

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Oleh :
Fauzia Fahmi
05.40.0094



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2011

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Oleh :
Fauzia Fahmi
05.40.0094



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2011

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

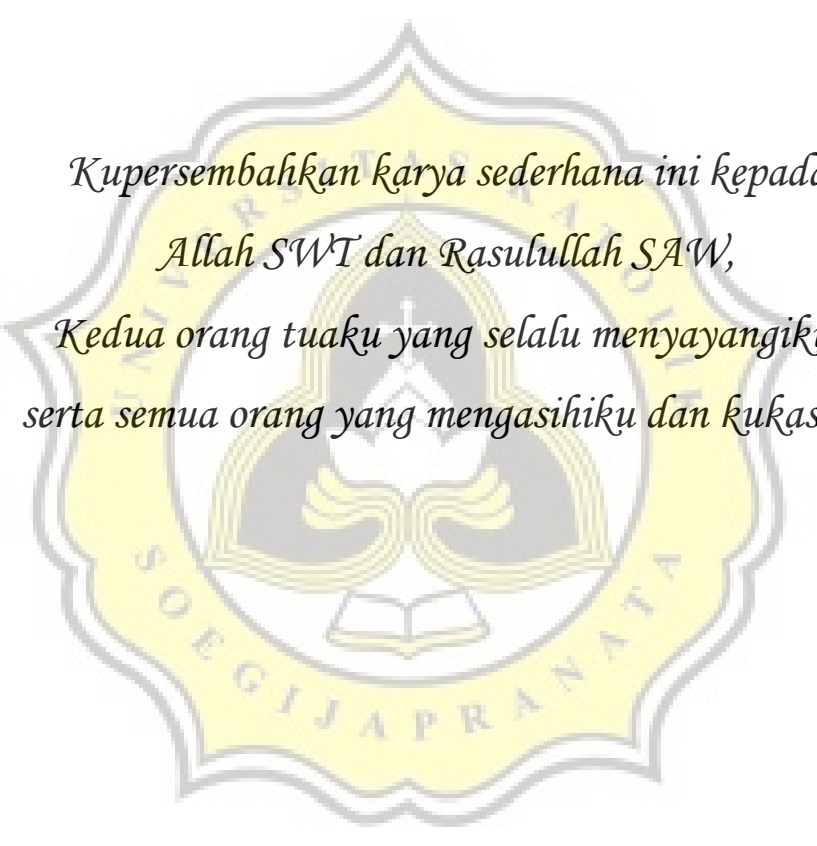
Pada Tanggal
18 Februari 2011

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Dekan,

(Dr. Kristiana Haryanti, M.Si.)

Dewan Penguji :

1. Drs. D.P. Budi Susetyo, M.Si _____
2. Drs. Y. Sudiantara, M.Soc _____
3. Drs. Haryo Goeritno, M.Si _____

The logo of Universitas Soegijapranata is a yellow shield-shaped emblem with a scalloped border. Inside the shield, there is a stylized illustration of a church with a cross on top, and an open book at the base. The text "UNIVERSITAS SOEGIJAPRANATA" is written in a circular path around the central image.

*Kupersembahkan karya sederhana ini kepada
Allah SWT dan Rasulullah SAW,
Kedua orang tuaku yang selalu menyayangiku,
serta semua orang yang mengasihiku dan kukasahi.*

MOTTO

Segala sesuatu akan indah pada waktunya.....



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT atas Rahmat dan Hidayah yang telah dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini karena dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak yang tidak ternilai harganya bagi penulis. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Drs. D.P. Budi Susetyo, M.Si., selaku Dosen Pembimbing atas kesabaran dan kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Drs. HM. Edy Widiyatmadi, M.Si., selaku Dosen Wali yang telah mendampingi penulis selama menempuh studi.
4. Dr. Angelina Ika Rahutami, selaku Wakil Rektor I Bidang Akademik Unika Soegijapranata Semarang yang telah memberi izin penelitian.
5. Seluruh subjek atas kesediaan serta kerja samanya dalam membantu kelancaran proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.

7. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.
8. Seluruh Staf Perpustakaan yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi yang dibutuhkan oleh penulis.
9. Keluarga Bapak Daryono, S.Sos selaku orangtua, bentuk kesabaran, kerja keras, dukungan, kasih sayang, pengorbanan dan perhatian kepada penulis sangat luar biasa hebat.
10. Keluarga Bapak Agus Suryadi, penulis sangat bangga dengan segala dukungan, perhatian, kesabaran kepada penulis.
11. Kekasihku dan juga calon suamiku, Briptu Anggoro Suluh Adiguno, terima kasih untuk setiap jengkal perhatian, dukungan, waktu dan kesabaran yang luar biasa hebat, perjuangan kita berbuah manis.
12. Adikku Naufa Muna dan Kakak-kakakku, untuk setiap waktu dan kebersamaannya.
13. Keponakanku tersayang, Nanda, Rasyid, Ryu, Ken, Adam, Nayla, dan si kecil rafi. Terimakasih untuk keceriaan kalian.
14. My Big Brother yang telah memberikan banyak saran dan informasi yang sangat membantu dalam penyusunan skripsi ini. Tengkyu doc.
15. Sobat-sobatku, Oktarina Rosi P., G2 (mbak Betty, Ledy, Tya), mbak Tina dan penghuni "kopma", Chibie, Shem, terima kasih atas doa, bantuan dan segala kenangan yang indah selama ini.

16.Saudaraku, GWC (mbak Kiki, Dali, Winda, Memey, Suntea, Monic, Anita, Mala, mbak Nungkat, Yonna, Memmy Jean, Bitha, Clement, Ella, Vivi, dll) terima kasih untuk setiap pengalaman dan dukungan yang berharga selama ini, tawa canda dan haru kalian selalu ada di hatiku. Bangga menjadi bagian dari kalian, dan GWC takkan tergantikan oleh siapapun.

17.Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan saran, dan kritik demi kebaikan yang akan datang. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, Februari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

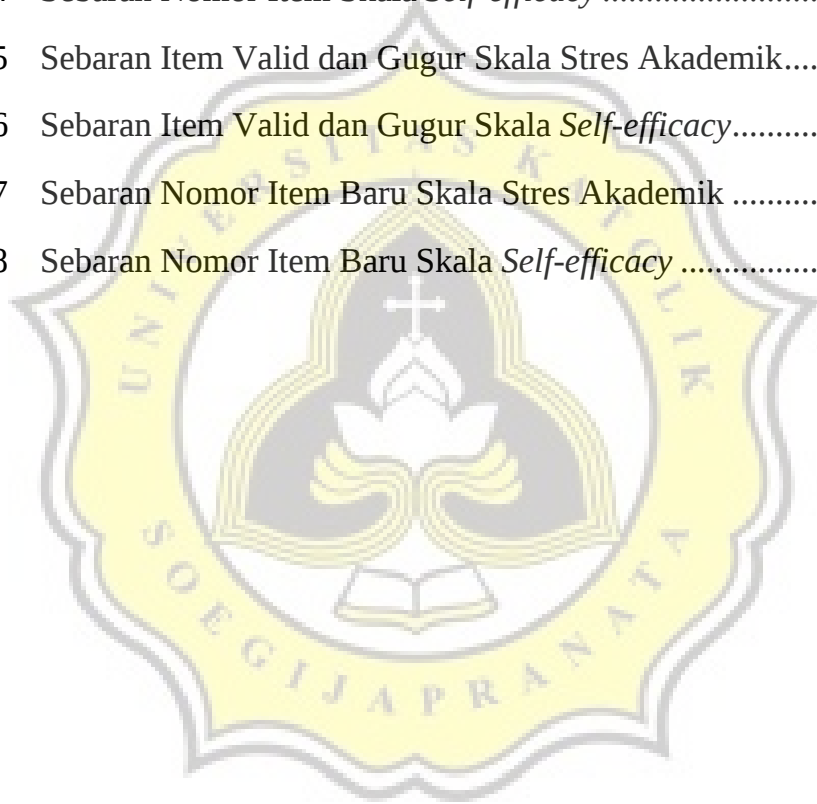
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Persembahan.....	iv
Halaman Motto	v
Ucapan Terima Kasih	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Stres Akademik	8
1. Pengertian Stres Akademik.....	8
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres	9
3. Gejala-gejala Stres Akademik.....	12
B. <i>Self-efficacy</i>	16
1. Pengertian <i>Self-efficacy</i>	16
2. Aspek-aspek <i>Self-efficacy</i>	18
C. Hubungan <i>Self-efficacy</i> dengan Stres Akademik	21

D. Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Identifikasi Variabel Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	25
1. Stres Akademik	25
2. <i>Self-efficacy</i>	26
C. Subjek Penelitian	26
D. Metode Pengumpulan Data	28
1. Skala Stres Akademik	29
2. Skala <i>Self-efficacy</i>	30
E. Uji Coba Alat Ukur	31
1. Uji Validitas Alat Ukur	31
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	32
F. Metode Analisis Data	32
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	33
A. Orientasi Kancan Penelitian	33
B. Persiapan Penelitian	34
1. Penyusunan Skala Penelitian	34
a. Skala Stres Akademik	35
b. Skala <i>Self-efficacy</i>	35
2. Tahap Perijinan Penelitian	36
3. Uji Coba Alat Ukur	36
a. Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik	37

b. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-efficacy</i>	38
C. Pelaksanaan Penelitian.....	40
BAB V HASIL PENELITIAN	42
A. Hasil Penelitian	42
1. Uji Asumsi	42
a. Uji Normalitas	42
b. Uji Linieritas.....	43
2. Uji Hipotesis	43
B. Pembahasan.....	44
BAB VI PENUTUP.....	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rancangan Jumlah Item Skala Stres Akademik	31
Tabel 2	Rancangan Jumlah Item Skala <i>Self-efficacy</i>	31
Tabel 3	Sebaran Nomor Item Skala Stres Akademik	35
Tabel 4	Sebaran Nomor Item Skala <i>Self-efficacy</i>	36
Tabel 5	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres Akademik.....	38
Tabel 6	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Self-efficacy</i>	39
Tabel 7	Sebaran Nomor Item Baru Skala Stres Akademik	40
Tabel 8	Sebaran Nomor Item Baru Skala <i>Self-efficacy</i>	40



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	53
LAMPIRAN A DATA TRY OUT	54
A-1 Data Try Out Stres Akademik	55
A-2 Data Try Out Self-efficacy	58
LAMPIRAN B VALIDITAS DAN RELIABILITAS	61
B-1 Validitas dan Reliabilitas Stres Akademik	62
B-2 Validitas dan Reliabilitas Self-efficacy	67
LAMPIRAN C SKALA PENELITIAN	71
C-1 Skala Stres Akademik	72
C-2 Skala Self-efficacy	76
LAMPIRAN D DATA PENELITIAN	79
D-1 Data Penelitian Stres Akademik	80
D-2 Data Penelitian Self-efficacy	83
LAMPIRAN E UJI ASUMSI	86
E-1 Uji Normalitas	87
E-2 Uji Linieritas	90
LAMPIRAN F ANALISIS DATA	92
LAMPIRAN G SURAT IJIN PENELITIAN DAN BUKTI	
PENELITIAN	94
G-1 Surat Ijin Penelitian	95
G-2 Surat Bukti Penelitian	97