

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP *STRESS* PADA MAHASISWA
AKHIR YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Brillyana Mayfrisca

19090000047

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP *STRESS* PADA MAHASISWA
AKHIR YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Brillyana Mayfrisca

19090000047

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Brillyana Mayfrisca
NIM : 19090000047
Universitas : Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Hardiness* Terhadap *Stress* Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Kota Malang

Malang, 14 Februari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

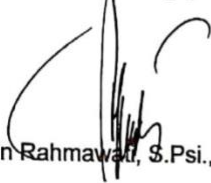
**Pengaruh *Hardiness* Terhadap *Stress* Pada Mahasiswa Akhir
Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Kota Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh:
Brillyana Matfrisca
19090000047

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 24 Januari 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Aryudho Widyatno, S.Psi., M.A

Anggota Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Skripsi ini telah diiterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 14 Februari 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Wasi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

MOTTO

Jadilah seperti berlian, hidup dengan penuh kebaikan dalam diri. Semakin sering berlian diasah, semakin sempurna bentuknya. Begitu pula dengan hidupmu, semakin banyak tantangan yang kamu hadapi, semakin banyak kebaikan dan kesuksesan yang akan kamu raih. Di situlah jati dirimu akan terpancar, menunjukkan bahwa kamu berbeda dari yang lain. Jadilah permata bagi keluargamu, dan jalani hidup yang berharga seperti berlian.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Halaman ini kupersembahkan dengan penuh rasa syukur, saya ingin mengucapkan penghargaan dan rasa terimakasih kepada Allah SWT, Sang Pencipta Alam Semesta, atas rahmat, petunjuk, dan berkah-Nya yang senantiasa melimpah dalam perjalanan penyelesaian skripsi. Semoga segala usaha dan dedikasi yang dilakukan mendapat ridaha-Nya.

Tidak lupa kupersembahkan juga kepada keluarga tercinta, yang selalu memberikan dukungan moril dan semangat dalam menghadapi setiap tantangan. Semangat dan kasih sayang yang diberikan telah menjadi pendorong utama dalam perjalanan studi dan penelitian ini.

Serta kepada para responden yang telah dengan ikhlas mengisi kuesioner dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Kontribusi mereka menjadi landasan penting dalam pengumpulan data yang memungkinkan terciptanya hasil peneltiian yang bermanfaat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayahNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan skripsi ini tepat pada waktunya. Peneliti menyadari bahwa semua yang dilakukan peneliti tidak ada artinya tanpa campur tangan-Nya. Oleh karena itu peneliti ingin berterima kasih kepada Tuhan karena telah mendengar dan mengabulkan doa peneliti, selalu menemani di setiap langkah, membantu peneliti dalam menghadapi dan menyelesaikan disaat kesulitan, memberi kesempatan untuk dapat melakukan yang terbaik disaat peneliti sedang putus asa.

Peneliti juga menyadari bahwa tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang selalu mendoakan, menguatkan, dan memotivasi, segala kendala dan hambatan yang peneliti alami selama penulisan laporan skripsi ini akan sangat berat. Sehingga peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rektor Dr. Prihat Assih, S.E., M.Si., Ak., CSRS yang telah memberikan kesempatan serta fasilitas bagi penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Merdeka Malang.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, beserta jajaran Wakil Dekan yang telah memberikan dukungan serta motivasi dalam proses akademik penulis.
3. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku Kepala Prodi Psikologi Universitas Merdeka Malang dan Sekretaris Prodi Psikologi, yaitu Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si yang telah memberikan arahan serta bimbingan selama penulis menyelesaikan studi.
4. Dosen Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing satu, atas kesabaran, waktu, dan bimbingannya hingga laporan ini selesai, serta kesempatan belajar di S1 Psikologi.

5. Dosen Bapak Aryudho Widyatno, S.Psi., M.A, selaku dosen pembimbing dua selaku dosen pembimbing dua, atas arahan dan izin yang memudahkan penyusunan laporan akhir ini.
6. Dosen Bapak Dr Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si, selaku dosen penguji yang telah membantu proses selama ujian persidangan akhir hingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tuntas.
7. Seluruh Dosen S1 Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, atas ilmu, dukungan, dan bantuan administratif selama masa studi.
8. Terimakasih yang sebesar-besarnya untuk Mama dan kedua kakak, atas dukungan doa, finansial, dan moral, serta Almarhum Papa yang selalu peduli dengan kehidupan kampus saya.
9. Terimakasih yang tulus kepada Dr. Masoud Kahalimoghadam, Valeria Risma dan Senita, teman peneliti yang senantiasa menghadirkan energi positif dalam setiap interaksi, memberikan dorongan semangat dan Kehangatan dan dukungan mereka menjadi sumber kekuatan besar bagi saya.
10. Akhir kata, ucapan terima kasih yang istimewa peneliti tujukan kepada diri saya sendiri, "Brillyana Mayfrisca", atas perjuangan, keteguhan, serta keberanian untu tetap menghadapi tanggung jawab dan menyelesaikan berbagai tugas dengan kesabaran.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala limpahan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya yang tiada henti. Melalui berkat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan tugas skripsi ini dengan judul "Pengaruh *Hardiness* Terhadap *Stress* Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Kota Malang".

Keberhasilan menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari pertolongan dan arahan-Nya yang senantiasa memberikan petunjuk dan kekuatan dalam menghadapi berbagai rintangan. Peneliti juga menyadari bahwa pencapaian ini adalah buah dari kerja keras, dedikasi, serta upaya yang sungguh-sungguh.

Semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi kecil dalam memahami dinamika *hardiness* dan *stress* pada mahasiswa akhir yang tengah mengarungi proses penyelesaian skripsi. Dengan keyakinan dan harapan, penelitian ini dapat memberikan pencerahan dan wawasan bagi para pembaca yang tertarik dalam bidang psikologi.

Akhirnya, peneliti ingin mengucapkan syukur yang mendalam dan tulus kepada Allah SWT atas segala berkah-Nya. Semoga hasil penelitian ini menjadi langkah awal dalam perjalanan ilmiah peneliti. Kepada semua pihak yang telah berkontribusi, peneliti haturkan rasa terima kasih yang mendalam.

Malang, 14 Februari 2025


Brillyana Mayfrisca

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	xvii
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. <i>Stress</i>	5
1. Pengertian <i>Stress</i>	5
2. Aspek-Aspek <i>Stress</i>	6
3. Sumber <i>Stress</i>	7
4. Faktor <i>Stress</i>	8
5. Tingkat <i>Stress</i>	9
B. <i>Hardiness</i>	10
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	10
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i>	11
3. Fungsi <i>Hardiness</i>	12
4. Faktor yang Mempengaruhi <i>Hardiness</i>	14
C. Mahasiswa Akhir.....	14
D. Pengaruh <i>Hardiness</i> terhadap <i>Stress</i> Pada Mahasiswa Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kota Malang	15
E. Hipotesis Penelitian	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	19
1. Identifikasi Variabel.....	19
2. Definisi Operasional Variabel	19
C. Partisipan Penelitian	20
1. Populasi Penelitian	20
2. Sampel Penelitian	21
D. Cara Pengumpulan Data.....	23
E. Cara Analisis Data	27
1. Uji Asumsi	27
2. Uji Hipotesis	28
F. Prosedur Peneltian.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29

A. Deskripsi Subjek Penelitian	29
B. Kategorisasi Data.....	30
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	33
1. Deskripsi Data	33
2. Validitas Skala	33
3. Uji Reliabilitas Skala	37
D. Hasil Uji Hipotesis.....	37
E. Pembahasan	40
BAB V PENUTUP	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penilaian Skor Pengukuran Skala Likert	23
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Stress</i>	24
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala <i>Hardiness</i>	25
Tabel 4. Indeks Koefisien Reliabilitas	27
Tabel 5. Klasifikasi berdasarkan Tingkat Angkatan Mahasiswa Akhir Di Kota Malang.....	29
Tabel 6. Klasifikasi berdasarkan Status Mahasiswa Akhir yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Kota Malang	30
Tabel 7. Hasil Analisis Deskriptif Statistik Responden	30
Tabel 8. Keterangan Nilai Skor Hipotetik dan Empirik	31
Tabel 9. Rumus Skor Standar	31
Tabel 10. Keterangan Rumus Skor Standar	31
Tabel 11. Kategorisasi <i>Hardiness</i>	32
Tabel 12. Kategorisasi Variabel <i>Stress</i>	32
Tabel 13. Sebaran Butir Item (Valid & Tidak Valid) Skala <i>Hardiness</i>	34
Tabel 14. Sebaran Butir Item Valid Skala <i>Hardiness</i>	35
Tabel 15. Sebaran Butir Item (Valid & Tidak Valid) Skala <i>Stress</i>	36
Tabel 16. Sebaran Butir Item Valid Skala <i>Stress</i>	37
Tabel 17. Hasil Uji Reliabilitas <i>Variable Hardiness</i> dan <i>Stress</i>	37
Tabel 18. Uji Normalitas Skala	38
Tabel 19. Hasil Uji Linearitas	38
Tabel 20. Hasil Uji Hipotesis	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 . Kerangka Pemikiran Penelitian.....	17
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Perhitungan Aiken v.....	51
Lampiran 2 Skala Try Out	55
Lampiran 3 Tabulasi Data Hardiness Dan Stress (Try Out).....	62
Lampiran 4 Hasil Perhitungan Skala Try Out	77
Lampiran 5 Skala Penelitian	80
Lampiran 6 Tabulasi Data Penelitian	86
Lampiran 7 Uji Normalitas Data	101
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis	103
Lampiran 9 Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Untuk Kepentingan Akademis.	105
Lampiran 10 Hasil Cek Turnitin.....	107
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup	110

PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP *STRESS* PADA MAHASISWA AKHIR YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI KOTA MALANG

Brillyana Mayfrisca
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
brillmayfris@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *hardiness* terhadap *stress* pada mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Kota Malang. Metodologi menggunakan kuantitatif korelasional, pengumpulan data sampel adalah *Non probability sampling* dengan teknik *Purposive sampling* melalui pendekatan *Infinite population* sebanyak 100 subjek. Uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh *hardiness* terhadap *stress* pada mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Kota Malang. Kesimpulan hasil penemuan dari penelitian ini menunjukkan adanya arah positif yang mengartikan semakin tinggi *hardiness* maka semakin tinggi *stress*.

Kata Kunci: *Hardiness*, *Stress*, Mahasiswa Akhir.

THE EFFECT OF HARDINESS ON STRESS AMONG FINAL-YEAR STUDENTS COMPLETING THE THESIS IN MALANG CITY

Brillyana Mayfrisca
Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang
brillmayfris@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to see the effect of hardiness on stress in final year students who are completing their thesis in Malang City. The methodology used is quantitative correlation, sample data collection is Non-probability sampling with Purposive sampling technique through Infinite population approach with as many as 100 subjects. Hypothesis testing shows that there is an effect of hardiness on stress in final year students who are completing their thesis in Malang City. The conclusion of the findings of this study shows a positive direction which means that the higher the hardiness, the higher the stress.

Keywords: Final-Year Students, Hardiness, Stress.