

**STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR PASCA
MENJALANI SISTEM PEMBELAJARAN SECARA DARING**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH :

ALRIFALDIN

1911102433107

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

**Stres Akademik pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah
Kalimantan Timur Pasca Menjalani Sistem Pembelajaran secara
Daring**

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Alrifaldin

1911102433107

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR PASCA
PEMBELAJARAN DARING**

Oleh :

Alrifaldin

1911102433107

Samarinda, 14 Juli 2023

Telah disetujui oleh

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Aniq Hadiyah Bil Haq', with a stylized flourish at the end.

Aniq Hadiyah Bil Haq , S.Psi., M.A.

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR PASCA
MENJALANI SISTEM PEMBELAJARAN SECARA
DARING**

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Alrifaldin
NIM : 1911102433107
Program Studi : Psikologi


Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 14 Juli 2023
Dan telah dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu
persyaratan untuk mencapai Sarjana Psikologi.

Penguji I : Dewi Kamaratih, M.Psi., Psikolog (.....)

Penguji II : Aniq Hudiyah Bil Haq S.Psi., MA (.....)

Mengetahui


Dekan
Fakultas Psikologi
Prof. Drs Kumaidi, M.A., Ph.D
NIDN. 8993050022


Ketua
Program Studi
Desita Dyah Damayanti., M. Psi., Psikolog
NIDN. 1111129301

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Alrifaldin

NIM : 1911102433107

Fakultas/Jurusan : Psikologi

Judul Skripsi : Stres Akademik Pada Mahasiswa Universitas
Muhammadiyah Kalimantan Timur Pasca Menjalani
Pembelajaran Secara Daring

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan hasil karya orang lain dengan mengatasnamakan saya, serta bukan hasil penjiplakan (*plagiarisme*) hasil karya orang lain dan tidak melakukan pembuatan skripsi dengan orang lain.
2. Karya dan pendapat orang lain yang dijadikan sebagai bahan rujukan (referensi) dalam skripsi ini, secara tertulis dan secara jelas dicantumkan sebagai bahan sumber acuan. Nama pengarang disebutkan dan dicantumkan pada daftar pustaka sesuai dengan ketentuan penulisan ilmiah yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebesar-besarnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan, atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis dan sanksi lainnya yang berlaku sesuai dengan peraturan perundang-undangan.

Samarinda,

Yang Menyatakan



Alrifaldin

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT telah memberikan saya kemudahan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini. Tanpa pertolongan-Nya tentu tidak akan bisa untuk menyelesaikan laporan ini. Saya mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas semua nikmat dan karunia-Nya, yaitu berupa kesehatan fisik dan mental, sehingga saya mampu menyelesaikan pembuatan skripsi atau tugas akhir yang berjudul “Stres Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Pasca Menjalani Pembelajaran Secara Daring”

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik

1. Prof. Drs. Kumaidi, M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Desita Dyah Damayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Aniq Hudiyah Bil Haq, S.Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan masukan dan saran dalam proses penulisan dan penelitian skripsi ini.
4. Rater-rater yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan masukan dan saran dalam proses pembuatan skala.
5. Seluruh dosen dan Staf Fakultas Psikologi dan Staf Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah membantu mengurus administrasi yang diperlukan.
6. Kedua orang tua peneliti Bapak Aliyansah dan Ibu Irma Irawan yang tidak pernah menuntut lebih dan selalu memberika dukungan baik secara materi maupun non materi selama proses perkuliahan hingga saat penyusunan skripsi.
7. Seluruh responden yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya dalam membantu penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Sehingga kritik dan saran yang membangun akan sangat diterima. Demikian skripsi ini saya tulis, semoga dapat bermanfaat dan menjadi inspirasi bagi peneliti selanjutnya dan bisa berguna bagi para pembaca.

Akhir kata, peneliti berharap skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Samarinda, 14 Juli 2023

Alrifaldin

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Stres	6
B. Stres Akademik.....	7
C. Tingkat Stres	11
D. Mahasiswa	11
E. Kerangka Berfikir.....	12
F. Hipotesis.....	13
BAB III METODE PENELITIAN	14

A. Jenis Penelitian	14
B. Definisi Konseptual	15
C. Definisi Operasional	15
D. Populasi dan Sampel.....	16
E. Metode Pengumpulan Data	17
F. Uji Validitas dan Realibilitas	18
G. Teknik Analisis Data	19
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	20
A. Persiapan Penelitian.....	20
B. Hasil Uji Coba alat Ukur.....	21
C. Prosedur Pengumpulan Data.....	23
D. Hasil Analisis Data	24
E. Pembahasan.....	30
BAB V PENUTUP	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1. Bagan Kerangka Berfikir.....	13
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Aitem Sahih.....	22
Tabel 2.2. Aitem gugur	22
Tabel 2.3. Hasil Uji Reliabilitas	22
Tabel 2.4. Hasil Uji Realibilitas	23
Tabel 2.5. Distribusi Karakteristik Subjek.....	24
Tabel 2.6. Kategorisasi Responden.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Biodata Peneliti
- Lampiran 2 Aitem Skala Try Out
- Lampiran 3 Hasil Data Try Out Setelah Uji Validitass dan Reliabilitas
- Lampiran 4 Jumlah Aitem Sahih dan Gugur Try Out
- Lampiran 5 Aitem Skala Penelitian
- Lampiran 6 Hasil Data Penelitian Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 Tabulasi data Try Out
- Lampiran 8 Tabulasi Skala Penelitian
- Lampiran 9 Daftar Pertanyaan Terbuka
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 11 Surat Keterangan
- Lampiran 12 Bukti Bimbingan Skripsi
- Lampiran 13 Hasil Uji Turnitin

Stres Akademik pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Pasca Menjalani Pembelajaran secara Daring

Academic Stress in East Kalimantan Muhammadiyah University Students After Undergoing an Online Learning System

Arifaldin¹, Aniq Hadiyah Bil Haq²

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email : Alrifaldin.umkt@gmail.com Email : ahbh186@umkt.ac.id

Abstrak. Studi pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkatan stres akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur pasca mengikuti sistem pembelajaran secara daring. Jenis penelitian yang digunakan ialah *Mixed Methods* yaitu menggunakan skala stres akademik dan pertanyaan terbuka, lalu untuk mengumpulkan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Hasil dari penelitian ini adalah pasca mengikuti pembelajaran secara daring, tingkatan stres akademik mahasiswa berada di tingkatan rendah hingga sedang. Penyebab rendah hingga sedang tingkat stres akademik mahasiswa dikarenakan mahasiswa sudah tidak mendapatkan tekanan seperti ketika mengikuti pembelajaran secara daring, serta persepsi mereka terhadap beban kerja juga berkurang.

Kata Kunci : *Stres Akademik, Mahasiswa, Skala*

Abstract. The study in this research was to determine the level of academic stress of students at Muhammadiyah University of East Kalimantan after undergoing an online learning system. The type of research used is mixed methods, which uses an academic stress scale and open questions, then to collect samples using purposive sampling techniques. The results of this research are that after participating in online learning, students academic stress levels are at low to moderate levels. The cause of low to moderate levels of student academic stress is because students no longer experience pressure like when taking online learning, and their perception of the workload has also decreased..

Keywords : *Academic Stress, Students, Scale*