



LAMPIRAN A
SKALA PENELITIAN
A-1 Skala Stress Akademik
A-2 Skala *Self-Efficacy*



LAMPIRAN A-1
SKALA PENELITIAN
Skala Stress Akademik

SKALA SKRIPSI

Dengan Hormat,

Saya Manuela Melian mahasiswi S1 Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Angkatan 2017. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai stres akademik di masa pembelajaran online, dalam rangka Tugas Akhir (Skripsi). Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data primer. Maka dari itu saya memohon bantuan dari teman-teman sekalian untuk berkenan meluangkan waktu untuk mengisi skala ini. Bila ada hal-hal yang kurang jelas terkait proses pengambilan data ini dapat menghubungi saya di email manuelahandoko@gmail.com

Respon Anda sangat berarti bagi saya, dan semua informasi yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya. Terima kasih atas partisipasinya.

Apabila Anda bersedia untuk menjadi partisipan maka silahkan memberikan *check list* pada kolom yang disediakan

Saya telah memahami informasi yang diberikan dan BERSEDIA mengikuti penelitian ini	
Saya telah memahami informasi yang diberikan dan TIDAK BERSEDIA mengikuti penelitian ini	

IDENTITAS RESPONDEN :

Nama :

Fakultas :

Universitas :

Semester :

Jenis Kelamin :

Dibawah ini telah disediakan 4 pilihan respon jawaban sebagai berikut :

S = Sesuai

SS = Sangat Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Respon Anda sangat berarti bagi saya, dan semua informasi yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya. Terima kasih atas partisipasinya.

Skala Stres Akademik

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Selama pembelajaran <i>online</i> saya menjadi kurang berkonsentrasi saat memperhatikan materi yang disampaikan				
2.	Saya merasa cemas jika tidak dapat memahami materi yang dijelaskan dosen secara <i>online</i>				
3.	Saya merasa pusing ketika harus memahami materi secara <i>online</i> tanpa adanya praktikum langsung dengan bantuan alat-alat yang ada di lab				
4.	Banyaknya tugas kuliah dengan waktu yang pendek sering membuat saya melakukan kekeliruan dalam mengerjakannya				
5.	Semenjak pembelajaran <i>online</i> saya menjadi lebih bersemangat dalam belajar				
6.	Saya selalu terbuka dan bercerita kepada teman maupun keluarga jika saya sedang mengalami kesulitan dalam belajar / mengerjakan tugas				
7.	Saya menjadi gugup saat sedang mengerjakan ujian <i>online</i> dengan materi yang banyak dan waktu yang terbatas				
8.	Semenjak pembelajaran <i>online</i> produktivitas saya dalam belajar menjadi menurun				
9.	Terlalu banyak tugas yang harus dikerjakan, terkadang sering membuat saya menjadi mudah lupa terhadap sesuatu				
10.	Saya menjadi sulit tidur jika mengingat masih banyak tugas yang menumpuk				
11.	Pola makan saya tetap normal meskipun saya sedang mengerjakan tugas untuk mengejar <i>deadline</i>				

12.	Saya lebih suka menyendiri di kamar jika sedang menghadapi kesulitan dalam memahami materi				
13.	Saya tetap dapat tidur dengan teratur meskipun banyak tugas yang belum saya selesaikan				
14.	Saya menjadi mudah emosi / marah saat memiliki banyak tugas selama pembelajaran <i>online</i>				
15.	Saat saya merasa kesulitan untuk mempelajari materi ujian, rasanya saya ingin menyalahkan dosen yang dianggap tidak jelas dalam menjelaskan materi				
16.	Banyaknya aktivitas yang dilakukan di depan laptop membuat saya menjadi mudah lelah				
17.	Pikiran saya menjadi kacau ketika mengingat banyaknya tugas yang harus saya kerjakan				
18.	Saat pikiran saya sedang kacau mengenai tugas kuliah saya menjadi mudah memaki orang lain yang mengganggu saya				



LAMPIRAN A-2
SKALA PENELITIAN
Skala *Self-Efficacy*

Skala Self-Efficacy

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya menjadi pesimis ketika akan menghadapi ujian dengan materi yang banyak				
2	Saya mempunyai cara untuk mengatasi stres ketika sedang menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas				
3	Saya kurang yakin jika harus memahami materi pelajaran tanpa bantuan dari teman				
4	Saya menjadi pesimis ketika mengetahui bahwa tugas dan laporan yang harus saya kerjakan menumpuk				
5	Saya merasa tidak mampu mengerjakan soal ujian jika pertanyaan yang diberikan diluar dari materi yang sudah saya pelajari				
6	Selama pembelajaran <i>online</i> saya yakin mampu memberikan prestasi yang lebih baik dibandingkan saat kuliah <i>offline</i>				
7	Saya merasa kurang mampu jika harus memahami materi hitungan secara <i>online</i>				
8	Jika materi yang dipelajari sulit, saya menjadi kurang yakin untuk mendapatkan nilai yang bagus				
9	Saya tetap bersemangat di dalam pembelajaran <i>online</i> meskipun lebih banyak tugas yang harus saya kerjakan				
10	Saya menjadi kurang percaya diri dalam memahami materi jika tidak dibantu menggunakan alat-alat praktikum yang ada di lab				
11	Jika mendapatkan latihan soal yang sulit saya tidak akan mudah menyerah untuk mencari jawabannya				
12	Saya merasa tidak yakin jika harus mengerjakan tugas dengan waktu yang singkat				
13	Banyaknya tugas kelompok yang diberikan membuat saya kesulitan dalam mengatur waktu untuk belajar				

14	Saya yakin saya dapat mengatur waktu untuk mengerjakan beberapa sekaligus				
----	---	--	--	--	--





LAMPIRAN B
DATA AWAL

B-1 Data Awal Stress Akademik

B-2 Data Awal *Self-Efficacy*



LAMPIRAN B-1
DATA AWAL
Data Awal Stress Akademik

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	TOTAL
1	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	4	88
2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	73
3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	69
4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	4	4	2	2	4	3	2	3	71
5	3	3	4	4	3	3	3	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	72
6	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	82
7	3	2	2	1	3	2	2	2	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	74
8	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	62
9	3	3	2	3	1	3	3	4	1	3	2	3	3	3	4	1	2	3	1	2	4	3	1	2	60
10	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	4	1	2	2	3	3	4	3	2	3	72
11	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	2	1	3	68
12	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	66
13	2	3	3	4	3	2	3	4	1	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	1	1	60
14	2	3	2	4	2	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	2	79
15	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	65
16	3	2	2	3	3	2	4	4	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	2	1	3	61
17	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	4	78
18	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	2	3	81
19	4	4	4	4	1	4	4	4	1	3	4	4	2	3	1	1	4	1	2	4	4	2	2	4	71
20	3	4	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	3	4	4	4	4	2	3	73
21	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	86
22	3	3	4	4	1	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	1	4	4	1	3	4	3	2	3	75
23	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	2	1	3	2	3	1	1	50
24	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	87
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	3	4	4	4	4	4	4	4	1	83
26	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	2	84
27	3	3	3	4	3	2	4	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	69
28	3	4	4	2	4	2	4	4	1	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	74
29	2	3	3	3	1	3	1	4	4	4	1	3	2	4	3	2	4	3	4	2	2	3	3	1	65
30	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	1	1	4	4	3	2	4	4	2	2	76
31	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	64
32	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	3	3	86
33	2	3	3	2	4	3	3	3	1	4	2	4	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	63
34	3	3	3	4	3	3	4	1	2	3	1	1	3	4	4	4	1	4	1	1	1	1	1	4	60
35	4	4	3	4	4	2	3	4	2	4	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	69
36	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	65
37	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	61
38	2	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	61
39	3	3	2	4	2	3	3	1	3	4	2	4	4	4	4	3	4	2	2	2	4	4	3	3	73
40	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	2	78



LAMPIRAN B-2
DATA AWAL
Data Awal *Self-Efficacy*

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	TOTAL
1	4	1	4	1	1	4	1	4	3	1	1	3	1	3	3	2	4	4	45
2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	46
3	3	3	3	3	3	2	4	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	47
4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	3	46
5	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	51
6	4	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	1	1	4	41
7	3	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	2	3	3	3	1	1	3	41
8	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	44
9	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	51
10	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	45
11	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	50
12	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	48
13	4	2	3	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	1	2	2	44
14	4	3	4	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	55
15	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	46
16	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	54
17	3	1	3	1	1	4	1	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39
18	4	2	3	2	1	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	38
19	3	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	3	1	1	2	29
20	4	2	2	2	3	3	3	3	2	1	1	2	1	3	2	2	2	3	41
21	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	1	1	34
22	3	1	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	41
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	50
24	4	1	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3	1	1	3	39
25	4	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	3	1	1	2	30
26	4	3	4	2	2	4	4	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	2	50
27	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	49
28	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	4	3	2	3	44
29	4	2	3	1	2	3	3	3	4	2	1	4	1	4	3	2	3	3	48
30	4	1	2	2	1	2	2	2	4	3	1	2	2	4	1	1	1	2	37
31	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	52
32	4	1	4	1	1	4	4	4	4	1	1	4	1	4	4	3	1	2	48
33	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	49
34	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	46
35	4	1	4	3	3	4	2	3	2	3	2	4	2	3	3	2	1	3	49
36	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	39
37	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	50
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	52
39	4	3	1	2	4	2	1	4	2	1	2	3	2	3	1	1	1	1	38
40	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	3	2	2	2	3	38



LAMPIRAN C

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

C-1 Validitas dan Reliabilitas Skala Stress Akademik

C-2 Validitas dan Reliabilitas Skala *Self-Efficacy*



LAMPIRAN C-1
Uji Validitas dan Reliabilitas
Skala Stress Akademik

Validitas dan Reliabilitas Skala Stress Akademik

Putaran I

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.835	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	68.3000	78.010	.376	.830
X02	68.1500	74.695	.644	.821
X03	68.1000	75.426	.468	.826
X04	68.2750	78.461	.206	.836
X05	68.6750	78.943	.142	.840
X06	68.3250	73.353	.638	.820
X07	68.1250	75.548	.465	.826
X08	67.9500	77.331	.277	.833
X09	68.7250	75.179	.331	.832
X10	67.9500	77.279	.390	.829
X11	68.4500	75.074	.450	.826
X12	68.2500	75.474	.463	.826
X13	68.2500	74.705	.476	.825
X14	68.4750	75.743	.363	.830
X15	68.4750	79.589	.111	.841
X16	69.2500	81.115	.039	.842
X17	68.3500	76.336	.327	.832
X18	68.3500	74.336	.521	.824
X19	68.5000	72.154	.596	.820
X20	68.4000	76.349	.357	.830
X21	67.8750	73.958	.605	.821
X22	68.1750	74.046	.635	.820
X23	68.9250	74.533	.487	.825
X24	68.7500	80.192	.102	.840

r-table = 0,312

Putaran II

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.865	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	51.5750	60.866	.368	.863
X02	51.4250	58.199	.610	.855
X03	51.3750	58.804	.440	.860
X06	51.6000	56.759	.631	.853
X07	51.4000	60.041	.338	.864
X09	52.0000	58.410	.318	.868
X10	51.2250	59.820	.421	.861
X11	51.7250	57.025	.544	.856
X12	51.5250	57.333	.570	.855
X13	51.5250	57.948	.468	.859
X14	51.7500	59.115	.336	.865
X17	51.6250	58.958	.350	.865
X18	51.6250	57.881	.491	.858
X19	51.7750	55.512	.604	.853
X20	51.6750	58.225	.442	.860
X21	51.1500	56.951	.630	.853
X22	51.4500	56.613	.703	.850
X23	52.2000	57.754	.482	.858

r-table = 0,312



LAMPIRAN C-2
Uji Validitas dan Reliabilitas
Skala *Self-Efficacy*

Putaran I

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.801	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	41.1750	39.379	-.119	.816
X02	42.4750	34.102	.473	.786
X03	41.7000	32.369	.701	.771
X04	42.3000	35.138	.373	.793
X05	42.4500	33.433	.491	.784
X06	41.8000	36.318	.216	.803
X07	42.1500	34.131	.427	.789
X08	41.7750	37.256	.140	.806
X09	42.0000	34.923	.410	.790
X10	42.6500	33.310	.520	.782
X11	42.6500	35.413	.371	.793
X12	41.9250	34.635	.531	.784
X13	42.6250	34.856	.400	.791
X14	41.6000	37.887	.115	.805
X15	41.8500	36.028	.322	.796
X16	42.4750	32.871	.592	.777
X17	42.7000	34.010	.422	.790
X18	41.9000	35.169	.347	.795

r-table = 0,312

Putaran II

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.836	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X02	30.4250	29.994	.543	.820
X03	29.6500	29.618	.605	.816
X04	30.2500	30.705	.480	.825
X05	30.4000	29.528	.535	.821
X07	30.1000	30.708	.410	.830
X09	29.9500	31.895	.334	.834
X10	30.6000	29.426	.564	.819
X11	30.6000	31.118	.463	.826
X12	29.8750	31.753	.424	.828
X13	30.5750	30.558	.491	.824
X15	29.8000	32.421	.314	.834
X16	30.4250	29.122	.624	.814
X17	30.6500	30.233	.447	.827
X18	29.8500	31.669	.332	.834

r-table = 0,312



LAMPIRAN D

DATA PENELITIAN

D-1 Data Variabel Stress Akademik

D-2 Data Variabel *Self-Efficacy*



LAMPIRAN D-1
DATA PENELITIAN
Stress Akademik

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	TOTAL	
1	3	3	4	3	3	1	3	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	59
2	4	3	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	46
3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	58
4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	4	4	4	62
5	4	4	3	3	3	1	3	3	4	3	2	4	4	3	2	4	3	3	3	56
6	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	47
7	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	2	4	3	2	4	3	3	3	54
8	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	53
9	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	60
10	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	1	1	56
11	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	1	2	3	4	4	4	3	3	3	57
12	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	1	2	4	3	3	3	4	3	3	50
13	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	44
14	3	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	66
15	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	1	1	42
16	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	50
17	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	60
18	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	49
19	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	4	4	4	3	2	2	52
20	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	1	1	44
21	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	43
22	2	3	2	4	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	2	2	51
23	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	4	1	1	54
24	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	48
25	3	4	3	2	3	1	4	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	50
26	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	60
27	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	49
28	2	4	3	4	1	1	4	4	4	4	3	4	2	1	2	4	4	4	4	55
29	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	60
30	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	49
31	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	50
32	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	1	4	3	3	3	46
33	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	50
34	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	48
35	4	3	3	4	3	1	3	3	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	59
36	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	48
37	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	50
38	4	4	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	52
39	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	4	1	4	4	3	3	3	3	51
40	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	45
41	4	3	3	3	2	3	4	2	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	58
42	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51
43	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	49
44	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	52
45	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	59
46	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	59
47	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	40
48	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	48
49	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	2	61
50	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	4	4	4	62

51	4	3	4	4	3	2	4	2	4	4	1	2	3	4	4	4	4	3	59
52	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	47
53	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	3	2	1	38
54	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	60
55	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	48
56	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	50
57	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	60
58	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	4	4	62
59	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	51
60	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	54
61	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	1	2	4	2	4	46
62	2	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	55
63	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	1	4	2	3	3	4	3	4	55
64	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	60
65	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	3	3	54
66	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	38
67	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	49
68	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	52
69	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	42
70	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	1	1	2	2	2	3	4	3	50
71	3	3	2	4	3	1	1	3	3	2	1	1	1	2	4	3	3	2	42
72	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	53
73	3	2	2	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	52
74	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	4	2	51
75	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	42
76	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	4	2	54
77	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	53
78	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	49
79	3	3	3	4	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	1	3	2	2	45
80	3	2	1	4	3	1	3	2	4	4	3	2	2	4	1	4	4	2	49
81	3	2	3	3	3	2	4	3	3	4	2	2	2	3	1	3	4	2	49
82	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	50
83	4	2	4	3	3	4	3	2	4	2	4	2	2	4	2	1	2	3	51
84	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	54
85	3	2	2	2	2	2	3	2	4	4	3	1	2	4	3	3	3	4	49
86	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	49
87	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	48
88	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	3	2	1	38
89	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	51
90	4	2	4	4	3	2	4	4	4	4	3	1	4	4	2	3	4	4	60
91	3	4	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	46
92	3	2	1	1	3	4	1	3	1	1	3	3	4	2	4	4	2	4	45
93	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	3	4	56
94	3	2	2	3	3	2	2	3	1	1	3	3	1	3	3	2	2	2	41
95	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	53
96	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	56
97	2	3	1	1	2	1	4	2	3	1	3	4	1	4	4	2	2	3	43
98	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	1	4	2	3	3	3	4	4	56
99	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	2	4	2	4	3	4	3	4	60
100	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	3	2	1	38



LAMPIRAN D-2
DATA PENELITIAN
SELF-EFFICACY

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	TOTAL
1	2	3	1	2	3	3	2	3	1	2	2	3	1	3	31
2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	34
3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	25
4	1	4	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	2	24
5	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	37
6	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	39
7	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	33
8	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	1	3	31
9	2	2	3	2	3	1	1	1	2	2	3	1	2	3	28
10	2	3	2	2	1	3	1	1	3	2	3	3	1	3	30
11	2	2	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	1	1	23
12	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	34
13	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40
14	2	2	2	2	2	4	1	2	2	1	3	2	2	2	29
15	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	35
16	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
17	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
18	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
19	1	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	4	35
20	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	39
21	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	37
22	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	34
23	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	40
24	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	32
25	1	3	2	2	2	3	1	1	3	1	3	2	2	2	28
26	1	3	3	3	1	2	3	1	4	2	4	3	1	3	34
27	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	32
28	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
29	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
30	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
31	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	30
32	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	42
33	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
34	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	36
35	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	32
36	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
37	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
38	1	4	2	3	2	3	2	1	3	2	4	2	2	3	34
39	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	32
40	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	32
41	1	1	2	3	1	1	3	1	2	2	3	2	1	2	26
42	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	35
43	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
45	2	2	1	1	1	3	3	1	2	1	3	2	2	2	26
46	2	2	1	1	1	3	3	1	2	1	3	2	2	2	26
47	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	37
48	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	34
49	2	2	3	2	3	2	1	1	4	1	2	2	3	4	32
50	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	3	28

51	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	34
52	3	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	30
53	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	34
54	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
55	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	39
56	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
57	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
58	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	29
59	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	33
60	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	33
61	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	36
62	2	3	3	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1	3	33
63	2	4	3	2	2	3	2	2	4	1	3	2	2	2	34
64	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	25
65	1	3	2	2	1	1	2	2	4	2	3	2	2	3	30
66	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
67	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	36
68	3	2	2	2	1	4	2	3	4	2	3	1	2	3	34
69	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	2	1	3	34
70	3	4	3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	36
71	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	37
72	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	31
73	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	37
74	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	33
75	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40
76	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	34
77	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	37
78	3	4	1	3	1	4	2	2	2	3	4	3	1	3	36
79	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	39
80	2	4	1	2	1	1	3	2	3	3	2	1	1	1	27
81	2	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	1	3	38
82	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	36
83	1	3	1	2	3	1	3	4	2	2	2	3	2	4	33
84	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	29
85	2	3	3	1	1	2	1	2	2	3	3	2	1	3	29
86	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	34
87	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	34
88	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	34
89	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	31
90	2	3	1	1	3	3	1	1	2	2	1	2	1	2	25
91	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	39
92	4	1	2	2	4	3	3	3	3	2	4	4	1	3	39
93	2	3	1	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	32
94	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	40
95	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	33
96	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	29
97	1	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	2	3	42
98	2	3	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	3	28
99	2	4	2	1	2	4	2	1	3	1	3	1	2	4	32
100	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	36



LAMPIRAN E

UJI ASUMSI

E-1 Uji Normalitas

E-2 Uji Linearitas



LAMPIRAN E-1
UJI ASUMSI
Uji Normalitas

UJI ASUMSI

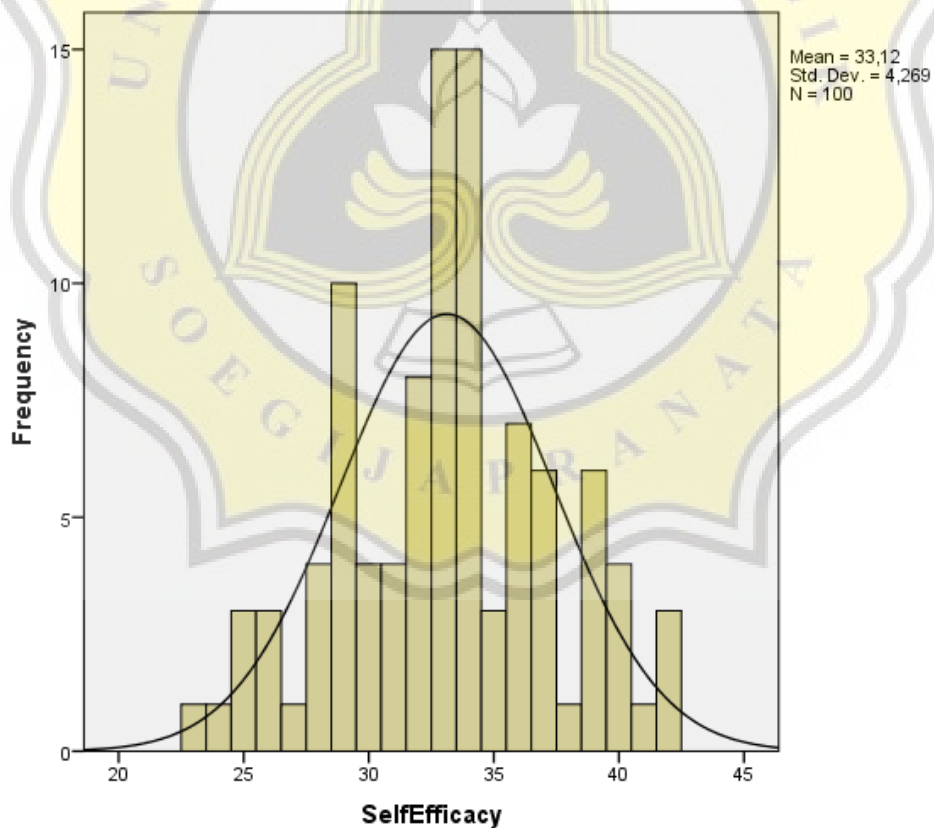
Uji Normalitas

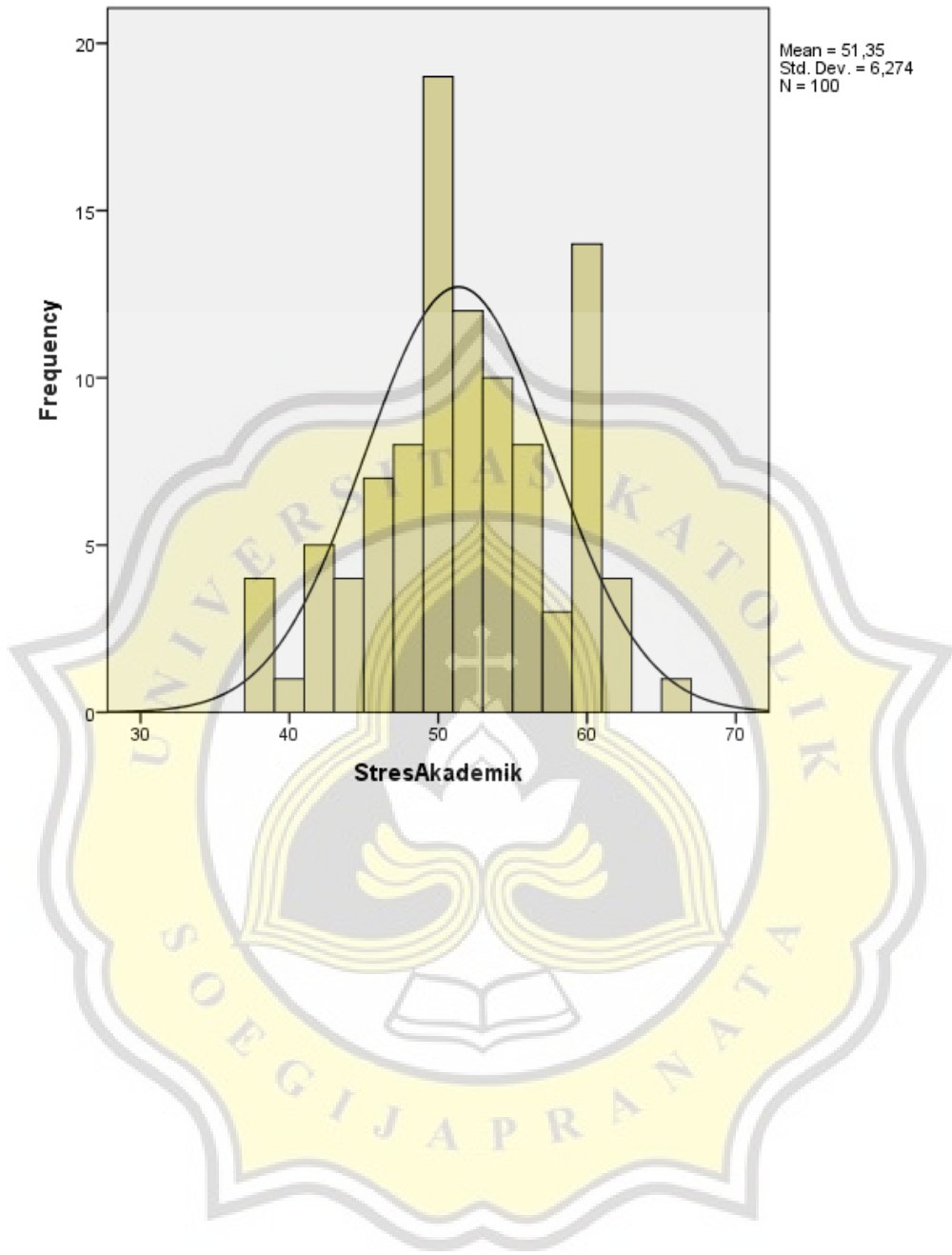
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		self-efficacy	stres akademik
N		100	100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	33.12	51.35
	Std. Deviation	4.269	6.274
Most Extreme Differences	Absolute	.108	.079
	Positive	.108	.072
	Negative	-.099	-.079
Kolmogorov-Smirnov Z		1.083	.786
Asymp. Sig. (2-tailed)		.191	.566

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Graph







LAMPIRAN E-2

UJI ASUMSI

Uji Linearitas

UJI LINEARITAS

SELF-EFFICACY DENGAN STRESS AKADEMIK

Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	stres akademik
Equation	1	Linear
Independent Variable		self-efficacy
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	100
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

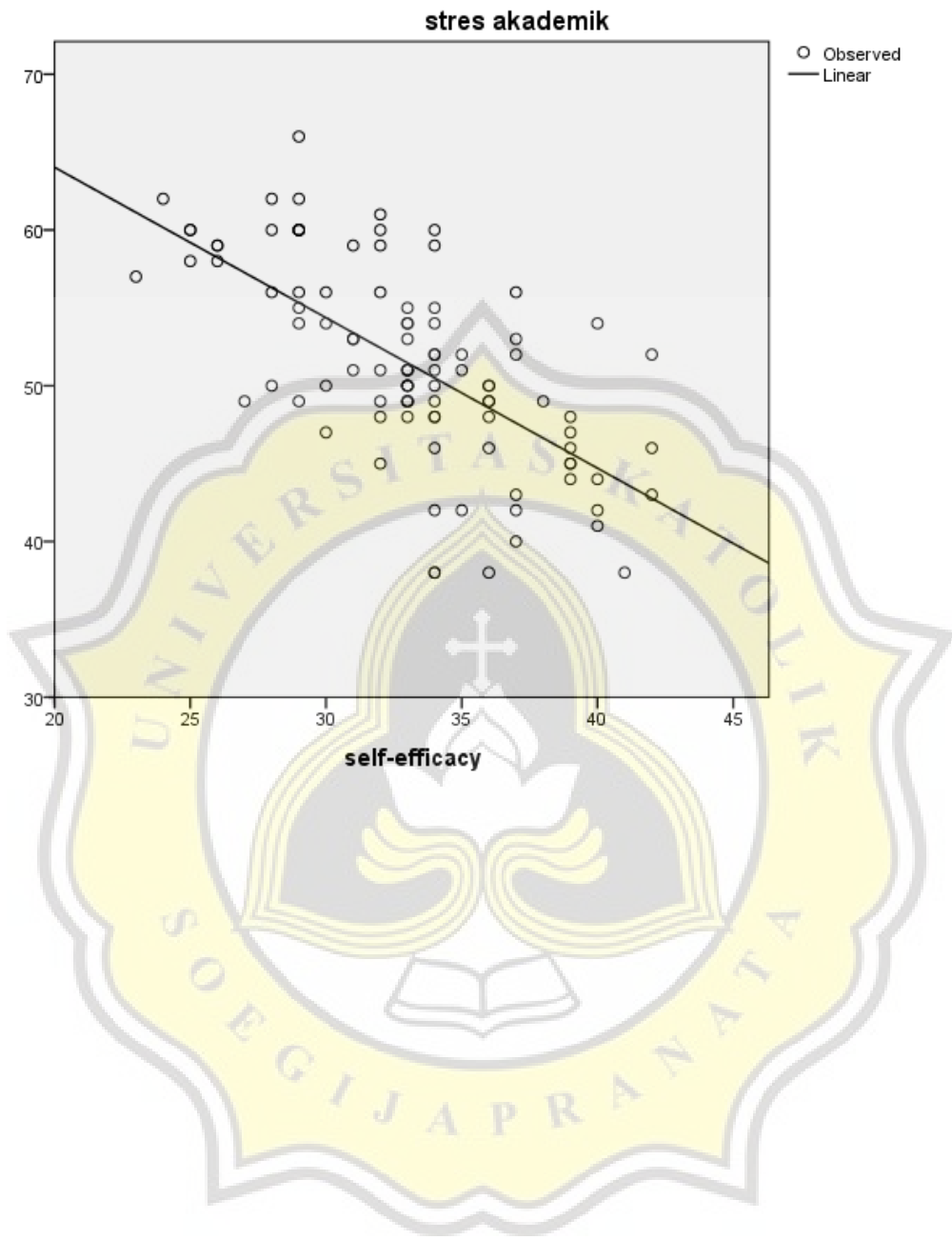
	Variables	
	Dependent	Independent
	stres akademik	self-efficacy
Number of Positive Values	100	100
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: stres akademik

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.432	74.577	1	98	.000	83.344	-.966

The independent variable is self-efficacy.





LAMPIRAN F
UJI HIPOTESIS
Uji Korelasi

UJI HIPOTESIS

Correlations

		self-efficacy	stres akademik
self-efficacy	Pearson Correlation	1	-.657**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
stres akademik	Pearson Correlation	-.657**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

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





LAMPIRAN G
UJI BEDA

Uji t-test

Group Statistics

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Stres Akademik	Laki-laki	47	50.40	6.163	.899
	Perempuan	53	52.19	6.310	.867

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Stres Akademik	Equal variances assumed	.337	.563	-1.427	98	.157	-1.784	1.251	-4.266	.697
	Equal variances not assumed			-1.429	97.068	.156	-1.784	1.249	-4.263	.694



LAMPIRAN H
SURAT PERMOHONAN PENELITIAN

**Fakultas Teknologi Pertanian
Program Studi Teknologi Pangan**

Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendah Duwur Semarang 50234
Telp. 024-8441555, 8505003 (hunting), Fax.(024) 8415429 - 8445265
email : Unika@unika.ac.id <http://www.Unika.ac.id>



Nomor : 01212/B.3.3/FTP/07/2021
Lamp : -
Hal : Pemberian Ijin Penelitian

Semarang, 28 Juli 2021


Kepada
Yth. Ka. Progd. Sarjana Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Semarang

Dengan hormat,

Menanggapi surat no. 0590/B.7.3/FP/VII/2021 Tanggal 21 Juli 2021 Saya selaku Dekan Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang memberikan ijin kepada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata atas nama Manuela Melian Handoko NIM 17.E1.0067 untuk melakukan penelitian dengan catatan penelitian dilakukan secara daring.

Demikian Pemberitahuan dari kami, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Hormat Kami,
Dekan,


Dr. Ir. Probo Y. Nugrahedi, M. Sc.

NPP : 0581 2001 244

Tembusan :
- Yang bersangkutan



LAMPIRAN I
PLAGIARISM CHECK



8.38% PLAGIARISM APPROXIMATELY

Report #13577343

PENDAHULUAN LATAR BELAKANG Sejak merebaknya Coronavirus Disease (COVID-19) di Indonesia tentu membuat perubahan besar bagi seluruh kehidupan bermasyarakat, terutama pada pola hidup sehari-hari yang mewajibkan masyarakat untuk mengikuti aturan-aturan baru sebagai upaya pencegahan terhadap penyebaran COVID-19 (Sujiwo & A yun, 2020). Menurut Kementerian Dalam Negeri (dalam Pratiwi, 2020) anjuran pencegahan yang harus dilakukan yaitu seperti selalu menggunakan masker saat keluar rumah, saling berjaga jarak satu dengan yang lain, rajin mencuci tangan menggunakan sabun, serta menghindari kebiasaan menyentuh mata, hidung dan mulut. Merebaknya virus COVID-19 ini tentu memiliki pengaruh yang besar terhadap semua sisi kehidupan, salah satunya berdampak pada sistem dunia pendidikan (Pratiwi, 2020). Menteri Pendidikan dalam surat edaran Nomor 3 Tahun 2020, telah menyatakan kepada Satuan Pendidikan untuk melibatkan semua sekolah dan perguruan tinggi yang ada di Indonesia (Kemdikbud RI, 2020). Untuk itu, sebagai gantinya

REPORT CHECKED
#135773432 SEP 2021, 2:21 PM

AUTHOR
ANDRE KURNIAWAN

PAGE
1 OF 58

