah menjadi teman seperjuangan dan semoga ilmu yang kita dapatkan bisa bermanfaat kedepannya untuk orang lain maupun diri kita sendiri.

Demikianlah, semoga bantuan dan doa yang diberikan oleh semua pihak mendapat imbalan yang berlipat dari Allah SWT. Saya mohon maaf apabila masih banyak terdapat kekurangan maupun kesalahan dalam skripsi ini. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Samarinda, 14 Juni 2021

Siti Aqmarina Zahrah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO HIDUP.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	14
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Manfaat Penelitian.....	15

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Akademik.....	16
1. Pengertian Stres Akademik.....	16
2. Aspek-aspek Stres Akademik.....	17
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	19
B. Dukungan Sosial.....	21
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	21
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	23
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	25
C. Kerangka Pemikiran.....	26
D. Hipotesis.....	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	31
B. Identifikasi Variabel.....	31
C. Definisi Konseptual.....	32
1. Stres Akademik.....	32
2. Dukungan Sosial.....	32
D. Definisi Operasional.....	32
1. Stres Akademik.....	32
2. Dukungan Sosial.....	33
E. Populasi dan Sampel.....	33
1. Populasi.....	33
2. Sampel.....	34

F. Teknik Pengumpulan Data.....	35
---------------------------------	----

1. Skala Stres Akademik.....	36
2. Skala Dukungan Sosial.....	37
G. Validitas dan Reliabilitas.....	37
1. Validitas.....	37
2. Reliabilitas.....	38
H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	38
1. Skala Stres Akademik.....	38
2. Skala Dukungan Sosial.....	39
I. Teknik Analisis Data.....	41
1. Uji Normalitas.....	41
2. Uji Linearitas.....	41
3. Uji Analisis Product Moment.....	41
4. Uji Korelasi Parsial.....	42
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum.....	44
1. Universitas Mulawarman.....	44
B. Hasil Penelitian.....	45
1. Karakteristik Responden.....	45
2. Hasil Uji Deskriptif.....	47
3. Hasil Uji Asumsi.....	49
a. Hasil Uji Normalitas.....	49
b. Hasil Uji Linearitas.....	51
4. Hasil Uji Hipotesis.....	52
a. Hasil Uji Analisis Product Moment.....	52
b. Hasil Uji Korelasi Parsial.....	53
C. Pembahasan.....	56
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62
 DAFTAR PUSTAKA.....	 64

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman.....	4
Tabel 2 Hasil Survei Stres Akademik.....	5
Tabel 3 Kategorisasi Hasil Survei Stres Akademik.....	5
Tabel 4 Hasil Survei Dukungan Sosial.....	10
Tabel 5 Kategorisasi Hasil Survei Dukungan Sosial.....	10
Tabel 6 Skala Pengukuran Likert.....	36
Tabel 7 <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik.....	36
Tabel 8 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial.....	37
Tabel 9 Sebaran Aitem Skala Stres Akademik.....	38
Tabel 10 Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Stres Akademik Try Out (N=30).....	39
Tabel 11 <i>Alpha Cronbach's</i> Skala Stres Akademik.....	39
Tabel 12 Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial.....	40
Tabel 13 Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Dukungan Sosial Try Out (N=30).....	40
Tabel 14 <i>Alpha Cronbach's</i> Skala Dukungan Sosial.....	41
Tabel 15 Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia.....	45
Tabel 16 Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 17 Karakteristik Subjek Berdasarkan Angkatan.....	47
Tabel 18 Karakteristik Subjek Berdasarkan Screening Hasil Tingkat Stres Akademik.....	47
Tabel 19 Mean Empirik dan Mean Hipotetik.....	48
Tabel 20 Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik.....	48
Tabel 21 Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial.....	49
Tabel 22 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	50
Tabel 23 Hasil Uji Linearitas.....	51
Tabel 24 Tabel Interpretasi Koefisien Korelasi.....	51
Tabel 25 Hasil Uji Analisis Product Moment.....	52
Tabel 26 Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Tekanan Belajar (Y_1).....	53
Tabel 27 Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Beban Tugas (Y_2).....	53
Tabel 28 Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Kekhawatiran Terhadap Nilai (Y_3).....	54
Tabel 29 Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Ekspektasi Diri (Y_4).....	54
Tabel 30 Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Keputusanasaan (Y_5).....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Hasil Survei Stres Akademik.....	6
Gambar 2 Hasil Survei Dukungan Sosial.....	11
Gambar 3 Kerangka Konsep Penelitian.....	29
Gambar 4 Plot Stres Akademik.....	50
Gambar 5 Plot Dukungan Sosial.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	70
Lampiran 2 Skala Penelitian.....	71
Lampiran 3 <i>Blueprint</i> Skala Penelitian.....	78
Lampiran 4 Sebaran Data.....	84
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas.....	85
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas.....	94
Lampiran 7 Hasil Uji Deskriptif.....	97
Lampiran 8 Hasil Kategorisasi Skor.....	97
Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas.....	98
Lampiran 10 Hasil Uji Linearitas.....	99
Lampiran 11 Hasil Uji Hipotesis.....	99

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pandemi *Corona Virus Disease-19* atau covid-19 telah melanda hampir seluruh negara di dunia saat ini. Sejak kasus pertama pada Desember 2019 di Wuhan, Republik Rakyat China, semakin banyak kasus-kasus baru bermunculan di negara lain sampai akhirnya menjadi sebuah pandemi global. Berdasarkan data peta sebaran di situs resmi covid19.go.id (Pusdatin Kemenkes, 2021) milik pemerintah, Indonesia hingga bulan Januari 2021 tercatat jumlah total kasus covid-19 sebanyak lebih dari satu juta kasus, jumlah ini tentunya cukup besar mengingat jumlah total kasus semua negara di dunia berjumlah sekitar seratus juta lebih. Ratusan ribu kasus positif setiap hari di dunia menyebabkan banyak negara harus mengambil tindakan drastis yang mempengaruhi hampir semua sektor kehidupan diantaranya kesehatan, ekonomi, dan pendidikan.

Untuk mencegah penyebaran covid-19 pemerintah melarang masyarakat untuk berkerumun, menerapkan pembatasan sosial dan menjaga jarak fisik serta memakai masker dan mencuci tangan pakai sabun. Pandemi covid-19 ini terbukti sangat mempengaruhi dunia pendidikan, terutama dalam tata cara menyelenggarakan proses pembelajaran. Terhitung sejak bulan Maret 2020, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan kebijakan tentang pembelajaran jarak jauh/secara daring di sekolah maupun perguruan tinggi melalui surat edaran

menteri pendidikan dan kebudayaan nomor empat tahun 2020 (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Dabbagh dan Ritland (2005) menyatakan bahwa pembelajaran daring adalah sistem belajar yang terbuka dan tersebar yang dimungkinkan melalui koneksi internet dan perangkat komputer maupun smartphone untuk memudahkan proses menimba ilmu melalui aksi dan interaksi. Di masa pandemi ini diterapkan metode pembelajaran daring tanpa tatap muka atau interaksi langsung antara pengajar dan peserta didik melalui platform digital seperti aplikasi video konferensi, situs-situs materi pendidikan, dan aplikasi chat sebagai alat komunikasi peserta didik dan tenaga pengajar.

Kebijakan tentang pembelajaran daring terbukti masih sulit untuk dilaksanakan, mengingat sebelumnya secara umum pendidikan di Indonesia hampir tidak pernah melaksanakan pembelajaran daring sebagai bentuk utama proses belajar mengajar. Hal ini tentunya mengakibatkan ketidaksiapan dari kalangan tenaga pendidik dan mahasiswa. Menurut hasil penelitian Sadikin dan Hamidah (2020) mengenai pembelajaran daring di tengah covid-19, kurangnya pengawasan terhadap mahasiswa, kurang kuatnya sinyal di daerah pelosok atau terpencil, dan kuota internet yang mahal adalah beberapa hambatan dalam pembelajaran daring.

Maharani (2020) melalui Kompas memperlihatkan hasil survei dari Kemendikbud pada Maret 2020 terhadap 230.000 responden mahasiswa di 32 provinsi menunjukkan bahwa 90% mahasiswa memilih pembelajaran tatap muka, 73% siap menjalani pembelajaran daring dan 27% tidak siap menjalani

pembelajaran daring. Sebanyak 60% mahasiswa yang tidak siap mengatakan bahwa jaringan internet yang lambat merupakan masalah utamanya. Pembelajaran daring selama masa pandemi ini tentunya memberi dampak pada mahasiswa yang melaksanakan kuliah daring, termasuk para mahasiswa tingkat akhir yang melakukan bimbingan skripsi daring. Hal ini tentunya mempengaruhi prosedur penyusunan skripsi mahasiswa dan membawa perubahan dan tantangan berbeda.

Prodjo (2020) melalui Kompas menulis beberapa contoh hambatan yang dialami mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi dimasa pandemi berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa mahasiswa. Di masa pandemi ini, hambatan dan kendala dalam mengerjakan skripsi cukup banyak diantaranya adalah tugas-tugas lapangan tidak dapat dilakukan secara langsung, membuat mahasiswa harus mengganti topik skripsi, kurangnya arsip literatur daring, terbatasnya akses ke berbagai instansi dan kesulitan dalam mencari atau menemui subjek.

Mahasiswa yang dihadapkan pada berbagai macam hambatan dalam proses mengerjakan skripsi menyebabkan mahasiswa dapat mengalami stres bahkan depresi. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami frustrasi dan stres di masa pandemi covid-19 ini. Penelitian Livana dkk (2020) menunjukkan bahwa penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19 adalah tugas pembelajaran sebagai faktor utama sebesar 70.29%.

Sun dkk (2011) mengatakan bahwa stres akademik adalah tekanan yang peserta didik rasakan di lingkungan sekolah atau kampus karena tuntutan berbagai

macam tugas yang harus diselesaikan namun tidak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Stres akademik yang dialami mahasiswa dapat membuat mereka merasa gagal, membuat kinerja dan pencapaian akademik mahasiswa berkurang bahkan sampai menghambat proses penyusunan skripsi oleh mahasiswa.

Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari situs resmi universitas mulawarman (Universitas Mulawarman, 2020) pada bulan Februari 2020 tentang keadaan data mahasiswa, terlihat bahwa untuk mahasiswa psikologi angkatan 2014 sebanyak lebih dari 70 orang belum lulus, mahasiswa angkatan 2015 sebanyak lebih dari 60 orang juga belum lulus dan sedang mengerjakan skripsi meski telah menempuh masa kuliah selama lebih dari lima tahun.

Tabel 1. Data Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman

Angkatan	Laki-laki	Perempuan	Jumlah	Persentase
2014	16	59	75	25%
2015	14	52	66	22%
2016	16	59	75	25%
2017	16	69	85	28%
Total	62	239	301	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, peneliti kemudian memutuskan untuk melakukan survei terhadap 30 orang mahasiswa tingkat akhir psikologi yang sedang mengerjakan skripsi untuk melihat apakah stres akademik berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa dalam menyusun skripsi, yang kemudian diperoleh hasil seperti yang ditunjukkan tabel di bawah ini.

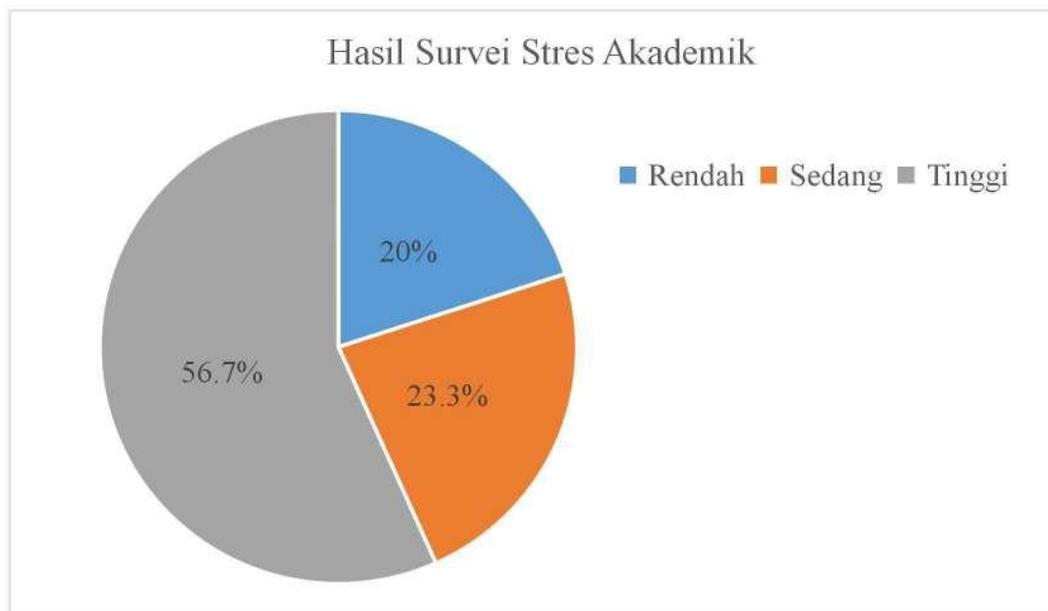
Tabel 2. Hasil Survei Stres Akademik

No.	Pernyataan	Ya	Persentase	Tidak	Persentase
1	Merasa khawatir dengan hasil skripsi saya	23	76.7%	7	23.3%
2	Merasa terbebani dengan deadline skripsi dan standar yang harus dipenuhi	22	73.3%	8	26.7%
3	Beban skripsi yang harus dipenuhi dalam waktu singkat membuat saya merasa tertekan	22	73.3%	8	26.7%
4	Merasa telah mengecewakan orangtua dengan hasil skripsi sejauh ini	21	70.0%	9	30.0%
5	Merasa stres, sulit tidur, sulit konsentrasi dan merasa frustrasi ketika melihat progress skripsi	21	70.0%	9	30.0%
6	Merasa kecewa dan gagal ketika tidak dapat memenuhi tujuan (<i>goals</i>) dalam mengerjakan skripsi	20	66.7%	10	33.3%
7	Merasa banyak tuntutan belajar dan persaingan ketat diantara teman-teman perkuliahan	19	63.3%	11	36.7%
8	Kurang percaya diri dengan kemampuan dalam mengerjakan skripsi	18	60.0%	12	40.0%
9	Situasi pembelajaran daring/bimbingan skripsi daring membuat saya tertekan	16	53.3%	14	46.7%
10	Nilai skripsi/hasil ujian sangat penting bahkan sangat mempengaruhi masa depan	14	46.7%	16	53.3%

Tabel 3. Kategorisasi Hasil Survei Stres Akademik

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	6	20
Sedang	7	23.3
Tinggi	17	56.7
Total	30	100

Sumber: Lampiran hal.104



Gambar 1. Hasil Survei Stres Akademik

Berdasarkan hasil survei stres akademik yang dilakukan terhadap 30 orang responden mahasiswa tingkat akhir diketahui bahwa sebanyak 20% responden menunjukkan tingkat stres akademik yang rendah, 23.3% responden menunjukkan tingkat stres akademik sedang serta 56.7% responden menunjukkan tingkat stres akademik tinggi.

Setelah melihat hasil survei, peneliti kemudian melakukan wawancara pada 3 Februari 2021 melalui telepon terhadap tiga mahasiswa psikologi tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Mulawarman yaitu WM (23), SS (24) dan MI (24).

Subjek WM mengatakan khawatir dengan progress penyelesaian skripsi apakah akan memenuhi kriteria yang diinginkan penguji atau tidak. WM tidak terlalu merasa terbebani, tetapi kadang ada perasaan tertekan ketika menyelesaikan skripsi. Kondisi itu cukup mempengaruhi mental dan pikiran membuatnya stres, kurang tidur, dan cemas. WM mengaku merasa tertekan

dengan kriteria dan koreksi dosen, merasa skripsinya “kurang menarik” untuk dosen.

Selanjutnya subjek SS mengaku kurang pintar mengatur waktu, kurang motivasi, kurang pandai dalam mencari materi skripsi. Subjek SS sering merasa takut salah dalam mengerjakan skripsi. Subjek sering sulit tidur karena mengerjakan skripsi di malam hari dan tidur saat siang hari. SS juga mengaku frustrasi ketika progress skripsinya terhambat, membuat motivasi diri melemah. Kemudian subjek MI mengatakan bahwa dirinya khawatir skripsinya tidak sesuai standar yang diinginkan, kesusahan mengatur waktu dan jadwal serta kurang motivasi dalam mengerjakan skripsi. MI mengatakan bahwa dirinya sering cemas melihat skripsi, dan khawatir ditolak oleh dosen.

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa ada indikasi kecenderungan stres akademik pada mahasiswa. Hasil wawancara tersebut juga sejalan dengan aspek yang ada dalam stres akademik yang dikemukakan oleh Sundk (2011) yakni tekanan belajar, beban tugas yang menumpuk, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan.

Sebaiknya stres akademik tidak dianggap remeh karena apabila stres akademik tidak ditangani dengan baik, kemungkinan mahasiswa dapat mengalami masalah kecemasan, depresi ringan hingga berat. Salah satu peristiwa tragis yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir diberitakan oleh Daton dan kontributor Samarinda (2020) melalui situs Kompas mengenai seorang mahasiswa di Samarinda tewas gantung diri karena depresi kuliah tujuh tahun tak kunjung lulus, diduga karena skripsi sang mahasiswa sering ditolak dosen. Sebelum memutuskan

untuk gantung diri di rumahnya, korban sering mengeluh kepada sang kakak mengenai skripsi yang sering ganti dan ditolak oleh dosen. Sehari sebelum meninggal korban terlihat mondar-mandir di sekitar rumah dan keesokan harinya korban ditemukan sudah tak bernyawa di dapur rumah korban.

Stres akademik dapat menjadi salah satu sumber stres dan kecemasan mahasiswa yang akhirnya dapat menghambat progress skripsi mahasiswa. Lebih lanjut penelitian Feldman dkk (2008) mengenai hubungan antara stres akademik, dukungan sosial, kesehatan mental dan prestasi akademik pada mahasiswa universitas venezuela menunjukkan hasil bahwa kesehatan mental berkorelasi positif dan cukup rendah dengan stres akademik ($r = 0.322$), berkorelasi negatif dan rendah dengan dukungan sosial ($r = -0.265$). Hasil observasi dimensi kedua variabel diketahui bahwa intensitas stres akademik berkorelasi negatif dengan dukungan sosial teman ($r = -0.119$, $p < 0.01$) dan dengan dukungan sosial secara umum ($r = -0.191$, $p < 0.001$).

Penelitian tersebut memperkuat asumsi bahwa stres akademik dan dukungan sosial saling berkaitan. Sarafino (2011) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan pada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang-orang yang memiliki hubungan emosional yang erat dengan individu yang bersangkutan. Dukungan sosial dapat merujuk pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan nyata yang diterima individu dari orang lain, di mana orang lain di sini dapat diartikan sebagai individu perorangan atau kelompok.

Hal itu menunjukkan bahwa sesuatu hal dapat dianggap dukungan sosial bergantung pada apakah individu yang bersangkutan memaknai hal tersebut sebagai dukungan sosial. Smet (1994) menyatakan bahwa seseorang yang mendapat dukungan sosial yang baik dari lingkungannya, akan mampu mempersepsikan segala sesuatu menjadi lebih mudah ketika mengalami kejadian yang membuatnya tertekan, sehingga individu mampu mengatasi stres yang dialami. Sehingga dapat dikatakan bahwa dukungan sosial yang signifikan dari keluarga atau teman dapat mempengaruhi tingkat stres akademik individu.

Berdasarkan hasil survei daring berupa kuesioner terhadap 30 orang mahasiswa tingkat akhir psikologi universitas Mulawarman yang sedang mengerjakan skripsi, terlihat bahwa ada indikasi pengaruh dukungan sosial yang signifikan terhadap stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa ketika menyusun skripsi.

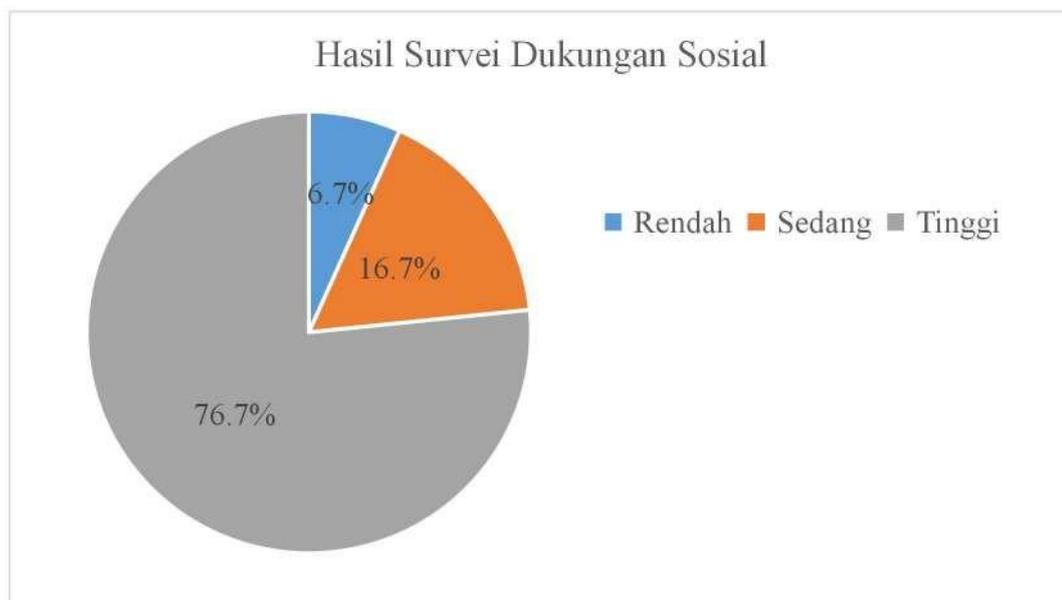
Tabel 4. Hasil Survei Dukungan Sosial

No.	Pernyataan	Ya	Persentase	Tidak	Persentase
1	Mempunyai teman dekat yang selalu ada ketika berkeluh-kesah tentang skripsi	27	90%	3	10%
2	Dosen memberi nasihat dan petunjuk ketika melakukan kesalahan dalam menyusun skripsi	27	90%	3	10%
3	Keluarga selalu berusaha mencukupi kebutuhan materiil/finansial saat mengerjakan skripsi	26	86.7%	4	13.3%
4	Teman-teman memberi bantuan dan jasa ketika mengalami masalah saat menyusun skripsi	26	86.7%	4	13.3%
5	Keluarga mendukung dan menghargai pencapaian dalam perkuliahan/dalam mengerjakan skripsi	24	80.0%	6	20.0%
6	Keluarga memberikan rasa nyaman, perhatian dan dukungan ketika dibutuhkan	23	76.7%	7	23.3%
7	Senang mengikuti kegiatan kumpul bersama grup/teman sebaya untuk berdiskusi mengenai perkuliahan	21	70.0%	9	30.0%
8	Teman-teman saling berlomba dan memacu untuk berprestasi di lingkungan kampus terutama dalam mengerjakan skripsi	20	66.7%	10	33.3%
9	Mempunyai sahabat yang memiliki hobi atau minat serupa yang dapat membuat saya bersantai disela-sela mengerjakan skripsi	20	66.7%	10	33.3%
10	Keluarga memberi saran, petunjuk, dan mengarahkan dalam membuat keputusan dalam hidup	17	56.7%	13	43.3%

Tabel 5. Kategorisasi Hasil Survei Dukungan Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	2	6.7
Sedang	5	16.7
Tinggi	23	76.7
Total	30	100

Sumber: Lampiran hal.105



Gambar 2. Hasil Survei Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil survei dukungan sosial yang dilakukan terhadap 30 responden mahasiswa tingkat akhir diketahui bahwa sebanyak 6.7% responden menunjukkan tingkat dukungan sosial yang rendah, 16.7% responden menunjukkan tingkat dukungan sosial sedang serta 76.7% responden menunjukkan tingkat dukungan sosial yang tinggi.

Setelah melihat hasil survei, peneliti kemudian melakukan wawancara pada 3 Februari 2021 melalui telepon terhadap tiga mahasiswa psikologi tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Mulawarman yaitu WM (23), SS (24) dan MI (24).

Subjek WM mengatakan bahwa sering merasa kecewa dengan dirinya sendiri. WM merasa frustrasi ketika orangtua tidak memberi bantuan materiil yang dibutuhkan dalam proses mengerjakan skripsi seperti laptop yang berfungsi dengan baik, alat print, juga kuota internet untuk keperluan materi skripsi sehingga skripsi WM terhambat progresnya. WM mengatakan tidak mempunyai

teman yang mendukung atau menyemangati ketika sedang menyusun skripsi. Orangtua yang cenderung acuh terhadap progres skripsi membuat subjek WM merasa menghadapi semua hambatan skripsi yang dialaminya sendirian.

Masalah materiil juga diakui oleh subjek SS cukup sering terjadi pada dirinya. Mulai dari laptop yang sering error, kurang dana dalam mengerjakan skripsi dan situasi pandemi yang memperburuk ekonomi keluarganya. Subjek SS mengaku bersyukur mempunyai teman-teman yang bersedia membantu mengerjakan skripsi ketika dibutuhkan, sekecil apa pun bantuan tersebut. Selain itu, dosen yang terbilang mudah dihubungi dan dicari serta kerap memberi petunjuk juga info mengenai skripsi turut andil dalam membuat subjek SS merasa mampu mengerjakan skripsi dan merasa didukung oleh banyak pihak dalam menyelesaikan skripsinya.

Orangtua subjek MI selalu berusaha mendukung dan memenuhi kebutuhannya dalam menyusun skripsi baik secara materiil maupun support. Hanya saja subjek MI sering merasa belum bisa memberikan yang terbaik bagi orangtuanya. MI mengatakan dirinya terkadang dibantu oleh teman-teman dalam mengerjakan skripsi misalnya dalam mencari sumber literatur secara daring maupun luring. Subjek MI juga mengatakan bahwa dirinya sering kurang paham dengan kemauan dosen sehingga dalam mengerjakan skripsi subjek MI sering tidak tahu harus bagaimana memenuhi kemauan dosennya.

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa ada indikasi peran dukungan sosial keluarga dan orang sekitar bagi individu untuk dapat mengurangi tingkat stres akademik mereka. Kemudian dapat dilihat bahwa hasil survei daring

dukungan sosial konsisten dengan penelitian Wilks (2008) yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik yang berarti semakin besar dukungan sosial maka semakin rendah stres akademik. Lebih lanjut penelitian Majrika (2018) tentang hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa remaja di Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan dengan nilai r dari uji hipotesis adalah -0.176 , menunjukkan hubungan negatif dari dukungan sosial dan stres akademik siswa.

Dua variabel psikologi yang digunakan dalam penelitian ini sudah pernah dijadikan sebagai variabel dalam penelitian lain. Penelitian Safiany dan Maryatni (2018) mengenai hubungan *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri 4 Jakarta Pusat menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* diperoleh hasil koefisien korelasi (r) antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik sebesar -0.369 dengan $p=0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan ada hubungan signifikan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik siswa. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* pada penelitian ini.

Lebih lanjut penelitian Wistarini dan Marheni (2019) tentang peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas Udayana angkatan 2018 menunjukkan hasil koefisien beta terstandarisasi variabel dukungan sosial keluarga sebesar -0.244 dengan signifikansi sebesar $0.001 (p > 0.05)$ menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga mempunyai peran dalam mengurangi stres akademik. Pada penelitian ini,

peneliti menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir universitas Mulawarman yang sedang mengerjakan skripsi.

Kemudian penelitian Aza dkk (2019) tentang kontribusi dukungan sosial, *self-esteem* dan resiliensi terhadap stres akademik siswa SMA. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif eksplanasi menggunakan teknik *cluster random sampling* pada 307 siswa sma negeri 6 Kediri. Analisis statistik deskriptif penelitian ini menggunakan distribusi frekuensi, sedangkan uji inferensial menggunakan analisis regresi ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi negatif signifikan terhadap stres akademik siswa dengan nilai koefisien sebesar -0.153. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan adanya kontribusi negatif dukungan sosial terhadap stres akademik melalui resiliensi siswa dengan koefisien -0.141. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti memakai teknik analisis yang berbeda yaitu teknik analisis korelasi *product moment*.

Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat indikasi bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan stres akademik mahasiswa dan telah ada penelitian yang mengambil variabel yang serupa namun berbeda dengan penelitian yang peneliti lakukan, maka topik penelitian yang peneliti lakukan benar-benar asli.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis yaitu sebagai referensi atau sumbangan materi bagi perkembangan ilmu psikologi terutama psikologi pendidikan serta menambah kajian ilmu psikologi khususnya mengenai mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19.

Manfaat praktis yaitu bagi para mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan dapat memberi manfaat dalam mengantisipasi tingkat stres akademik yang dapat dialami ketika mengerjakan skripsi dan mengetahui pentingnya dukungan sosial terutama dari pihak keluarga dan teman dalam mengatasi dan mengurangi beban, tekanan dan tingkat stres akademik mahasiswa di masa pandemi covid-19.

Kemudian bagi pihak orangtua dan keluarga agar dapat mengetahui dan mengurangi tingkat stres akademik dengan cara meningkatkan dukungan sosial berupa perhatian, cinta dan penghargaan dari keluarga menciptakan suasana kondusif baik di rumah dan kampus di masa pandemi covid-19 dan juga sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang memiliki topik serupa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Akademik

1. Pengertian Stres Akademik

Sun dkk (2011) mendefinisikan stres akademik sebagai tekanan yang harus dirasakan peserta didik di sekolah akibat tuntutan berbagai tugas yang harus diselesaikan tetapi tidak sesuai dengan kemampuannya. Kemudian menurut Busari (2011) stres akademik terjadi ketika terdapat tuntutan akademik pada individu di mana tuntutan tersebut dianggap telah melampaui batas kemampuan penyesuaian diri individu. Kemudian menurut Wilks (2008), tekanan akademik adalah tekanan dari kebutuhan akademik yang melebihi kemampuan beradaptasi individu yang berpengalaman. Sedangkan menurut Weidner dkk (1996) stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan pendidikan yang disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat individu sedang dalam masapendidikan.

Desmita (2010) mengemukakan bahwa tekanan akademik merupakan reaksi peserta didik terhadap tuntutan akademik yang mendesak, yang dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, tegang, dan perubahan perilaku. Olejnik dan Holschuh (2007) mengemukakan bahwa tekanan akademik merupakan salah satu bentuk respons, karena ketegangan yang disebabkan oleh persyaratan akademik harus dilakukan oleh individu.

Berdasarkan pengertian para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa stres akademik adalah respons yang muncul setelah stimulus-stimulus tertentu yaitu tantangan, tekanan serta tuntutan akademik yang menimbulkan ketegangan, perasaan tidak nyaman dan perubahan tingkah laku yang dapat mengganggu kondisi psikologis serta perubahan perilaku pada mahasiswa.

2. Aspek-aspek Stres Akademik

Menurut Sun dkk (2011) terdapat lima aspek-aspek stres akademik, yaitu:

a. Tekanan Belajar

Tekanan belajar berkaitan dengan stres yang dialami individu di kampus dan di rumah. Tekanan secara pribadi bisa datang dari orang tua, teman, ujian dan tingkat pendidikan yang lebih tinggi.

b. Beban Tugas

Beban tugas terkait dengan tugas yang harus diselesaikan individu. Beban individu dapat meliputi pekerjaan rumah, tugas kuliah dan bentuk ujian/test.

c. Kekhawatiran Terhadap Nilai

Kekhawatiran terhadap nilai merupakan salah satu indikator tekanan belajar mahasiswa. Ketika gagal memenuhi standar yang ditetapkan sendiri, mereka akan merasa khawatir dan tidak puas terhadap pencapaian mereka.

d. Ekspektasi Diri

Ekspektasi diri terkait dengan kemampuan untuk berharap atau mengharapkan dari diri sendiri. Individu dengan stres akademik memiliki ekspektasi yang rendah terhadap diri sendiri, misalnya merasa selalu gagal dalam prestasi akademik, dan jika prestasi akademik tidak memenuhi syarat maka individu akan merasa telah mengecewakan keluarga, orang tua dan tenaga pengajar/pendidik.

e. Keputusanasaan

Keputusanasaan yaitu ketika seseorang merasa tidak mampu mencapai tujuan hidupnya, keputusanasaan berhubungan dengan reaksi emosional. Individu yang berada di bawah tekanan akademis akan merasa bahwa mereka tidak dapat memahami materi pembelajaran dan tidak dapat menyelesaikan tugas baik di sekolah atau kampus.

Kemudian menurut Hardjana (2002) terdapat empat aspek-aspek stres akademik, yaitu sebagai berikut :

a. Fisikal

Aspek fisik berkaitan dengan perilaku fisik dan pribadi yang dapat dilihat dan diamati. Misalnya tekanan darah meningkat, sulit tidur, urat tegang, dan sakit kepala.

b. Emosional

Aspek emosional berkaitan dengan reaksi individu terhadap sesuatu hal. Aspek emosional yang berkaitan dengan tekanan akademik adalah

kesedihan, depresi, dan amarah yang mudah timbul, emosi yang tidak stabil seperti berubah dengan cepat dan lambat untuk memudar.

c. Intelektual

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru. Aspek ini juga melibatkan proses kognitif pribadi. Individu yang berada di bawah tekanan akademis mungkin akan sulit konsentrasi, mudah lupa, dan kualitas pekerjaan menurun.

d. Interpersonal

Aspek hubungan interpersonal melibatkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan atau komunikasi dengan orang lain. Individu yang berada di bawah tekanan akademik akan kesulitan bersosialisasi. Hal ini dikarenakan individu kehilangan kepercayaan terhadap dirinya dan orang lain, mudah menyerang orang lain dan tidak ingin disalahkan.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek stres akademik adalah tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusasaan.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Alvin (2007) stres akademik dipengaruhi faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor-faktor tersebut adalah :

a. Faktor internal, yaitu :

- 1) Pola pikir Individu yang berpikir atau merasa tidak mampu mengendalikan situasi lebih cenderung menanggung tekanan yang lebih

besar daripada mereka yang berpikir atau merasa bisa mengendalikan situasi. Seseorang dengan pola pikir yang baik atau positif pasti lebih mampu dalam mengatasi masalah yang dialami.

2) Kepribadian

Kepribadian dapat menentukan toleransi terhadap stres. Individu dengan pola pikir optimis biasanya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah daripada individu yang berpikiran pesimis.

3) Keyakinan

Keyakinan terhadap diri sendiri memainkan peran yang cukup penting dalam menjelaskan situasi di sekitar individu. Keyakinan diri dianggap sebagai hal yang dapat mengubah pendapat atau pola pikir individu tentang suatu hal.

b. Faktor eksternal, yaitu :

1) Pelajaran yang lebih padat

Kurikulum dalam sistem pendidikan telah ditetapkan ke standar yang lebih tinggi. Akibatnya persaingan antar individu menjadi semakin sengit, bahkan jika pembelajaran di kampus meningkat dan jumlah peserta didik meningkat, hal tersebut juga dapat menimbulkan tekanan pada pribadi seseorang.

2) Tekanan untuk berprestasi

Individu dapat berada di bawah tekanan yang luar biasa untuk berprestasi dalam ujian kampus. Tekanan ini bisa datang dari orang tua, anggota keluarga, tenaga pengajar, teman sebaya, dan diri sendiri.

3) Dorongan status sosial

Individu yang sukses secara akademis akan dikenal dan dikagumi oleh lingkungannya. Sebaliknya, seseorang yang berprestasi buruk disebut lamban atau malas dan dianggap sebagai biang onar, individu tersebut akan cenderung ditolak oleh lingkungan kampus, dimarahi oleh orang tua dan bahkan diabaikan oleh teman.

4) Orang tua yang saling berlomba

Dalam kalangan orang tua yang berpendidikan tinggi, hal ini dapat menimbulkan persaingan untuk menghasilkan anak dengan kemampuan yang lebih baik. Orang tua akan melakukan berbagai cara agar anaknya memiliki kemampuan akademik yang baik, biasanya orang tua akan meningkatkan pendidikan informal anaknya dengan kursus-kursus tertentu.

Berdasarkan uraian di atas, maka faktor yang mempengaruhi stres akademik ada dua yakni faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian dan keyakinan. Faktor kedua yaitu faktor eksternal yang meliputi pelajaran yang padat, tekanan untuk berprestasi, dorongan status sosial dan orangtua yang saling berlomba.

B. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Setiap orang membutuhkan dukungan sosial dalam proses berurusan dengan orang lain. Sarafino (2011) mengemukakan bahwa dukungan sosial mengacu pada

derajat dukungan yang diberikan kepada seorang individu, terutama bila dibutuhkan oleh orang yang memiliki hubungan emosional yang erat dengan individu yang bersangkutan. Dukungan sosial dapat merujuk pada tingkat kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain, dan orang lain di sini dapat dipahami sebagai individu maupun kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan kita dapat berupa dukungan sosial atau tidak, tergantung pada sejauh mana kita memaknainya sebagai dukungan sosial.

Sarason (1983) meyakini bahwa dukungan sosial mengacu pada keberadaan, kemauan dan kepedulian orang-orang yang dapat mengandalkan, menghormati dan mencintai kita. Menurut Cobb (1976) dukungan sosial adalah pemberian informasi melalui sarana verbal dan nonverbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materiil yang diperoleh dari hubungan sosial yang dekat atau hanya disimpulkan dari keberadaannya, sehingga individu merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai sehingga bisa bermanfaat bagi kesejahteraan individu yang menerima. Czyz dkk (2012) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dan dihormati serta dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Baron & Byrne (2005) mengemukakan bahwa dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai memberikan kenyamanan fisik dan psikologis pada seseorang yang menghadapi suatu masalah. Orang merasa aman karena dukungannya

lebih efektif dalam menangani masalah daripada orang yang ditolak oleh orang lain di sekitarnya.

Berdasarkan penjelasan para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, perasaan aman, nyaman, keberadaan, kesediaan dan kepedulian orang lain terhadap individu sehingga yang bersangkutan merasa diterima, dihargai dan didukung.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Secara umum aspek dukungan sosial dibagi menjadi lima menurut Sarafino (2011), yaitu sebagai berikut :

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional mencakup empati, simpati, kepedulian, dan perhatian kepada orang-orang yang terlibat. Dukungan emosional adalah ekspresi emosi, kepercayaan, perhatian, dan mendengarkan. Bersedia mendengarkan keluhan seseorang berdampak positif dalam pelepasan emosi, mengurangi kecemasan, dan membuat orang merasa nyaman, santai, diperhatikan dan disayangi ketika menghadapi berbagai tekanan dalam hidup.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan atau apresiasi didukung dengan secara aktif mengungkapkan penghargaan untuk individu, mendorong atau menyetujui pikiran atau perasaan individu, dan perbandingan positif antara individu dan individu lain, seperti perbandingan dengan yang lebih

kaya atau kurang mampu. Hal seperti ini bisa meningkatkan rasa kepercayaan diri. Melalui interaksi dengan orang lain, individu akan mampu mengevaluasi dan memperkuat keyakinannya sendiri dengan membandingkan pandangan, sikap, keyakinan, dan perilaku orang lain. Jenis dukungan ini dapat membantu individu merasa diapresiasi, dihargai, dan mampu.

c. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental meliputi bantuan langsung, yang bisa dalam bentuk layanan atau jasa, waktu dan uang. Misalnya, meminjamkan uang untuk individu atau menyediakan bantuan jasa ketika individu sedang mengalami hambatan tertentu. Dukungan ini dapat membantu individu dalam melakukan aktivitas.

d. Dukungan informasi

Dukungan informasi meliputi pemberian saran, tips, informasi atau umpan balik. Dukungan ini membantu individu mengatasi masalah dengan memperluas wawasan mereka dan memahami masalah saat ini. Informasi ini dibutuhkan untuk benar-benar membuat keputusan dan memecahkan masalah. Dukungan informasi ini juga membantu individu membuat keputusan karena mencakup mekanisme pemberian informasi, pemberian nasihat dan bimbingan.

e. Dukungan jaringan sosial

Dukungan dari jaringan sosial ini merupakan bentuk dukungan yang diraih dengan memberikan rasa kebersamaan dalam tim dan saling

berbagi manfaat, aktivitas dan kegiatan sosial. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki lima aspek yaitu aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan aspek dukungan jaringan sosial.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2011) berikut ini adalah faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu:

a. Penerima dukungan (*recipients*)

Seandainya seseorang tidak ramah, tidak pernah membantu orang lain, dan tidak membiarkan orang tahu bahwa mereka membutuhkan bantuan, kemungkinan besar mereka tidak akan menerima dukungan sosial. Beberapa orang takut meminta bantuan dari orang lain, atau merasa bahwa mereka harus melakukan semuanya sendiri dan tidak pernah membebani orang lain, atau mengatakan kepada orang lain bahwa mereka merasa kurang nyaman atau tidak tahu harus bertanya apa dan kepada siapa.

b. Penyedia dukungan (*providers*)

Seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan sosial mungkin tidak memiliki apa yang dibutuhkan orang lain, sedang mengalami stres dan di bawah tekanan sehingga individu tidak mempertimbangkan keadaan orang lain, atau mungkin tidak mengetahui apa yang dibutuhkan orang yang membutuhkan dukungan sosial.

c. Faktor komposisi dan struktur jaringan sosial

Hubungan antara individu dan orang lain dalam keluarga dan lingkungan, dapat berbeda-beda dalam hal ukuran jumlah orang yang terkait dengan individu, frekuensi hubungan yaitu seberapa sering individu bertemu orang-orang tersebut, dan komposisi apakah orang-orang itu adalah keluarga, teman, atau rekan kerja dan terakhir keintiman berupa kedekatan hubungan pribadi dan saling percaya.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial antara lain yaitu penerima dukungan, penyedia dukungan, serta faktor komposisi dan struktur jaringan sosial.

C. Kerangka Pemikiran

Dengan adanya tuntutan akademik, harapan dan ekspektasi keluarga dan diri sendiri serta beban dan tekanan belajar yang dialami mahasiswa dapat membuat mahasiswa merasa tertekan, stres, frustrasi dan bahkan dapat mengalami depresi, baik itu mahasiswa yang aktif kuliah dan masih baru atau mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Bila mahasiswa lalai dalam menjaga kondisi kesehatan mentalnya, hal itu dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami stres, frustrasi bahkan dapat mengalami gejala depresi.

Hipotesis tentang keadaan stres pada mahasiswa saat menyusun skripsi didukung oleh hasil penelitian Carsita (2019) pada mahasiswa keperawatan yang menyusun skripsi, didapatkan bahwa sebanyak 28 responden 44.4% mengalami stres berat, 25 responden 39.4% mengalami stres sedang, dan 10 responden 15.9%

mengalami stres ringan. Kemudian penelitian Kurnia (2016) pada mahasiswa semester akhir mengenai kecenderungan stres akademik, menunjukkan terdapat kecenderungan tingkat stres pada mahasiswa semester akhir dengan kecenderungan tingkat stres akademik tinggi 51.7%, sedang 32.6%, dan rendah 4.65%. Stres akademik yang dialami dapat membuat mahasiswa akhirnya menunda, malas bahkan menghambat proses penyusunan skripsi pada mahasiswa.

Lebih lanjut penelitian Broto (2016) mengenai stres pada mahasiswa penyusun skripsi, menunjukkan bahwa stres terjadi karena mahasiswa tidak mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi. Faktor internal meliputi kemampuan atau tingkat kecerdasan individu. Sedangkan faktor eksternal meliputi tuntutan kampus, keluarga dan keuangan. Beberapa faktor internal dan eksternal tersebut sejalan dengan aspek-aspek stres akademik menurut Sun dkk (2011) yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri, dan keputusan. Kemudian dapat dilihat pula keluarga mempunyai peran dalam mengurangi atau bahkan menambah stres akademik mahasiswa, tergantung pada kondisi mahasiswa.

Di masa pandemi covid-19 ini di mana banyak terjadi pengurangan jumlah karyawan, individu kehilangan sumber mata pencaharian yang berdampak pada kondisi keuangan masyarakat. Masalah ekonomi ini dapat berdampak pada mahasiswa juga, beberapa mahasiswa harus mengajukan keringanan biaya UKT karena mengalami kesulitan ekonomi. Selain itu untuk menyelesaikan skripsi, tentunya diperlukan biaya tambahan. Biaya transportasi, kertas, dan internet adalah beberapa diantaranya. Ditambah lagi di masa pandemi covid-19 ini

universitas mengeluarkan peraturan untuk kuliah daring dan bimbingan skripsi daring, otomatis biaya internet mahasiswa menjadi berkali-kali lipat.

Faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi stres akademik diantaranya yaitu faktor tekanan untuk berprestasi contohnya dapat berupa persaingan akademis antara mahasiswa, tuntutan orang tua dalam prestasi akademis. Faktor dorongan status sosial yang secara tidak langsung dapat membuat individu memacu dan menuntut dirinya untuk mencapai standar tinggi dalam hal akademik. Serta faktor orangtua yang saling berlomba yang merupakan ekspektasi dan tuntutan orang tua terhadap mahasiswa ditambah dengan bentuk bantuan materiil oleh orangtua dapat dikaitkan dengan ada atau tidaknya dukungan sosial dan pengaruhnya terhadap stres akademik mahasiswa.

Semua hal di atas dapat menyebabkan mahasiswa semakin terbebani dan cenderung merasa tertekan, maka dari itu diperlukan dukungan sosial yang berupa emosional, instrumental, penghargaan, informasi dan jaringan sosial yang merupakan aspek-aspek dari dukungan sosial (Sarafino, 2011).

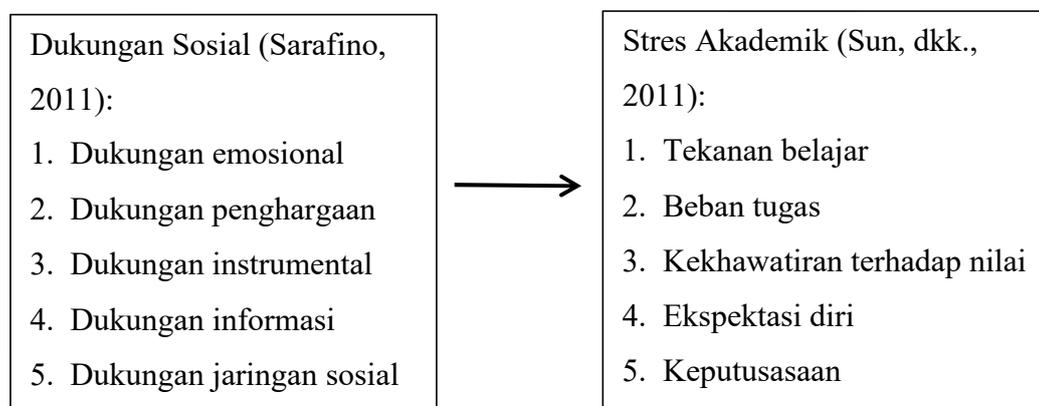
Dukungan sosial dapat merujuk pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh individu dari orang lain. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga seperti orangtua dan kakak atau adik, teman sebaya atau teman perkuliahan serta dari dosen. Beberapa penelitian memberikan indikasi bahwa stres akademik dan dukungan sosial saling berkaitan. Hasil penelitian oleh Wilks (2008) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik. Penelitian yang dilakukan pada

mahasiswa jurusan pekerjaan sosial menunjukkan bahwa dukungan teman memainkan peran di tengah lingkungan stres akademik mahasiswa.

Kemudian penelitian Salam (2019) mengenai hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada 100 siswa di SMA Negeri 1 Pamekasan yang menggunakan teknik analisis regresi dan korelasi parsial. Hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan stres akademik diperoleh nilai $t = -0.561$ dengan $p = 0.081$ ($p > 0.05$) yang berarti antara dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan.

Sedangkan penelitian tentang dukungan sosial orangtua terlihat di penelitian Ernawati dan Rusmawati (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik pada siswa SMK dengan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0.362$, hal tersebut berarti semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan siswa.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan kerangka berpikir pada penelitian ini adalah:



Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka teori dan konsep di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. H1: Ada hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19.
2. H0: Tidak ada hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2015) penelitian dengan penggunaan metode kuantitatif menekankan pada analisis data numerik yang diolah dengan metode statistik. Menurut Arikunto (2010), penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan sejumlah besar angka dari pengumpulan data, interpretasi data dan penyajian hasil. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial dan menarik kesimpulannya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Penelitian ini adalah statistik inferensial jenis korelasional. Analisis korelasional dipakai karena mencari hubungan antara dua variabel. Statistik inferensial digunakan untuk membantu dari hasil yang didapatkan pengolahan dari suatu sampel yang dapat di generalisasikan pada populasi (Nisfiannoor, 2009).

B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini meliputi variabel bebas dan variabel terikat, yakni diantaranya :

1. Variabel Bebas : Dukungan Sosial
2. Variabel Terikat : Stres Akademik

C. Definisi Konsepsional

Definisi konsepsional adalah abstrak mengenai fenomena yang dirumuskan atas generalisasi dari jumlah karakteristik, kejadian, keadaan kelompok atau individu tertentu. Definisi konsepsional yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Stres Akademik

Stres akademik adalah respons yang muncul setelah stimulus-stimulus tertentu yaitu tantangan serta tuntutan akademik yang menimbulkan ketegangan, perasaan tidak nyaman dan perubahan tingkah laku yang dapat mengganggu kondisi psikologis serta perubahan perilaku pada individu.

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dukungan sosial adalah suatu bentuk perhatian, perasaan aman, nyaman, keberadaan, kesediaan dan kepedulian orang lain terhadap individu sehingga individu merasa diterima, dihargai dan didukung.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional mempunyai arti tunggal dan diterima secara objektif, di mana indikator variabel tersebut tampak (Azwar, 2015). Sehingga dikemukakan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut :

1. Stres Akademik

Stres akademik adalah tekanan yang dapat dirasakan mahasiswa tingkat akhir di kampus akibat tuntutan berbagai tugas seperti deadline skripsi, ujian seminar dan biaya materiil skripsi yang harus diselesaikan tetapi tidak sesuai

dengan kemampuannya. Stres akademik ini terdiri dari beberapa aspek yang dinyatakan oleh Sun, dkk (2011) yakni tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan.

2. Dukungan Sosial

Sarafino (2011) mengemukakan bahwa dukungan sosial mengacu pada derajat dukungan yang diberikan kepada mahasiswa tingkat akhir terutama bila dibutuhkan oleh orang yang memiliki hubungan emosional yang erat dengan mahasiswa yang bersangkutan. Dukungan sosial dapat merujuk pada tingkat kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima mahasiswa tingkat akhir dari orang lain, dan orang lain di sini dapat dipahami sebagai individu maupun kelompok. Dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek menurut Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2017) mengatakan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa jenjang S1 universitas Mulawarman yang berjumlah 24.337 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah populasi total yang memiliki karakteristik yang diinginkan. Penelitian ini menggunakan rancangan sampel *non-probability sampling*, di mana teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Penelitian ini menggunakan teknik sampel *purposive sampling* di mana teknik pengambilan sampel sumber data dilakukan dengan adanya pertimbangan kriteria tertentu (Sugiyono, 2017). Roscoe dalam Sugiyono (2017) memberikan saran-saran tentang ukuran sampel untuk penelitian seperti berikut ini:

- a. Ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 orang.
- b. Bila sampel dibagi dalam kategori (misalnya: pria-wanita, pegawai negeri-swasta dan lain-lain) maka jumlah anggota sampel setiap kategori minimal 30.
- c. Bila dalam penelitian akan melakukan analisis dengan multivariate (korelasi atau regresi ganda misalnya), maka jumlah anggota sampel minimal 10 kali dari jumlah variabel yang diteliti. Misalnya variabel penelitiannya ada 5 (independen + dependen), maka jumlah anggota sampel = $10 \times 5 = 50$.

Maka dari itu besarnya sampel pada penelitian ini berjumlah 100 orang, karena berada dalam range 30-500. Kemudian Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mahasiswa yang berada di semester akhir dan sedang mengerjakan skripsi. Peneliti mengambil subjek mahasiswa tingkat akhir didasarkan pada beberapa hasil penelitian terdahulu yaitu penelitian yang dilakukan Agusmar, Vani & Wahyuni (2019), menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik yang tinggi. Kemudian penelitian Aulia & Panjaitan (2019) dengan hasil stres akademik yang dialami mahasiswa tingkat akhir berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 71.3%.
2. Terindikasi mengalami stres akademik setelah melalui screening. Penelitian ini menggunakan teori stres akademik Sun dkk (2011) dan mengadaptasi dari skala stres akademik Putri (2018).

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dimaksud pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan membagikan alat pengukuran berupa skala kepada mahasiswa tingkat akhir psikologi Universitas Mulawarman. Menurut Sugiyono (2017) skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif, skala yang digunakan berupa skala likert.

Likert merupakan metode pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Skala likert digunakan untuk menyusun skala stres akademik dan skala dukungan sosial. Skala likert menggunakan alternatif

perjenjangan dari kondisi yang *favorable* (sangat mendukung) hingga yang *unfavorable* (sangat tidak mendukung).

Tabel 4. Skala Pengukuran Likert

Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

Penelitian ini menggunakan metode try out terpakai yaitu metode yang dalam proses penelitiannya menggunakan sampel yang sama dengan sampel dalam uji validitas dan reliabilitas. Uji coba ini dilakukan terhadap 30 sampel mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 di Universitas Mulawarman. Skala pengukuran tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik ini di modifikasi oleh peneliti dari Putri (2018) berdasarkan skala aspek-aspek stres akademik yang dikemukakan oleh Sun dkk (2011), berikut adalah aspek-aspek stres akademik yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan.

Tabel 5. *Blueprint* Skala Stres Akademik

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Tekanan Belajar	1, 7, 11, 21	12, 22, 31, 32	8
Beban Tugas	2, 9, 13, 23	14, 24, 33, 34	8
Kekhawatiran Terhadap Nilai	4, 10, 15, 25	16, 26, 35, 36	8
Ekspektasi Diri	3, 6, 17, 27	18, 28, 37, 38	8
Keputusan	5, 8, 19, 29	20, 30, 39, 40	8
Total	20	20	40

Sumber: Lampiran hal: 77

2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial ini dimodifikasi oleh peneliti dari penelitian Majrika (2018) berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (2011) berikut adalah aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial.

Tabel 6. *Blueprint* Skala Dukungan Sosial

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Dukungan Emosional	2, 5, 8, 16	21, 26, 31, 36	8
Dukungan Penghargaan	4, 11, 13, 17	22, 27, 32, 37	8
Dukungan Instrumental	1, 3, 7, 15	23, 28, 33, 38	8
Dukungan Informasi	6, 9, 12, 14	24, 29, 34, 39	8
Dukungan Jaringan Sosial	10, 18, 19, 20	25, 30, 35, 40	8
Total	20	20	40

Sumber: Lampiran hal: 80

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut Arikunto (2010) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keabsahan dan keahlian suatu instrumen. Pada kedua variabel menggunakan uji validitas *Pearson Product Moment Correlation-Bivariate* dan membandingkan hasil uji Pearson Correlation dengan r total korelasi. Berdasarkan nilai korelasi jika r hitung > r total korelasi (0.300) maka item dinyatakan valid. Kemudian beberapa peneliti lainnya menggunakan kaidah dengan taraf signifikansi lima persen atau 0.05 di mana jika r hitung > r tabel maka item dinyatakan valid.

2. Reliabilitas

Azwar (2015) mengatakan bahwa reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability* sehingga memiliki arti bahwa reliabilitas adalah kepercayaan, keterandalan, kestabilan dan konsistensi sehingga reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Pada metode skala likert yaitu variabel stres akademik dan dukungan sosial menggunakan teknik uji reliabilitas teknik Alpha Cronbach's. Hasil pengukuran dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai alpha Cronbach minimal sebesar 0.700.

H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik terdiri dari 40 aitem yang terbagi atas lima aspek. Hasil analisis butir didapatkan dari r hitung > 0.300 untuk $N = 30$. Berdasarkan hasil uji validitas butir menunjukkan bahwa dari 40 butir terdapat 5 butir yang gugur dan 35 butir valid.

Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Stres Akademik

Aspek	Aitem				Jumlah	
	Favorable		Unfavorable		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
Tekanan Belajar	1, 11, 21	7	12, 22, 31, 32	-	7	1
Beban Tugas	2, 9, 23	13	14, 24, 33, 34	-	7	1
Kekhawatiran Terhadap Nilai	4, 10, 15, 25	-	16, 26, 35, 36	-	8	-
Ekspektasi Diri	3, 6, 17, 27	-	18, 37, 38	28	8	1
Keputusan	5, 8, 19, 29	-	30, 39	20,40	6	2
Total	18	2	17	3	35	5

Sumber: Lampiran hal: 77

Tabel 8. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Stres Akademik *Try Out* (N=30)

Aspek	Jumlah Butir Awal	Jumlah Butir Gugur	Jumlah Butir Sahih	R Terendah-Tertinggi	Sig Terendah - Tertinggi
1	8	1	7	0.431-0.678	0.017-0.000
2	8	1	7	0.386-0.739	0.035-0.000
3	8	-	8	0.385-0.627	0.036-0.000
4	8	1	7	0.367-0.634	0.046-0.000
5	8	2	6	0.457-0.748	0.011-0.000

Sumber: Lampiran hal: 84

Skala stres akademik terdiri dari 40 butir dan terbagi dalam 5 aspek. Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dirangkum dalam tabel, bahwa terdapat 5 aitem gugur pada variabel stres akademik yaitu aspek tekanan belajar 1 aitem dan aspek beban tugas 1 aitem, aspek ekspektasi diri 1 aitem serta aspek keputusasaan 2 aitem.

Tabel 10. *Alpha Cronbach's* Skala Stres Akademik

Variabel	Skor Alpha
Stres Akademik	0.874

Sumber: Lampiran hal: 93

Berdasarkan tabel *alpha cronbach's* skala stres akademik diatas, diketahui bahwa secara keseluruhan didapat nilai alpha sebesar $0.874 > 0.700$, sehingga skala stres akademik ini dapat dinyatakan andal.

2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial terdiri dari 40 aitem yang terbagi atas lima aspek. Hasil analisis butir didapatkan dari r hitung > 0.300 untuk $N = 30$. Berdasarkan hasil uji validitas butir menunjukkan bahwa dari 40 butir terdapat 2 butir yang gugur dan 38 butir valid.

Tabel 11. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial

Aspek	Aitem				Jumlah	
	Favorable		Unfavorable		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
Dukungan Emosional	2, 5, 8, 16	-	21, 26, 31, 36	-	8	-
Dukungan Penghargaan	4, 11, 13, 17	-	22, 27, 32, 37	-	8	-
Dukungan Instrumental	3, 7, 15	1	23, 28, 33, 38	-	7	1
Dukungan Informasi	6, 9, 12, 14	-	24, 29, 34, 39	-	8	-
Dukungan Jaringan Sosial	10, 18, 19, 20	30	25, 35, 40	-	7	1
Total	18	2	20	0	38	2

Sumber: Lampiran hal: 80

Tabel 12. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Dukungan Sosial Try Out (N=30)

Aspek	Jumlah Butir Awal	Jumlah Butir Gugur	Jumlah Butir Sahih	R Terendah-Tertinggi	Sig Terendah - Tertinggi
1	8	-	8	0.397-0.670	0.030-0.000
2	8	-	8	0.495-0.721	0.005-0.000
3	8	1	7	0.409-0.724	0.025-0.000
4	8	-	8	0.516-0.770	0.004-0.000
5	8	1	7	0.556-0.781	0.001-0.000

Sumber: Lampiran hal: 89

Skala dukungan sosial terdiri dari 40 butir dan terbagi dalam 5 aspek. Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dirangkum dalam tabel , bahwa terdapat 2 aitem gugur pada variabel dukungan sosial yaitu aspek dukungan instrumental 1 aitem dan aspek dukungan jaringan sosial 1 aitem.

Tabel 14. Alpha Cronbach's Skala Dukungan Sosial

Variabel	Skor Alpha
Dukungan Sosial	0.889

Sumber: Lampiran hal:95

Berdasarkan tabel *alpha cronbach's* skala dukungan sosial diatas, diketahui bahwa secara keseluruhan didapat nilai alpha sebesar $0.889 > 0.700$, sehingga skala dukungan sosial ini dapat dinyatakan andal.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, menghitung data, menyajikan data dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, serta melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2017).

Sebelum dilakukan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik karena sebuah model yang baik adalah sebuah model dengan kesalahan peramalan yang sesedikit mungkin karena itu sebuah model sebelum digunakan harus memenuhi beberapa asumsi (Santoso, 2015). Uji asumsi yang digunakan pada penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linearitas dan uji hipotesis menggunakan uji analisis product moment dan uji korelasi parsial.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data. Uji normalitas data dapat dilakukan dengan membandingkan probabilitas nilai *Kolmogorov-Smirnov* dengan sebesar 0.05 (5%). Kaidah yang digunakan adalah jika nilai $p > 0.05$ maka sebaran data dianggap normal, sebaliknya jika $p < 0.05$ maka sebaran data dianggap tidak normal (Hadi, 2006).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linear atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan terikat (Santoso, 2015).

3. Uji Analisis *Product Moment*

Menurut Sugiyono (2017) analisis korelasi sederhana adalah teknik uji analisis untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dan untuk mengetahui arah hubungan variabel. Analisis ini sering disebut *product moment* pearson. Nilai korelasi r berkisar antara 1 sampai -1, semakin mendekati nilai 1 atau -1 maka artinya hubungan dua variabel semakin kuat dan sebaliknya semakin nilai korelasi mendekati 0 berarti hubungan antara dua variabel lemah. Nilai positif menunjukkan hubungan searah (X naik maka Y naik) sedangkan nilai negatif menunjukkan hubungan berlawanan (X naik Y turun).

4. Uji Korelasi Parsial

Korelasi parsial merupakan perluasan dari metode korelasi sederhana atau korelasi pearson. Maka dari itu analisis korelasi parsial adalah suatu teknik yang digunakan untuk mengidentifikasi kuat atau lemahnya hubungan antar variabel bebas dan variabel terikat, dimana variabel bebas lainnya dikontrol atau dianggap berpengaruh (Irianto, 2006). Uji korelasi parsial untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen, apakah berpengaruh secara parsial atau tidak.

Korelasi parsial digunakan untuk menganalisis bila peneliti bermaksud mengetahui pengaruh atau mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen, di mana salah satu variabel independennya dibuat tetap atau dikendalikan (Sugiyono, 2017). Kaidah dari nilai $P < 0.050$ dan r hitung $> r$ tabel maka dapat dikatakan memiliki hubungan signifikan antara variabel. Kemudian

untuk keseluruhan teknik analisis data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS versi *25 for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum

1. Universitas Mulawarman Kota Samarinda

Universitas Mulawarman atau yang sering disebut sebagai Unmul adalah sebuah perguruan tinggi negeri di Samarinda, provinsi Kalimantan Timur, Indonesia. Provinsi Kalimantan Timur pada tahun 1960-an masih berupa daerah yang sedikit jumlah penduduknya dan penyebarannya tidak merata. Banyak pemuda-pemudi daerah Kalimantan Timur yang melanjutkan pendidikan tinggi harus menuju Banjarmasin, Makassar atau kota-kota di pulau Jawa. Maka dari itu, atas permintaan masyarakat Kalimantan Timur, direncanakanlah pendirian perguruan tinggi negeri untuk kota Samarinda. Berdasarkan keputusan Pemerintah Daerah Kalimantan Timur pada tanggal 7 Juni 1962, dibentuklah Perguruan Tinggi Mulawarman di Samarinda.

Perguruan Tinggi Mulawarman lalu ditetapkan sebagai Universitas Kalimantan Timur berdasarkan keputusan Menteri Pendidikan Tinggi dan Ilmu Pengetahuan Thoyib Hadiwidjaja pada tanggal 28 September 1962. Namun nama ini diubah lagi menjadi Universitas Mulawarman dan diresmikan oleh Presiden Republik Indonesia Ir. Soekarno pada tanggal 23 April 1963. Tanggal 27 September 1962 pada akhirnya ditetapkan sebagai tanggal berdirinya Universitas Mulawarman. Nama Mulawarman diambil dari nama Raja Mulawarman Nala

Dewa dari Kerajaan Kutai pada abad ke empat, kerajaan pertama di Indonesia yang tercatat dalam sejarah yang berlokasi di provinsi Kalimantan Timur.

Universitas Mulawarman adalah universitas tertua di provinsi Kalimantan Timur dengan jumlah mahasiswa aktif mencapai lebih dari 37.000 orang. Dengan jumlah mahasiswa tersebut Universitas Mulawarman menjadi perguruan tinggi terbesar di Kalimantan. Kampus utama Universitas Mulawarman berada di Jalan Gunung Kelua dan kampus lainnya berada di Jalan Pahlawan, Jalan Banggeris serta Jalan Flores. Sejak tahun 2000, Universitas Mulawarman terus berkembang dengan tambahan Fakultas dan Program Studi baru. Sampai dengan tahun 2015, Universitas Mulawarman memiliki dua belas fakultas dan dua up.fakultas dengan delapan puluh satu program studi, setelah penambahan sembilan fakultas dan up.fakultas baru (Universitas Mulawarman, 2021).

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Mulawarman yang terletak di Jalan Gunung Kelua, Kelurahan Sempaja, Kecamatan Samarinda Utara, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Individu yang menjadi subjek atau responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Mulawarman yaitu merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 dan terindikasi mengalami stres akademik melalui hasil screening. Penentuan subjek penelitian berdasarkan *purposive sampling* yaitu

penentuan sampel yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian, sehingga ditentukan subjek penelitian berjumlah 70 orang mahasiswa. Karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 15. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1	20	3	4.29%
2	21	15	21.43%
3	22	13	18.57%
4	23	16	22.86%
5	24	12	17.14%
6	25	9	12.86%
7	26	2	2.86%
Total		70	100

Sumber: Data primer diolah pada Mei 2021

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Universitas Mulawarman Samarinda adalah mahasiswa dengan usia 20 tahun berjumlah 4.29%, usia 21 tahun sebanyak 21.43%, usia 22 tahun berjumlah 18.57%, usia 23 tahun berjumlah 22.86%, usia 24 tahun berjumlah 17.14%, usia 25 tahun berjumlah 12.86%, serta usia 26 berjumlah 2.86%.

Tabel 16. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-laki	20	28.57%
2	Perempuan	50	71.43%
Jumlah		70	100

Sumber: Data primer diolah pada Mei 2021

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa subjek penelitian ini yang merupakan mahasiswa tingkat akhir Universitas Mulawarman adalah mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah sebanyak 28.57% dan mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 71.43%.

Tabel 17. Karakteristik Subjek Berdasarkan Angkatan

No.	Angkatan	Jumlah	Persentase
1	2014	16	22.86%
2	2015	13	18.57%
3	2016	12	17.14%
4	2017	29	41.43%
Jumlah		70	100

Sumber: Data primer diolah pada Mei 2021

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Universitas Mulawarman Samarinda yaitu merupakan mahasiswa angkatan 2014 sebanyak 22.86%, mahasiswa angkatan 2015 berjumlah 18.57%, mahasiswa angkatan 2016 sekitar 17.14% dan mahasiswa angkatan 2017 berjumlah 41.43%. Adapun karakteristik dari indikasi screening tingkat stres akademik pada 70 orang subjek mahasiswa Universitas Mulawarman Samarinda, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 18. Karakteristik Subjek Berdasarkan *Screening* Hasil Tingkat Stres Akademik

No.	Tingkat Stres Akademik	Jumlah	Persentase
1	Rendah	6	8.57%
2	Sedang	49	70%
3	Tinggi	15	21.43%
Total		70	100

Sumber: Data primer diolah pada Mei 2021

2. Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data digunakan untuk menggambarkan data subjek yang terkategori dalam penelitian ini. Mean empirik dan mean hipotetik diperoleh dari respon sampel penelitian melalui dua skala penelitian, yaitu skala stres akademik dan skala dukungan sosial.

Tabel 19. Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	SD Hipotetik	Status
Stres Akademik	89.73	10.743	87.5	18	Tinggi
Dukungan Sosial	107.87	12.803	95	19	Tinggi

Sumber: Lampiran hal: 97

Berdasarkan tabel diatas, diketahui gambaran sebaran data pada subjek penelitian secara umum Mahasiswa Universitas Mulawarman Samarinda. Pada skala stres akademik yang telah diisi diperoleh mean empirik 89.73 lebih tinggi dari mean hipotetik 87.5 dengan kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat stres akademik tinggi. Adapun sebaran data sebagai berikut:

Tabel 20. Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 113.75	Sangat Tinggi	1	1.4%
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	96.25 – 112.75	Tinggi	13	18.6%
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	78.75 – 95.25	Sedang	45	64.3%
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	61.25 – 77.75	Rendah	11	15.7%
$X < M - 1.5 SD$	< 61.25	Sangat Rendah	0	0%

Sumber: Lampiran hal: 97

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki rentang nilai skala stres akademik pada kategori sangat tinggi berjumlah 1 mahasiswa (1.4%), kategori tinggi berjumlah 13 mahasiswa (18.6%), kategori sedang berjumlah 45 mahasiswa (64.3%) serta kategori rendah yaitu 11 orang mahasiswa (15.7%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini memiliki skor tingkat stres akademik sedang.

Pada skala dukungan sosial yang telah didapat sebelumnya diperoleh hasil mean empirik 107.87 yaitu lebih tinggi dari mean hipotetik 95 dengan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa subjek berada pada kategori tingkat dukungan sosial tinggi. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala dukungan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 123.5	Sangat Tinggi	22	31.4%
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	104.5 – 122.5	Tinggi	34	48.6%
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	85.5– 103.5	Sedang	14	20%
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	66.5 – 84.5	Rendah	0	0%
$X < M - 1.5 SD$	< 66.5	Sangat Rendah	0	0%

Sumber: Lampiran hal: 97

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki rentang nilai skala dukungan sosial pada kategori sangat tinggi berjumlah 22 mahasiswa (31.4%), kategori tinggi berjumlah 34 mahasiswa (48.6%), serta kategori sedang berjumlah 14 mahasiswa (20%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini memiliki dukungan sosial tinggi.

3. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi untuk melihat penyimpangan frekuensi observasi yang diteliti dari frekuensi teoritik. Uji normalitas data antara lain dapat dilakukan dengan membandingkan probabilitas nilai *Kolmogorov-Smirnov* dengan sebesar 0.05 (5%). Kaidah yang digunakan adalah jika nilai $p > 0.05$ maka sebaran data

dianggap normal, sebaliknya jika $p < 0.05$ maka sebaran data dianggap tidak normal (Hadi, 2006). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

1) *Table Test of Normality*

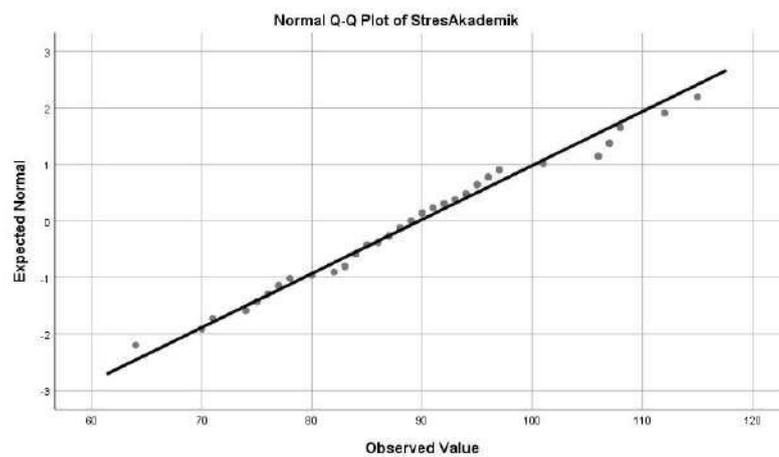
Tabel 22. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Z	P	Keterangan
Stres Akademik	0.087	0.200	Normal
Dukungan Sosial	0.062	0.200	Normal

Sumber: Lampiran hal: 98

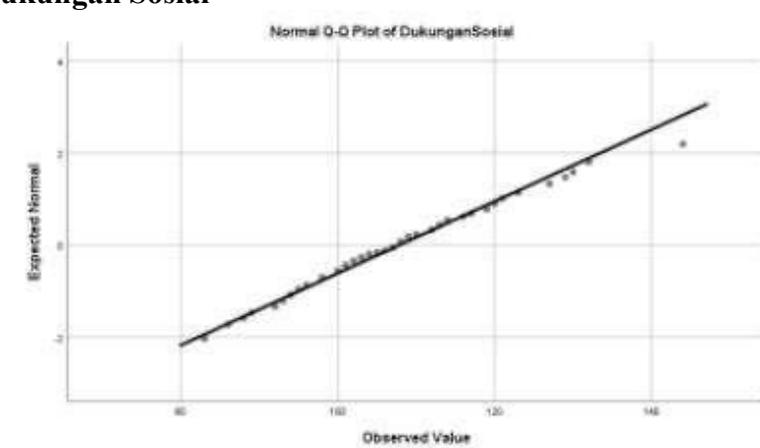
2) **Q - Q Plot**

a) **Stres Akademik**



Gambar 4. Plot Stres Akademik

b) **Dukungan Sosial**



Gambar 5. Plot Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap stres akademik menghasilkan nilai $Z = 0.087$ dan $p = 0.200 > 0.05$. Hasil uji normalitas berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir stres akademik adalah normal.
- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel dukungan sosial menghasilkan nilai $Z = 0.062$ dan $p = 0.200 > 0.05$. Hasil uji normalitas berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir dukungan sosial adalah normal.

b. Uji Linearitas

Uji asumsi linearitas dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linearitas dapat pula untuk mengetahui taraf penyimpangan dari linearitas hubungan tersebut. Adapun kaidah yang digunakan dalam uji linearitas hubungan adalah bila nilai linearity F hitung $< F$ tabel maka hubungan dinyatakan linear, atau bila nilai $p > 0.05$ maka hubungan dinyatakan linear (Sugiyono, 2017). Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 23. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Dukungan Sosial - Stres Akademik	0.935	1.77	0.576	Linear

Sumber: Lampiran hal: 99

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil uji linearitas hubungan variabel stres akademik dengan dukungan sosial menunjukkan hasil F hitung (0.935) $< F$ tabel (1.77) dan $P (0.576) > 0.05$ sehingga data dinyatakan linear.

4. Hasil Uji Hipotesis

a. Hasil Uji Analisis Product Moment

Hipotesis dalam penelitian adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis product moment dan uji korelasi parsial. Sugiyono (2017) menyebutkan bahwa besarnya koefisien korelasi akan berkisar antara -1 (negatif satu) sampai +1 (positif satu) dengan penafsiran sebagai berikut:

Tabel 24. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Nilai Korelasi	Interpretasi
0.00 - 0.199	Sangat Lemah
0.20 - 0.399	Lemah
0.40 - 0.599	Sedang
0.60 - 0.799	Kuat
0.80 - 1.000	Sangat Kuat

Berdasarkan hasil pengujian atas variabel dukungan sosial dan stres akademik secara didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 25. Hasil Uji Analisis Product Moment

Variabel	r hitung	r tabel	P	Keterangan
Dukungan Sosial (X)				
Stres Akademik (Y)	-0.406	0.235	0.000	Korelasi Sedang

Sumber: Lampiran hal: 99

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa variabel stres akademik dan dukungan sosial menunjukkan $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$ yang artinya bahwa ada hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik dengan nilai korelasi nilai $r \text{ hitung} = -0.406 > r \text{ tabel} 0.235$ dan $P = 0.000 < 0.05$. Hasil menunjukkan arah hubungan negatif dimana jika semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stres akademik.

b. Hasil Uji Korelasi Parsial

Pada penelitian ini akan dilakukan uji hipotesis tambahan berupa uji korelasi parsial. Korelasi parsial digunakan untuk menganalisis bila peneliti bermaksud mengetahui pengaruh atau mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen, di mana salah satu variabel independennya dibuat tetap atau dikendalikan (Sugiyono, 2017). Kaidah dari nilai $P < 0.050$ dan r hitung $> r$ tabel maka dapat dikatakan memiliki hubungan signifikan antara variabel. Berdasarkan hasil pengujian didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 26. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Tekanan Belajar (Y_1)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Dukungan Emosional (X_1)	- 0.134	0.235	0.269	Korelasi sangat lemah
Dukungan Penghargaan (X_2)	- 0.207	0.235	0.085	Korelasi lemah
Dukungan Instrumental (X_3)	- 0.065	0.235	0.593	Korelasi sangat lemah
Dukungan Informasi (X_4)	- 0.034	0.235	0.780	Korelasi sangat lemah
Dukungan Jaringan Sosial (X_5)	- 0.093	0.235	0.443	Korelasi sangat lemah

Sumber: Lampiran hal: 100

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa faktor dukungan penghargaan (X_2) berkorelasi lemah, kemudian faktor dukungan emosional (X_1), dukungan instrumental (X_3), dukungan informasi (X_4), dan dukungan jaringan sosial (X_5), berkorelasi sangat lemah dengan tekanan belajar(Y_1).

Tabel 27. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Beban Tugas (Y₂)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Dukungan Emosional (X ₁)	- 0.037	0.235	0.760	Korelasi sangat lemah
Dukungan Penghargaan (X ₂)	- 0.075	0.235	0.537	Korelasi sangat lemah
Dukungan Instrumental (X ₃)	0.142	0.235	0.240	Korelasi sangat lemah
Dukungan Informasi (X ₄)	0.054	0.235	0.659	Korelasi sangat lemah
Dukungan Jaringan Sosial (X ₅)	- 0.088	0.235	0.466	Korelasi sangat lemah

Sumber: Lampiran hal: 101

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa faktor dukungan emosional (X₁), dukungan penghargaan (X₂), dukungan instrumental (X₃), dukungan informasi (X₄), dan dukungan jaringan sosial (X₅), berkorelasi sangat lemah dengan beban tugas(Y₂).

Tabel 28. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Kekhawatiran Terhadap Nilai (Y₃)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Dukungan Emosional (X ₁)	- 0.352	0.235	0.003	Korelasi lemah
Dukungan Penghargaan (X ₂)	- 0.416	0.235	0.000	Korelasi sedang
Dukungan Instrumental (X ₃)	- 0.185	0.235	0.126	Korelasi sangat lemah
Dukungan Informasi (X ₄)	- 0.344	0.235	0.004	Korelasi lemah
Dukungan Jaringan Sosial (X ₅)	- 0.407	0.235	0.000	Korelasi sedang

Sumber: Lampiran hal: 102

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa faktor dukungan penghargaan (X₂) dan dukungan jaringan sosial (X₅) berkorelasi sedang dengan kekhawatiran terhadap nilai (Y₃), dukungan emosional (X₁) dan dukungan informasi (X₄) berkorelasi lemah, sedangkan dukungan instrumental (X₃) berkorelasi sangat lemah dengan kekhawatiran terhadap nilai (Y₃).

Tabel 29. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Ekspektasi Diri (Y₄)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Dukungan Emosional (X ₁)	- 0.427	0.235	0.000	Korelasi sedang
Dukungan Penghargaan (X ₂)	- 0.390	0.235	0.001	Korelasi lemah
Dukungan Instrumental (X ₃)	- 0.284	0.235	0.017	Korelasi lemah
Dukungan Informasi (X ₄)	- 0.342	0.235	0.004	Korelasi lemah
Dukungan Jaringan Sosial (X ₅)	- 0.447	0.235	0.000	Korelasi sedang

Sumber: Lampiran hal: 103

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa faktor dukungan emosional (X₁), dukungan penghargaan (X₂), dukungan instrumental (X₃), dukungan informasi (X₄), dan dukungan jaringan sosial (X₅) berkorelasi signifikan terhadap ekspektasi diri (Y₄).

Tabel 30. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Keputusan (Y₅)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Dukungan Emosional (X ₁)	- 0.444	0.235	0.000	Korelasi sedang
Dukungan Penghargaan (X ₂)	- 0.433	0.235	0.000	Korelasi sedang
Dukungan Instrumental (X ₃)	- 0.325	0.235	0.006	Korelasi lemah
Dukungan Informasi (X ₄)	- 0.443	0.235	0.000	Korelasi sedang
Dukungan Jaringan Sosial (X ₅)	- 0.329	0.235	0.005	Korelasi lemah

Sumber: Lampiran hal: 104

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa faktor lalu dukungan instrumental (X₃) dan dukungan jaringan sosial (X₅) berkorelasi lemah, sedangkan dukungan emosional (X₁), dukungan penghargaan (X₂), dukungan informasi (X₄) berkorelasi sedang dengan keputusan(Y₅).

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Mulawarman. Berdasarkan hasil uji analisis product moment didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 di Universitas Mulawarman Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan nilai r hitung = $-0.406 > r$ tabel 0.235 dan $P = 0.000 < 0.05$. Artinya hubungan antar variabel tersebut berada pada kategori sedang.

Hal ini menunjukkan besaran korelasi dengan arah negatif signifikan, artinya hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa tingkat akhir Universitas Mulawarman yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19 dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat stres akademik.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ernawati dan Rusmawati (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik orang tua dengan stres akademik pada siswa SMK dengan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0.362$, hal tersebut berarti semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan siswa.

Pada hasil uji deskriptif stres akademik diketahui bahwa dari 70 responden yang mengalami stres akademik terbanyak pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 1 orang, kategori tinggi sebanyak 13 orang, kategori sedang sebanyak 45 orang, dan kategori rendah sebanyak 11 orang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tengah mengikuti bimbingan skripsi jarak jauh atau secara daring mengalami stres akademik. Desmita (2010) mengemukakan bahwa tekanan akademik merupakan reaksi peserta didik terhadap tuntutan akademik yang mendesak, yang dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, tegang, dan perubahan perilaku.

Selain hal di atas, menurut Rahmawati (2017), stres akademik dapat terjadi dikarenakan adanya stresor akademik yang berasal dari proses belajar yakni dapat berupa tekanan skripsi, masa studi, lama belajar, keputusan menentukan jurusan dan karir, kecemasan terhadap tantangan akademik. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Thursan (2005) stres akademik dapat disebabkan oleh proses skripsi yang sulit bagi mahasiswa, sehingga muncul kecemasan dan rasa takut akan proses yang dihadapi.

Hasil penelitian Livana dkk (2020) menunjukkan hasil distribusi penelitiannya mengenai penyebab stress akademik mahasiswa yaitu diantaranya adalah tugas pembelajaran sebanyak 70.29%, Perasaan bosan di rumah saja 57.8%, proses pembelajaran daring yang mulai membosankan 55.8%, tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi 40.2%.

Hasil uji deskriptif dukungan sosial menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama masa pandemi covid-19 tergolong pada kategori

tinggi dengan jumlah mahasiswa sebanyak 34, pada kategori sangat tinggi 22 mahasiswa, kategori sedang sebanyak 14 mahasiswa. Menurut hasil penelitian Firdiansyah (2020) mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa yang menunjukkan nilai koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0.468 dan $\text{sig} = 0.000$ ($p \leq 0.01$) yaitu menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa. Apabila dukungan sosial teman sebaya positif maka stres akademik mahasiswa rendah, namun apabila dukungan sosial teman sebaya negatif maka stres akademik mahasiswa tinggi.

Dukungan sosial dapat menanggulangi stres akademik yang muncul pada mahasiswa. Menurut Smet (1994) individu yang mendapatkan dukungan sosial yang positif dari keluarga atau lingkungannya, maka individu tersebut menjadi mampu menerjemahkan segala sesuatu menjadi lebih ringan ketika menanggung peristiwa yang menegangkan, sehingga menjadi lebih mampu mengatasi stres akademik yang tengah dialami.

Namun, pada penelitian ini, hasil uji deskriptif dukungan sosial mayoritas pada kategori tinggi sedangkan kategori mahasiswa yang mengalami stres akademik mayoritas berada pada kategori sedang, menurut Taufik dan Ifdil (2013) adanya dukungan sosial baik dari orangtua, guru, teman sebaya justru terkadang dapat memunculkan stress akademik karena harapan untuk meraih prestasi dari sumber dukungan cukup tinggi. Harapan tersebut sering tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki mahasiswa sehingga menimbulkan tekanan psikologis yang mempengaruhi proses belajar.

Berdasarkan uji korelasi parsial pada penelitian ini, diketahui bahwa secara umum dukungan sosial yang paling berpengaruh pada stres akademik adalah aspek dukungan penghargaan, dukungan emosional, dan dukungan jaringan sosial terhadap aspek kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan. Menurut Maslihah (2011), dukungan sosial berupa penghargaan memiliki pengaruh untuk mengurangi stres akademik karena penghargaan dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yang memunculkan rasa dihargai, diapresiasi dan mampu menyelesaikan skripsi. Sehingga hal tersebut dapat mengurangi rasa kecemasan dan kekhawatiran mahasiswa terhadap nilai dalam proses pembelajaran jarak jauh dimasa pandemi. Dukungan penghargaan tersebut dapat diberikan oleh dosen atau orangtua.

Dukungan sosial berupa jaringan sosial pun dianggap dapat menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa, yaitu pada aspek ekspektasi diri. Menurut Sarafino (2011) mengatakan bahwa dukungan jaringan sosial merupakan rasa kebersamaan dalam grup atau tim dan saling berbagi manfaat, aktivitas dan kegiatan sosial. Dalam hal ini, bentuk dukungan jaringan sosial dapat berupa kerja sama tim atau tolong-menolong baik secara jasa, materi atau waktu dalam memecahkan masalah. Sehingga hal ini mempengaruhi ekspektasi diri mahasiswa, dimana ekspektasi diri ini berupa perasaan selalu gagal dalam prestasi akademik dan perasaan mengecewakan keluarga jika gagal meraih prestasi akademik (Sun, 2011).

Selanjutnya adalah dukungan emosional yang mempengaruhi aspek stres akademik keputusan yang berupa reaksi emosional, dukungan ini dapat

diwujudkan dengan rasa peduli, perhatian dari orangtua, dosen, teman sebaya pada mahasiswa dengan mengubah sudut pandang mahasiswa terhadap stresor akademik yang dialami. Misalnya, sistem dukungan sosial memberikan respon positif jika mahasiswa mengeluh mengenai skripsi atau mengalami masalah dalam mengerjakan skripsi yang tengah dikerjakan di masa pandemi dengan membantu mahasiswa atau mendengarkan mahasiswa. Hal ini dapat memunculkan perasaan dibantu, dipedulikan, dan dicintai dalam menghadapi permasalahan (Huda, dkk, 2019). Penelitian yang dilakukan Astuti (2013) menunjukkan bahwa dukungan seperti perhatian, empati, dorongan dan lainnya dapat memberikan perasaan yang lebih nyaman, aman, stabil pada mahasiswa.

Beberapa faktor lain yang berhubungan dengan stres akademik diantaranya seperti *self-efficacy*. Hasil penelitian Onibala (2020) mengenai pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum universitas X di Manado yang menunjukkan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa kedokteran lebih dipengaruhi oleh faktor internal yaitu efikasi diri dibandingkan dengan faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Efikasi diri berpengaruh terhadap stres akademik mahasiswa kedokteran sebesar 11.5% ($p = 0.003$) dan dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap stres akademik pada mahasiswa kedokteran ($p = 0.216$). Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Sagita dkk (2017) menemukan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Program Bimbingan dan Konseling Fakultas Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah proses pengisian skala ditengah pandemi Covid-19 yang menyebabkan seluruh skala hanya diisi melalui cara daring, kemudian sampel yang digunakan pada penelitian ini terbatas hanya pada mahasiswa Universitas Mulawarman yang dapat menjangkau dan mengakses *link google form* pada waktu yang tepat yang telah disebarakan oleh peneliti di berbagai media sosial seperti instagram dan twitter serta whatsapp. Selain itu, meskipun skala dibagikan melalui berbagai media sosial terdapat kendala dengan kurangnya subjek yang mengisi skala penelitian sehingga untuk peneliti selanjutnya disarankan menambah jumlah responden.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi Covid-19 di Universitas Mulawarman Samarinda.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Mulawarman Samarinda. Bagi mahasiswa diharapkan dapat mengenali, mengasah kemampuan mengelola stres agar dapat menghadapi situasi yang dapat menimbulkan stres akademik dimasa pandemi covid-19. Mahasiswa disarankan setidaknya memiliki cukup relasi pertemanan, baik teman kampus, teman kost ataupun teman dekat diluar perkuliahan sebagai sumber dukungan jaringan sosial yang dapat membantu mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.
2. Bagi Keluarga dan Orangtua Mahasiswa. Bagi anggota keluarga dan orangtua mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan dapat memantau kondisi mahasiswa, memberi bentuk dukungan emosional berupa memberi semangat, dorongan, kasih sayang dan perhatian kepada mahasiswa tingkat akhir.

3. Bagi Dosen. Bagi dosen dapat memberi dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir yang berupa dukungan penghargaan yaitu mengapresiasi hasil kerja mahasiswa saat mahasiswa menyusun skripsi.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan variabel stres akademik, diharapkan dapat mengkaji dan mengembangkan penelitian yang berhubungan dengan variabel stres akademik seperti motivasi berprestasi, self-efficacy, dan proskastinasi akademik. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat memperbanyak jumlah subjek penelitian dengan lebih banyak dan menggunakan waktu yang lebih lama dalam menyebarkan skala penelitian. Kemudian apabila peneliti selanjutnya tertarik melakukan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan menggunakan metode penelitian kualitatif atau perbandingan agar hasil penelitian yang didapatkan dapat lebih spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusmar, A.Y., Vani, A. T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2018 dengan angkatan 2015. *Health & Medical Journal*, 1(2), 34-37. 10.33854/heme.v1i2.238
- Alvin, N. O. (2007). *Handling study stress: Panduan agar anda bisa belajar bersama anak-anak anda*. Elex Media Komputindo.
- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, M. (2013). Implementasi program full day school sebagai usaha mendorong perkembangan sosial peserta didik tk unggulan al-ya'lu kota malang. *Jurnal Kebijakan dan Pengembangan Pendidikan*, 1(2), 133-140. <https://doi.org/10.22219/jkpp.v1i2.1561>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127-134. doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134
- Aza, I., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2019). Kontribusi dukungan sosial, self-esteem, dan resiliensi terhadap stres akademik siswa sma. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(4), 491-498. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/12285>
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar Offset.
- Baron, R.A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial* (edisi ke-10 jilid 2). Erlangga.
- Broto, H. D. F. C. (2016). *Stres pada mahasiswa penulis skripsi (Studi kasus pada salah satu mahasiswa program studi bimbingan dan konseling universitas sanata dharma)*. [Skripsi, Universitas Sanata Dhrama]. USD Reposistory. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/6189>
- Bungin, B. (2006). *Metodologi penelitian sosial: Format kuantitatif dan kualitatif*. Universitas Airlangga Press.
- Busari, A. O. (2011). Validation of student academic stress scale (sass). *European Journal of Social Sciences*, 21(1), 94-105. https://www.researchgate.net/publication/287692935_Validation_of_student_academic_stress_scale_SASS
- Carsita, W. N. (2019). Tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang menyusun skripsi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 6(2). 76. <https://doi.org/10.36973/jkih.v6i2.151>

- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Czyz E. K., Liu, Z., & King C. A. (2012). Social connectedness and one-year trajectories among suicidal adolescents following psychiatric hospitalization. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(2). 226. <https://doi.org/10.1080/15374416.2012.651998>
- Dabbagh, N. & Ritland, B. B. (2005). *Online learning, concepts, strategies and application*. Pearson.
- Daton, Z. D., & Kontributor samarinda. (2020, Juli 12). Mahasiswa gantung diri di samarinda, diduga depresi kuliah 7 tahun tak lulus, skripsi sering ditolak dosen. *Kompas*. <https://regional.kompas.com/read/2020/07/12/19122501/mahasiswa-gantung-diri-di-samarinda-diduga-depresi-kuliah-7-tahun-tak-lulus>
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013. Semarang: *Jurnal Empati*, 4(4), 26-31. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/13547>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De pablo, J. (2008). Relationships between academic stress, social support, mental health and academic performance in venezuelan university students. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739-752. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672008000300011&lng=en&tlng=en.
- Firdiansyah, M. R., (2020) *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stress akademik mahasiswa universitas muhammadiyah surakarta*. [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta] UMS ETD-db. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/87288>
- Hadi, S. (2006). *Metodologi research*. Pustaka Pelajar.
- Hardjana, A. M. (2002). *Stres tanpa distress, seni mengolah stres*. Kanisius.
- Huda, A. S., Asmuji, & Wahyuni, S. (2019). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan stress akademik pada siswa sistem full day school sman 1 besuki. *Jurnal Unmuh*. <http://repository.unmuhjember.ac.id/7270/1/ARTIKEL>
- Irianto, A. (2006). *Statistik: Konsep dasar dan aplikasi*. Kencana.

- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2020). *Pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran corona virus disease (COVID-19)* (Surat edaran kemdikbud Nomor 4 Tahun 2020). Jakarta, DKI: Pengelola web kemdikbud. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendidikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). "Learning task" attributable to students's stress during the pandemic covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208. <http://dx.doi.org/10.32584/jikj.v3i2.590>
- Maharani, T. (2020, Juli 9). Survei kemendikbud: 90 persen mahasiswa pilih kuliah tatap muka. *Kompas*. <https://nasional.kompas.com/read/2020/07/09/12330921/survei-kemendikbud-90-persen-mahasiswa-pilih-kuliah-tatap-muka>
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian diri di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa smpit assyfa boarding school subang jawa barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2). 103-114. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>
- Mumpuni, Y. & Wulandari, A. (2010). *Cara jitu mengatasi stres*. Penerbit Andi.
- Nisfiannoor, M. (2009). *Pendekatan statistika modern untuk ilmu sosial*. Salemba Humatika.
- Olejniak, S.N & Holschuh, J.P. (2007). *College rules: how to study, survive, and success* (2nd ed). Ten Speed Press.
- Onibala, L. A. (2020). *Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum universitas X di Manado = The effect of self-efficacy and social support toward academic stress of medical students of x university in Manado*. [Skripsi, Universitas Pelita Harapan]. Universitas Pelita Harapan Institutional Repository. <http://repository.uph.edu/id/eprint/11502>
- Prodjo, W. A. (2020, April 02). Wabah corona, skripsi mahasiswa tingkat akhir terancam tak selesai. *Kompas*. <https://www.kompas.com/edu/read/2020/04/02/164350771/wabah-corona-skrripsi-mahasiswa-tingkat-akhir-terancam-tak-selesai?>
- Pusdatin Kementrian Kesehatan. (2021). *Peta sebaran*. Covid19.go.id. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>

- Putri, R. Q. D. (2018). *Kesehatan sosial-emosional dan stres akademik pada siswa sekolah menengah menengah atas di sma negeri 2 balikpapan*. [Skripsi, Universitas Islam Indonesia]. DSpace Repository. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/9539>
- Rahmawati, W. K. (2017). Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk menangani stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(1), 15-21. <https://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI/article/view/1636>
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring ditengah wabah covid-19. *BIODIK*. 6(2), 214-224. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Safiany, A., & Maryatmi, A. S. (2018). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa-siswi kelas xi di sma negeri 4 jakarta pusat. *IKRAITH-HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(3), 87-95. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/362>
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan self efficacy, motivasi berprestasi, prokrastinasi akademik dan stres akademik mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 1(2), 43-52. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52>
- Salam, A. (2019). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa. *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 325-342. <http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/index.php/Irsyad/article/view/2162>
- Santoso, S. (2015). *Menguasai statistik multivariat*. PT Elex Media Komputindo.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed). John Willey and Sons, Inc.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: the social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127–139. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.127>
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Penerbit CV Alfabeta.

- Sun, J., Dunne, M.P., Hou, X., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534-546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>
- Taufik, T., Ifdil, I., & Ardi, Z. (2013). Kondisi stres akademik siswa sma negeri di kota padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 143-150. <https://doi.org/10.29210/12200>
- Thursan, H. (2005). *Belajar secara efektif*. Puspa Swara.
- Universitas Mulawarman. (2021, Februari 11). Di Wikipedia. https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Mulawarman_University&oldid=1006209950
- Universitas Mulawarman. (2020, Februari 18). *File data keadaan mahasiswa*. Universitas Mulawarman. https://sia.unmul.ac.id/file/konten/H9QdR7-eYc9Yq4lXHmKGS1fRdEtX u4TFZSjzC5GSic8ioSWf3O_UFub7hI0mo6MTK3lfpKQ47kzLnT7oEAt9w
- Weidner, G., Kohlmann C. W., Dotzauer E., & Burns, L. R. (1996). The effects of academic stress on health behaviors in young adults. *Anxiety, Stress & Coping*, 9(2), 123-133. <https://doi.org/10.1080/10615809608249396>
- Majrika, R. Y. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja sma di yogyakarta*. [Skripsi, Universitas Islam Indonesia]. DSpace Repository. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/7549>
- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work*, 9(2), 106-125. <https://doi.org/10.18060/51>
- Wistarini, N., & Marheni, A. (2019). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana, edisi khusus psikologi pendidikan*, 164-173. <https://ocs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/52516>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian

IDENTITAS DIRI

Nama Lengkap/inisial : _____ (L / P)*

Usia : _____ Tahun

Jurusan : _____

Angkatan : _____

Semester : _____

Nomor HP/Whatsapp/Id Line/-

Email yang dapat dihubungi : _____

*Lingkari salah satu saja

Sebelum mengisi lembar skala silahkan menjawab pernyataan di bawah ini:

1. Saya merasa banyak tuntutan belajar dan persaingan ketat diantara teman-teman perkuliahan.
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Saya merasa terbebani dengan standar skripsi yang harus saya penuhi.
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Saya tidak percaya diri dengan kemampuan saya dalam mengerjakan skripsi.
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Saya khawatir dengan hasil skripsi saya.
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Saya merasa telah mengecewakan orangtua saya dengan hasil skripsi saya sejauh ini.
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Saya merasa kecewa dan gagal ketika tidak dapat memenuhi tujuan (*goals*) yang saya tetapkan dalam mengerjakan skripsi.
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Situasi pembelajaran daring/ bimbingan skripsi daring membuat saya tertekan.
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Saya merasa stres sulit tidur, sulit konsentrasi dan merasa frustrasi ketika melihat progress skripsi saya.
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Beban skripsi yang harus dipenuhi dalam waktu singkat membuat saya merasa tertekan.
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Nilai skripsi/hasil ujian sangat penting bagi saya bahkan sangat mempengaruhi masa depan saya.
 - a. Ya
 - b. Tidak

Lampiran 2. Skala Penelitian

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan-pernyataan berikut dengan teliti. Berikan tanda cek (✓) pada jawaban yang Anda pilih. Berikut ini alternatif jawaban yang tersedia:

STS : Sangat Tidak Sesuai
TS : Tidak Sesuai
S : Sesuai
SS : Sangat Sesuai

Penting:

Tidak ada jawaban benar/salah atau baik/buruk. Pilihlah **SATU** dari beberapa alternatif jawaban yang tersedia. **Tulis jawaban Anda dengan jujur sesuai dengan kenyataan diri Anda yang sesungguhnya.** Jangan sampai ada nomor yang terlewatkan.

Selamat mengisi!

SKALA STRES AKADEMIK					
No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa banyak persaingan diantara teman kuliah di masa pandemi covid-19 ini				
2	Saya merasa tertekan dengan standar skripsi yang akan dipenuhi di masa pandemi covid-19 ini				
3	Saya kurang percaya diri dengan kemampuan saya dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
4	Saya khawatir dengan hasil ujian skripsi saya				
5	Saya merasa telah mengecewakan orangtua saya dengan hasil skripsi saya di masa pandemi covid-19 ini				
6	Saya merasa kecewa ketika tidak dapat memenuhi tujuan (<i>goals</i>) yang saya tetapkan dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
7	Saya merasa tertekan dengan situasi bimbingan skripsi daring di masa pandemi covid-19 ini				
8	Saya merasa frustrasi ketika melihat skripsi saya				

-
- 9 Beban skripsi di masa pandemi covid-19 ini membuat saya merasa tertekan
 - 10 Saya percaya nilai skripsi cukup mempengaruhi pencapaian saya kedepannya
 - 11 Saya merasa orangtua selalu menuntut saya untuk meraih hasil sempurna di bidang akademik
 - 12 Keluarga membebaskan saya dari tuntutan akademik
 - 13 Saya merasa terbebani dengan ujian skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 14 Tugas skripsi yang banyak membuat saya jadi semangat
 - 15 Saya takut skripsi saya tidak mencapai standar yang diperlukan di masa pandemi covid-19 ini
 - 16 Saya sering berhasil mencapai standar yang saya inginkan di bidang akademik
 - 17 Saya merasa tidak memenuhi standar yang saya tetapkan dalam mengerjakan skripsi
 - 18 Saya mempunyai daftar harapan untuk masa depan yang saya yakin akan tercapai
 - 19 Saya sering merasa tidak memahami materi ketika mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 20 Saya paham dengan materi skripsi saya meski itu cukup rumit
 - 21 Saya merasa tertekan dengan ketatnya persaingan untuk melanjutkan studi s2 di masa pandemi covid-19 ini
 - 22 Orangtua cenderung tidak memberi saya tekanan dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 23 Saya merasa beban skripsi saat ini sering membuat saya merasa lelah di masa pandemi covid-19 ini
 - 24 Saya merasa beban skripsi saya cenderung tidak berlebihan di masa pandemi covid-19 ini
 - 25 Saya sering merasa kurang puas dengan skripsi saya
 - 26 Hasil skripsi saya cukup memuaskan bagi saya
-

-
- 27 Saya cenderung tidak berharap tinggi saat melihat hasil skripsi saya
 - 28 Saya menuntut tinggi untuk diri sendiri dalam bidang akademik di masa pandemi covid-19 ini
 - 29 Saya merasa kurang mampu memenuhi tuntutan akademik di masa pandemi covid-19 ini
 - 30 Saya yakin mampu memenuhi tuntutan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 31 Pencapaian akademik teman di masa pandemi covid-19 ini cenderung tidak mempengaruhi saya
 - 32 Saya jarang merasa tertekan melihat tuntutan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 33 Beban materi skripsi yang menumpuk di masa pandemi covid-19 ini kurang berpengaruh pada saya
 - 34 Saya cenderung bahagia mempunyai banyak beban skripsi yang memacu motivasi saya di masa pandemi covid-19 ini
 - 35 Saya percaya skripsi saya akan mendapat nilai yang bagus
 - 36 Pencapaian akademik saya membuat saya percaya diri
 - 37 Saya yakin akan membuat orangtua bangga dengan hasil skripsi saya
 - 38 Saya percaya dengan kemampuan saya untuk meraih masa depan cemerlang di masa pandemi covid-19 ini
 - 39 Saya yakin akan menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya di masa pandemi covid-19 ini
 - 40 Saya yakin mampu menyelesaikan skripsi meskipun berada dibawah tekanan di masa pandemi covid-19 ini
-

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya mempunyai teman dekat yang ada di sekitar saya saat saya membutuhkan bantuan mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
2	Saya membagi suka dan duka saya mengerjakan skripsi dengan sahabat di masa pandemi covid-19 ini				
3	Keluarga sering memberikan bantuan jasa ketika saya dalam kesulitan menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
4	Saya mendapat apresiasi yang nyata di bidang akademik dari keluarga				
5	Saya memiliki sahabat yang selalu membuat saya merasa santai saat menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
6	Dosen kerap memberikan umpan balik positif ketika saya mendapat hasil ujian skripsi yang baik				
7	Saya akan meminta tolong secara aktif pada teman jika skripsi saya mengalami hambatan di masa pandemi covid-19 ini				
8	Saya dapat berkeluh kesah dengan keluarga mengenai skripsi				
9	Dosen memberi nasihat ketika saya melakukan kesalahan dalam mengerjakan skripsi				
10	Saya senang mengikuti kegiatan kumpul bersama teman-teman sebaya untuk berdiskusi mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
11	Saya memiliki sahabat yang sependapat dalam pemikiran mengenai skripsi				
12	Saya mempunyai sahabat yang memiliki hobi serupa yang dapat membuat saya bersantai disela-sela mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
13	Keluarga membantu saya membuat keputusan penting dalam hidup saya terutama mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini				
14	Saya mempunyai sahabat yang dapat memberi saran yang bermanfaat untuk				

-
- skripsi saya
- 15 Keluarga sering berusaha mencukupi kebutuhan materiil skripsi saya di masa pandemi covid-19 ini
 - 16 Keluarga memberikan perasaan nyaman pada saya saat saya berada di rumah mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 17 Saya memiliki teman kuliah yang mendukung saya dalam mencapai target (*goals*) skripsi saya
 - 18 Saya memiliki teman yang dapat diajak berdiskusi mengenai topik seputar skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 19 Ketika diajak berkumpul bersama teman-teman grup untuk bersantai disela-sela menyusun skripsi, saya merasa bersemangat untuk mengikutinya
 - 20 Saya merasakan manfaat positif yang signifikan dari kegiatan kumpul bersama teman-teman di masa pandemi covid-19 ini
 - 21 Keluarga cenderung tidak memberi motivasi pada saya saat menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 22 Tidak ada yang menghargai kerja keras saya saat mengerjakan skripsi
 - 23 Saya cenderung tidak memiliki teman untuk diminta bantuan mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 24 Keluarga jarang memberikan saya opini dalam membuat keputusan penting berkaitan dengan masalah akademik
 - 25 Saya jarang ikut berkumpul bersama teman-teman kuliah di masa pandemi covid-19 ini
 - 26 Saya cenderung tidak memiliki teman untuk berkeluh-kesah mengenai masalah skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 27 Orangtua cenderung tidak mengapresiasi pencapaian akademik saya
 - 28 Teman-teman jarang membantu saat saya menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 29 Orangtua cenderung tidak membantu saya dalam menyelesaikan masalah
-

-
- skripsi di masa pandemi covid-19 ini
- 30 Saya jarang mempunyai teman dekat yang sebaya diluar lingkup perkuliahan
 - 31 Hanya sedikit orang yang dapat saya minta nasihat mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 32 Dosen kurang mengapresiasi kinerja saya saat mengerjakan skripsi
 - 33 Orangtua hampir tidak pernah memberikan bantuan materiil untuk skripsi saya di masa pandemi covid-19 ini
 - 34 Dosen cenderung tidak memberikan umpan balik positif pada skripsi saya
 - 35 Bagi saya diskusi tentang perkuliahan terutama skripsi kurang menarik
 - 36 Kondisi keluarga membuat saya kurang nyaman berada di rumah di masa pandemi covid-19 ini
 - 37 Keluarga sering membandingkan prestasi akademik saya secara negatif dengan orang lain
 - 38 Saya sering kesulitan memenuhi kebutuhan materiil skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 39 Dosen jarang memberi petunjuk untuk mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
 - 40 Bagi saya berkumpul bersama teman-teman cenderung tidak memberi manfaat yang signifikan di masa pandemi covid-19 ini
-

Lampiran 3. Blueprint Skala Penelitian

Blueprint Skala Stres Akademik

No.	Aspek-aspek Stres Akademik	Nomor Item	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Tekanan Belajar	1. Saya merasa banyak persaingan diantara teman kuliah dimasa pandemi covid-19 ini	12. Keluarga membebaskan saya dari tuntutan akademik
		7. Saya merasa tertekan dengan situasi bimbingan skripsi daring dimasa pandemi covid-19 ini	22. Orangtua cenderung tidak memberi saya tekanan dalam mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini
		11. Saya merasa orangtua selalu menuntut saya untuk meraih hasil sempurna di bidang akademik	31. Pencapaian akademik teman dimasa pandemi covid-19 ini cenderung tidak mempengaruhi saya
		21. Saya merasa tertekan dengan ketatnya persaingan untuk melanjutkan studi s2 dimasa pandemi covid-19 ini	32. Saya jarang merasa tertekan melihat tuntutan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini
2	Beban Tugas	2. Standar skripsi yang harus dipenuhi membuat saya merasa tertekan dimasa pandemi covid-19 ini	14. Tugas skripsi yang banyak membuat saya jadi semangat
		9. Beban skripsi dimasa pandemi covid-19 ini membuat saya merasa tertekan	24. Saya merasa beban skripsi saya cenderung tidak berlebihan dimasa pandemi covid-19 ini
		13. Saya merasa terbebani dengan ujian skripsi dimasa pandemi covid-19 ini	33. Beban materi skripsi yang menumpuk dimasa pandemi covid-19 ini kurang berpengaruh pada saya
		23. Saya merasa beban skripsi saat ini sering membuat saya merasa	34. Saya cukup bahagia mempunyai banyak beban skripsi

		lelah dimasa pandemi covid-19 ini	yang memacu motivasi saya dimasa pandemi covid-19 ini
3	Kekhawatiran Terhadap Nilai	4. Saya khawatir dengan hasil ujian skripsi saya	16. Saya sering berhasil mencapai standar yang saya inginkan di bidang akademik
		10. Saya percaya nilai skripsi cukup mempengaruhi pencapaian saya kedepannya	26. Hasil skripsi saya cukup memuaskan bagi saya
		15. Saya takut skripsi saya tidak mencapai standar yang diperlukan dimasa pandemi covid-19 ini	35. Skripsi saya pasti akan mendapat nilai yang bagus
		25. Saya sering merasa kurang puas dengan skripsi saya	36. Pencapaian akademik saya membuat saya percaya diri
4	Ekspektasi Diri	3. Saya kurang percaya diri dengan kemampuan saya dalam mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini	18. Saya mempunyai daftar harapan untuk masa depan yang saya yakin akan tercapai
		6. Saya merasa kecewa ketika tidak dapat memenuhi tujuan (<i>goals</i>) yang saya tetapkan dalam mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini	28. Saya menuntut tinggi untuk diri sendiri dalam bidang akademik dimasa pandemi covid-19 ini
		17. Saya merasa tidak memenuhi standar yang saya tetapkan dalam mengerjakan skripsi	37. Saya yakin akan membuat orangtua bangga dengan hasil skripsi saya
		27. Saya cenderung tidak berharap tinggi saat melihat hasil skripsi saya	38. Saya percaya dengan kemampuan saya untuk meraih masa depan cemerlang dimasa pandemi covid-19 ini

5	Keputusasaan	5. Saya merasa telah mengecewakan orangtua saya dengan hasil skripsi saya sejauh ini	20. Saya paham dengan materi skripsi saya meski itu sangat rumit
		8. Saya merasa frustrasi ketika melihat skripsi saya	30. Saya yakin mampu memenuhi tuntutan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini
		19. Saya sering merasa tidak memahami materi ketika mengerjakan skripsi dimasa pandemi covid-19 ini	39. Saya yakin akan menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya dimasa pandemi covid-19 ini
		29. Saya merasa kurang mampu memenuhi tuntutan akademik dimasa pandemi covid-19 ini	40. Saya yakin mampu menyelesaikan skripsi meskipun berada di bawah tekanan dimasa pandemi covid-19 ini
Total		20	20

Blueprint Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek-aspek Dukungan Sosial	Nomor Item	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Dukungan Emosional	2. Saya membagi suka dan duka saya dengan sahabat dimasa pandemi covid-19 ini	21. Keluarga cenderung tidak memberi motivasi pada saya saat menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		5. Saya memiliki sahabat yang selalu membuat saya merasa santai saat menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini	26. Saya cenderung tidak memiliki teman untuk berkeluh-kesah mengenai masalah skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		8. Saya dapat berkeluh kesah dengan keluarga mengenai skripsi	31. Hanya sedikit orang yang dapat saya minta nasihat mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		16. Keluarga memberikan perasaan nyaman pada saya saat saya berada di rumah mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini	36. Kondisi keluarga membuat saya kurang nyaman berada di rumah di masa pandemi covid-19 ini
2	Dukungan Penghargaan	4. Saya mendapat apresiasi yang nyata di bidang akademik dari keluarga	22. Tidak ada yang menghargai kerja keras saya saat mengerjakan skripsi
		11. Saya memiliki sahabat yang sependapat dalam pemikiran mengenai skripsi	27. Orangtua cenderung tidak mengapresiasi pencapaian akademik saya
		13. Keluarga membantu saya membuat keputusan penting dalam hidup saya terutama mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini	32. Dosen kurang mengapresiasi kinerja saya saat mengerjakan skripsi
		17. Saya memiliki	37. Keluarga sering

		teman kuliah yang mendukung saya dalam mencapai target (<i>goals</i>) skripsi saya	membandingkan prestasi akademik saya secara negatif dengan orang lain
3	Dukungan Instrumental	1. Saya mempunyai teman dekat yang ada di sekitar saya saat saya membutuhkan bantuan mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini	23. Saya cenderung tidak memiliki teman untuk diminta bantuan mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		3. Keluarga sering memberikan bantuan jasa ketika saya dalam kesulitan menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini	28. Teman-teman jarang membantu saat saya menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		7. Saya akan meminta tolong secara aktif pada teman jika skripsi saya mengalami hambatan di masa pandemi covid-19 ini	33. Orangtua hampir tidak pernah memberikan bantuan materiil untuk skripsi saya di masa pandemi covid-19 ini
		15. Keluarga sering berusaha mencukupi kebutuhan materiil skripsi saya di masa pandemi covid-19 ini	38. Saya sering kesulitan memenuhi kebutuhan materiil skripsi di masa pandemi covid-19 ini
4	Dukungan Informasi	6. Dosen kerap memberikan umpan balik positif ketika saya mendapat hasil ujian skripsi yang baik	24. Keluarga jarang memberikan saya opini dalam membuat keputusan penting berkaitan dengan masalah akademik
		9. Dosen memberi nasihat ketika saya melakukan kesalahan dalam mengerjakan skripsi	29. Orangtua cenderung tidak membantu saya dalam menyelesaikan masalah skripsi di masa pandemi covid-19 ini
		12. Saya mempunyai sahabat yang memiliki hobi serupa yang dapat membuat saya bersantai disela-sela mengerjakan skripsi di	34. Dosen cenderung tidak memberikan umpan balik positif pada skripsi saya

		masa pandemi covid-19 ini	
		14. Saya mempunyai sahabat yang dapat memberi saran yang bermanfaat untuk skripsi saya	39. Dosen jarang memberi petunjuk untuk mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 ini
5	Dukungan Jaringan Sosial	10. Saya senang mengikuti kegiatan kumpul bersama teman-teman sebaya untuk berdiskusi mengenai skripsi di masa pandemi covid-19 ini	25. Saya jarang ikut berkumpul bersama teman-teman kuliah di masa pandemi covid-19 ini
		18. Saya memiliki teman yang dapat diajak berdiskusi mengenai topik seputar skripsi di masa pandemi covid-19 ini	30. Saya jarang mempunyai teman dekat yang sebaya diluar lingkup perkuliahan
		19. Ketika diajak berkumpul bersama teman-teman grup untuk bersantai disela-sela menyusun skripsi, saya merasa bersemangat untuk mengikutinya	35. Bagi Saya diskusi tentang perkuliahan terutama skripsi kurang menarik
		20. Saya merasakan manfaat positif yang signifikan dari kegiatan kumpul bersama teman-teman di masa pandemi covid-19 ini	40. Bagi saya berkumpul bersama teman-teman cenderung tidak memberi manfaat yang signifikan di masa pandemi covid-19 ini
Total		20	20

Lampiran 5. Hasil Uji Validitas

A. Stres Akademik

1. Aspek Tekanan Belajar

		Correlations								
		Aitem1	Aitem7	Aitem11	Aitem12	Aitem21	Aitem22	Aitem31	Aitem32	TotalAspek1
Aitem1	Pearson Correlation	1	.336	.472**	.057	.261	-.101	.109	-.107	.481**
	Sig. (2-tailed)		.069	.009	.765	.163	.595	.568	.574	.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem7	Pearson Correlation	.336	1	.274	-.106	.182	-.208	-.111	-.194	.292
	Sig. (2-tailed)	.069		.143	.576	.336	.270	.560	.305	.117
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem11	Pearson Correlation	.472**	.274	1	.220	.025	.186	.571**	.032	.678**
	Sig. (2-tailed)	.009	.143		.243	.895	.324	.001	.868	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem12	Pearson Correlation	.057	-.106	.220	1	.160	.206	.481**	.418*	.608**
	Sig. (2-tailed)	.765	.576	.243		.397	.275	.007	.022	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem21	Pearson Correlation	.261	.182	.025	.160	1	-.017	-.019	.043	.453*
	Sig. (2-tailed)	.163	.336	.895	.397		.931	.922	.821	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem22	Pearson Correlation	-.101	-.208	.186	.206	-.017	1	.253	.350	.431*
	Sig. (2-tailed)	.595	.270	.324	.275	.931		.177	.058	.017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem31	Pearson Correlation	.109	-.111	.571**	.481**	-.019	.253	1	.201	.608**
	Sig. (2-tailed)	.568	.560	.001	.007	.922	.177		.288	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem32	Pearson Correlation	-.107	-.194	.032	.418*	.043	.350	.201	1	.435*
	Sig. (2-tailed)	.574	.305	.868	.022	.821	.058	.289		.016
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek1	Pearson Correlation	.481**	.292	.678**	.608**	.453*	.431*	.608**	.436*	1
	Sig. (2-tailed)	.007	.117	.000	.000	.012	.017	.000	.016	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

2. Aspek Beban Tugas

		Correlations								
		Aitem2	Aitem9	Aitem13	Aitem14	Aitem23	Aitem24	Aitem33	Aitem34	TotalAspek2
Aitem2	Pearson Correlation	1	.751**	.407*	.033	.189	.133	.371*	.177	.739**
	Sig. (2-tailed)		.000	.026	.862	.317	.482	.044	.348	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem9	Pearson Correlation	.751**	1	.344	-.150	.229	-.003	.410*	.207	.683**
	Sig. (2-tailed)	.000		.063	.430	.224	.999	.025	.273	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem13	Pearson Correlation	.407*	.344	1	-.189	.033	.215	-.130	-.140	.340
	Sig. (2-tailed)	.026	.063		.318	.862	.254	.463	.460	.066
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem14	Pearson Correlation	.033	-.150	-.189	1	-.070	.336	.141	.500**	.401*
	Sig. (2-tailed)	.862	.430	.318		.715	.070	.457	.005	.028
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem23	Pearson Correlation	.189	.229	.033	-.070	1	.021	.010	.210	.386*
	Sig. (2-tailed)	.317	.224	.862	.715		.912	.958	.265	.035
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem24	Pearson Correlation	.133	-.003	.215	.336	.021	1	.006	.315	.449*
	Sig. (2-tailed)	.482	.989	.254	.070	.912		.975	.090	.013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem33	Pearson Correlation	.371*	.410*	-.130	.141	.010	.006	1	.313	.526**
	Sig. (2-tailed)	.044	.025	.493	.457	.958	.975		.092	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem34	Pearson Correlation	.177	.207	-.140	.500**	.210	.315	.313	1	.634**
	Sig. (2-tailed)	.348	.273	.460	.005	.265	.090	.092		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek2	Pearson Correlation	.739**	.683**	.340	.401*	.386*	.449*	.526**	.634**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.066	.028	.035	.013	.003	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3. Aspek Kekhawatiran Terhadap Nilai

		Correlations								
		Aitem4	Aitem10	Aitem15	Aitem16	Aitem25	Aitem26	Aitem35	Aitem36	TotalAspek3
Aitem4	Pearson Correlation	1	.588**	.504**	-.039	.199	-.082	.025	.182	.586**
	Sig. (2-tailed)		.001	.005	.837	.291	.665	.892	.336	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem10	Pearson Correlation	.588**	1	.218	.041	.010	-.194	.025	.066	.385*
	Sig. (2-tailed)	.001		.247	.830	.660	.305	.891	.730	.036
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem15	Pearson Correlation	.504**	.218	1	.187	.357	.042	-.336	.014	.495**
	Sig. (2-tailed)	.005	.247		.322	.053	.824	.069	.940	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem16	Pearson Correlation	-.039	.041	.187	1	-.197	.083	.246	.551**	.489**
	Sig. (2-tailed)	.837	.830	.322		.297	.662	.189	.002	.006
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem25	Pearson Correlation	.199	.010	.357	-.197	1	.350	-.117	.079	.439*
	Sig. (2-tailed)	.291	.960	.053	.297		.058	.538	.677	.015
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem26	Pearson Correlation	-.082	-.194	.042	.083	.350	1	.390*	.089	.434*
	Sig. (2-tailed)	.665	.305	.824	.662	.058		.033	.639	.017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem35	Pearson Correlation	.025	.025	-.336	.246	-.117	.390*	1	.397*	.451*
	Sig. (2-tailed)	.892	.891	.069	.189	.538	.033		.030	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem36	Pearson Correlation	.182	.066	.014	.551**	.079	.089	.397*	1	.627**
	Sig. (2-tailed)	.336	.730	.940	.002	.677	.639	.030		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek3	Pearson Correlation	.586**	.385*	.495**	.489**	.439*	.434*	.451*	.627**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.036	.005	.006	.015	.017	.012	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

4. Aspek Ekspektasi Diri

		Correlations								
		Aitem3	Aitem6	Aitem17	Aitem27	Aitem18	Aitem28	Aitem37	Aitem38	TotalAspek4
Aitem3	Pearson Correlation	1	.405*	.438*	.563**	.043	-.323	-.147	.083	.555**
	Sig. (2-tailed)		.026	.015	.001	.820	.082	.440	.661	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem6	Pearson Correlation	.405*	1	.412*	.331	-.052	-.187	.249	.206	.634**
	Sig. (2-tailed)	.026		.024	.074	.786	.322	.184	.274	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem17	Pearson Correlation	.438*	.412*	1	.249	-.065	.015	.418*	-.113	.617**
	Sig. (2-tailed)	.015	.024		.185	.732	.935	.021	.554	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem27	Pearson Correlation	.563**	.331	.249	1	.095	-.124	-.084	.159	.586**
	Sig. (2-tailed)	.001	.074	.185		.616	.514	.659	.402	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem18	Pearson Correlation	.043	-.052	-.065	.095	1	.128	-.023	.590**	.367*
	Sig. (2-tailed)	.820	.786	.732	.616		.502	.906	.001	.046
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem28	Pearson Correlation	-.323	-.187	.015	-.124	.128	1	.283	.195	.223
	Sig. (2-tailed)	.082	.322	.935	.514	.502		.129	.303	.236
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem37	Pearson Correlation	-.147	.249	.418*	-.084	-.023	.283	1	.149	.464**
	Sig. (2-tailed)	.440	.184	.021	.659	.906	.129		.433	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem38	Pearson Correlation	.083	.206	-.113	.159	.600**	.195	.149	1	.512**
	Sig. (2-tailed)	.661	.274	.554	.402	.001	.303	.433		.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek4	Pearson Correlation	.555**	.634**	.617**	.586**	.367*	.223	.464**	.512**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.001	.046	.236	.010	.004	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

5. Aspek Keputusan

Correlations

		Aitem5	Aitem8	Aitem19	Aitem20	Aitem29	Aitem30	Aitem39	Aitem40	TotalAspek5
Aitem5	Pearson Correlation	1	.631**	.251	-.224	.262	.127	.202	-.175	.626**
	Sig. (2-tailed)		.000	.180	.236	.162	.503	.286	.366	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem8	Pearson Correlation	.631**	1	.398*	-.286	.447*	.131	.450*	-.122	.748**
	Sig. (2-tailed)	.000		.029	.125	.013	.491	.012	.521	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem19	Pearson Correlation	.251	.398*	1	.171	.346	-.266	-.081	-.231	.457*
	Sig. (2-tailed)	.180	.029		.366	.061	.155	.671	.220	.011
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem20	Pearson Correlation	-.224	-.286	.171	1	.053	.036	-.309	.448*	.168
	Sig. (2-tailed)	.235	.125	.366		.782	.849	.097	.013	.375
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem29	Pearson Correlation	.262	.447*	.346	.053	1	.219	.118	-.062	.632**
	Sig. (2-tailed)	.162	.013	.061	.782		.245	.535	.746	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem30	Pearson Correlation	.127	.131	-.266	.036	.219	1	.622**	.206	.465**
	Sig. (2-tailed)	.503	.491	.155	.849	.245		.000	.276	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem39	Pearson Correlation	.202	.450*	-.081	-.309	.118	.622**	1	.220	.526**
	Sig. (2-tailed)	.286	.012	.671	.097	.535	.000		.243	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Aitem40	Pearson Correlation	-.175	-.122	-.231	.448*	-.062	.206	.220	1	.233
	Sig. (2-tailed)	.356	.521	.220	.013	.746	.276	.243		.216
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek5	Pearson Correlation	.626**	.748**	.457*	.168	.632**	.465**	.526**	.233	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.011	.375	.000	.010	.003	.216	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

B. Dukungan Sosial

1. Aspek Dukungan Emosional

		Correlations								
		aitem2	aitem5	aitem8	aitem16	aitem21	aitem26	aitem31	aitem36	TotalAspek1
aitem2	Pearson Correlation	1	.456*	.000	.227	-.172	.105	.101	.000	.406*
	Sig. (2-tailed)		.011	1.000	.228	.364	.581	.596	1.000	.026
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem5	Pearson Correlation	.456*	1	.064	.512**	-.125	.215	.061	.242	.564**
	Sig. (2-tailed)	.011		.737	.004	.509	.253	.747	.197	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem8	Pearson Correlation	.000	.064	1	.490**	.365*	-.385*	.027	.135	.425*
	Sig. (2-tailed)	1.000	.737		.006	.048	.036	.886	.476	.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem16	Pearson Correlation	.227	.512**	.490**	1	.053	.161	.036	.341	.670**
	Sig. (2-tailed)	.228	.004	.006		.779	.338	.852	.065	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem21	Pearson Correlation	-.172	-.125	.365*	.053	1	.210	.260	.452*	.525**
	Sig. (2-tailed)	.364	.509	.048	.779		.265	.165	.012	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem26	Pearson Correlation	.105	.215	-.385*	.161	.210	1	.078	.304	.397*
	Sig. (2-tailed)	.581	.253	.036	.338	.265		.682	.102	.030
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem31	Pearson Correlation	.101	.061	.027	.036	.260	.078	1	.182	.449*
	Sig. (2-tailed)	.596	.747	.886	.852	.165	.562		.336	.013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem36	Pearson Correlation	.000	.242	.135	.341	.452*	.304	.182	1	.662**
	Sig. (2-tailed)	1.000	.197	.476	.065	.012	.102	.336		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek1	Pearson Correlation	.406*	.564**	.425*	.670**	.525**	.397*	.449*	.662**	1
	Sig. (2-tailed)	.026	.001	.019	.000	.003	.030	.013	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Aspek Dukungan Penghargaan

		Correlations								
		aitem4	aitem11	aitem13	aitem17	aitem22	aitem27	aitem32	aitem37	TotalAspek2
aitem4	Pearson Correlation	1	.174	.368*	.019	-.029	.552**	.050	.193	.497**
	Sig. (2-tailed)		.359	.046	.921	.880	.002	.793	.307	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem11	Pearson Correlation	.174	1	.386*	.474**	.190	.037	.134	.190	.504**
	Sig. (2-tailed)	.359		.035	.008	.316	.845	.481	.314	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem13	Pearson Correlation	.368*	.386*	1	.403*	-.031	.230	-.100	.142	.495**
	Sig. (2-tailed)	.046	.035		.027	.871	.221	.601	.455	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem17	Pearson Correlation	.019	.474**	.403*	1	.230	.207	.078	.232	.573**
	Sig. (2-tailed)	.921	.008	.027		.221	.272	.680	.218	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem22	Pearson Correlation	-.029	.190	-.031	.230	1	.405*	.627**	.171	.575**
	Sig. (2-tailed)	.880	.316	.871	.221		.027	.000	.366	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem27	Pearson Correlation	.552**	.037	.230	.207	.405*	1	.450*	.284	.721**
	Sig. (2-tailed)	.002	.845	.221	.272	.027		.013	.129	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem32	Pearson Correlation	.050	.134	-.100	.078	.627**	.450*	1	.436*	.603**
	Sig. (2-tailed)	.793	.481	.601	.680	.000	.013		.016	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem37	Pearson Correlation	.193	.190	.142	.232	.171	.284	.436*	1	.601**
	Sig. (2-tailed)	.307	.314	.455	.218	.366	.129	.016		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek2	Pearson Correlation	.497**	.504**	.495**	.573**	.575**	.721**	.603**	.601**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	.005	.005	.001	.001	.000	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*, Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**., Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

3. Aspek Dukungan Instrumental

		Correlations								
		aitem1	aitem3	aitem7	aitem15	aitem23	aitem28	aitem33	aitem38	TotalAspek3
aitem1	Pearson Correlation	1	.034	.139	.000	.424*	-.082	-.013	.029	.328
	Sig. (2-tailed)		.860	.463	1.000	.020	.665	.944	.878	.077
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem3	Pearson Correlation	.034	1	.036	.478**	-.027	.000	.309	.214	.409*
	Sig. (2-tailed)	.860		.851	.008	.886	1.000	.097	.255	.025
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem7	Pearson Correlation	.139	.036	1	.493**	.557**	.151	.243	.087	.534**
	Sig. (2-tailed)	.463	.851		.006	.001	.426	.195	.647	.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem15	Pearson Correlation	.000	.478**	.493**	1	.356	.184	.568**	.326	.632**
	Sig. (2-tailed)	1.000	.008	.006		.053	.331	.001	.079	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem23	Pearson Correlation	.424*	-.027	.557**	.356	1	.344	.238	.138	.663**
	Sig. (2-tailed)	.020	.886	.001	.053		.062	.205	.468	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem28	Pearson Correlation	-.082	.000	.151	.184	.344	1	.409*	.333	.582**
	Sig. (2-tailed)	.665	1.000	.426	.331	.062		.025	.072	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem33	Pearson Correlation	-.013	.309	.243	.568**	.238	.409*	1	.436*	.724**
	Sig. (2-tailed)	.944	.097	.195	.001	.205	.025		.016	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem38	Pearson Correlation	.029	.214	.087	.326	.138	.333	.436*	1	.616**
	Sig. (2-tailed)	.878	.255	.647	.079	.468	.072	.016		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek3	Pearson Correlation	.328	.409*	.534**	.632**	.663**	.582**	.724**	.616**	1
	Sig. (2-tailed)	.077	.025	.002	.000	.000	.001	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4. Aspek Dukungan Informasi

		Correlations								
		aitem6	aitem9	aitem12	aitem14	aitem24	aitem29	aitem34	aitem39	TotalAspek4
aitem6	Pearson Correlation	1	.730**	.597**	.386*	.147	.224	.280	.402*	.667**
	Sig. (2-tailed)		.000	.001	.035	.438	.233	.134	.028	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem9	Pearson Correlation	.730**	1	.584**	.469**	.069	.279	.465**	.526**	.739**
	Sig. (2-tailed)	.000		.001	.009	.716	.135	.010	.003	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem12	Pearson Correlation	.597**	.584**	1	.294	.401*	.414*	.205	.394*	.721**
	Sig. (2-tailed)	.001	.001		.115	.028	.023	.278	.031	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem14	Pearson Correlation	.386*	.469**	.294	1	-.116	.130	.436*	.293	.516**
	Sig. (2-tailed)	.035	.009	.115		.542	.494	.016	.117	.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem24	Pearson Correlation	.147	.069	.401*	-.116	1	.738**	.071	.226	.520**
	Sig. (2-tailed)	.438	.716	.028	.542		.000	.710	.229	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem29	Pearson Correlation	.224	.279	.414*	.130	.738**	1	.377*	.491**	.722**
	Sig. (2-tailed)	.233	.135	.023	.494	.000		.040	.006	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem34	Pearson Correlation	.280	.465**	.205	.436*	.071	.377*	1	.784**	.679**
	Sig. (2-tailed)	.134	.010	.278	.016	.710	.040		.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem39	Pearson Correlation	.402*	.526**	.394*	.293	.226	.491**	.794**	1	.770**
	Sig. (2-tailed)	.028	.003	.031	.117	.229	.006	.000		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek4	Pearson Correlation	.667**	.739**	.721**	.516**	.520**	.722**	.679**	.770**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.004	.003	.000	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

5. Aspek Dukungan Jaringan Sosial

		Correlations								
		aitem10	aitem18	aitem19	aitem20	aitem25	aitem30	aitem35	aitem40	TotalAspek5
aitem10	Pearson Correlation	1	.543**	.686**	.660**	.472**	-.138	.403*	.269	.781**
	Sig. (2-tailed)		.002	.000	.000	.008	.466	.027	.150	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem18	Pearson Correlation	.543**	1	.470**	.575**	.198	-.069	.232	.191	.633**
	Sig. (2-tailed)	.002		.009	.001	.294	.717	.216	.311	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem19	Pearson Correlation	.686**	.470**	1	.597**	.499**	.046	.048	.219	.711**
	Sig. (2-tailed)	.000	.009		.001	.005	.811	.800	.245	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem20	Pearson Correlation	.660**	.575**	.597**	1	.215	-.030	.344	.212	.726**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.001		.254	.877	.063	.261	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem25	Pearson Correlation	.472**	.198	.499**	.215	1	.311	.277	.307	.654**
	Sig. (2-tailed)	.008	.294	.005	.254		.094	.138	.099	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem30	Pearson Correlation	-.138	-.069	.046	-.030	.311	1	.254	.390*	.359
	Sig. (2-tailed)	.466	.717	.811	.877	.094		.176	.033	.052
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem35	Pearson Correlation	.403*	.232	.048	.344	.277	.254	1	.234	.560**
	Sig. (2-tailed)	.027	.216	.800	.063	.138	.176		.214	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem40	Pearson Correlation	.269	.191	.219	.212	.307	.390*	.234	1	.556**
	Sig. (2-tailed)	.150	.311	.245	.261	.099	.033	.214		.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TotalAspek5	Pearson Correlation	.781**	.633**	.711**	.726**	.654**	.359	.560**	.556**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.052	.001	.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas

Reliabilitas Skala Stres Akademik Total

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.874	35

Reliabilitas Aspek Tekanan Belajar Stres Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.595	7

Reliabilitas Aspek Beban Tugas Stres Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.634	7

Reliabilitas Aspek Kekhawatiran Terhadap Nilai Stres Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.537	8

Reliabilitas Aspek Ekspektasi Diri Stres Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.621	7

Reliabilitas Aspek Keputusan Stres Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.687	6

Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Total

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.889	38

Reliabilitas Aspek Dukungan Emosional

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.690	8

Reliabilitas Aspek Dukungan Penghargaan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.607	8

Reliabilitas Aspek Dukungan Instrumental

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.525	7

Reliabilitas Aspek Dukungan Informasi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.687	6

Reliabilitas Aspek Dukungan Jaringan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.684	7

Lampiran 7. Hasil Uji Deskriptif

Statistik Deskriptif Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
StresAkademik	70	64	115	89.73	10.473
DukunganSosial	70	83	144	107.87	12.803
Valid N (listwise)	70				

Lampiran 8. Hasil Kategorisasi Skor

Kategorisasi Stres Akademik

kategorisasi1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	15.7	15.7	15.7
	Sedang	45	64.3	64.3	80.0
	Tinggi	13	18.6	18.6	98.6
	SangatTinggi	1	1.4	1.4	100.0
Total		70	100.0	100.0	

Kategorisasi Dukungan Sosial

kategorisasi2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	14	20.0	20.0	20.0
	Tinggi	34	48.6	48.6	68.6
	SangatTinggi	22	31.4	31.4	100.0
Total		70	100.0	100.0	

Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas

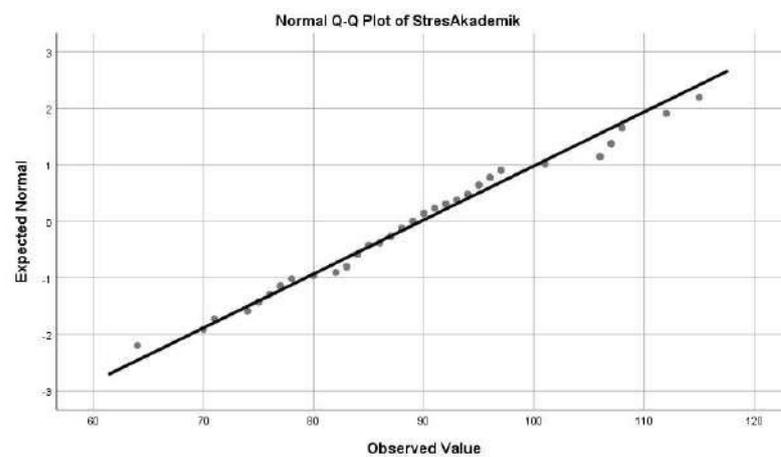
Stres Akademik Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
StresAkademik	.087	70	.200 [*]	.978	70	.266

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

QQ Plots Stres Akademik



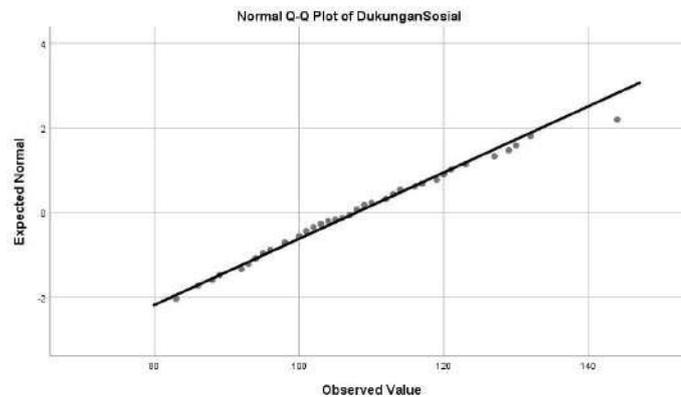
Dukungan Sosial Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
DukunganSosial	.062	70	.200 [*]	.987	70	.684

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

QQ Plots Dukungan Sosial



Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas

Stres Akademik (Y) - Dukungan Sosial (X)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig..
StresAkademik * DukunganSosial	Between Groups	(Combined)	4210.010	34	123.824	1.291	.228
		Linearity	1249.656	1	1249.656	13.026	.001
		Deviation from Linearity	2960.354	33	89.708	.935	.576
	Within Groups		3357.833	35	95.938		
	Total		7567.843	69			

Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis

A. Uji Analisis Product Moment

Correlations

		StresAkademik	DukunganSosial
StresAkademik	Pearson Correlation	1	-.406**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	70	70
DukunganSosial	Pearson Correlation	-.406**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	70	70

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

B. Uji Korelasi Parsial

Y1 ke X1-X5

			Correlations					
Control Variables			dukungan emosional	dukungan penghargaan	dukungan instrumental	dukungan informasi	dukungan jaringan sosial	tekanan_bela jar
-none- ^a	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.748	.585	.649	-.134
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.269
		df	0	68	68	68	68	68
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.581	.610	.567	-.207
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.095
		df	68	0	68	68	68	68
	dukungan instrumental	Correlation	.748	.581	1.000	.643	.522	-.065
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.593
		df	68	68	0	68	68	68
	dukungan informasi	Correlation	.585	.610	.643	1.000	.591	-.034
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.780
		df	68	68	68	0	68	68
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.567	.522	.591	1.000	-.093
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.443
		df	68	68	68	68	0	68
	tekanan_belajar	Correlation	-.134	-.207	-.065	-.034	-.093	1.000
		Significance (2-tailed)	.269	.085	.593	.780	.443	.
		df	68	68	68	68	68	0
tekanan_belajar	dukungan emosional	Correlation	1.000	.702	.747	.586	.645	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	
		df	0	67	67	67	67	
	dukungan penghargaan	Correlation	.702	1.000	.581	.617	.562	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	
		df	67	0	67	67	67	
	dukungan instrumental	Correlation	.747	.581	1.000	.642	.519	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	
		df	67	67	0	67	67	
	dukungan informasi	Correlation	.586	.617	.642	1.000	.591	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	
		df	67	67	67	0	67	
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.645	.562	.519	.591	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	
		df	67	67	67	67	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Y2 ke X1-X5

		Correlations						
Control Variables		dukungan emosional	dukungan penghargaan	dukungan instrumental	dukungan informasi	dukungan jaringan sosial	beban_tugas	
-non-s ^a	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.748	.585	.649	-.037
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.760
		df	0	68	68	68	68	68
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.581	.610	.567	-.075
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.537
		df	68	0	68	68	68	68
	dukungan instrumental	Correlation	.748	.581	1.000	.643	.522	.142
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.240
		df	68	68	0	68	68	68
	dukungan informasi	Correlation	.585	.610	.643	1.000	.591	.054
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.659
		df	68	68	68	0	68	68
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.567	.522	.591	1.000	-.088
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.466
		df	68	68	68	68	0	68
	beban_tugas	Correlation	-.037	-.075	.142	.054	-.088	1.000
		Significance (2-tailed)	.760	.537	.240	.659	.466	.
		df	68	68	68	68	68	0
beban_tugas	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.761	.588	.649	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	
		df	0	67	67	67	67	
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.599	.617	.564	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	
		df	67	0	67	67	67	
	dukungan instrumental	Correlation	.761	.599	1.000	.643	.542	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	
		df	67	67	0	67	67	
	dukungan informasi	Correlation	.588	.617	.643	1.000	.599	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	
		df	67	67	67	0	67	
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.564	.542	.599	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	
		df	67	67	67	67	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Y3 ke X1-X5

			Correlations					
Control Variables			dukungan emosional	dukungan penghargaan	dukungan instrumental	dukungan informasi	dukungan jaringan sosial	kekhawatiran terhadap nilai
-non-a	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.748	.585	.649	-.352
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.003
		df	0	68	68	68	68	68
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.581	.610	.567	-.416
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.000
		df	68	0	68	68	68	68
	dukungan instrumental	Correlation	.748	.581	1.000	.643	.522	-.185
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.126
		df	68	68	0	68	68	68
	dukungan informasi	Correlation	.585	.610	.643	1.000	.591	-.344
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.004
		df	68	68	68	0	68	68
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.567	.522	.591	1.000	-.407
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.000
		df	68	68	68	68	0	68
	kekhawatiran terhadap nilai	Correlation	-.352	-.416	-.185	-.344	-.407	1.000
		Significance (2-tailed)	.003	.000	.126	.004	.000	.
		df	68	68	68	68	68	0
kekhawatiran terhadap nilai	dukungan emosional	Correlation	1.000	.660	.742	.527	.592	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	
		df	0	67	67	67	67	
	dukungan penghargaan	Correlation	.660	1.000	.564	.547	.479	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	
		df	67	0	67	67	67	
	dukungan instrumental	Correlation	.742	.564	1.000	.628	.498	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	
		df	67	67	0	67	67	
	dukungan informasi	Correlation	.527	.547	.628	1.000	.526	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	
		df	67	67	67	0	67	
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.592	.479	.498	.526	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	
		df	67	67	67	67	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Y4 ke X1-X5

Correlations

Control Variables			dukungan emosional	dukungan penghargaan	dukungan instrumental	dukungan informasi	dukungan jaringan sosial	ekspektasi_diri
-non-a	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.748	.585	.049	-.427
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.000
		df	0	68	68	68	68	68
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.581	.610	.567	-.390
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.001
		df	68	0	66	68	68	68
	dukungan instrumental	Correlation	.748	.581	1.000	.643	.522	-.294
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.017
		df	68	68	0	68	68	68
	dukungan informasi	Correlation	.585	.610	.643	1.000	.591	-.342
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.004
		df	68	68	68	0	68	68
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.567	.522	.591	1.000	-.447
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.000
		df	68	68	68	68	0	68
	ekspektasi_diri	Correlation	-.427	-.390	-.294	-.342	-.447	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.001	.017	.004	.000	.
		df	68	68	68	68	68	0
ekspektasi_diri	dukungan emosional	Correlation	1.000	.650	.723	.516	.566	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	
		df	0	67	67	67	67	
	dukungan penghargaan	Correlation	.650	1.000	.532	.551	.477	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	
		df	67	0	67	67	67	
	dukungan instrumental	Correlation	.723	.532	1.000	.606	.461	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	
		df	67	67	0	67	67	
	dukungan informasi	Correlation	.516	.551	.606	1.000	.521	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	
		df	67	67	67	0	67	
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.566	.477	.461	.521	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	
		df	67	67	67	67	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Y5 ke X1-X5

		Correlations						
Control Variables		dukungan emosional	dukungan penghargaan	dukungan instrumental	dukungan informasi	dukungan jaringan sosial	keputusan	
-nona ^a	dukungan emosional	Correlation	1.000	.708	.748	.595	.649	-.444
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.000
		df	0	68	68	68	68	68
	dukungan penghargaan	Correlation	.708	1.000	.591	.610	.567	-.433
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.000
		df	68	0	68	68	68	68
	dukungan instrumental	Correlation	.748	.591	1.000	.543	.522	-.325
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.006
		df	68	68	0	68	68	68
	dukungan informasi	Correlation	.595	.610	.643	1.000	.591	-.443
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.000
		df	68	68	68	0	68	68
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.649	.567	.522	.591	1.000	-.329
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.005
		df	68	68	68	68	0	68
	keputusan	Correlation	-.444	-.433	-.325	-.443	-.329	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.006	.000	.005	.
		df	68	68	68	68	68	0
keputusan	dukungan emosional	Correlation	1.000	.639	.712	.493	.595	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	
		df	0	67	67	67	67	
	dukungan penghargaan	Correlation	.639	1.000	.516	.517	.499	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	
		df	67	0	67	67	67	
	dukungan instrumental	Correlation	.712	.516	1.000	.589	.465	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	
		df	67	67	0	67	67	
	dukungan informasi	Correlation	.493	.517	.599	1.000	.526	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	
		df	67	67	67	0	67	
	dukungan jaringan sosial	Correlation	.595	.499	.465	.526	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	
		df	67	67	67	67	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Kategorisasi Hasil Survei Stres Akademik

kategorisasi1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	20.0	20.0	20.0
	Sedang	7	23.3	23.3	43.3
	Tinggi	17	56.7	56.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Kategorisasi Hasil Survei Dukungan Sosial**kategorisasi2**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	2	6.7	6.7	6.7
	Sedang	5	16.7	16.7	23.3
	Tinggi	23	76.7	76.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	