

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI**

SKRIPSI

Oleh :

Tia Indah Setianingsih

10.40.0232



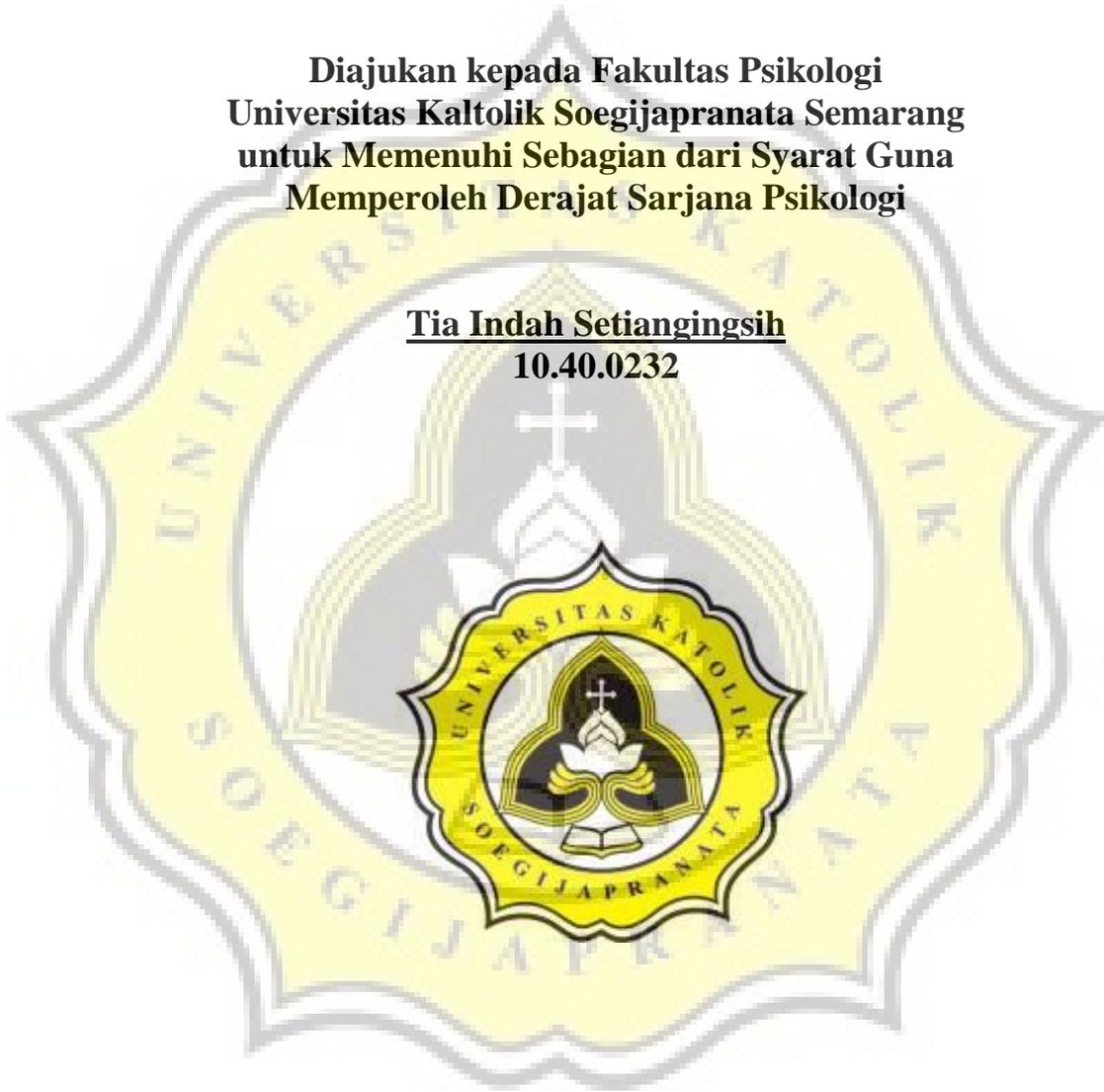
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2015**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI**

SKRIPSI

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

**Tia Indah Setiangingsih
10.40.0232**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2015**

The logo of Universitas Katolik Soegijapranata is a yellow shield with a white border. Inside the shield, there is a white cross at the top, a white book at the bottom, and a white stylized figure in the center. The text "UNIVERSITAS KATOLIK" is written in yellow at the top, and "SOEGIJAPRANATA" is written in yellow at the bottom.

Kupersembahkan karya ini kepada Allah SWT, orang tuaku, saudara-saudaraku, dan orang-orang terkasih

MOTTO

"Kehidupan tidak akan berubah apabila kita tidak merubahnya"

"Secces needs a process"

"Intelligence is not the measurement, but intelligence support all"



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT atas Rahmat dan Hidayah yang telah dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Pada penyusunan skripsi ini, penulis banyak mengalami hambatan karena keterbatasan penulis namun berkat bantuan dan semangat dari berbagai pihak semua dapat teratasi. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Terimakasih kepada Dra. Emiliana Primastuti, M.Si, selaku Dosen Pembimbing atas kesabaran dan kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Damasia Linggarjati Novi. S.Psi, MA, selaku Dosen Wali yang telah mendampingi penulis selama menempuh studi.
4. Terimakasih kepada seluruh subjek atas kesediaan serta kerjasama dalam membantu kelancaran proses penyusunan skripsi ini.
5. Terimakasih kepada seluruh Dosen Pengajaran Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata (mbak Deo, mas Pri, pak Gandhi, mbak Dwi dan mas

Sabar) yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.

7. Terimakasih juga kepada seluruh staf perpustakaan yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi yang dibutuhkan oleh penulis.
8. Terimakasih untuk ibu, kakak-kakakku, dan mas Adit atas dukungan dan perhatiannya.
9. Terimakasih untuk Ardani Amalian sebagai teman yang selalu menemani, member dukungan dan berjuan bersama dalam penyusunan skripsi ini.
10. Teman-temanku kelas D (April, Dinta, Dimas, Iyeng, Bang Ipul, Mada, Chikong, dll) dan kakak-kakak (kak Pita, kak Vivi, kak Valle, kak Bundi dan kak Wening) yang selalu member dukungan kepada penulis.
11. 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, 30 Juli 2015

Penulis

HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI

Tia Indah Setianingsih

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Semarang

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara *self efficacy* dengan stres akademik pada siswa akselerasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 20 siswa kelas XI yang berada di kelas akselerasi pada SMA N 1 Semarang dan 10 siswa kelas XI yang berada di kelas akselerasi pada SMA YSKI Semarang. *Self efficacy* diungkap melalui skala *self efficacy* dan stres akademik diungkap melalui skala stres akademik. Hasil analisis data didapat bahwa uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi Product Moment menemukan $r_{xy} = -0,594$ dengan $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan stres akademik. Sumbangan efektif *self efficacy* terhadap stres akademik sebesar 35,2%.

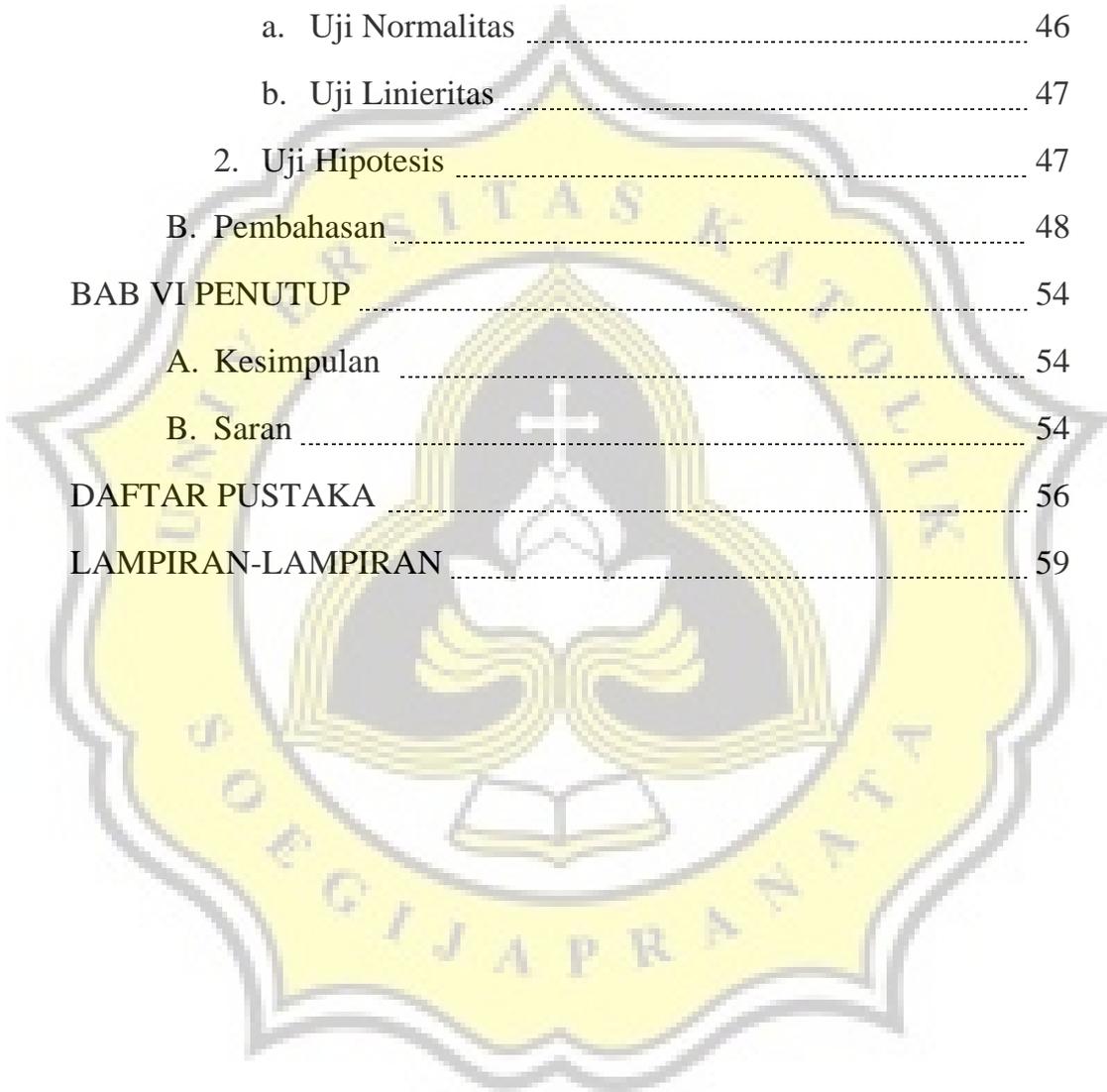
Kata kunci : *self efficacy*, stres akademik

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTO	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
ABSTRAKSI	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Stres Akademik	10
1. Pengertian Stres Akademik pada Siswa Akselerasi	10
2. Gejala-gejala	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	15
B. <i>Self Efficacy</i>	19
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i>	19
2. Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i>	21
C. Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> dengan Stres Akademik	23

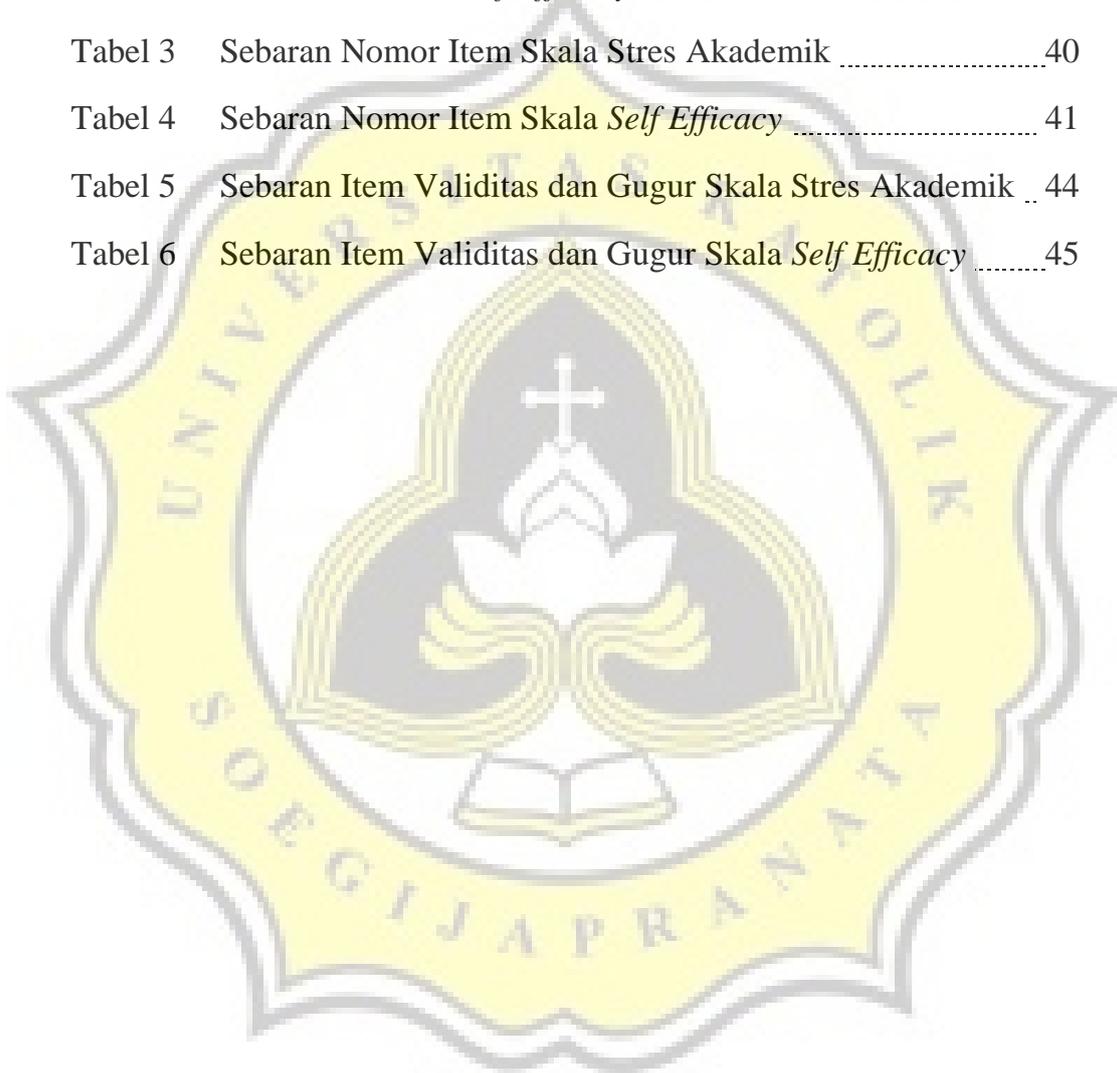
D. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Metode Penelitian yang Digunakan	29
B. Identifikasi Variabel Penelitian	29
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
1. Stres Akademik	30
2. <i>Self Efficacy</i>	30
D. Subjek Penelitian	30
E. Metode Pengumpulan Data	31
1. Skala Stres Akademik	32
2. Skala <i>Self Efficacy</i>	33
F. Validitas dan Reliabilitas	34
1. Uji Validitas Alat Ukur	34
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	34
G. Metode Analisis Data	35
H. BAB IV LAPORAN PENELITIAN	36
A. Orientasi Kancan Penelitian	36
B. Persiapan Pengumpulan Data	39
1. Penyusunan Skala Penelitian	39
a. Skala Stres Akademik	39
b. Skala <i>Self Efficacy</i>	40
2. Tahap Perijinan Penelitian	41
C. Pelaksanaan Penelitian	42
D. Uji Validitas dan Reliabilita Alat Ukur	43
1. Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik	44

2. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i>	45
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
1. Uji Asumsi	46
a. Uji Normalitas	46
b. Uji Linieritas	47
2. Uji Hipotesis	47
B. Pembahasan	48
BAB VI PENUTUP	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Blue Print Skala Stres Akademik	32
Tabel 2	Blue Print Skala <i>Self Efficacy</i>	33
Tabel 3	Sebaran Nomor Item Skala Stres Akademik	40
Tabel 4	Sebaran Nomor Item Skala <i>Self Efficacy</i>	41
Tabel 5	Sebaran Item Validitas dan Gugur Skala Stres Akademik ..	44
Tabel 6	Sebaran Item Validitas dan Gugur Skala <i>Self Efficacy</i>	45



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	59
LAMPIRAN A DATA <i>TRY OUT</i>	60
A-1 Data <i>Try Out</i> Stres Akademik	61
A-2 Data <i>Try Out Self Efficacy</i>	64
LAMPIRAN B VALIDITAS DAN RELIABILITAS	67
B-1 Validitas dan Reliabilitas Stres Akademik	68
B-2 Validitas dan Reliabilitas <i>Self Efficacy</i>	73
LAMPIRAN C SKALA PENELITIAN	78
C-1 Skala Stres Akademik	79
C-2 Skala <i>Self Efficacy</i>	83
LAMPIRAN D UJI ASUMSI	86
D-1 Uji Normalitas	87
D-2 Uji Linieritas	90
LAMPIRAN E ANALISIS DATA	94
LAMPIRAN F SURAT IJIN PENELITIAN DAN BUKTI PENELITIAN	97
F-1 Surat Ijin Penelitian	98
F-2 Surat Bukti Penelitian	102