

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI AKADEMIK DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO TAHUN ANGKATAN 2016-2019

Evita Hosana Marchya, Annastasia Ediati

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

hosanaevita@gmail.com

Abstrak

Dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai kesulitan. Kesulitan tersebut serta ditambah kondisi, yang menekan dan menuntut mahasiswa untuk selesai pada waktunya, dapat menimbulkan stres akademik. Beberapa penelitian terdahulu mengungkapkan terdapat suatu cara yang adaptif dalam mengatasi stres akademik pada mahasiswa yaitu dinamakan resiliensi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tahun angkatan 2016-2019. Populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa angkatan 2016-2019 yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro sebanyak 390 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 196 mahasiswa yang terbagi dalam empat angkatan. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *disproportionate stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu Skala Resiliensi Akademik (21 aitem, $\alpha = 0,877$) dan Skala Stres Akademik (26 aitem, $\alpha = 0,892$). Uji hipotesis menggunakan *Spearman's Rank* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi akademik dengan stres akademik ($r_s = -0,861$; $p < 0,001$). Semakin tinggi resiliensi akademik maka semakin rendah stres akademik mahasiswa skripsi, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Kata kunci : resiliensi akademik; stres akademik; mahasiswa skripsi

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC RESILIENCE AND ACADEMIC STRESS IN STUDENTS WHICH ARE WRITING THESIS AT THE FACULTY OF PSYCHOLOGY, DIPONEGORO UNIVERSITY, 2016-2019 CLASS YEAR

Evita Hosana Marchya, Annastasia Ediati

Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

hosanaevita@gmail.com

Abstract

In the process of preparing the thesis, students will be faced with various difficulties. These difficulties and the added conditions, which pressure and demand students to finish on time, can cause academic stress. Several previous studies revealed that there is an adaptive way of dealing with academic stress in students, which is called academic resilience. This study aims at determining the relationship between academic resilience and academic stress in students who are preparing their thesis at the Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro, class of 2016-2019. The population in this study was 390 students from the 2016-2019 class who were preparing their thesis at the Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro. The sample in this study was 196 students divided into four batches. The sampling technique used disproportionate stratified random sampling technique. The measurement tools used are the Academic Resilience Scale (21 item, $\alpha = 0,877$) and the Academic Stress Scale (26 item, $\alpha = 0,892$). The hypothesis test using Spearman's Rank shows that there is a significant negative relationship between academic resilience and academic stress ($r_s = -0,861$; $p < 0,001$). The higher the academic resilience, the lower the academic stress of thesis students, and vice versa. Thus, the hypothesis proposed in this study can be accepted.

Keywords : academic resilience; academic stress; thesis students