



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN DUKUNGAN  
SOSIAL ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK  
MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

**Skripsi**

Disusun untuk Memperoleh Gelar Psikologi

**Disusun Oleh:**

**SULISYANINGRUM AYU WARDANI**

**NIM: 2020 60 029**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**2024**



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN DUKUNGAN SOSIAL  
ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA  
YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

**Skripsi**

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**Disusun Oleh:**

SULISYANINGRUM AYU WARDANI

NIM: 2020 60 029

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG  
TUA DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA YANG  
MENERJAKAN SKRIPSI**

Diajukan oleh:

**SULISYANINGRUM AYU WARDANI**

**NIM: 2020 60 029**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Disetujui oleh:

Pembimbing



Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si

Tanggal: 17 SEP 2024

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi  
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: 17 SEP 2024

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan



Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si

A handwritten signature in black ink, corresponding to Fajar Kawuryan, positioned above a dotted line.

2. Dr. Dhini Rama Dhania, S.Psi., M.Si

A handwritten signature in black ink, corresponding to Dr. Dhini Rama Dhania, positioned above a dotted line.

3. Rr. Dwi Astuti, S.Psi., M.Si., Psikolog

A handwritten signature in black ink, corresponding to Rr. Dwi Astuti, positioned above a dotted line.



## **PERSEMBAHAN**

Rasa syukur tak henti penulis sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa.  
Saya persembahkan karya ini dengan segenap cinta dan kasih kepada orang-orang tersayang yang senantiasa memberikan dukungan, semangat serta doanya kepada penulis.

Saya persembahkan hasil skripsi ini untuk kedua orang tua saya, beserta keluarga, orang terdekat dan tersayang, serta sahabat

Dosen-dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang terhormat  
Almamater saya Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

## **MOTO**

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka  
mengubah keadaan diri mereka sendiri.

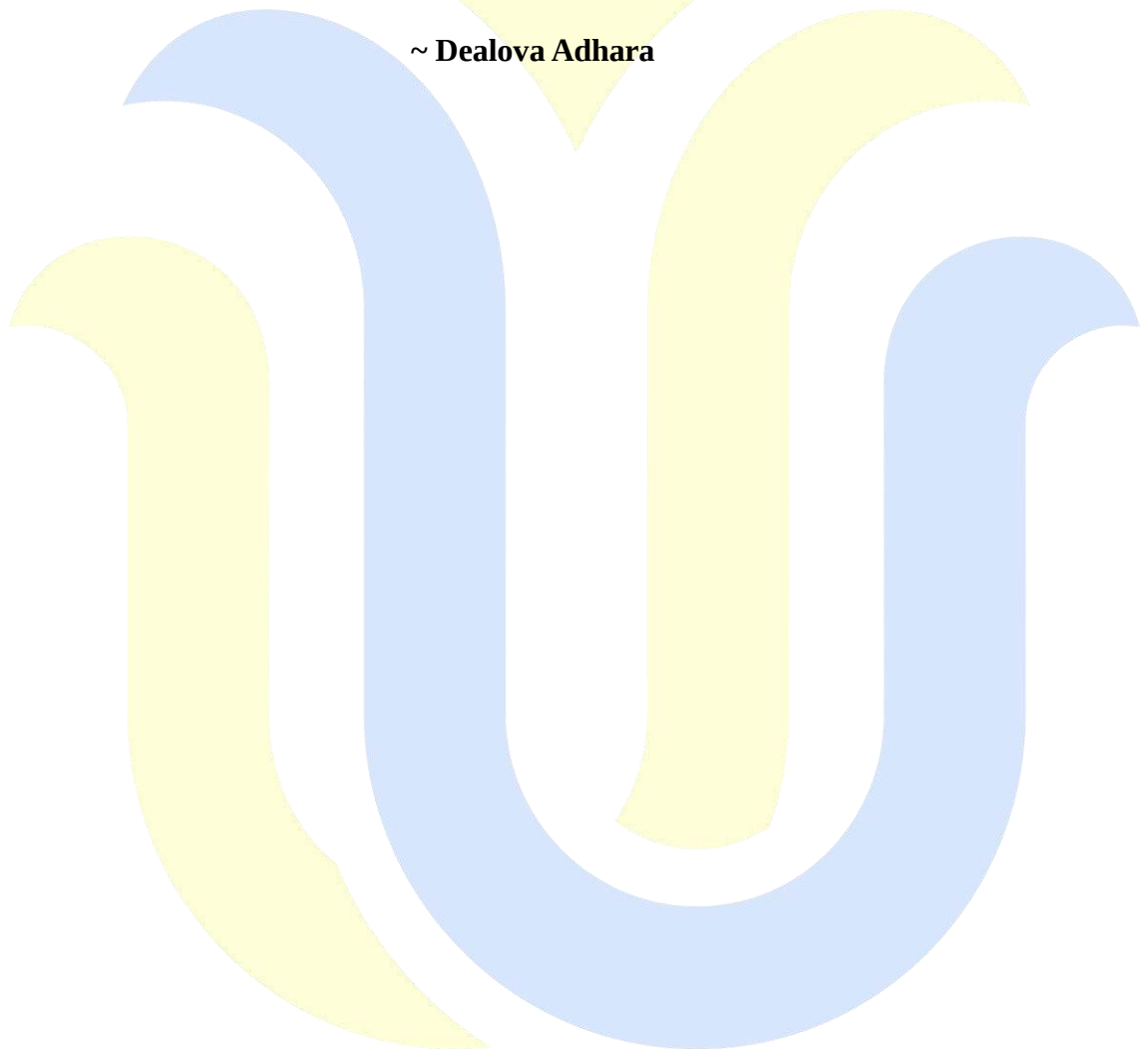
**~ QS Ar-Rad 11**

Allah tidak akan membebani seseorang, melainkan sesuai kesanggupannya.

**~ QS. Al Baqarah ayat 286**

*Happiness is the only thing that multiplies when you share it.*

**~ Dealova Adhara**



## PRAKATA

Alhamdulillah, Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Hardiness dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi**” sebagai syarat guna memperoleh gelar sarjana psikologi. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Agung Muhammad Sholallahu alaihi wa salam, keluarga, sahabat, serta umat muslim yang mengikuti ajarannya hingga akhir zaman.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mengalami rintangan dan hambatan, namun berkat bantuan, bimbingan, dan kerja sama dari beberapa pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan semaksimal mungkin. Sehingga dengan penuh kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Ibu Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing penulis yang telah memberikan arahan, motivasi, masukan, dan dukungan selama proses pembuatan hingga terselesaikannya skripsi ini.
3. Bapak Ridwan Budi Pramono, S.Psi.,M.A. yang telah memberikan banyak arahan yang membantu penulis mendapatkan judul skripsi ini.
4. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu serta pengalaman-pengalaman kepada penulis.

5. Seluruh Staff Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah membantu serta mendukung penulis dalam proses administrasi.
6. Cinta pertama dan panutanku, Ayah Suyuti dan pintu surgaku Ibu Sudarwati, adek rasa kakakku Huda, dan adek rasa musuhku Arifin. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan, selalu memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Semoga kalian sehat panjang umur dan bahagia selalu, aamiin.
7. Teruntuk diriku sendiri Sulistyaningrum Ayu Wardani, terima kasih sudah bertahan sejauh ini, tetap memilih berusaha dan tidak lelah mencoba, dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini. *Proud of you Ayu and you deserve to be loved and appreciated.*
8. Sahabat seperjuangan terkasih Durroh, Okta, Diva, Pita, Febby, Diah terima kasih sudah menjadi teman terbaik yang selalu menemani, berbagi keluh kesah, cerita, canda & tawa, serta berbagi saran, motivasi, dan dukungan.
9. Kepada seluruh partisipan yang telah membantu penulis dalam mengisi skala penelitian skripsi ini.
10. Kepada teman-teman Fakultas Psikologi Angkatan 2020 atas kerjasamanya selama masa perkuliahan ini.
11. Semua pihak yang telah mendukung penulis dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karenanya kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna melengkapi segala kekurangan dan keterbatasan yang ada dalam skripsi ini. Akhir

kata semoga skripsi ini dapat menjadi ilmu pengetahuan serta memberikan manfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya khususnya mengenai stres akademik mahasiswa, *hardiness*, dan dukungan sosial orang tua.

Kudus, 06 Agustus 2024

Penulis,

Sulistyaningrum Ayu Wardani

## DAFTAR ISI

|                                                                                       |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>HALAMAN SAMPUL DEPAN.....</b>                                                      | <b>..i</b>   |
| <b>HALAMAN JUDUL.....</b>                                                             | <b>..ii</b>  |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>                                                       | <b>..iii</b> |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>                                                       | <b>iv</b>    |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>                                                               | <b>.v</b>    |
| <b>MOTO.....</b>                                                                      | <b>vi</b>    |
| <b>PRAKATA.....</b>                                                                   | <b>vii</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                                | <b>x</b>     |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                                                              | <b>xiii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                                                           | <b>xiv</b>   |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                                                  | <b>xvi</b>   |
| <b>ABSTRAK.....</b>                                                                   | <b>xvii</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                         | <b>1</b>     |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                                        | 1            |
| B. Tujuan Penelitian.....                                                             | 10           |
| C. Manfaat Penelitian.....                                                            | 10           |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>                                                     | <b>12</b>    |
| A. Stres Akademik.....                                                                | 12           |
| 1. Pengertian Stres Akademik.....                                                     | 12           |
| 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik .....                               | 13           |
| 3. Aspek-aspek Stres Akademik.....                                                    | 19           |
| B. Hardiness .....                                                                    | 24           |
| 1. Pengertian Hardiness .....                                                         | 24           |
| 2. Aspek-aspek Hardiness .....                                                        | 25           |
| C. Dukungan Sosial Orang Tua.....                                                     | 29           |
| 1. Pengertian Dukungan Sosial Orang Tua.....                                          | 29           |
| 2. Aspek–aspek Dukungan Sosial Orang Tua.....                                         | 30           |
| D. Hubungan antara Hardiness dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik..... | 33           |
| E. Hipotesis Penelitian.....                                                          | 40           |

|                                                      |           |
|------------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>                | <b>41</b> |
| A. Identifikasi Variabel Penelitian.....             | 41        |
| B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....    | 41        |
| 1. Stres Akademik.....                               | 42        |
| 2. Hardiness... ..                                   | 42        |
| 3. Dukungan Sosial Orang Tua.....                    | 43        |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian.....               | 44        |
| 1. Populasi .....                                    | 44        |
| 2. Sampel .....                                      | 44        |
| D. Metode Pengumpulan Data .....                     | 45        |
| 1. Skala Stres Akademik... ..                        | 46        |
| 2. Skala Hardiness... ..                             | 47        |
| 3. Skala Dukungan Sosial Orang Tua.....              | 48        |
| E. Validitas dan Reliabilitas.....                   | 49        |
| 1. Validitas. ....                                   | 49        |
| 2. Reliabilitas. ....                                | 50        |
| F. Metode Analisis Data.....                         | 50        |
| <b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b> | <b>52</b> |
| A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian .....   | 52        |
| 1. Orientasi Kancan .....                            | 52        |
| 2. Persiapan Penelitian.....                         | 53        |
| B. Pelaksanaan Penelitian.....                       | 59        |
| C. Hasil Penelitian... ..                            | 60        |
| 1. Deskripsi Partisipan Penelitian .....             | 60        |
| 2. Deskripsi Data Penelitian.....                    | 61        |
| 3. Hasil Uji Asumsi.....                             | 62        |
| 4. Hasil Uji Hipotesis.....                          | 64        |
| D. Pembahasan .....                                  | 67        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                           | <b>76</b> |
| A. Simpulan.....                                     | 76        |
| B. Saran. ....                                       | 76        |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b> | <b>77</b> |
|----------------------------|-----------|



## DAFTAR TABEL

|                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Blue Print Skala Stres Akademik.....                                                | 46 |
| Tabel 3.2 Blue Print Skala Hardiness.....                                                     | 47 |
| Tabel 3.3 Blue Print Skala Dukungan Sosial Orang Tua.....                                     | 48 |
| Tabel 4.1 Blue Print Skala Stres Akademik.....                                                | 54 |
| Tabel 4.2 Blue Print Skala Hardiness.....                                                     | 55 |
| Tabel 4.3 Blue Print Skala Dukungan Sosial Orang Tua.....                                     | 56 |
| Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres Akademik.....                              | 57 |
| Tabel 4.5 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Hardiness.....                                   | 57 |
| Tabel 4.6 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Dukungan Sosial Orang Tua.....                   | 58 |
| Tabel 4.7 Kategorisasi Data Stres Akademik.....                                               | 61 |
| Tabel 4.8 Kategorisasi Data Hardiness.....                                                    | 61 |
| Tabel 4.9 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Orang Tua.....                                    | 62 |
| Tabel 4.10 Hasil Analisis Uji Normalitas.....                                                 | 63 |
| Tabel 4.11 Hasil Uji Linieritas antara Stres Akademik dengan Hardiness.....                   | 64 |
| Tabel 4.12 Hasil Analisis Uji Linieritas Stres Akademik dengan Dukungan Sosial Orang Tua..... | 64 |
| Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis Mayor.....                                                     | 65 |
| Tabel 4.14 Hasil Analisis Korelasi Hardiness dengan Stres Akademik.....                       | 65 |
| Tabel 4.15 Hasil Analisis Korelasi Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik.....       | 66 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|            |                                                                                                                                             |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LAMPIRAN A | Data Kasar<br>A-1 Data Kasar Stres Akademik<br>A-2 Data Kasar Hardiness<br>A-3 Data Kasar Dukungan Sosial Orang Tua                         |
| LAMPIRAN B | Data Validitas dan Reliabilitas<br>B-1 Stres Akademik<br>B-2 Hardiness<br>B-3 Dukungan Sosial Orang Tua                                     |
| LAMPIRAN C | Data Valid Penelitian<br>C-1 Stres Akademik<br>C-2 Hardiness<br>C-3 Dukungan Sosial Orang Tua<br>C-4 Data Analisis Hubungan Setelah Outlier |
| LAMPIRAN D | Data Kategorisasi<br>D-1 Stres Akademik<br>D-2 Hardiness<br>D-3 Dukungan Sosial Orang Tua                                                   |
| LAMPIRAN E | Uji Asumsi<br>E-1 Uji Normalitas<br>E-2 Uji Linieritas<br>E-3 Uji Analisis Regresi<br>E-4 Uji Analisis <i>Product Moment</i>                |
| LAMPIRAN F | Skala Penelitian<br>F-1 Skala Stres Akademik<br>F-2 Skala Hardiness<br>F-3 Skala Dukungan Sosial Orang Tua                                  |

LAMPIRAN G

G-1 Form A

G-2 Screening Judul Skripsi

G-3 Form B

G-4 Lembar Turnitin



# **THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS AND PARENTAL SOCIAL SUPPORT AND THE ACADEMIC STRESS OF STUDENTS WORKING ON THESIS**

## **ABSTRACT**

*Students are often faced with high academic, social and emotional pressure when undergoing periods such as working on their thesis. Many students experience academic stress, due to low levels of hardiness and low parental social support. This causes students to feel worried, anxious, stressed, and reduced motivation to complete their thesis, so that the process of completing their thesis is hampered. This research aims to determine empirically the relationship between hardiness and parental social support and the academic stress of students who are working on their thesis. The research participants were undergraduate education study program students (S1) class 2017-2020 who took thesis courses involving 86 students. The sampling technique used Quota Sampling and the tools used to obtain data used the hardiness scale, parental social support scale, and academic stress scale. The correlation coefficient result of the three variables  $r_{x1,2y}$  is 0,526 with p of 0,664 ( $p > 0,05$ ). This shows that the major hypothesis proposed is rejected, which means there is no relationship between hardiness (X1) and parental social support (X2) with academic stress (Y). The results of the analysis of the hardiness variable (X1) with academic stress (Y) obtained  $r_{x1y}$  of 0,049 with p of 0,328 ( $p > 0,05$ ). This shows that there is no relationship between hardiness and academic stress, thus the first minor hypothesis is rejected. The results of the analysis of the variables parental social support (X2) and academic stress (Y) obtained  $r_{x2y}$  of -0,072 with p of 0,255 ( $p > 0,05$ ). This shows that there is no relationship between parental social support and academic stress, thus the second minor hypothesis is rejected.*

**Keywords:** parental social support, hardiness, academic stress

# HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

## ABSTRAK

Mahasiswa sering dihadapkan pada tekanan akademik, sosial, dan emosional yang tinggi saat menjalani periode seperti mengerjakan skripsi. Banyak mahasiswa yang mengalami stres akademik, dikarenakan rendahnya *hardiness* dan dukungan sosial orang tua. Hal ini menyebabkan mahasiswa merasa khawatir, cemas, stres, dan berkurangnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi, sehingga proses pengerjaan skripsinya terhambat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Partisipan penelitian adalah mahasiswa program studi pendidikan sarjana (S1) angkatan 2017-2020 yang mengambil mata kuliah skripsi dengan melibatkan 86 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Quota Sampling* dan alat yang digunakan untuk memperoleh data dengan menggunakan skala *hardiness*, skala dukungan sosial orang tua, dan skala stres akademik. Hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel  $r_{x1,2y}$  sebesar 0,526 dengan p sebesar 0,664 ( $p>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan ditolak, yang berarti tidak adanya hubungan antara *hardiness* ( $X_1$ ) dan dukungan sosial orang tua ( $X_2$ ) dengan stres akademik ( $Y$ ). Hasil analisis variabel *hardiness* ( $X_1$ ) dengan stres akademik ( $Y$ ) diperoleh  $r_{x1y}$  sebesar 0,049 dengan p sebesar 0,328 ( $p>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *hardiness* dan stres akademik, dengan demikian maka hipotesis minor pertama ditolak. Hasil analisis variabel dukungan sosial orang tua dan stres akademik diperoleh  $r_{x2y}$  sebesar -0,072 dengan p sebesar 0,255 ( $p>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dan stres akademik, dengan demikian maka hipotesis minor kedua ditolak.

Kata kunci: dukungan sosial orang tua, *hardiness*, stres akademik