

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI AKADEMIK DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA POLITEKNIK ANGKATAN DARAT (POLTEKAD)

Dyah Putri Amalia¹, Jati Ariati²

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jalan Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

diahp8909@gmail.com

ABSTRAK

Perguruan tinggi di Indonesia memiliki beragam jenis, termasuk Politeknik Angkatan Darat (POLTEKAD) yang memiliki dinamika tersendiri dalam menghadapi tuntutan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa POLTEKAD. Penelitian ini berdasarkan pada pemahaman bahwa mahasiswa mengalami tekanan akademik yang kompleks, termasuk tuntutan penyelesaian tugas, kesulitan memahami materi, dan harapan untuk mencapai hasil akademik yang tinggi. Stres akademik diidentifikasi sebagai dampak dari tuntutan tersebut dan dapat memberikan konsekuensi negatif terhadap kesejahteraan mahasiswa. Maka dibutuhkan resiliensi akademik untuk mengatasi tekanan akademik yang dialami mahasiswa. Sampel pada penelitian ini sejumlah 130 mahasiswa diperoleh dari teknik *stratified propotional random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan Skala resiliensi akademik (19 aitem; $\alpha = 0.950$) dan Skala stres akademik (19 aitem; $\alpha = 0.906$). Analisis statistik menggunakan SPSS 26.0. Pada Uji Hipotesis Rank Spearman memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dengan stres akademik ($rs = -0.236$; $p < 0.05$). Artinya, semakin tinggi resiliensi akademik maka akan semakin rendah stres akademik yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi akademik maka semakin tinggi stres akademik yang dialami.

Kata kunci : *Resiliensi akademik; Stres akademik; Mahasiswa*

THE RELATIONSHIPS BETWEEN ACADEMIC RESILIENCE AND ACADEMIC STRESS IN POLITEKNIK ANGKATAN DARAT (POLTEKAD) STUDENTS

Dyah Putri Amalia¹, Jati Ariati²

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University,
Prof. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275

diahp8909@gmail.com

Abstract

Higher education institutions in Indonesia have various types, including the Army Polytechnic (POLTEKAD), which has its own dynamics in facing academic demands. This research aims to determine the relationship between academic resilience and academic stress in POLTEKAD students. This study is based on the understanding that students experience complex academic pressures, including demands for task completion, difficulty understanding materials, and expectations to achieve high academic results. Academic stress is identified as the impact of these demands and can have negative consequences on student well-being. Therefore, academic resilience is needed to cope with the academic pressures experienced by students. The sample in this study consisted of 130 students obtained through stratified proportional random sampling technique. Data collection methods used the Academic Resilience Scale (19 items; $\alpha = 0.950$) and the Academic Stress Scale (19 items; $\alpha = 0.906$). Statistical analysis was conducted using SPSS 26.0. The Rank Spearman Hypothesis Test showed a significant negative relationship between academic resilience and academic stress ($rs = -0.236$; $p < 0.05$). This means that the higher the academic resilience, the lower the academic stress experienced. Conversely, the lower the academic resilience, the higher the academic stress experienced.

Keywords: Academic resilience; Academic stress; Students