

ABSTRAK

Stres akademik merupakan suatu kondisi berdasarkan hasil dari cara pandang individu dalam menilai berbagai macam tuntutan yang dibebankan saat melakukan proses pembelajaran dan mempersepsikan hal tersebut sebagai gangguan. Stres akademik yang dialami oleh mahasiswa diakibatkan oleh berbagai sumber stres yang akan menimbulkan berbagai reaksi. Penelitian ini bertujuan untuk mencari informasi mengenai kontribusi resiliensi terhadap stres akademik pada mahasiswa UBP Karawang yang bekerja. Pengumpulan data menggunakan skala resiliensi dan skala stres akademik yang diberikan kepada 363 mahasiswa yang bekerja. Skala resiliensi terdiri dari 26 aitem yang mengacu pada tujuh domain resiliensi dari Reivich dan Shatte. Sedangkan skala stres akademik terdiri dari 44 aitem yang mengacu pada *stressor* dan reaksi terhadap *stressor* dari Gadzella dan Masten. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi memberikan kontribusi negatif yang artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah stres akademik, dan semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi stres akademik. Besarnya nilai kontribusi resiliensi terhadap stres akademik sebesar 25,9%, sehingga dapat diartikan bahwa sebesar 74,1% terjadinya stres akademik dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata Kunci : Resiliensi, Stres Akademik.

ABSTRACT

Academic stress is a condition based on the result of individual point of view to assess some claims which burdened when academic process do and perceive it as a problem. Academic stress who experienced by students is caused by some stress sources which will produce some reactions. This research has aim to look for information about the contribution of resilience against academic stress at UBP Karawang working Students. The collecting data uses resilience scale and academic stress scale which has given to 363 working students. Resilience scale consist of 26 items refer to seven domain resilience from Reivich and Shatte. Whereas academic stress scale consist of 44 items refer to stressor and reaction of stressor from Gadzella and Masten. Data analysis uses simple linear regression analysis techniques. The results of the research shows that resilience gives negative contribute it means that more higher a resilience, so more lower the academic stress, and more lower the resilience so higher the academic stress. The value of contribution resilience to academic stress 25,9%, it means that 74,1% causes of academic stress is has influenced by others variable.

Key Words : Resilience, Academic Stress.



KATA PEGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Shalawat serta salam tercurah kepada baginda Rasulullah SAW yang telah menginspirasi peneliti untuk terus membuat suatu perubahan yang lebih baik.

Penelitian ini merupakan prasyarat kelulusan pendidikan Sarjana Strata 1 pada Fakultas Bisnis dan Ilmu Sosial Universitas Buana Perjuangan Karawang. Peneliti berharap semoga hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembacanya.

Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Dedi Mulyadi, S.E., M.M., selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
2. Bapak Dr. Budi Rismayadi, S.E., M.M., selaku Dekan Fakultas Bisnis dan Ilmu Sosial Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Ibu Cempaka Putrie Dimala, M.Psi, Psikolog., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Ibu Lania Muharsih, M.Psi, Psikolog., selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak memberikan banyak ilmu dan rela meluangkan waktunya untuk selalu membimbing penulis dalam penelitian ini.
5. Ibu Holy Greata, M.Si., selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan banyak ilmu dan selalu memberikan penjelasan secara terperinci melalui contoh-contoh yang mudah dipahami oleh peneliti.
6. Seluruh dosen Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah memberikan banyak ilmu dan bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
7. Orang tua peneliti, Ayah dan Ibu di Cilacap yang tak henti-hentinya memberikan doa dan kasih sayang kepada peneliti, serta dukungannya.

Untuk Kakak-kakaku tercinta yang selalu memberikan semangat kepada peneliti.

8. Ponakan tercinta, Ita Purwaningsih yang telah membantu dan selalu direpotkan peneliti dalam penyusunan penelitian ini.
9. Teman terbaik peneliti, Agus Setiono, Ishmah Kamilah Zahidah, Atik, Anis, dan Cicil yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Keluarga besar SBC Karawang, angkatan 4 dan para alumni yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini.

Penelitian ini tidak akan berarti tanpa kehadiran dan kontribusi dari semua pihak yang telah disebutkan sebelumnya. Semoga Alloh Swt membalas segala kebaikan dengan Rahmah-Rahman-Nya. Akhir kata peneliti berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi baik bagi penulis maupun pihak lainnya. Amin.

Karawang, 25 Juli 2019

Peneliti

