

ABSTRAK

PENGARUH *HARDINESS* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMAN 1 TELUKJAMBE

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps20.nuruldien@mhs.ubpkarawang.ac.id

Stres akademik adalah tekanan psikologis yang dialami pada individu, berasal dari tuntutan akademik yang melampaui kemampuan adaptasi individu. Tuntutan akademik yang berlebih tentunya dapat membuat siswa mengalami stres akademik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian asosiatif kausal. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan teknik sampel *purposive sampling*. Jumlah populasi 356 siswa, sehingga didapatkan sampel sebanyak 187 siswa kelas XI berdasarkan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 5%. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$, maka hipotesis diterima. Artinya ada pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe. Besaran pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe sebesar 63,2% dengan pengaruh *hardiness* sebesar 0,090% dan dukungan sosial sebesar 0,541%. Sedangkan sisanya 36,8% dipengaruhi oleh faktor lain seperti efikasi diri, optimisme, motivasi berprestasi dan prokrastinasi.

Kata kunci: *Hardiness*, Dukungan Sosial, Stres Akademik

ABSTRACT

The Influence Of Hardiness And Social Support On Academic Stress In Class

XI Students At SMAN 1 Telukjambe

Faculty Of Psychology Buana Perjuangan Karawang University

Ps20.nuruldien@mhs.ubpkarawang.ac.id

Academic stress is the psychological pressure experienced by individuals, stemming from academic demands that exceed individual adaptability. Excessive academic demands can certainly make students experience academic stress. The purpose of this study was to determine the effect of hardiness and social support on academic stress in class XI students of SMAN 1 Telukjambe. This study used a quantitative approach with a causal associative research design. The sampling method used was non-probability sampling with purposive sampling technique. The total population was 356 students, so a sample of 187 grade XI students was obtained based on the Slovin formula with an error rate of 5%. The results showed a significant value of $0.000 < 0.05$, so the hypothesis is accepted. This means that there is an influence of hardiness and social support on academic stress in class XI students of SMAN 1 Telukjambe. The conclusion of this study is that there is an influence of hardiness and social support on academic stress in class XI students of SMAN 1 Telukjambe. The magnitude of the influence of hardiness and social support on academic stress in class XI students of SMAN 1 Telukjambe is 63.2% with the influence of hardiness of 0.090% and social support of 0.541%. While the remaining 36.8% is influenced by other factors such as self-efficacy, optimism, motivation to achieve and procrastination.

Keyword: Hardiness, Social Support, Academic Stress