

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN  
KELUARGA DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
DALAM MENYUSUN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

**DIVA LETICHIA FIDELLA**

**17.E1.0022**



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2021**

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN KELUARGA  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :  
Diva Letichia Fidella  
17.E1.0022



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2021**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Diva Letichia Fidella

NIM : 17.E1.0022

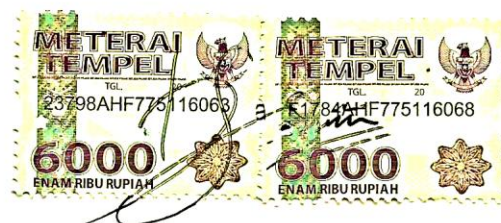
Progdi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul "Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Keluarga dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi" tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 16 Desember 2021

Yang menyatakan,



Divia Letichia Fidella

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal  
16 Desember 2021

Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si.)

**Pembimbing Utama**

**Dewan Penguji**

A blue ink signature of Erna Agustina Yudiati.

( Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si )

A blue ink signature of Dr. Y. Bagus Wismanto.

( Dr. Y. Bagus Wismanto, MS )

A blue ink signature of Erna Agustina Yudiati.

( Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si )

A blue ink signature of Damasia Linggarjati Novi.

( Damasia Linggarjati Novi, P., S.Psi., MA )

## HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Diva Letichia Fidella

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Karya Ilmiah (Skripsi)

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Keluarga dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 16 Desember 2021

Yang menyatakan



Divia Letichia Fidella

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Diva Letichia Fidella

NIM : 17.E1.0022

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi “Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Keluarga dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi” tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 16 Desember 2021

Yang menyatakan



Divia Letichia Fidella

17.E1.0022

## HALAMAN PERSEMBAHAN

### **Kupersembahkan Karya ini kepada**

Tuhan Yang Maha Esa, Papa, Mama, dan Adik yang selalu mendukung setiap langkah dan usaha yang kulakukan dalam perjalanan hidupku. Serta sahabat dan teman-teman seperjuanganku yang selalu berusaha sebaik mungkin untuk mencapai tujuan yang diharapkan.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang sangat baik dan penuh kasih karena berkat rahmat dan penyertaannya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Keluarga dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi”.

Dalam proses penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Penulis banyak menerima doa, bimbingan, bantuan, dukungan dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, Penulis secara khusus ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerah-Nya telah memberikan kekuatan bagi penulis untuk terus percaya dan melangkah maju dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua tercinta dan adik tersayang yang selama ini selalu mendukung dalam bentuk doa, perhatian, kasih sayang, dan semangat yang tak ada habisnya demi kelancaran dan kesuksesan penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Margaretha Sih Setija Utami, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
4. Dr. Suparmi, M.Si., selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi.
5. Ibu Monika Windriya Satyajati, S.Psi., M.Psi., selaku dosen wali dari kelas 01 angkatan 2017 yang telah banyak membantu dan membimbing penulis hingga akhir studi di perkuliahan.
6. Ibu Erna Agustina Yudiati S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, kesabaran, nasehat, ilmu dan waktu dari awal hingga akhir selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, MS dan Ibu Damasia Linggarjati Novi, P., S.Psi., MA , selaku dewan penguji.



8. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan pengetahuan dan pengalaman kepada penulis hingga akhir masa studi.
9. Seluruh Tenaga Kependidikan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dan Perpustakaan yang telah membantu dalam hal kelancaran administrasi dan surat menyurat.
10. Seluruh subjek yang telah bersedia meluangkan waktunya di tengah kesibukan untuk menjadi subjek penelitian.
11. Manuela Melian, Devi Astariana, Jenny Asarella, dan Elia Dwi Sabatini yang telah menjadi sahabat dan teman seperjuangan sejak awal perkuliahan hingga saat ini, menjadi tempat berbagi suka dan duka, serta saling menyemangati satu sama lain selama penyusunan skripsi.
12. Indranila Hartono dan Maria Noveta yang telah menjadi sahabat dan tempat bersandar selama perkuliahan serta saling menyemangati satu sama lain selama proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
13. Vania Valencia (Cik Vava), Teresia Kiki (Jeje) dan Andi M. Warist yang telah menyemangati dan meluangkan waktu untuk memberikan nasehat kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
14. Diri sendiri, Diva Letichia yang telah berjuang hingga akhir meskipun sering kali merasa lelah dan putus asa. Terima kasih telah menyakinkan bahwa diri sendiri kuat dan mampu bertahan dalam proses penyusunan skripsi yang panjang ini.
15. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 16 Desember 2021

Penulis,



Diva Letichia Fidella

17.E1.0022

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN KELUARGA  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Hipotesis yang diajukan adalah “Ada hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi”, “Ada hubungan antara *self efficacy* dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi” dan “Ada hubungan antara dukungan keluarga dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi”. Subjek penelitian ini adalah 70 mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang yang sedang menyusun skripsi dan tinggal bersama orangtua. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Stres Akademik dalam Menyusun Skripsi, Skala *Self Efficacy* dan Skala Dukungan Keluarga. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan dua teknik analisis data yaitu korelasi ganda dan korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* dan dukungan keluarga memiliki korelasi yang sangat signifikan 0,000 ( $<0,01$ ) dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Kemudian, terdapat korelasi yang negatif signifikan ( $r = -0,645$ ,  $p = 0,000$ ) antara *self efficacy* dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Begitu juga dukungan keluarga memiliki korelasi yang negatif signifikan ( $r = -0,280$ ,  $p = 0,010$ ) dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi, ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi, dan ada hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

Kata kunci : *self efficacy*, dukungan keluarga, stres akademik

**THE RELATIONSHIP OF SELF EFFICACY AND FAMILY SUPPORT  
WITH ACADEMIC STRESS IN FINAL LEVEL STUDENTS  
IN COMPLETING THESIS**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-efficacy and family support with academic stress in final year students in writing a thesis. The proposed hypothesis is "There is a relationship between self-efficacy and family support with academic stress in final year students in writing thesis", "There is a relationship between self-efficacy and academic stress in final year students in writing thesis" and "There is a relationship between family support and stress academics for final year students in compiling a thesis". The subjects of this study were 70 active students of the Faculty of Psychology, Unika Soegijapranata Semarang, who were writing their thesis and living with their parents. The measuring instrument used is the Stress Scale for Writing Thesis, the Self Efficacy Scale and the Family Support Scale. This research is quantitative with two data analysis techniques, multiple correlation and product moment correlation. The results showed that self-efficacy and family support had a very significant correlation of 0.000 ( $<0.01$ ) with academic stress on final year students in writing a thesis. Then, there is a significant negative correlation ( $r = -0.645$ ,  $p = 0.000$ ) between self-efficacy and academic stress on final year students in writing a thesis. Likewise, family support has a significant negative correlation ( $r = -0.280$ ,  $p = 0.010$ ) with academic stress on final year students in writing a thesis. It is concluded that there is a relationship between self-efficacy and family support with academic stress for final year students in writing thesis, there is a negative relationship between self-efficacy and academic stress for final year students in writing thesis, and there is a negative relationship between family support and academic stress for final year students in writing a thesis.*

*Keywords : self efficacy, family support, academic stress*

## DAFTAR ISI

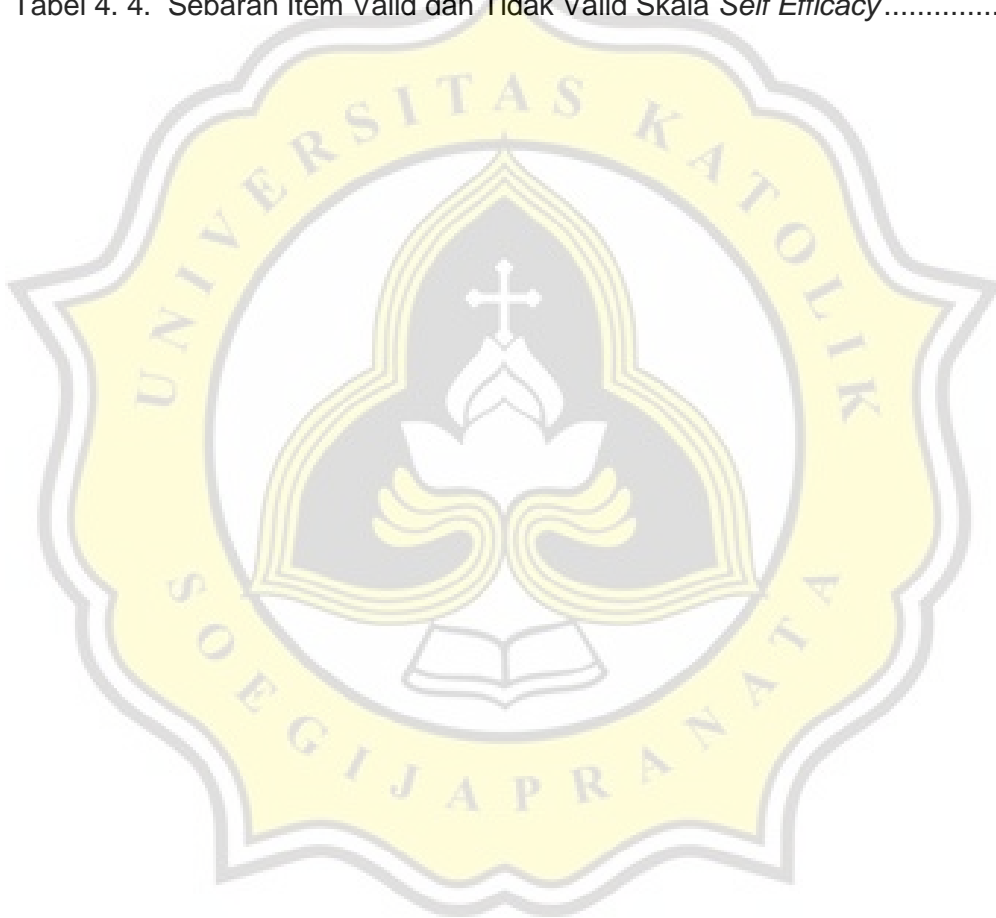
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	ii
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	9
1.3. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II.....	12
TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1. Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun skripsi... 12	
2.1.1. Pengertian Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun skripsi.....	12
2.1.2. Aspek Stres Akademik.....	13
2.1.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres.....	15
2.2. <i>Self Efficacy</i> .....	17
2.2.1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	17
2.2.2. Dimensi <i>Self Efficacy</i> .....	18
2.3. Dukungan Keluarga.....	19
2.3.1. Pengertian Dukungan Keluarga.....	19
2.3.2. Aspek Dukungan Keluarga.....	20

2.4.	Hubungan <i>Self Efficacy</i> dan Dukungan Keluarga dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi ..	22
2.5.	Hipotesis.....	28
BAB III	.....	28
METODE PENELITIAN	.....	28
3.1.	Metode Penelitian yang Digunakan.....	28
3.2.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
3.3.	Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	30
3.4.	Subyek Penelitian .....	31
3.5.	Metode Pengumpulan Data .....	32
3.6.	Uji Coba Alat Ukur .....	34
3.7.	Metode Analisis Data .....	35
BAB IV	.....	36
PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN	.....	36
4.1.	Orientasi Kancah .....	36
4.2.	Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	38
4.3.	Uji Coba Alat Ukur .....	40
4.4.	Pengumpulan Data Penelitian.....	43
BAB V	.....	45
HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN	.....	45
5.1.	Uji Asumsi.....	45
5.2.	Hasil Analisis Data .....	47
5.3.	Pembahasan .....	49
5.4.	Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB VI	.....	55
KESIMPULAN DAN SARAN	.....	55
6.1.	Kesimpulan.....	55
6.2.	Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	.....	57
LAMPIRAN	.....	64

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3. 1. <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik dalam Menyusun Skripsi.....	33
Tabel 3. 2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Efficacy</i> .....	33
Tabel 3. 3. <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Keluarga.....	34
Tabel 4. 1. Sebaran Nomor Item Skala Stres Akademik .....	39
Tabel 4. 2. Sebaran Nomor Item Skala <i>Self Efficacy</i> .....	39
Tabel 4. 3. Sebaran Nomor Item Skala Dukungan Keluarga.....	40
Tabel 4. 4. Sebaran Item Valid dan Tidak Valid Skala <i>Self Efficacy</i> .....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran	
A. Kuesioner .....	65
B. Surat Ijin Penelitian .....	71
C. Hasil Kuesioner Try Out .....	72
D. Uji Validitas & Reliabilitas Skala Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi .....	74
E. Uji Validitas & Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i> .....	75
F. Uji Validitas & Reliabilitas Skala Dukungan Keluarga .....	77
G. Hasil Kuesioner Penelitian .....	78
H. Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	81
I. Uji Linearitas Variabel Stres dengan <i>Self Efficacy</i> .....	82
J. Uji Linearitas Variabel Stres dengan Dukungan Keluarga .....	84
K. Hasil Analisis Uji Korelasi Ganda .....	86
L. Hasil Perhitungan Sumbangan Efektif .....	87
M. Hasil Kategorisasi Variabel Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi .....	88
N. Hasil Analisis Uji Korelasi <i>Pearson</i> antara Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi dengan <i>Self Efficacy</i> .....	89
O. Hasil Kategorisasi Variabel <i>Self Efficacy</i> .....	90
P. Hasil Analisis Uji Korelasi <i>Pearson</i> antara Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi dengan Dukungan Keluarga .....	91
Q. Hasil Kategorisasi Variabel Dukungan Keluarga .....	92