

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* TERHADAP STRES MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2018 YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI SEBUAH UNIVERSITAS NEGERI KOTA MALANG

SKRIPSI



Oleh:

**Miarasanti Dwi Meilina
NIM. 18410043**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* TERHADAP STRES MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2018 YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI SEBUAH UNIVERSITAS NEGERI KOTA MALANG

SKRIPSI

Ditujukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

**Miarasanti Dwi Meilina
18410043**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* TERHADAP STRES MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2018 YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI SEBUAH UNIVERSITAS NEGERI KOTA MALANG

SKRIPSI

Oleh:

MIARASANTI DWI MEILINA

NIM : 18410043

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Hilda Halida, M.Psi, Psikolog

NIP. 19910512201911202273

Mengetahui

Kaprodi Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* TERHADAP STRES MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2018 YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI SEBUAH UNIVERSITAS NEGERI KOTA MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal,

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing Skripsi



Hilda Halida, M.Psi, Psikolog

NIP. 19910512201911202273

Penguji Utama



Drs. H. Yahya, MA

NIP. 196605181991031004

Anggota Penguji



Muchamad Adam Basori, MA (TESOL)

NIP. 19810312201608011098

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Rifa'at Hidayah, M.Si

NIP. 1978080119900200128 200212 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Miarasanti Dwi Meilina

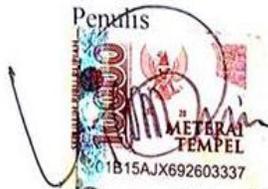
Nim : 18410043

Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat untuk menyelesaikan syarat akhir dari perkuliahan pada umumnya dengan judul “**Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan *Locus Of Control* Internal Terhadap Stres Mahasiswa Psikologi Angkatan 2018 Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Sebuah Universitas Negeri Kota Malang**”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang sebagaimana seharusnya dalam metode kepenulisan maka harus disebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 26 April 2022

Penulis

METERAI
TEMPEL
1B15AJX692603337
Miarasanti Dwi Meilina
NIM : 18410043

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ط

“Sesungguhnya dengan adanya kesulitan pasti ada kemudahan, sesungguhnya setelah adanya kesulitan pasti ada kemudahan.”

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim

Saya mengucapkan puja dan puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan banyak sekali rahmat dan hidahnya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Untuk kedua orang tua yakni Pak Sugeng, Bu Hartik dan kakak saya Mas Vandri yang kusayangi dan kucintai terima kasih atas segalanya.
2. Untuk dosen pembimbing saya Ibu Hilda Halida, M. Psi, Psikolog terima kasih telah memberikan dukungan, ilmu, dan tenaganya untuk dapat membimbing saya sehingga mampu untuk tetap bersemangat menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk Bapak/Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terima kasih atas ilmu yang telah diberikan selama empat tahun ini.
4. Saya mengucapkan terima kasih untuk teman-teman saya: Safea, Seket, Kotak, Doreng, Aul, Nadhila yang telah menjadikan inspirasi bagi saya untuk meneliti fenomena ini.
5. Saya mengucapkan terimakasih atas dukungan yang telah diberikan teman-teman angkatan 20 JC, teman-teman LSO Oasis, dan keluarga besar Home Schooling Cerdas Istimewa sehingga saya selalu bersemangat dalam menjalani keseharian saat proses menyusun skripsi.

6. Untuk teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, saya mengucapkan terima kasih karena dengan bantuan kalian skripsi ini mampu terselesaikan.
7. Terimakasih sahabat, teman-teman, dan orang-orang baik yang berada di Malang dan Bojonegoro yang tetap mendukung saya dan membantu berpartisipasi dalam skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan banyak sekali rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Shalawat serta salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Penulisan tugas akhir skripsi ini adalah menjadi salah satu syarat kelulusan S1 Fakultas Psikologi untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Adapun saat proses penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak akan mampu selesai dengan baik tanpa dukungan dari pihak-pihak luar. Dengan hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A., Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Dr. Rifa Hidayah, M. Si., Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Bapak Dr. Zamroni, S. Psi., M. Pd., Selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Ibu Hilda Halida, M.Psi, Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing saya yang senantiasa memberikan dan meluangkan waktu, membimbing dan mengarahkan saya dengan sabar
5. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag selaku dosen wali yang memberikan arahan selama proses studi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

6. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si selaku dosen Fakultas Psikologi yang telah membantu dan memberikan konsultasi bagi penulis
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi dan jajaran staf akademik di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
8. Kepada seluruh teman-teman di Fakultas Psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah ikut serta dalam membantu penelitian ini
9. Keluarga besar Unit Kegiatan Mahasiswa JhepretClub Fotografi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Keluarga Besar LSO Oasis, dan Keluarga Besar HS Cerdas Istimewa yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman baik ilmu akademik maupun pengalaman non-akademik
10. Seluruh pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan kontribusi dalam penulisan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat saat proses penyusunan skripsi. peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membaca.

Malang, 2 Juni 2022

Peneliti



Mirasanti Dwi Meilina

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT.....	xviii
مستخلص البحث.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Manfaat Penelitian.....	16
BAB II KAJIAN TEORI	17
A. Dukungan Sosial.....	17
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	17
2. Pengertian Teman Sebaya.....	18
3. Dukungan Sosial dalam Perspektif Psikologi.....	19
4. Aspek - Aspek Dukungan Sosial.....	21
5. Faktor – Faktor Dukungan Sosial.....	23
6. Pengukuran Dukungan Sosial.....	24

B.	<i>Locus of Control Internal</i>	26
1.	Pengertian <i>Locus of Control Internal</i>	26
2.	<i>Locus of Control Internal</i> dalam Perspektif Psikologi.....	28
3.	Aspek – Aspek <i>Locus of Control Internal</i>	29
4.	Faktor – Faktor <i>Locus of Control Internal</i>	30
5.	Pengukuran <i>Locus of Control Internal</i>	31
C.	Stres	33
1.	Pengertian Stres.....	33
2.	Stres dalam Perspektif Psikologi.....	34
3.	Aspek – Aspek Stres.....	36
4.	Faktor – Faktor Stres.....	38
5.	Pengukuran Variabel Stres.....	39
D.	Pengaruh antar Variabel	41
1.	Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun skripsi.....	41
2.	Pengaruh <i>Locus of Control Internal</i> terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	44
3.	Pengaruh Dukungan Sosial dan <i>Locus of Control Internal</i> terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	46
E.	Kerangka Berfikir	49
F.	Hipotesis Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN		51
A.	Jenis Penelitian	51
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	51
1.	Variabel Bebas.....	51
2.	Variabel Terikat.....	51
C.	Definisi Operasional.....	52
1.	Dukungan Sosial.....	52
2.	<i>Locus of Control Internal</i>	52
3.	Stres.....	53

D.	Populasi dan Sampel.....	54
1.	Populasi.....	54
2.	Sample.....	54
E.	Teknik Pengambilan Data	55
1.	Skala Dukungan Sosial.....	56
2.	Skala <i>Locus Of Control Internal</i>	58
3.	Skala Stres.....	59
F.	Validitas dan Reliabilitas Alat ukur Penelitian	59
1.	Validitas.....	59
2.	Reliabilitas.....	64
G.	Analisis Data	65
1.	Uji Deskriptif.....	66
2.	Uji Asumsi.....	67
3.	Uji Hipotesis.....	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		71
A.	Pelaksanaan Penelitian	71
1.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	71
2.	Waktu Penelitian.....	72
3.	Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data	72
4.	Hambatan dalam Penelitian.....	73
B.	Hasil Penelitian.....	73
1.	Uji Deskriptif.....	73
2.	Uji Asumsi.....	82
3.	Uji Hiopotesis.....	83
C.	Pembahasan.....	90
1.	Tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi	90
2.	Tingkat <i>Locus of Control Internal</i> Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi.....	93

3. Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi.....	95
4. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi.....	96
5. Pengaruh <i>Locus of Control Internal</i> Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi.....	99
6. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan <i>Locus of Control Internal</i> Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi.....	101
BAB V PENUTUP.....	105
DAFTAR PUSTAKA	108

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert.....	56
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Dukungan Sosial.....	57
Tabel 3. 3 Blue Print Skala <i>Locus of Control Internal</i>	58
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Stres	59
Tabel 3. 5 Proses Pelaksanaan CVR	60
Tabel 3. 6 Teoritik Product Moment.....	61
Tabel 3. 7 Uji Validitas Skala Dukungan Sosial.....	62
Tabel 3. 8 Uji Validitas Skala <i>Locus of Control Internal</i>	63
Tabel 3. 9 Hasil Uji Validitas Skala Stres.....	64
Tabel 3. 10 Kategori Koefisien Reliabilitas.....	65
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas.....	65
Tabel 3. 12 Rumus Kategorisasi	67
Tabel 3. 13 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	70
Tabel 4. 1 Hasil Uji Deskriptif.....	73
Tabel 4. 2 Kategorisasi Tingkat Variabel	74
Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial	75
Tabel 4. 4 Kategorisasi Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	76
Tabel 4. 5 Hasil Kategorisasi Tingkat <i>Locus of Control Internal</i>	77
Tabel 4. 6 Kategorisasi <i>Locus Of Control Internal</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	79
Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi Tingkat Stres.....	80
Tabel 4. 8 Kategorisasi Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.....	81
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	82
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas	83
Tabel 4. 11 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	84
Tabel 4. 12 Hasil Uji t(Parsial) X1 terhadap Y.....	86
Tabel 4. 13 Hasil Uji t (Parsial) X2 terhadap Y	87
Tabel 4. 14 Hasil Uji F (Simultan) X1 dan X2 terhadap Y.....	88
Tabel 4. 15 Hasil Koefisien Determinasi	89
Tabel 4. 16 Hasil Besaran Pengaruh Variabel X1 terhadap Y	90
Tabel 4. 17 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Tingkat Dukungan Sosial	75
Gambar 4. 2 Tingkat <i>Locus of Control Internal</i>	78
Gambar 4. 3 Tingkat Stres	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Rekomendasi Cvr	114
Lampiran 2 Informed Consent	117
Lampiran 3 Skala Penelitian	118
Lampiran 4 Uji Validitas.....	122
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Skala.....	127
Lampiran 6 Kategorisasi Data.....	130
Lampiran 7 Analisis Data.....	131
Lampiran 8 Hasil Kuesioner Responden.....	136
Lampiran 9 Kartu Bimbingan Skripsi	139

ABSTRAK

Meilina, Mirasanti Dwi. 2022. *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Locus of Control Internal Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang Menyusun Skripsi di Sebuah Universitas Negeri Kota Malang*, Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing : Hilda Halida, M. Psi, Psikolog

Kata Kunci : Dukungan Sosial, *Locus of Control Internal*, Stres

Salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan dan gelar S1 adalah melakukan penelitian atau disebut dengan skripsi. Banyak hal yang dilalui dalam proses mengerjakan skripsi. Sehingga, mahasiswa merasa takut, khawatir, cemas, dan bingung. Hal tersebut memunculkan perilaku seperti menangis, perubahan jam tidur, perubahan pola makan, sulit berkonsentrasi saat kuliah, daya ingat menurun, serta sering merasa sedih. Kondisi yang tidak sesuai dengan keinginan menyebabkan tekanan fisik dan psikis, jika tidak segera teratasi akan mengganggu aktivitas sehari-hari akan mengakibatkan stres. Penyebab stres menyusun skripsi disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, yaitu dukungan sosial dan *locus of control*.

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling*, sehingga jumlah subjek yang terkumpul sebanyak 53 subjek. Menggunakan skala pengukuran dari teori Sarafino untuk variabel dukungan sosial, *Locus of Control*, Stres.

Hasil penelitian ini menunjukkan pada variabel tingkat dukungan sosial berada pada kategori sedang sebesar 69,81%, variabel *locus of control internal* menunjukkan pada kategori sedang sebesar 73,58%, dan untuk variabel stres berada pada kategori sedang sebesar 73,58%. Dukungan sosial dan stres menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,005, maka dapat diartikan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap stres. Sedangkan pada variabel (X2) *locus of control internal* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,318 yang lebih besar dari nilai probabilitas 0,005, maka dapat diartikan bahwa *locus of control internal* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stres.

ABSTRACT

Meilina, Mirasanti Dwi. 2022. *The Effect of Social Support and Internal Locus of Control on Stress in 2018 Faculty of Psychology Students on Thesis at a State University in Malang City*, Thesis. Department of Psychology. Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang.

Supervisor : Hilda Halida, M.Psi, Psychologist

Keywords: *Social Support, Locus of Control Internal, Stress*

One of the requirements to complete education and a bachelor's degree is to do research or called a thesis. There are many things that go through in the process of working on a thesis. Thus, students feel afraid, worried, anxious, and confused. This leads to behaviors such as crying, changes in sleeping hours, changes in eating patterns, difficulty concentrating in college, decreased memory, and often feels sad. Conditions that are not in accordance with the wishes cause physical and psychological stress, if not resolved immediately will interfere with daily activities will result in stress. The cause of stress in writing a thesis is caused by internal and external factors, namely social support and *locus of control*.

This research method uses quantitative methods with multiple linear regression analysis. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique, so that the number of subjekts collected was 53 subjekts. Using a measurement scale from Sarafino's theory for the variables of social support, *locus of control*, stress.

The results of this study indicate that the variable level of social support is in the category of feeling supported by 69,81%, the internal locus of control variable shows the medium category at 73,58%, and for the stress variable it is in the moderate category by 73,58%. Social support and stress show a significance value of 0.000 which is smaller than 0.005, it can be interpreted that social support has a significant effect on stress. While the variable (X2) internal locus of control shows a significance value of 0.318 which is greater than the probability value of 0.005, it can be interpreted that the internal *locus of control* has no significant effect on stress.

مستخلص البحث

طلاب 2018 لعام الإجهاد على الداخلي التحكم ومركز الاجتماعي الدعم تأثير. 2022. دوي ميراسانتي ، ميلينا النفس علم كلية . النفس علم قسم . أطروحة ، سيتي مالانج ولاية جامعة في أطروحة يؤلفون الذين النفس علم كلية مالانج إبراهيم مالك مولانا الإسلامية الدولة جامعة
نفس عالم ، نفس علم ماجستير ، هاليدا هيلدا :المشرفة
الإجهاد ، التحكم مركز ، الاجتماعي الدعم :المفتاحية الكلمات

العديد هناك .أطروحة تسمية أو بحث إجراء هو البكالوريوس درجة على والحصول التعليم إكمال متطلبات أحد والقلق والقلق بالخوف الطلاب يشعر ، وبالتالي .أطروحة على العمل عملية في إجراؤها يتم التي الأشياء من ، الأكل أنماط في وتغيرات ، النوم ساعات في وتغيرات ، البكاء مثل سلوكيات إلى هذا يؤدي .والارتباك الرغبات مع تتفق لا التي الظروف .بالحزن تشعر ما وغالبًا ، الذاكرة وانخفاض ، الكلية في التركيز وصعوبة إلى ستؤدي اليومية الأنشطة مع تتداخل فسوف الفور على حلها يتم لم إذا ، ونفسية جسدية ضغوطاً تسبب وموقع الاجتماعي الدعم وهي ، وخارجية داخلية عوامل عن ناتج الأطروحة كتابة في الإجهاد سبب .الإجهاد السيطرة

في العينات أخذ تقنية استخدمت .المتعدد الخطي الانحدار تحليل مع الكمية الأساليب هذه البحث طريقة تستخدم مقياس استخدام .مستجيباً 53 جمعهم تم الذين المستجيبين عدد بلغ بحيث ، هادفة العينات أخذ تقنية الدراسة هذه .الإجهاد ، التحكم مركز ، الاجتماعي الدعم لمتغيرات سارافينو نظرية من ، 69,81٪ بنسبة مدعوماً الشعور فئة في يقع الاجتماعي للدعم المتغير المستوى أن إلى الدراسة هذه نتائج تشير الفئة في فهو الإجهاد لمتغير وبالنسبة ، 73,58٪ بنسبة المتوسطة الفئة الضبط لمتغير الداخلي المركز ويظهر ، 0.005 من أصغر وهي 0.000 قدرها دلالة قيمة والتوتر الاجتماعي الدعم يظهر .73,58٪ بنسبة المتوسطة (X2) المتغير الداخلي التحكم موضع يظهر بينما .الإجهاد على كبير تأثير له الاجتماعي الدعم أن تفسير ويمكن ليس الداخلي التحكم موضع أن تفسير يمكن ، 0.005 البالغة الاحتمالية القيمة من أكبر وهي 0.318 دلالة قيمة .الإجهاد على كبير تأثير له

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi adalah sebuah pendidikan tingkat tinggi yang ditempuh oleh seseorang yang telah menyelesaikan pendidikannya pada jenjang menengah atas. Sebutan untuk seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi adalah mahasiswa. Seorang mahasiswa yang berada di bangku perkuliahan harus merubah pemikirannya untuk menjadi lebih kritis, aktif, kreatif, dan peka terhadap kondisi di sekitarnya dengan tujuan agar dapat memenuhi kewajiban sebagai mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikan secara tepat waktu di perguruan tinggi (Pratiwi, 2017, hal. 1-2).

Awal tahun 2021 mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 mendapatkan info dari ketua jurusan melalui grup whatshap bahwa Fakultas Psikologi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang memiliki program 3,5 tahun untuk dapat menyelesaikan pendidikan sarjana atau S1 dengan syarat . Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 sangat antusias mengikuti program 3,5 tahun yang telah dibuat oleh fakultas. Antusias ini ditandai dengan banyaknya mahasiswa yang mendaftar program tersebut. Program ini diikuti oleh para mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi 2018 di sebuah Universitas Negeri Kota Malang sebanyak 175 mahasiswa. Setelah mendaftar mengikuti program ini mahasiswa segera diberikan dosen pembimbing oleh pihak fakultas dengan tujuan agar supaya dapat berkonsultasi mengenai skripsi secepatnya ke dosen

pembimbing sehingga mahasiswa dapat segera menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Syarat mendapatkan gelar sarjana di perguruan tinggi adalah dengan menyelesaikan skripsi (Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi, 2021).

Skripsi adalah sebuah tugas akhir berupa penelitian yang disusun menjadi sebuah karya tulis berdasarkan teori, bersifat individu, dan wajib diselesaikan oleh seorang mahasiswa serta menjadi faktor yang menentukan kelulusan mahasiswa. Dalam proses pengerjaan skripsi tak jarang mahasiswa dapat menyusun skripsi ini secara baik, namun disisi lain skripsi juga menjadi sesuatu hal yang menakutkan untuk sebagian mahasiswa. Selain merasa takut mahasiswa juga merasa khawatir, bingung saat proses menyusun skripsi (Da'awi, 2021, hal. 68)

Hal-hal yang membuat mahasiswa takut, cemas, dan bingung adalah ketika saat proses sidang proposal skripsi diminta untuk ganti judul sehingga akan membuat seorang mahasiswa mengerjakan ulang skripsi dari awal, merasa khawatir tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu dan tertinggal oleh teman-temannya, bingung saat menyusun skripsi dari mencari penelitian terdahulu, hingga subjek yang sesuai (Wulandari R. P., 2012, hal. 1-3). Sesuai pada wawancara dengan subjek DY yang mengatakan:

“aku selalu kepikiran skripsi, kadang tiap makan mikir, sebelum tidur mikir, sampe kadang waktu kuliah aku ngga fokus dengerin materinya dan aku sering begadang juga buat nyari referensi skripsi biar judul skripsi aku disetujui sama dosen pembimbing.” (IN, Perempuan, 4 Oktober 2021).

Namun di sisi lain pada subjek A mengatakan bahwa:

“aku takut kalo ditanya-tanya saat sidang dan aku ga bisa jawab pertanyaan dosen penguji terus disuruh ganti judul.” (A, Perempuan, 5 Oktober 2021).

Dari hasil wawancara di atas subjek merasa bahwa skripsi itu hal yang membuat seorang mahasiswa merasa takut sebab takut dan membuat mahasiswa merasa mudah bingung. Tugas skripsi ini tidak semudah tugas - tugas mata kuliah lainnya seperti pembuatan makalah pada umumnya, sebab skripsi adalah tugas akhir yang sifatnya individu. Dalam menyelesaikan skripsi banyak sekali kendala yang dialami oleh mahasiswa seperti kesulitan dalam penyusunan skripsi, sulitnya mencari literatur, sulitnya mencari fenomena penelitian. Sehingga kendala ini terkadang membuat mahasiswa merasa terbebani dan menjadi tekanan.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti dari bulan Oktober- November 2021 stres yang terjadi pada mahasiswa akhir di Fakultas Psikologi angkatan 2018 di sebuah Universitas Negeri Kota Malang disebabkan di antara kendala yang di alami seperti bingung untuk manajemen waktu antara kuliah dengan menyusun skripsi dan kendala lainnya yakni merasa kesulitan untuk menemukan fenomena penelitian, kesulitan menulis karya tulis ilmiah, merasa kesulitan untuk mencari penelitian terdahulu, sulitnya mencari subjek yang sesuai, sulitnya menghubungi dosen pembimbing yang telah diberikan oleh fakultas dan melihat banyaknya teman- teman angkatan 2018

yang hampir menyelesaikan pendidikannya di Perguruan Tinggi sehingga rasa kompetitif untuk segera menyelesaikan skripsi muncul pada diri mahasiswa (Apipudin, 2021, hal. 40).

Berdasarkan observasi peneliti pada subjek IN bahwa saat subjek mengalami kendala menyusun skripsi memunculkan perilaku, seperti sering mengalami sakit kepala, mudah merasa sedih karena memikirkan skripsi, sulit berkonsentrasi yang ditemukan pada saat observasi bahwa subjek saat berbicara dengan temannya terkadang jawabannya tidak sesuai dengan pertanyaan, subjek mudah merasa lupa menaruh barang. Didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan subjek IN yang mengatakan:

“aku orangnya gampang banget nangis, misalnya ga nemu referensi nangis, chat ga dibales dospem nangis, banyak revisi nangis kayaknya tiap malem aku nangis terus deh gara-gara skripsi ini. Kadang tuh sampe aku ngelamun saat di jalan, di ukm cuma mikirin skripsi.” (INS, Perempuan, 3 Oktober 2021).

Maka pada subjek IN memunculkan gejala perilaku yakni sering mengalami pusing, sedih, sulit berkonsentrasi, menurunnya daya ingat. Sedangkan pada subjek N saat mengalami kendala proses menyusun skripsi terlihat bahwa subjek mudah merasa lupa dengan aktivitas sehari-harinya saat kuliah yang ditunjukkan perilaku mudah lupa saat waktunya kelas sehingga selalu tanya jam kelas dengan temannya. Subjek juga selalu telat masuk kuliah dikarenakan tidur yang terlalu malam untuk menyusun skripsi. Namun pada hasil wawancara dengan subjek N mengatakan :

“aku sering merasa bingung saat menyusun skripsi, kadang kalau aku sampe takut aku ga bakal melakukan apa-apa.” (N, Perempuan, 5 Oktober 2021).

Maka pada subjek N saat terjadi kendala proses menyusun skripsi memunculkan perilaku seperti menurunnya daya ingat, berubahnya waktu tidur, hilangnya minat. Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pada mahasiswa akhir saat terjadi kendala menyusun skripsi memunculkan perilaku seperti menurunnya daya ingat, mudah merasa sedih.

Adapun perilaku yang sering dimunculkan oleh mahasiswa akhir ketika menyusun skripsi di antaranya dengan menangis, cemas, khawatir, bingung, dan berpengaruh pada perubahan jam tidur, serta perubahan pola makan. Berdasarkan perilaku yang dimunculkan oleh mahasiswa akhir tersebut termasuk ke dalam aspek-aspek dari stres yang terdiri dari berpengaruhnya perilaku yang terkait fisik seseorang dan respon seseorang ketika mengalami beberapa masalah. Tak hanya itu peneliti sering kali melihat dan mendengar beberapa mahasiswa akhir Fakultas Psikologi angkatan 2018 di sebuah Universitas Negeri Kota Malang menganggap bahwa dirinya mengalami stres saat proses menyusun skripsi dikarenakan munculnya beberapa perilaku seperti menangis, menurunnya daya konsentrasi, menurunnya daya ingat, sering merasa pusing, berubahnya waktu tidur. Munculnya perilaku yang membuat seseorang mengalami stres akibat adanya kendala seperti sulitnya mencari sumber referensi, sulitnya menyusun skripsi, dsb. Sejalan dengan Wulandari

(2012) dalam penelitiannya bahwa stressor yang dialami mahasiswa saat skripsi berasal dari luar maupun dari dalam diri (Wulandari R. P., 2012, hal. 1).

Stres menurut Sarafino & Smith merupakan suatu kondisi yang dihasilkan dari interaksi seseorang-lingkungan sehingga menyebabkan ketidaksesuaian dengan kondisi psikologis, biologis, dan sosial (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). Definisi lainnya dari stres adalah suatu keadaan yang terjadi ketika kondisi di lingkungan tidak sesuai dengan kondisi seseorang sehingga menimbulkan stres (Rahadiansyah, 2021, hal. 1291). Kondisi stres yang dialami oleh mahasiswa memiliki pengaruh negatif dan positif bagi seseorang (Rahmawan, 2021, hal. 69). Pengaruh negative pada mahasiswa yang mengalami stres saat proses menyusun skripsi akan merasakan tekanan psikologis efek dari rasa cemas, frustrasi mengenai kegagalan dalam proses menyusun skripsi (Rahadiansyah & Chusairi, 2021, hal. 1291).

Mahasiswa yang memiliki stres berat dapat menunjukkan gejala seperti harga diri rendah, khawatir, konsentrasi melemah, kelelahan, pusing, perubahan jam tidur, perubahan pola makan, mudah menangis, detak jantung berdegup kencang. Sesuai pada penelitian Robotham (2008) yakni seseorang yang sedang mengalami stres akan merasakan beberapa efek negative munculnya stres seperti sulit berkonsentrasi, sering lupa, pusing (Robotham, 2008, hal. 738-739). Sedangkan pengaruh positive stres yang terjadi pada mahasiswa misalnya dapat memotivasi seseorang untuk dapat bekerja keras sehingga tercapainya tujuan, meningkatnya kemampuan dalam mengembangkan kreatifitas (Rahadiansyah

& Chusairi, 2021, hal. 1292). Bahwa stres dibagi menjadi 2 yakni stres baik (eustress) dan stres negatif (distress). Eustress ialah keadaan stres yang memberikan pengaruh positif pada seseorang, sedangkan distress kebalikan dari eustress yang memberikan pengaruh negatif pada seseorang yang mengalami stres (Gamayanti et al., 2018, hal. 121).

Mahasiswa akhir pada saat proses menyusun skripsi memiliki permasalahan yang berbeda-beda setiap orangnya bahkan ada yang tidak mengalami gejala perilaku stres. Berdasarkan pada wawancara subjek FC menyatakan bahwa:

“aku saat nyusun skripsi masih merasa santai saja soalnya masih ada tanggungan matakuliah juga, dan aku juga bakal ngerjain skripsi. Jadi ga perlu merasa takut ke duluan atau terlambat.” (FC, Perempuan, 5 Oktober 2021).

Sedangkan pada subjek IN pada wawancara mendapatkan pernyataan bahwa:

“saat aku bingung, nangis soal skripsi gara-gara dosen yang ngga respon itu, aku langsung cerita sama temenku dan faktor yang membuat aku tidak stres lagi ya pastinya dari dalam diri aku sendiri ya, ya aku harus memotivasi diriku kalau misalnya ini itu pasti bakalan bisa selesai. Jangan cuma jadi pikiran doang tapi emang harus dikerjain gitu, karena kalau cuma jadi pikiran doang ya pasti bakalan stres. Terus selain itu juga aku lebih sering cerita-cerita ke temenku gitu. Mereka juga supportif banget si kaya “yang semangat ya, kamu tu ga sendiri” tenang aja karena mereka bakalan support juga. Nah dari situ lumayan si mengurangi.” (IN, Perempuan, 3 Oktober 2021).

Kemudian pada subjek DY yang dilakukan wawancara secara langsung mengatakan hal yang hampir sama dengan subjek pertama yakni:

“kadang pas melakukan aktifitas lain tuh sempet aja kepikiran soal skripsi sampe aku begadang buat nyari penelitian terdahulu yang sesuai fenomenaku, sempet nangis sendiri gara-gara lihat temen-temen udah pada sempro dan ada progres diskripsinya sedangkan aku belum apa-apa. Chatku ke dosen pembimbing aja belum di respon. Tapi ada saat aku punya pikiran start orang itu berbeda-beda jadi untuk finish pun beda dan aku yakin kalau skripsiku ini bakal selesai kok gak akan sampe bertahun-tahun asalkan aku ada usaha buat menyelesaikan. Usahaku biasanya kalau aku udah bingung, sumpek gitu aku cerita sama orang tua, dan kalau sama temen itu pasti dikasi solusi, minta pendapat baiknya kaya gimana gitu biar skripsiku ada progress kadang juga dibantuin nyari jurnal” (DY, Perempuan, 4 Oktober 2021).

Berdasarkan dari beberapa pernyataan subjek di atas dapat diambil kesimpulan bahwa tidak semua mahasiswa akhir saat proses menyusun skripsi memunculkan perilaku stres, dan bahkan antara mahasiswa satu dengan lainnya dalam menyusun skripsi yang mengalami stres memiliki tingkat yang berbeda-beda. Sesuai pernyataan subjek di atas teman sebaya ini berperan dalam mengatasi perilaku stres yang dimunculkan oleh mahasiswa akhir. Peran yang diberikan teman sebaya ini berupa memberikan perhatian, memberikan dukungan semangat, menjadi tempat curhat, memberikan bantuan dengan mencari jurnal. Ternyata dukungan sosial ini memainkan peran penting dalam menjaga kondisi mental seseorang yang stres dan memiliki efek positif dalam mengurangi penyakit mental (Rahadiansyah, 2021, hal. 1292).

Berbagai situasi dan kondisi yang dapat mempengaruhi mahasiswa mengalami stres saat menyusun skripsi di antaranya disebabkan oleh faktor dalam diri seseorang meliputi faktor fisiologi seperti kesehatan pada tubuh, dan faktor psikologis seperti karakter kepribadian (motivasi, minat, keyakinan

dalam diri atau *locus of control*, ketabahan). Sedangkan faktor dari luar diri seperti pengaruh lingkungan, dosen pembimbing, keluarga, literatur. Demikian bahwa faktor yang menjadi penyebab seseorang mengalami stres adalah berasal dari dalam dan luar diri seseorang (Da'awi, 2021, hal. 71). Adapun faktor lainnya yang dapat mempengaruhi stres di antaranya: keadaan seseorang seperti usia, pendidikan, kondisi fisik, kepribadian, ketabahan, ketahanan, *locus of control*, dukungan sosial, jaringan sosial, dan strategi coping (Rahmawan, 2021, hal. 70).

Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek bahwa mahasiswa yang memunculkan gejala perilaku stres dalam menyusun skripsi mempunyai beberapa teman yang memberikan dukungan, bantuan, memberikan informasi serta menjadi teman curhat. Adanya faktor dukungan dari teman sebaya saat proses penyusunan skripsi dapat mempengaruhi stres, sebab pemberian *support* atau dukungan sosial teman sebaya akan membuat seseorang merasakan rasa nyaman baik fisik dan psikis (Oktariani, 2018, hal. 101). Pada umumnya waktu yang dihabiskan mahasiswa lebih banyak dengan teman sebayanya sebab dapat bertukar informasi, bertukar cerita, memberikan bantuan, nasehat, dan dukungan. Mahasiswa yang memiliki teman saat di perkuliahan menganggap bahwa teman lebih mampu untuk mendengarkan keluh kesah saat mengalami permasalahan dalam dunia kuliah (Irawan et al., 2021, hal. 436). Selain itu, dukungan sosial dapat dikatakan sebagai dukungan yang diterima oleh

seseorang dari lingkungan agar terhindar dari resiko stres (Anadita, 2021, hal. 40).

Menurut Sarafino menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk pemberian atau penerimaan bantuan yang diberikan seseorang sehingga dapat membuat perasaan aman secara fisik dan psikologis. Seseorang dapat mempercayai bahwa dirinya dicintai, dihargai saat mereka menerima dukungan sosial (Sarafino, 1994, hal. 102). Dukungan sosial juga dapat diartikan fungsi dari sebuah ikatan sosial yang menggambarkan tingkat kualitas dari hubungan interpersonal (Kumalasari, 2012, hal. 25). Selain itu juga dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada orang lain (Rahmawan, 2021, hal. 70). Dengan adanya dukungan sosial dari orang lain yang berupa bantuan, adanya pemberian informasi, adanya kepedulian, pemberian perhatian dan nasehat akan memberikan pengaruh positif bagi penerima yang melindungi dari perilaku negatif.

Seseorang yang menerima dukungan sosial rendah akan merasa dukungan yang diberikan dianggap tidak cukup membantu dirinya dalam menghadapi masalah sehingga akan memunculkan perasaan khawatir secara emosional (Karina & Sodik, 2018, hal. 13). Jika dukungan sosial yang diberikan tidak sesuai dengan sasaran, maka yang akan terjadi seseorang akan semakin merasakan stres sebab dukungan yang diterima tidak mampu mengatasi permasalahannya (Muna, 2022, hal. 2). Sedangkan, jika seseorang menerima

dukungan sosial tinggi akan merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai sehingga menimbulkan dampak positif yang akan mengurangi permasalahan psikologis (Hilman et al., 2017, hal. 3).

Disamping dukungan sosial menjadi salah satu aspek eksternal yang menjadi faktor mempengaruhi tinggi rendahnya stres terdapat juga aspek internal yakni *locus of control internal*. Berdasarkan beberapa wawancara dengan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi didapatkan hasil yang menyatakan bahwa :

“saat aku bingung, nangis soal skripsi gara-gara dosen yang ngga respon itu, aku langsung cerita sama temen ku dan faktor yang membuat aku tidak stres lagi ya pastinya dari dalam diri aku sendiri ya, ya aku harus memotivasi diriku kalau misalnya ini itu pasti bakalan bisa selesai. Jangan cuma jadi pikiran doang tapi emang harus dikerjain gitu, karena kalau cuma jadi pikiran doang ya pasti bakalan stres” (IN, Perempuan, 3 Oktober 2021).

Selanjutnya wawancara yang dilakukan pada subjek DY menyatakan bahwa :

“Tapi ada saat aku punya pikiran start orang itu berbeda-beda jadi untuk finish pun beda dan aku yakin kalau skripsiku ini bakal selesai kok gak akan sampe bertahun-tahun asalkan aku ada usaha buat menyelesaikan” (DY, Perempuan, 4 Oktober 2021).

Berdasarkan pernyataan yang dipaparkan oleh subjek dapat disimpulkan bahwa kedua mahasiswa tersebut memiliki keyakinan terhadap dirinya mengenai keberhasilan untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan usahanya. Keyakinan ini sering dikenal dengan istilah *locus of control internal*.

Menurut Sarafino & Smith *locus of control internal* adalah sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada hidupnya tergantung pada dirinya (Sarafino & Smith, 2011, hal. 87). Seseorang dengan *locus of control internal* memiliki usaha, keterampilan, semangat pantang menyerah, dan percaya bahwa keberhasilan dan kegagalan dalam hidupnya merupakan tanggung jawab dirinya (Hendryadi, 2017, hal. 418). Mahasiswa yang memiliki *locus of control internal* cenderung memiliki sikap yakin akan keberhasilan atau kegagalan menyelesaikan skripsi itu berasal dari dalam dirinya, dan mereka mempunyai persepsi bahwa untuk mencapai suatu keberhasilan harus diikuti dengan usaha, serta memiliki sikap pantang menyerah untuk mencapai keberhasilan (Fadillah & Abdurrohman, 2019, hal. 598). Berdasarkan wawancara yang dipaparkan oleh subjek menyatakan bahwa :

“meskipun aku takut bingung saat proses ngerjain skripsi tapi aku tetep berusaha nyari refensi, dan kadang juga tetep ngechat dosen pembimbing meski ngga ada balesan dichat sebelumnya” (N, Perempuan, 5 Oktober 2021).

Adapun usaha yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi kendala saat proses menyusun skripsi seperti mencari berbagai sumber referensi, mencoba menghubungi dosen pembimbing, dan berusaha menyusun skripsi. (Fadillah & Abdurrohman, 2019, hal. 596).

Peneliti memiliki asumsi bahwa seseorang mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari teman sebaya akan dapat menurunkan stres yang muncul

saat menyusun skripsi. Namun pada penelitian pada penelitian yang dilakukan oleh Kurnia & Ramadhani (2021), menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak terdapat pengaruh yang signifikan terhadap stres (Kurnia, 2021, hal. 664). Tetapi berbeda halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Riyadi & Sarsono (2019) mengenai pengaruh dukungan sosial dan *locus of control internal* terhadap stres yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres (Riyadi & Sarsono, 2019, hal. 73).

Fenomena penelitian di atas membuat tertarik untuk dapat meneliti seberapa besar pengaruhnya tingkat dukungan sosial teman sebaya dan *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sehingga peneliti mengangkat dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus of Control Internal* Terhadap Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang”.

Peneliti hendak melakukan penelitian di Fakultas Psikologi angkatan 2018 di sebuah Universitas Negeri Kota Malang karena mahasiswa tingkat akhir memasuki yang tergolong pada fase dewasa awal dimana individu pada tahap tersebut, adalah saatnya untuk bertanggung jawab atas diri sendiri dan melewati banyak permasalahan yang baru dalam hidupnya (Santrock, 2012, hal. 8). Sebagai contoh mereka bertanggung jawab menyelesaikan skripsi, oleh karena itu penting bagi mahasiswa akhir untuk mendapatkan dukungan sosial

dan *locus of control internal* agar mahasiswa mampu untuk menyelesaikan skripsi. sehingga tidak menyebabkan stres saat proses penyusunan skripsi.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang ?
2. Bagaimana tingkat *locus of control internal* pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang ?
3. Bagaimana tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang ?
4. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang ?
5. Bagaimana pengaruh *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang ?
6. Bagaimana pengaruh dukungan sosial dan *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat locus of control *internal* pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
3. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
4. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
5. Untuk mengetahui *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
6. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan locus of control *internal* terhadap stres mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait keilmuan psikologi.

2. Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti terkait keilmuan dibidang psikologi.

b. Bagi Para Mahasiswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu para mahasiswa untuk dijadikan sebagai acuan mengenai dukungan sosial, *locus of control internal*, dan stres yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

c. Bagi Instansi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa mengenai program atau sosialisasi untuk meningkatkan keyakinan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Pada dasarnya manusia adalah makhluk individu dan sosial. Makhluk individu memiliki arti bahwa seseorang manusia tidak dapat dipisahkan antara aspek fisik dan aspek psikologis. Sedangkan makhluk sosial memiliki arti seseorang manusia yang hidup bersama dengan orang lain dan dalam kegiatannya manusia tidak dapat melakukan kegiatan tanpa bantuan orang lain (Hantono, 2018, hal. 86) . Dalam menghadapi dan menjalani aktivitas sehari-hari manusia selalu melibatkan orang lain untuk membantu menjalani kehidupannya, bantuan ini biasanya diberikan dalam sebuah bentuk dukungan sosial. Dukungan sosial ialah bentuk pemberian atau penerimaan bantuan yang diberikan seseorang sehingga dapat membuat perasaan aman secara fisik dan psikologis. Seseorang dapat mempercayai bahwa dirinya dicintai, dihargai saat mereka menerima dukungan sosial (Sarafino, 1994, hal. 102).

Pemberian dukungan ini terdiri dari pemberian informasi, nasehat, pemberian bantuan dari orang lain sehingga memberikan manfaat bagi penerima (Smet, 1994, hal. 135). Pemberian dukungan ini dapat didapatkan dari pasangan, teman, rekan kerja, keluarga, atasan (Rahardiansyah, 2021, hal. 1292). Adanya dukungan sosial yang

diberikan orang lain merupakan tanda bahwa seseorang itu merasa dirinya dicintai, diterima dan diperhatikan (Nuralifah, 2015, hal. 14).

Berdasarkan kesimpulan dari definisi dukungan sosial atau *social support* adalah suatu hubungan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain yang berupa pemberian bantuan informasi, perhatian emosi, dan penilaian yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, sehingga dapat membantu seseorang dalam mengatasi permasalahan.

2. Pengertian Teman Sebaya

Dalam proses pembelajaran teman sebaya memiliki peran penting dikalangan mahasiswa. Pada umumnya teman sebaya memiliki arti suatu kelompok terdiri dari beberapa orang dengan usia yang kurang lebih sama. Selama masa dewasa awal, mahasiswa menghabiskan waktunya dengan teman, sehingga sangat penting sumber dukungan emosional yang diberikan teman sebaya (Oktariani, 2018, hal. 101).

Dukungan sosial terbentuk selama proses relasi dewasa awal dengan teman sebayanya. Muncul berbagai bentuk dukungan sosial yang diberikan teman sebaya selama proses interaksi yang dilakukan dalam kelompok teman sebaya. Aspek terpenting dalam perkembangan masa dewasa awal adalah teman sebaya. Salah satu dukungan yang diberikan oleh teman sebaya adalah dengan memberikan dukungan sosial yang berupa verbal maupun non verbal (Oktariani, 2018, 101). Beberapa pendapat ahli mengenai teman sebaya dalam memberikan dukungan, hal ini dapat

membuat seseorang yang menerima dukungan merasa dicintai dan juga akan memberikan efek kesejahteraan fisik dan psikologis (Szkody, 2021, hal. 1003).

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh ahli ditarik kesimpulan bahwa teman sebaya dapat didefinisikan sekelompok orang yang memiliki tingkat kematangan dan usia yang hampir sama, serta pemberian dukungan sosial dari teman sebaya berupa informasi verbal atau non verbal akan memberikan efek bagi yang menerima dukungan tersebut.

3. Dukungan Sosial dalam Perspektif Psikologi

Dukungan sosial adalah salah satu pembahasan yang dikaji dalam bidang Psikologi Sosial. Adapun pengertian dari Psikologi Sosial merupakan ilmu yang menelaah mengenai perilaku seseorang dalam lingkup sosial. Unsur penting yang terdapat dalam Psikologi Sosial adalah lingkup sosial atau konteks sosial (Faturachman, 2009, hal. 7-8).

Psikologi Sosial dapat juga dikatakan suatu situasi akan penyebab dari tingkah laku, pikiran, dan perasaan seseorang dalam konteks sosial. Fokus Psikologi Sosial adalah tingkah laku seseorang dalam lingkup sosial, jadi dapat diartikan bahwa penyebab dari tingkah laku yang terjadi disebabkan adanya tingkah laku dan pikiran (Aulia, 2022, hal. 2). Ruang lingkup Psikologi Sosial terdiri dari persepsi terhadap lingkungan sosial, kognisi, identitas diri, prasangka dan diskriminasi kelompok, perilaku prososial atau yang sering dikenal

dengan memberi bantuan orang lain, dinamika kelompok, dst (Markum M, 2014, hal. 7-10). Berdasarkan pendapat Sarafino (1994) bahwa dukungan sosial mengarah pada pemberian kenyamanan, perhatian, penghargaan dan diterima oleh kelompok (Anandari, 2013, hal. 211)

Smet melihat terdapat beberapa bentuk dukungan sosial yaitu pertama, dukungan emosional ditunjukkan melalui ekspresi pemberian perhatian, empati, dan kepedulian pada seseorang. Misalnya saat seseorang memberikan empati ditunjukkan dengan sikap yang mendengarkan curhatan orang lain, menunjukkan sikap terbuka dan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, serta mau memahami perasaan orang lain. Kedua, dukungan penghargaan ditunjukkannya melalui ekspresi orang lain mengenai penilaian positif pada seseorang. Ketiga, dukungan instrumental ditunjukkannya dengan pemberian bantuan langsung yang biasanya berupa penyediaan fasilitas, meminjamkan barang, memberikan yang diperlukan seperti makanan. Keempat, dukungan informasi berkaitan pada pemberian penjelasan mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi seseorang. Biasanya seseorang yang memberikan dukungan instrumental ditunjukkannya sikap memberikan nasihat, saran, arahan, dan feedback pada orang (Smet, 1994, hal. 135).

Keterkaitan antara dukungan sosial dan Psikologi Sosial berada pada ruang lingkupnya yakni perilaku seseorang dalam lingkup sosial,

dan pikiran. Dukungan sosial dapat dikatakan sebagai adanya orang-orang terdekat yang memberikan arahan, dan nasehat saat seseorang mengalami masalah yang tidak bisa terselesaikan (Da'awi M. M., 2021, hal. 69). Dukungan sosial ini berperan sebagai pemecah masalah yang terjadi pada seseorang. Biasanya dukungan yang diberikan kepada orang lain berupa pemberian bantuan, seperti pemberian informasi, pemberian nasehat, saran, dan motivasi (Rahardiansyah, 2021, hal. 1295).

4. Aspek - Aspek Dukungan Sosial

Weiss (1974) menjelaskan bahwa terdapat 6 aspek-aspek dukungan sosial di antaranya (Cutrona, 1994, hal. 370-371):

a. Aspek Kelekatan Emosional (*Aspect of Emotional Attachment*)

Kelekatan emosional terjadi akibat adanya pemberian rasa nyaman secara emosional sehingga memunculkan rasa aman pada seseorang. Misalnya saat seseorang mengalami masalah terdapat orang lain yang peduli biasanya dengan memberikan bantuan yang berupa motivasi, nasehat, perhatian.

b. Aspek Integrasi Sosial (*Aspect of Social Integration*)

Integrasi sosial adalah perasaan seseorang bahwa dia memiliki kelompok untuk berbagi dan melakukan kegiatan bersama-sama. Misalnya saat seseorang mempunyai berbagai masalah dalam

kehidupannya terdapat kelompok untuk berbagi masalah dengan tujuan agar dapat menemukan solusi.

c. Aspek Kesempatan turut Mengasuh (*Aspect of Opportunity for Nurturance*)

Kesempatan turut mengasuh ini terjadi akibat perasaan seseorang yang merasa bahwa dirinya dapat diandalkan sehingga merasa mampu untuk meringankan masalah orang lain. Misalnya saat seseorang mempunyai masalah temannya dengan cepat menawarkan bantuan agar masalah yang dialami segera teratasi.

d. Aspek Pengakuan (*Aspect Reassurance of Worth*)

Aspek pengakuan di mana seseorang berhasil pada keahlian atau kemampuan yang dimiliki maka akan mendapatkan sebuah penghargaan atau pengakuannya dari orang lain. Misalnya ketika seseorang memberikan sebuah pujian dimana dia mengetahui perjuangan individu tersebut saat mengalami beberapa kendala dalam mencapai tujuannya tetapi mampu dia mampu mengatasinya hingga berhasil.

e. Aspek Ketergantungan pada Orang Lain (*Aspect of Reliable Alliance*)

Aspek ini berhubungan pada seseorang yang dibutuhkan dan dapat diandalkan jika terjadi permasalahan, sehingga terdapat ketersediaan orang lain dalam memberikan suatu bantuan.

Misalnya saat seseorang mengalami kendala dalam kehidupannya terdapat orang lain yang selalu siap sedia memberikan bantuan.

f. Aspek Bimbingan (*Aspect of Guidance*)

Aspek bimbingan adalah sebuah aspek di mana seseorang memberikan bantuan seperti nasihat, bimbingan sehingga dapat membantu untuk menyelesaikan masalah. Misalnya saat mengalami permasalahan terdapat orang lain yang memberikan masukan, nasehat agar dapat terselesaikan permasalahan.

5. Faktor – Faktor Dukungan Sosial

Myers menyebutkan 3 faktor yang mendorong seseorang dalam memberikan dukungan sosial di antaranya (Maslihah, 2011, hal. 107):

a. Faktor empati

Ketika seseorang ikut merasakan penderitaan orang lain guna mengurangi penderitaan, agar temotivasi untuk meningkatkan kesejahteraan hidup orang lain. Misalnya ketika individu mengalami permasalahan dalam kehidupannya terdapat orang lain yang memiliki rasa kasihan, peduli ingin memberikan bantuan ke individu tersebut untuk dapat mengurangi penderitaan atau permasalahan dalam kehidupannya.

b. Faktor norma dan nilai sosial

Membantu dan membimbing seseorang dalam memenuhi kewajiban hidupnya. Misalnya dalam hal dosen pembimbing dengan mahasiswa

saat proses menyusun skripsi. Antara dosen pembimbing dan mahasiswa memiliki sebuah keterikatan yakni ketika mahasiswa mengalami kendala saat proses menyusun skripsi terdapat dosen pembimbing berkewajiban membantu dan membimbing mahasiswanya agar kendala yang dialami saat proses menyusun skripsi dapat segera teratasi.

c. Faktor Pertukaran sosial

Adanya keseimbangan antara perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi yang mengarah pada hubungan interpersonal. Misalnya pengalaman interaksi antar seseorang akan memunculkan rasa percaya diri bahwa orang lain akan memberikan bantuan.

6. Pengukuran Dukungan Sosial

Sarafino & Smith (2011) menyebutkan bentuk - bentuk dukungan sosial yang di antaranya (Sarafino & Smith, 2011, hal. 81):

a. Aspek dukungan emosional

Hal tersebut diwujudkan ke dalam bentuk sebuah dukungan sifatnya mendorong berupa kehangatan yang seperti ketika terjadi permasalahan dalam kehidupan terdapat seseorang yang mampu menenangkan hati dan pikiran, saling memberikan kepedulian dan kasih sayang yang seperti ketika seseorang mengalami permasalahan terdapat orang lain yang turut serta sedih, peduli dan selalu ada ketika terjadi masalah pada orang tersebut, pemberian perhatian misalnya saat mahasiswa

menyusun skripsi terdapat orang yang selalu memberikan motivasi, semangat dalam proses menyusun skripsi.

b. Aspek dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan muncul akibat penilaian positif pada seseorang sehingga layak untuk diberikan penghargaan. Misalnya pemberian dukungan pada seorang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi biasanya dalam bentuk motivasi agar tetap semangat saat menyusun skripsi, dan penilaian positif yang diberikan oleh teman kepada seseorang yang sedang menyusun skripsi misalnya teman-teman percaya bahwa individu tersebut mampu untuk menyelesaikan skripsi.

c. Aspek dukungan instrumental

Dukungan ini termasuk dalam pemberian dukungan langsung, misalnya pemberian bantuan langsung (materi/tenaga) seperti ketika seorang mahasiswa ingin ditemani di perpustakaan untuk mencari referensi teman dekatnya dengan tidak ragu menawarkan bantuan untuk menemani ke perpustakaan mencari referensi dan membantu dalam menyelesaikan tugas seperti halnya ketika seorang mahasiswa mempersiapkan berkas pendaftaran untuk ujian terdapat teman yang ingin membantu untuk menyiapkan persyaratan ujian.

d. Aspek dukungan informasi

Pemberian dukungan informasi berupa pemberian informasi seperti seorang mahasiswa mengetahui berbagai info terkait skripsi dari teman-

teman dan pemberian nasihat positif seperti ketika mahasiswa dalam proses menyusun skripsi mengalami kendala teman-teman dengan baiknya memberikan nasehat.

e. Aspek dukungan jaringan sosial

Dukungan ini diberikan pada seseorang melalui cara menciptakan sebuah kondisi bagi individu untuk menjadi bagian dari kelompok tersebut dengan minat dan kegiatan yang sesuai dengan dirinya. Misalnya teman-teman mengajak berdiskusi mengenai progress skripsi dan juga berbagi ilmu dalam menghadapi skripsi. Aspek ini juga sering dinamakan sebagai dukungan pertemanan.

B. Locus of Control Internal

1. Pengertian *Locus of Control Internal*

Ahli teori pembelajaran sosial yang bernama Rotter adalah pertama kali yang mengemukakan konsep mengenai pusat kendali atau yang biasa disebut dengan *locus of control*. Adapun definisi dari *locus of control* adalah suatu keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuan mengontrol nasibnya. Konsep mengenai *locus of control* ini diyakini dapat memberikan kontribusi pada kualitas performan seseorang (Syatriadin, 2017, hal. 148).

Definisi dari *Locus of control* adalah tingkat keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya adalah penentu dari nasib yang terjadi pada kehidupannya (Robbins & Timothy dalam Fadillah, 2019, hal.

596). Selain itu, *locus of control* juga dapat didefinisikan sebagai keyakinan bahwa kehidupan didasarkan atas karakteristik seseorang yang ditentukan oleh kontrol *internal* dan kontrol *eksternal* . (Owie, 1983, hal. 384).

Telah dipaparkan berbagai pengertian dari *locus of control*, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa *locus of control* adalah suatu keyakinan mengenai keberhasilan dan kegagalan yang dimiliki oleh seseorang mengenai faktor penyebab peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya. Kemudian, *locus of control* dikategorikan menjadi *locus of control internal* dan *locus of control eksternal*. Seseorang yang memiliki *locus of control eksternal* percaya bahwa peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya baik kesuksesan ataupun kegagalan dikendalikan oleh nasib keberuntungan, serta adanya campur tangan pihak lain (Darmilisani, 2021, hal. 3). Sedangkan menurut Sarafino & Smith *locus of control internal* adalah sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada hidupnya tergantung pada dirinya (Sarafino & Smith, 2011, hal. 87). Selain itu *locus of control internal* juga dapat diartikan sebagai sebuah keyakinan bahwa peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya diakibatkan dari perilakunya sehingga individu dapat mengendalikan (Pratama, 2014, hal. 216).

Locus of control internal memandang bahwa dunia adalah sesuatu hal yang dapat diprediksi dan tingkah laku seseorang turut serta

berperan dan seseorang yang memiliki kendali internal dalam kehidupannya percaya bahwa kesuksesan kegagalan berasal dari keterampilan, tekun, dan berusaha (Hendryadi, 2017, hal. 419).

2. *Locus of Control Internal* dalam Perspektif Psikologi

Pembahasan mengenai *Locus of control internal* adalah salah satu kajian dari psikologi klinis. Ranah psikologi klinis merupakan salah satu ilmu psikologi yang membahas mengenai assessment, intervensi, memahami permasalahan psikologis, dan gangguan tingkah laku (Ediati, 2020, hal. 4). Kaitan *locus of control internal* dengan psikologi klinis berada pada permasalahan psikologis yang terjadi pada seseorang yang dapat mempengaruhi tingkah laku (Wulandari I. G., 2021, hal. 138). Namun disisi lain, *locus of control internal* termasuk ke dalam salah satu variabel *personality* atau kepribadian sebab sesuai dengan definisi dari *locus of control internal* yakni bahwa seseorang memiliki keyakinan akan kesuksesan ataupun kegagalan berada pada kendalinya (Fadila, 2016, hal. 86). Sehingga jika individu memiliki *locus of control internal* maka individu tersebut akan memiliki kepribadian yang berpandangan bahwa individu akan berhasil dan sukses akibat dari pengorbanan, usahanya. Sedangkan jika individu tersebut mengalami kegagalan dianggap akibat dari dirinya yang kurang dalam berusaha (Syatriadin, 2017, hal. 150).

Sedangkan, berdasarkan “Teori Belajar Sosial” yang dikemukakan oleh Julian B. Rotter menyatakan bahwa *locus of control* merupakan keyakinan seseorang terhadap sumber yang mengendalikan semua peristiwa kehidupannya. Individu dengan *locus of control internal* akan lebih memfokuskan pada keberhasilan sebab, individu tersebut menganggap bahwa perilakunya akan berpengaruh positif (Nugroho, D A., Hardjajani, T., & Karyanta, N A., 2015, hal. 4). Maka dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *locus of control internal* memiliki keterkaitan dengan psikologi klinis dan psikologi kepribadian sebab pada psikologi klinis berhubungan dengan permasalahan psikologis dan gangguan tingkah laku yang dimunculkan oleh individu, sedangkan pada psikologi kepribadian berhubungan dengan kepribadian individu yang meyakini keberhasilan dan kegagalan itu tergantung pada dirinya.

3. Aspek – Aspek *Locus of Control Internal*

Phares menyatakan 3 aspek-aspek dari *locus of control internal* di antaranya (Muslimah, A I., & Nurhalimah, 2012, hal. 42):

a. Aspek Kemampuan

Individu memiliki keyakinan bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi dalam kehidupan dipengaruhi oleh kemampuannya. Misalnya seorang mahasiswa yang memiliki niat dan rajin untuk

menyusun skripsi pasti individu tersebut dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.

b. Aspek Minat

Individu memiliki keinginan atau minat yang lebih besar terhadap kontrol tingkah laku, dan tindakan. Misalnya seorang mahasiswa pastinya menginginkan untuk segera cepat lulus dari perguruan tinggi, sehingga pada mahasiswa tersebut memunculkan keinginan untuk segera menyelesaikan skripsinya.

c. Aspek Usaha

Individu dengan *locus of control internal* akan memiliki sikap yang pantang menyerah, optimis dalam mengontrol perilakunya. Misalnya dalam proses menyusun skripsi ketika seseorang mengalami berbagai kendala individu tersebut tetap berusaha untuk menyelesaikan kendala dan tetap optimis bahwa dirinya mampu mengatasi kendala tersebut.

4. Faktor – Faktor *Locus of Control Internal*

Phares menyebutkan terdapat 3 faktor yang mempengaruhi *locus of control internal* di antaranya faktor keluarga (family) interaksi antara orang tua dengan anak misalnya apabila seseorang mahasiswa saat kecil memiliki keluarga yang membesarkannya dengan hangat, memberikan kesempatan pada anak untuk mencoba berdiri sendiri tentunya akan menghasilkan sikap anak yang mempercayai kendali atas dirinya;

Faktor pengalaman (*consistency of experience*) sebagai sarana untuk dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi hal yang dapat memberikan dampak buruk. Misalnya individu yang memiliki pengalaman dapat lebih meningkatkan locus of control yang tinggi; Faktor sosial (*social factor*) terdapat hubungan antara kelas sosial baik dalam ekonomi, pendidikan, kebiasaan dan gaya hidup. Misalnya individu dengan kelas sosial yang tinggi akan mengarah pada gaya pengasuhan, gaya hidup, dan perkembangan sifat (Nugroho, D A., Hardjajani, T., & Karyanta, N A., 2015, hal. 5).

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *locus of control internal* dalam pembentukannya dipengaruhi oleh lingkungan yakni keluarga atau orang tua, dan faktor sosial, serta faktor consistency of experience.

5. Pengukuran *Locus of Control Internal*

Menurut Sarafino & Smith (2011), karakteristik seseorang yang memiliki *locus of control internal* dalam dirinya yakni terdiri dari (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87):

a. Ekspektansi

Seseorang percaya bahwa perilaku tersebut akan menghasilkan konsekuensi tertentu. Seseorang tersebut meyakini bahwa konsekuensi positif akan diperoleh pada situasi tertentu sebagai imbalan atas tingkah

lakunya. Misalnya ketika mahasiswa menyusun skripsi, saat seorang mahasiswa rajin dalam berkonsultasi maka skripsi akan cepat selesai.

b. Kontrol

Seseorang percaya bahwa peristiwa kehidupan adalah hasil dari kontrol pribadi atas upaya dirinya untuk menuju tujuan atau hasil tertentu. Misalnya seorang mahasiswa memiliki kepercayaan bahwa untuk dapat berhasil dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa tersebut harus rajin dalam mengerjakan skripsi dan bimbingan ke dosen pembimbing agar segera menyelesaikan skripsi tentunya juga lulus tepat waktu dari perguruan tinggi.

c. Mandiri

Seseorang yakin pada kemampuan dan ketrampilannya sendiri dalam usahanya untuk mencapai suatu tujuan atau hasil tertentu. Misalnya seorang mahasiswa memiliki keyakinan dalam dirinya akan dapat melewati berbagai kendala saat menyusun skripsi.

d. Bertanggung jawab

Seseorang merasa bertanggung jawab atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya karena adanya faktor internal, sehingga dirinya bersedia menerima segala sesuatu sebagai akibat dari sikap atau perilakunya sendiri dan berusaha untuk memperbaikinya untuk mendapatkan hasil yang lebih baik. Misalnya dalam keberhasilan seorang mahasiswa

dalam menyelesaikan skripsi dikarenakan mahasiswa tersebut rajin dalam menyusun skripsinya.

C. Stres

1. Pengertian Stres

Kata stres didapatkan dari bahasa latin yaitu *stringere* yang berarti tegangan, ataupun tekanan. Stres merupakan reaksi yang tak terduga disebabkan adanya permintaan tinggi yang diberikan pada seseorang oleh lingkungan. Stres digambarkan sebagai suatu kondisi dimana keinginan yang diterima tidak sesuai dengan kemampuan seseorang untuk menghadapinya (Rok, 2011, hal. 279).

Menurut Sarafino & Smith definisi dari stres merupakan suatu kondisi yang dihasilkan dari interaksi seseorang - lingkungan sehingga menyebabkan ketidak sesuaian dengan kondisi psikologis, biologis, dan sosial (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). Selain itu, stres ialah suatu kondisi di mana seseorang yang mengalami ketegangan dirasa tidak sebanding dengan kemampuannya untuk mengatasi ketegangan tersebut (Rahmawan & Selviana, 2021, hal. 69). Stres juga dapat dikatakan sebagai suatu kondisi tertekan baik fisik ataupun psikis Stres dihasilkan dari kondisi emosi yang tertekan dan juga di mana permintaan lingkungan sangat mendominasi (Aditama, 2017, hal. 44).

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa, stres ialah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kondisi tidak menyenangkan akibat dari interaksi dengan lingkungan. Oleh sebab itu, stres dapat menyebabkan seseorang mengalami ketegangan secara fisik dan psikologis.

2. Stres dalam Perspektif Psikologi

Dalam aktivitas kehidupan sehari-hari, manusia berkaitan dengan keberhasilan, kegagalan dan juga ketidaksesuaian harapan. Keadaan ini dapat membuat seseorang pada situasi yang membuat dirinya merasa sedih, takut, cemas, dan bingung. Keadaan ini termasuk ke dalam ciri gangguan psikis di bidang Psikologi yang dikenal dengan stres. Stres ini merupakan suatu kondisi yang alami dan mungkin terjadi pada setiap manusia ketika saat menghadapi masalah yang belum terselesaikan. Stres ini melibatkan antara reaksi saraf dan hormone terhadap rangsangan (Wahyuni, 2017, hal. 100).

Stres termasuk dalam kajian Psikologi Klinis, sebab kajian Psikologi Klinis adalah salah satu bidang Psikologi yang membahas dan memeriksa kesulitan serta rintangan emosional dalam manusia. Emosi ini berkaitan dengan jaringan saraf pada manusia (Riskasari & Aquarisnawati, 2016, hal. 3). Psikologi Klinis berfokus pada asesmen, perlakuan dan masalah-masalah Psikologi serta gangguan pada perilaku. Faktanya

Psikologi Klinis fokus pada aspek intelektual, emosi, biologis, psikologis, sosial dan perilaku (Ediati et al., 2020, hal. 4 - 14).

Stres dapat dikatakan sebagai respon fisik, mental, emosional saat seseorang menghadapi ancaman (Quamilla, 2016, hal. 162). Dalam terapannya stres menggunakan konsep Psikologi Kesehatan yang merupakan salah satu bidang Psikologi Klinis. Pada cabang Psikologi Kesehatan memiliki keterkaitan dengan perilaku seseorang yang dapat mempengaruhi kesehatan baik fisik maupun mental (Ediati et al., 2020, hal 76 - 154).

Berdasarkan teori transaksional stres menurut Lazarus dan Folkman yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara stres dengan keadaan sakit sebagai akibat dari stres. Teori ini menyatakan bahwa respon stres dapat menjadikan stressor yang baru dan dapat memunculkan respon stres yang intens (Solichatun, 2011, hal. 29). Seseorang saat mengalami stres akan memunculkan tanda-tanda seperti lelah, pusing, hilangnya nafsu makan, sering lupa, tidak konsentrasi, gelisah, berubahnya jam tidur, gangguan pencernaan, sedih, gugup, cemas (Rahmawan & Selviana, 2021, hal. 69). Ketika seseorang memunculkan tanda-tanda ini dapat dikatakan bahwa seseorang sedang mengalami tekanan dalam dirinya yang diakibatkan dari tuntutan dirinya dan lingkungan. Mahasiswa tingkat akhir pada tahap perkembangannya tergolong dalam fase dewasa awal dengan rentang usia 18-25 tahun (Santrock, 2012, hal. 8-9).

Pada fase ini mahasiswa sering mengalami tuntutan dan beberapa tugas perkembangan yang muncul akibat dari terjadinya perubahan aspek fungsional, seperti fisik, psikologi, dan sosial. Tugas perkembangan fase dewasa awal seperti halnya saat menjadi mahasiswa mampu dalam bertanggung jawab atas dirinya untuk menyelesaikan pendidikan di Perguruan Tinggi (Abdullah et al., 2017, hal. 9). Salah satu syarat mahasiswa dalam mendapatkan gelar sarjana di Perguruan Tinggi adalah dengan menyelesaikan skripsi. Faktanya dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa pasti akan mengalami bebrbagai kendala seperti sulitnya mencari literatur, sulitnya menghubungi dosen pembimbing, sulitnya menemukan fenomena penelitian. Beberapa kendala ini dapat menyebabkan seseorang mengalami stres, karena munculnya berbagai tekanan Psikologi dalam diri mahasiswa (Ismiati, 2015, hal. 18).

3. Aspek – Aspek Stres

Hardjana mengemukakan terdapat 4 aspek dalam stres, di antaranya (Hardjana, 1994, hal. 23):

a. Aspek Fisikal

Aspek ini terkait dengan fisik dan tingkah laku seseorang yang dapat diamati berupa munculnya keringat berlebih saat mepresentasikan hasil penelitian ke dosen pembimbing, gangguan tidur seperti saat mahasiswa menyusun skripsi memiliki pola jam tidur yang tidak teratur yang disebabkan mahasiswa tersebut sering begadang untuk menyusun

skripsi, gangguan pencernaan seperti saat proses menyusun skripsi mahasiswa lebih sering buang air kecil atau buang air besar (diare), serta seringnya mengalami gangguan lambung atau maag; pusing seperti saat memikirkan skripsi kepala terasa sakit.

b. Aspek Emosional

Aspek ini terkait dengan perasaan seseorang sebagai respon, misalnya mudah merasa sedih ketika mengalami kendala dan tertekan saat menyusun skripsi; mudah marah ketika tidak dapat menemukan sumber referensi untuk skripsi, dan saat mengalami banyak kendala dalam menyusun skripsi.

c. Aspek Intelektual

Aspek ini terkait dengan proses kognitif dan kemampuan seseorang dalam memperoleh ilmu pengetahuan. Pada aspek ini seseorang yang sedang mengalami stres akan sulit untuk berkonsentrasi ketika skripsi belum selesai, dan menurunnya daya ingat ketika menaruh barang.

d. Aspek Interpersonal

Aspek ini terkait dengan kemampuan seseorang dalam berkomunikasi terhadap orang lain. Pada aspek ini seseorang yang mengalami stres akan sulit untuk bersosialisasi dengan sekitar. Misalnya sering terputah-putah saat berkomunikasi dengan orang lain

4. Faktor – Faktor Stres

Menurut Smet terdapat lima faktor yang dapat mempengaruhi stres di antaranya (Smet, 1994, hal. 130-131):

a. Faktor Individu

Faktor individu yang mempengaruhi stres, seperti usia ketika bertambahnya usia sumber-sumber stres akan berubah seiringnya perkembangan. Misalnya pada mahasiswa usia sumber-sumber stres berada di lingkup pendidikan, percintaan, karir, keluarga; faktor *gender* seperti halnya stres yang dialami Wanita berupa ciek, tidak stabil emosinya, malas, diam, mudah tersinggung. Sedangkan pada laki-laki berupa menghabiskan waktunya dengan senang-senang, sakit kepala, mengantuk.

b. Faktor Karakter

Faktor karakter seperti kepribadian introvert memiliki sifat sukar bergaul, memiliki empati yang rendah, dan kemandirian juga rendah. Sedangkan kepribadian ekstrovert memiliki sifat yang periang, terbuka, dan mudah bergaul; resiliensi adalah sebuah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat beradaptasi pada perubahan. Misalnya individu dengan resiliensi yang tinggi akan dapat menghadapi, mengontrol masalahnya dengan baik; pusat kendali diri atau *locus of control* adalah sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seseorang bahwa dirinya adalah penentu nasib.

c. Faktor Sosial Kognitif

Faktor sosial kognitif yang mempengaruhi stres, seperti bentuk dukungan sosial berupa penghargaan dari orang lain akan dapat mereduksi distress psikologis.

d. Faktor Interaksi dengan Lingkungan

Faktor interaksi dengan lingkungan, seperti dukungan yang diterima dan penyatuan ke dalam hubungan interpersonal.

e. Faktor Strategi dalam Mengatasi Stres

Hal ini melibatkan cara seseorang dalam mengatasi penyebab stres terkait dalam masalah sehari-hari ataupun lingkungan. Misalnya seorang mahasiswa yang memiliki strategi dalam mengatasi stres terkait pada tindakan kognitif atau perilaku seseorang dalam merespon peristiwa.

5. Pengukuran Variabel Stres

Seorang mahasiswa/mahasiswi yang mengalami stres dapat dilihat dalam banyak hal. Menurut Sarafino & Smith aspek stres terdiri beberapa unsur-unsur di antaranya sebagai berikut (Sarafino & Smith, 2011, hal. 60):

a. Aspek - aspek biologis

Aspek – aspek biologis yang dimunculkan dari adanya stres yakni berupa fenomena fisik. Fenomena yang dimunculkan saat seseorang mengalami antara lain pusing ketika menyusun skripsi saat belum menemukan referensi, dan belum dapat menyelesaikan skripsi;

berubahnya pola jam tidur ketika menyusun skripsi seorang mahasiswa memiliki pola waktu tidur yang tidak teratur; tangan mengeluarkan keringat berlebihan ketika seorang mahasiswa mempresentasikan hasil penelitiannya ke dosen; gangguan fisik seperti gemetar terjadi saat seorang mahasiswa menjalani proses bimbingan dengan dosen, dan otot-otot merasa tegang ketika proses menyusun skripsi; Selera makan berubah ketika saat proses menyusun skripsi atau memikirkan skripsi yang belum selesai; Menurunnya tingkat kekebalan tubuh seperti halnya saat proses menyusun skripsi mahasiswa sering merasa mudah sakit karena terlalu sering mengerjakan skripsi.

b. Aspek psikologis

Aspek psikologis yang dapat dimunculkan saat seseorang mengalami stress yaitu berupa fenomena psikis. Fenomena ini berupa:

1. Gejala stres kognitif yang dapat mengganggu proses berfikir seseorang. Seseorang yang sedang mengalami stres menyebabkan berupa gangguan memori seperti menurunnya daya ingat atau sering merasa lupa; serta menurunnya konsentrasi ketika mengalami berbagai kendala saat proses menyusun skripsi. Selain itu gejala kognitif juga ditandai saat sibuk mengerjakan skripsi mahasiswa sering lupa makan; khawatir ketika saat ujian tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen.

2. Gejala emosional dan kondisi stres yang dialami oleh seseorang dapat mengacaukan emosi. Orang yang sedang mengalami stres menimbulkan beberapa gejala seperti halnya gugup mempresentasikan hasil penelitian ke dosen; cemas berlebihan terhadap segala hal ketika chat mahasiswa ke dosen belum direspon, dan saat berinteraksi dengan dosen pembimbing, sedih ketika teman membahas mengenai skripsi.
3. Gejala perilaku dan kondisi stres dapat berpengaruh pada perilaku seseorang. Hal ini cenderung menyebabkan efek negative dan menyebabkan masalah dengan hubungan interpersonal. Gejala perilaku yang dimunculkan seperti kesulitan dalam bekerja sama, hilangnya minat, ketidak mampuan bersantai, keinginan untuk meminum alcohol, obat-obatan, merokok berlebihan dan hubungan seks meningkat. Misalnya ketika banyak mendapat revisi mahasiswa mengalihkan dengan hal-hal negative.

D. Pengaruh antar Variabel

1. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun skripsi

Dukungan sosial menurut Sarafino merupakan pemberian atau penerimaan bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain sehingga dapat membuat perasaan aman secara fisik dan psikologis (Sarafino, 1994, hal. 102). Dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai adanya hubungan interpersonal

yang diperlihatkan dalam memberikan bantuan kepada seseorang. Dukungan sosial berasal dari orang tua, teman sebaya, guru, pacar, teman kerja dengan adanya dukungan sosial memberikan manfaat emosional dan perilaku bagi seseorang yang menerimanya (Rahardiansyah, 2021, hal. 1292).

Dukungan sosial ini sering sekali terlihat dalam aktivitas keseharian mahasiswa. Umumnya pada usia remaja, seorang mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktunya dengan teman sebaya sebab dapat bertukar informasi, memberikan bantuan dan dukungan. Mahasiswa menganggap Teman sebaya lebih mampu untuk mendengarkan berbagai keluhan saat di perkuliahan. Teman sebaya dapat didefinisikan sebagai seseorang yang menyediakan berbagai informasi (Wajapa et al., 2016, hal.48). Seorang mahasiswa saat menjalani aktivitas di perkuliahan memiliki tugas, tanggung jawab, dan kewajiban masing-masing. Dalam dunia perkuliahan yang sangat padat dan memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda dalam menghadapi berbagai permasalahan. Tugas yang sering dianggap berat dan ditakuti oleh mahasiswa adalah skripsi, sebab skripsi bersifat individu dalam proses pengerjaannya. Tak jarang mahasiswa sering merasa kesulitan saat proses menyusun skripsi (Da'awi, 2021, hal. 68).

Akibatnya sering kali membuat para mahasiswa mengalami keluhan fisik dan psikologis seperti sedih, kurang tidur, cemas, hingga sakit kepala saat proses menyusun skripsi. Mahasiswa dalam perkuliahan cenderung memiliki

banyak tuntutan dari luar maupun dalam perkuliahan. Tuntutan yang berasal dari luar seperti tuntutan orang tua untuk segera menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi, organisasi dan aktivitas lainnya. Sedangkan tuntutan aktivitas dalam perkuliahan, seperti deadline tugas, manajemen diri, tuntutan untuk berprestasi dengan memiliki nilai yang baik, dan menyelesaikan skripsi tepat waktu mampu membuat seorang mahasiswa merasa tertekan (Dewanti, 2016, hal. 7).

Apabila tekanan yang dialami oleh mahasiswa menumpuk akan menyebabkan seseorang memunculkan perilaku-perilaku yang tidak sesuai dengan kondisi psikologis, biologis, dan sosial (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). Perilaku yang muncul akibat ketidak sesuaian yang dihasilkan dari interaksi dengan lingkungan sering disebut dengan stres. Faktor seseorang mahasiswa mengalami stres saat proses mengerjakan skripsi adalah mahasiswa sering mengalami kesulitan menyusun skripsi, mencari literatur, sulitnya menghungi dosen pembimbing dengan adanya dukungan sosial yang diberikan teman sebaya kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mengurangi efek stres.

Hasil dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang” menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres mahasiswa. Pengaruh tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diberikan kepada

mahasiswa yang menyusun skripsi, maka semakin rendah tingkat stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi (Rohmah, 2017, hal. 18).

Berdasarkan uraian di atas dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres. Keterkaitan ini berada pada pemberian dukungan sosial yang mempengaruhi tinggi rendahnya stres seseorang akan memberikan memberikan rasa aman dan nyaman.

2. Pengaruh *Locus of Control Internal* terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi

Locus of control internal merupakan sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada hidupnya tergantung pada dirinya (Sarafino & Smith, 2011, hal. 87). Adanya *locus of control internal* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat membuat seorang mahasiswa memiliki keyakinan pada dirinya bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan skripsinya dan lulus dari perguruan tinggi dengan usahanya. Sehingga jika seorang mahasiswa memiliki *locus of control internal* atau keyakinan pada dirinya untuk mencapai keberhasilan dengan usahanya pasti dapat mengontrol terjadinya stres yang dialami saat menyusun skripsi (Ediati, 2020, hal. 74).

Stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir adalah saat proses menyusun skripsi sebab skripsi menjadi salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana. Dalam proses penyusunan skripsi tak jarang setiap mahasiswa

memiliki berbagai kendala saat proses menyusun skripsi. Sarafino mengatakan bahwa stres merupakan suatu keadaan yang terjadi ketika tuntutan dengan keadaan dirinya tidak sesuai sehingga menimbulkan stres (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). Stres pada mahasiswa dapat diminimalisir dengan cara salah satunya yakin akan dirinya mampu untuk berhasil dalam menyelesaikan skripsi berada pada tanggung jawab dirinya (Santrock, 2012, hal. 8).

Mahasiswa saat menyusun skripsi cenderung ingin meraih keberhasilan dengan usahanya sendiri. Dalam kehidupan, tentunya setiap orang akan menghadapi berbagai kondisi yang berbeda-beda dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan kadang tidak sesuai dengan yang diharapkannya. Adanya ketidaksesuaian antara harapan dan hasil terkadang memberikan pengaruh tersendiri pada tingkat stres seseorang. Namun jika ditemukan kesesuaian antara harapan dan hasil akan memberikan kepuasan yang merupakan sebuah kontrol dari diri seseorang (Fadillah & Abdurrohman, 2019, hal. 598).

Hasil penelitian dari “Pengaruh Dukungan Sosial Rekan Kerja dan *Locus of Control Internal* terhadap Stres Kerja Perawat” menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel *locus of control internal* dengan stres. Semakin tinggi *locus of control internal*, semakin rendah stres (Riyadi & Sarsono, 2019, hal. 73).

Berdasarkan uraian di atas keterkaitan *locus of control internal* terhadap stres terdapat pada keyakinan atas dirinya mengenai keberhasilan dan kegagalan tergantung oleh dirinya sendiri. Dengan adanya keyakinan positif

bahwa seorang mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi maka stres saat proses penyusunan akan teratasi sehingga mahasiswa dapat lulus dari perguruan tinggi dan mendapatkan gelar Sarjana.

3. Pengaruh Dukungan Sosial dan *Locus of Control Internal* terhadap Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi

Mahasiswa tingkat akhir pada tahap perkembangannya tergolong dalam fase dewasa awal dengan rentang usia 18-25 tahun (Upadianti & Indrawati, 2018, hal. 114). Pada fase dewasa awal seseorang dituntut untuk bertanggung jawab atas dirinya, seperti halnya mahasiswa akhir yang memasuki fase dewasa awal dituntut untuk bertanggung jawab dalam menyelesaikan pendidikan di Perguruan Tinggi (Santrock, 2012, hal. 8-9)

Skripsi adalah tugas akhir yang berupa penelitian yang bersifat individu dan wajib untuk diselesaikan oleh seorang mahasiswa tingkat akhir. Skripsi menjadi salah satu faktor penentu bagi mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Setiap mahasiswa pasti sangat menginginkan untuk lulus dari perguruan tinggi dengan tepat waktu. Sehingga mahasiswa setelah lulus dapat mengejar cita-citanya dan melanjutkan kehidupannya setelah lulus dari perguruan tinggi (Da'awi, 2021, hal. 68). Tak jarang mahasiswa sering mengalami kesulitan saat proses menyusun skripsi seperti saat mencari fenomena penelitian, kesulitan dalam mencari literatur, subjek peneliti, kesulitan dalam menghubungi dosen pembimbing, dan lain

sebagainya. Kesulitan ini menimbulkan efek yang di antaranya pusing, sering merasa cemas, merasa sedih, berubahnya pola jam tidur, berubahnya pola makan. Mahasiswa sering mendiagnosa dirinya mengalami stres dengan gejala-gejala yang muncul saat proses menyusun skripsi (Apipudin, 2021, hal. 38-44).

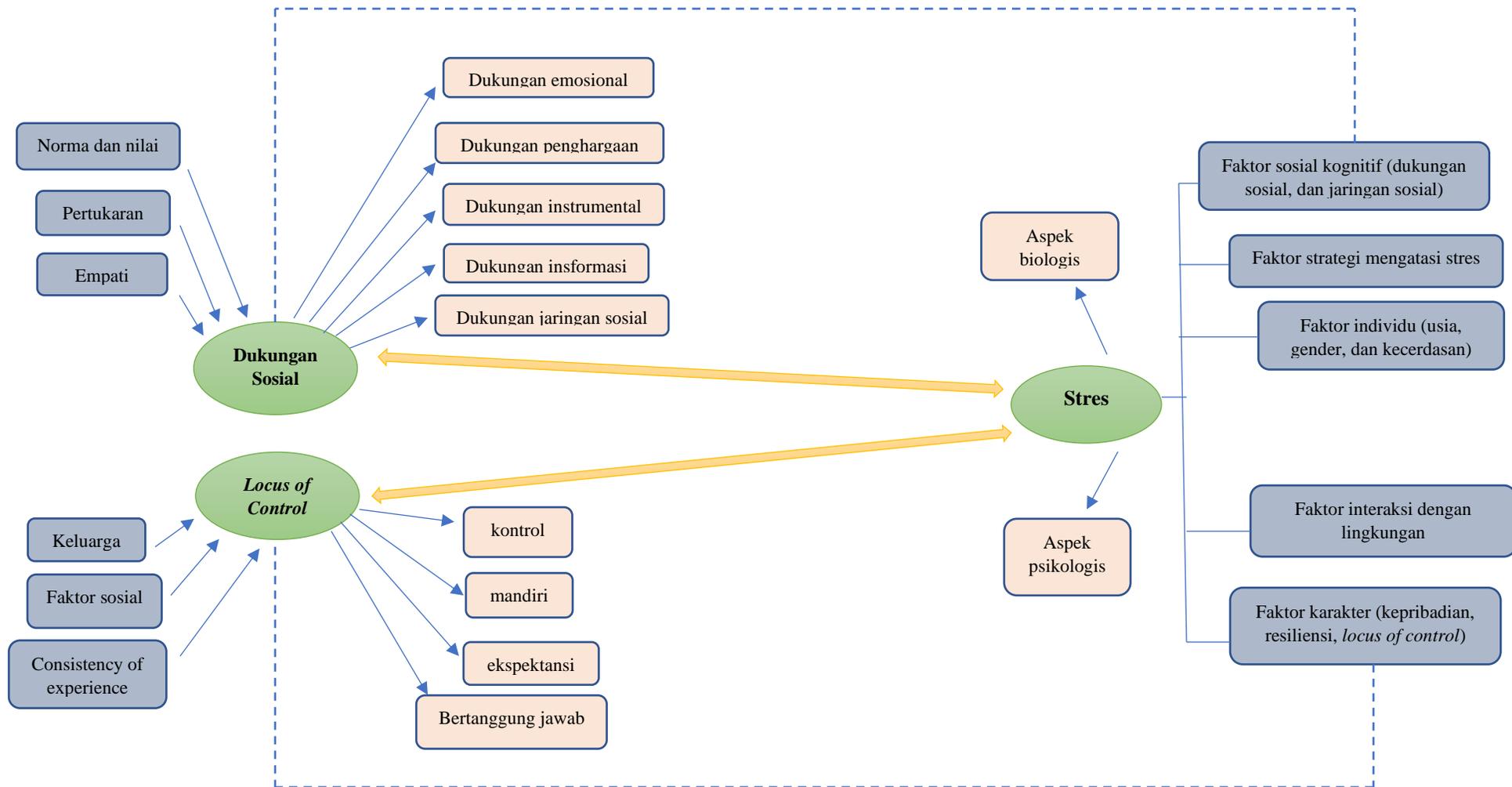
Adapun definisi dari stres adalah keadaan emosional yang dimunculkan akibat dari resiko yang dirasakan. Aspek-aspek yang dimunculkan saat seseorang mengalami stres yakni aspek biologis, dan aspek psikologis (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). aspek biologis yang muncul ketika seseorang mengalami stres seperti sakit kepala, berubahnya jam tidur, masalah pencernaan, dan gangguan makan. Sedangkan aspek psikologis yang muncul ketika seseorang mengalami stres menyebabkan menurunnya daya ingat seseorang, sulit berkonsentrasi, cemas, sedih dan gangguan perilaku (Rahmawan & Selviana, 2021, hal. 69).

Dukungan sosial yang diberikan kepada seseorang bantuan materi atau non material, perhatian, bantuan informasi, nasehat menyebabkan seseorang yang menerima dukungan tersebut merasa nyaman, merasa dianggap, merasa dicintai (Nuralifah, 2015, hal. 14). Maka dari itu, dukungan sosial ini mampu menurunkan efek stres dari mahasiswa yang menyusun skripsi. Adanya dukungan sosial dari teman membuat proses pengerjaan skripsi terasa lebih ringan. Bantuan dari teman yang diberikan pada mahasiswa saat menyusun skripsi seperti membantu untuk mencari referensi, memberikan informasi mengenai skripsi, memberikan nasihat saat mengalami masalah. Dukungan

sosial dapat menghilangkan efek stres, dapat mengatasi peristiwa stres, dan mengurangi potensi stres yang menyebabkan masalah kesehatan (Rohmah, 2017, hal. 19)

Selanjutnya, faktor dari dalam individu yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya stres adalah *locus of control internal*, sebab dengan keyakinan akan keberhasilan maupun kegagalan yang dimiliki oleh individu terhadap kesuksesannya tergantung pada dirinya sendiri serta usaha untuk berhasil mewujudkannya (Fadillah, 2019, hal. 596). Seorang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan memiliki *locus of control internal* pada dirinya pasti menganggap bahwa skripsi ini mampu dilewatinya, dirinya mampu untuk lulus tepat waktu dengan usahanya sendiri meskipun memiliki berbagai kendala dalam mewujudkan keinginannya. Beberapa karakteristik seseorang yang memiliki *locus of control internal* yakni memiliki keyakinan bahwa perilakunya akan menimbulkan konsekuensi tertentu, kontrol, mandiri, dan bertanggung jawab (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87).

E. Kerangka Berfikir Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Locus of Control Internal* Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 yang Menyusun Skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang



F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan sebuah dugaan sementara atau jawaban sementara atas permasalahan penelitian yang memerlukan data untuk menguji kebenaran dugaan tersebut (Arikunto, 2006, hal. 71). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif sebagai metode penelitian untuk menggambarkan hasil pengolahan data dalam bentuk angka. Metode penelitian ini digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan menggunakan alat ukur, analisis kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Lestari et al., 2022, hal. 3754).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua jenis variabel yaitu variabel bebas atau *independent* (X) dan variabel terikat atau *dependent* (Y). Adapun variabel-variabel yang diteliti adalah sebagai berikut :

1. Variabel Bebas

Variabel bebas atau *independent* merupakan variabel yang mempengaruhi skala lainnya (Arikunto, 2006, hal. 119). Variabel bebas dalam penelitian ini ada dua yaitu dukungan sosial teman sebaya (X_1) dan *locus of control internal* (X_2).

2. Variabel Terikat

Variabel terikat atau variabel *dependen* merupakan variabel yang diukur dengan tujuan untuk mengetahui adanya dampak yang ditimbulkan oleh

skala lainnya (Arikunto, 2006, 119). Variabel ini merupakan hasil pengaruh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu stres menyusun skripsi (Y).

C. Definisi Operasional

Definisi operasional dari penelitian ini merupakan aspek yang diberikan pada suatu variabel dan dirumuskan sesuai dengan karakteristik pada variabel yang diamati (Wijaya, 2019, hal. 263). Definisi operasional penelitian ini di antaranya:

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial ialah bentuk pemberian atau penerimaan bantuan yang diberikan seseorang sehingga dapat membuat perasaan aman secara fisik dan psikologis. Dukungan sosial memiliki 5 aspek menurut Sarafino & Smith di antaranya:

- a. Dukungan emosional
- b. Dukungan penghargaan
- c. Dukungan instrumental
- d. Dukungan informasi
- e. Dukungan jaringan sosial

2. *Locus of Control Internal*

Locus of control internal adalah sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada hidupnya

tergantung pada dirinya. *Locus of control internal* memiliki 4 karakteristik menurut Sarafino & Smith yakni:

- a. Ekspektansi
- b. Kontrol
- c. Mandiri
- d. Bertanggung jawab

3. Stres

Stres merupakan suatu kondisi yang dihasilkan dari interaksi seseorang - lingkungan sehingga menyebabkan ketidak sesuaian dengan kondisi psikologis, biologis, dan sosial. Menurut Sarafino stres yang muncul dapat dilihat dari 2 aspek yaitu:

- a. Aspek-Aspek Biologis

Aspek yang muncul dari adanya stres berupa fenomena fisik seperti pusing, berubahnya pola jam tidur, masalah pencernaan, masalah makan, masalah kulit, dan keringat berlebihan.

- b. Aspek-Aspek Psikologis

Aspek psikologis yang dimunculkan saat seseorang mengalami stress yaitu berupa fenomena psikis, seperti sulitnya berkonsentrasi, cemas, depresi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan subjek penelitian yang utuh (Arikunto dalam Nazhifah, 2022, hal.55). Dalam penelitian kuantitatif, populasi adalah sekelompok subjek dengan ciri tertentu. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang. Adapun populasi yang akan diteliti dalam penelitian ini sejumlah 210 orang mahasiswa.

2. Sample

Sample merupakan bagian dari populasi atau mewakili populasi yang diteliti untuk menentukan ukuran sampel ini, tidak ada standar yang ditentukan. yang ditetapkan tentang persentase yang harus diambil dari populasi (Arikunto, 2002, hal. 109). Selain itu tidak ada aturan baku yang ditetapkan tentang persentase yang harus diambil dari populasi (Adha, P., 2021, hal. 56).

Teknik simple random *sampling* digunakan dalam penelitian ini untuk melakukan pengambilan sampel. Teknik ini dilakukan dengan cara mencampur subjek di dalam populasi, sehingga subjek dianggap sama. Maka dari itu, peneliti memberikan hak yang sama kepada subjek untuk dipilih menjadi sample, tanpa memiliki perasaan istimewa pada satu atau beberapa subjek untuk menjadi sample (Arikunto, 2006, hal. 134). Cara pengambilan sampel dengan mengirimkan skala penelitian ke seluruh mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2018 secara online melalui *link google form* secara *chatting* pribadi

dan group *WhatsApp*, serta Instagram. Selanjutnya peneliti mengambil sampel yang masuk pertama sampai dengan terpenuhinya jumlah 53 subjek yang telah mengisi.

Penentuan *sampling* dalam penelitian ini yakni 25% dari jumlah seluruh mahasiswa. Jika subyeknya kurang dari 100, sebaiknya diambil semuanya sehingga penelitiannya disebut penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subyeknya banyak, dapat diambil 10% - 15% atau 20% - 25% (Arikunto, 2006, hal. 134). Penelitian ini mengambil dari jumlah populasi yang sebanyak 210 orang mahasiswa. Jadi, jumlah *sampling* yang dibutuhkan adalah 53 orang mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.

E. Teknik Pengambilan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dalam bentuk kuesioner. Kuesioner merupakan sejumlah pernyataan tertulis untuk mengumpulkan informasi dan subjek yang ingin diketahui (Suparno, 2014, hal. 59). Kuesioner digunakan untuk mengetahui apakah adanya pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya dan *locus of control internal* terhadap stres mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang. Mahasiswa akan mengisi angket tersebut secara online. Skala penelitian ini bersifat tertutup. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala likert sebagai alat pengumpul data. Skala dalam penelitian ini menggunakan 3 alat ukur yaitu skala stres menyusun skripsi, skala dukungan

sosial teman sebaya dan *locus of control internal* dengan 2 jenis pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*.

Skala likert yang digunakan dalam kuesioner ini memiliki 4 pilihan jawaban yaitu: (SS) Sangat Setuju, (S) Setuju, (TS) Tidak Setuju, (STS) Sangat Tidak Setuju.

Adapun penilaian skala likert dibedakan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Skala Likert

Penilaian skor pada skala likert

Alternatif Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

1. Skala Dukungan Sosial

Skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial dalam penelitian ini telah disusun oleh peneliti berdasarkan komponen aspek yang ditetapkan melalui Sarafino & Smith (2011). Skala dukungan sosial ini terdiri atas aspek emosi, penghargaan, informasi, alat ukurtal dan jaringan sosial. Berikut adalah *blue print* yang menyajikan distribusi aaitem-aaitem skala dukungan sosial teman sebaya:

Tabel 3. 2 Blue Print Skala Dukungan Sosial

sebelum uji coba

No	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Dukungan emosional	a. Saling memberikan kepedulian dan kasih sayang	1,2,4	3	4
		b. Memberikan perhatian	5,7	6	3
2.	Dukungan penghargaan	a. Saling memberi dukungan	9,10	8	3
		b. Memberikan penilaian positif	11,13	12	3
3.	Dukungan instrumental	a. Memberikan bantuan materi maupun tenaga	15,17, 20,21	14,16, 18,19	8
		b. Membantu menyelesaikan tugas perkuliahan	22	23	2
4.	Dukungan informasi	a. Saling memberikan informasi	24,26	25	3
		b. Memberikan nasehat positif	27	28,29	5
5.	Dukungan jaringan sosial	a. Memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial	30	31	2
		b. Menghabiskan waktu bersama	33,35	32,34	4
Total					35

2. Skala *Locus Of Control Internal*

Skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur variabel *locus of control* internal dalam penelitian ini yang disusun oleh peneliti berdasarkan skala yang telah ditetapkan oleh Sarafino & Smith (2011). Skala *locus of control* internal ini terdiri dari empat karakteristik yakni: ekspektansi, kontrol, mandiri dan bertanggung jawab. Karakteristik tersebut kemudian digunakan sebagai indikator dalam penyusunan skala ini. Berikut adalah *blue print* yang menyajikan distribusi aitem-aitem skala *locus of control* internal:

Tabel 3. 3 Blue Print Skala *Locus of Control Internal*

sebelum uji coba

No	Karakteristik	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Ekspektansi	Seseorang percaya bahwa perilaku tersebut akan menghasilkan konsekuensi tertentu.	1	2,3	3
2.	Kontrol	Seseorang percaya bahwa peristiwa kehidupan adalah hasil dari kontrol pribadi atas upaya dirinya untuk menuju tujuan atau hasil tertentu.	4,5,7	6	4
3.	Mandiri	Seseorang yakin pada kemampuan dan ketrampilannya sendiri dalam usahanya untuk mencapai suatu tujuan atau hasil tertentu.	8,11	9,10	4
4.	Bertanggung jawab	Seseorang merasa bertanggung jawab atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya.	12	13,14,15	4
Total					15

3. Skala Stres

Skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur variabel stres dalam penelitian ini yang disusun peneliti berdasarkan aspek stres yang digunakan oleh Sarafino & Smith (2011). Berikut adalah *blue print* yang menyajikan distribusi aitem-aitem skala stres:

Tabel 3. 4 Blue Print Skala Stres

sebelum uji coba

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1	Biologis	a. Keringat yang berlebihan	8	9	2
		b. Gangguan fisik	10,11,13,14, 15	12,16,17	8
		c. Gangguan tidur	1,2	3,4	4
		d. Menurunnya tingkat kekebalan tubuh	18	19	2
		e. Selera makan berubah	5	6,7	3
2	Psikologis	a. Kognitif	20,21,23,25,26	22,24	7
		b. Emosi	27,29,30,31,32, 33,34,35	28,36	10
		c. Tingkah laku	37,38,39,41	40	5
Total					41

F. Validitas dan Reliabilitas Alat ukur Penelitian

1. Validitas

Kata *validity* yang memiliki makna bahwa alat ukur menunjukkan sebuah ketelitian dan kecermatan dalam menjalankan fungsi ukurnya. Jika hasil suatu tes sesuai dengan kriteria berarti memiliki validitas yang tinggi. Sebuah tes menunjukkan hasil yang tidak relevan maka dapat diartikan tes tersebut memiliki validitas (Azwar, 2007, hal.5).

Uji validitas yang akan dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Package or Sosial Science*) for windows, dengan menggunakan teknik *product moment pearson*. Adapun jenis validitas yakni terdiri dari 3 jenis di antaranya: validitas isi, validitas criteria, dan validitas konsep. Dalam penelitian menggunakan metode validitas isi menggunakan CVR (*Content Validity Ratio*) yang merupakan salah satu dari metode yang digunakan untuk mengukur validitas isi. Peneliti menggunakan CVR karena aitem yang akan digunakan disusun secara langsung oleh peneliti dengan berpedoman pada teori yang telah ditentukan. Proses validasi pada penelitian ini dilakukan melalui konsultasi peneliti dengan dosen pembimbing skripsi dan melibatkan tiga dosen ahli dibidang ilmu psikologi guna memberikan penilaian terhadap aitem skala agar dapat memenuhi standar yang digunakan pada penelitian.

Tabel 3. 5 Proses Pelaksanaan CVR

No	Validator	Pelaksanaan
1.	Novia Solichah, M.Psi	24 - 26 Maret 2022
2.	Selly Candra Ayu, M.Si	24 – 30 Maret 2022
3.	Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si	25 – 30 Maret 2022

Proses CVR (*Content Validity Ratio*) dilakukan dengan cara memberikan sebuah dokumen yang berisikan identitas peneliti, identitas validator, petunjuk, definisi operasional, model skala penelitian. Sebelum kuesioner disebarkan pada sample, maka peneliti harus melakukan uji coba terhadap skala penelitian. Uji coba dilakukan terhadap 30 subjek yang memiliki kesamaan karakteristik dengan subjek, yakni mahasiswa/mahasiswi

fakultas lain di Universitas lain yang sedang menyusun skripsi. Skala yang diuji cobakan di antaranya terdiri dari skala stres, dukungan sosial, dan *locus of control* internal.

Dasar pengambilan keputusan uji validitas ini menurut Widiyanto, jika nilai *Corrected Aitem Total Correlation* (r hitung) $>$ r tabel, maka aitem pada skala berkorelasi signifikan terhadap skor total, artinya aitem valid. Jika nilai *Corrected Aitem Total Correlation* (r hitung) $<$ r tabel, maka aitem pada skala tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total, artinya aitem tidak valid (Widiyanto, 2010, hal. 38).

Tabel 3. 6 Teoritik Product Moment

N	Taraf Signifikasi	
	5%	1%
30	0,361	0,463

(Arikunto, 2002: 328)

a. Uji Validitas Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang telah diuji cobakan pada 30 subjek yang dinyatakan valid adalah ketika nilai aitem pada r hitung lebih besar dari r table yakni dengan taraf signifikasi 5% yakni 0,361. Dari hasil perbandingan tersebut didapatkan 13 aitem yang gugur atau tidak valid. Sehingga tersisa 24 aitem yang dapat mengukur pada masing-masing aspek. Berikut hasil dari tabulasi uji validitas skala dukungan sosial:

Tabel 3. 7 Uji Validitas Skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	
		Valid > 0,361	Tidak Valid < 0,361
Dukungan emosional	a. Saling memberikan kepedulian dan kasih sayang	1,2,4	3
	b. Memberikan perhatian	5,7	6
Dukungan penghargaan	a. Saling memberi dukungan	8,9,10	-
	b. Memberikan penilaian positif	11,12	13
Dukungan instrumental	a. Memberikan bantuan langsung (materi/tenaga)	14,15,20	16,17,18,19,21
	b. Membantu menyelesaikan tugas	22,23	-
Dukungan informasi	a. Saling memberikan informasi	24,25	26
	b. Memberikan nasehat positif	28	27,29
Dukungan jaringan sosial	a. Memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial	30,31	-
	b. Menghabiskan waktu bersama	34,35	32,33
Total		22	13

b. Uji Validitas *Locus of Control Internal*

Skala *locus of control* internal yang telah diuji cobakan pada 30 subjek yang dinyatakan valid adalah ketika nilai aitem pada r hitung lebih besar dari r table yakni dengan taraf signifikansi 5% yakni 0,361. Dari hasil perbandingan tersebut didapatkan 3 aitem yang gugur atau tidak valid. Sehingga tersisa 12 aitem yang dapat mengukur pada masing-masing aspek. Berikut hasil dari tabulasi uji validitas skala *locus of control* internal:

Tabel 3. 8 Uji Validitas Skala *Locus of Control Internal*

Karakteristik	Indikator	NomorAitem	
		Valid > 0,361	Tidak Valid < 0,361
Ekspektansi	Seseorang percaya bahwa perilaku tersebut akan menghasilkan konsekuensi tertentu.	1,3	2
Kontrol	Seseorang percaya bahwa peristiwa kehidupan adalah hasil dari kontrol pribadi atas upaya dirinya untuk menuju tujuan atau hasil tertentu.	4,5,7	6
Mandiri	Seseorang yakin pada kemampuan dan ketrampilannya sendiri dalam usahanya untuk mencapai suatu tujuan atau hasil tertentu.	8,9,10,11	-
Bertanggung jawab	Seseorang merasa bertanggung jawab atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya.	12,14,15	13
Total		12	3

c. Uji Validitas Skala Stres

Skala stres menggunakan dasar yang sama dalam proses menguji validitas aitem-aitemnya. Skala ini dilakukan uji coba pada 30 subjek nilai aitem pada r hitung harus lebih besar dari r table yakni dengan taraf signifikansi 5% yakni 0,361. Dari hasil perbandingan tersebut didapatkan 23 aitem yang gugur atau tidak valid. Sehingga tersisa 25 aitem yang dapat mengukur pada masing-masing aspek. Berikut hasil dari tabulasi uji validitas skala stres:

Tabel 3. 9 Hasil Uji Validitas Skala Stres

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	
		Valid > 0,361	Tidak Valid < 0,361
Biologis	a. Keringat yang berlebihan	9	8
	b. Gangguan fisik	10,11,14,15,17	12,13,16
	c. Gangguan tidur	1,2,4	3
	d. Menurunnya tingkat kekebalan tubuh	18	19
	e. Selera makan berubah	7	5,6
Psikologis	a. Kognitif	20,25	21,22,23,24,26
	b. Emosi	27,29,30,34	28,31,32,33,35,36
	c. Tingkah laku	37,38	39,40,41
Total		18	23

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu hasil dari alat pengukuran yang cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena alat ukur tersebut sudah baik. Hasil pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi dapat dikatakan reliabel sebab konsisten dalam memberikan jawaban. Jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka alat ukur yang telah digunakan bersifat semakin reliabel dan sebaliknya jika semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah koefisien reliabilitasnya (Azwar, 2007, hal. 4). Adapun table kategori koefisien reliabilitas menurut Suharsimi sebagai berikut:

Tabel 3. 10 Kategori Koefisien Reliabilitas

No	Koefisien Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
1	0,800 - 1,000	Sangat Tinggi
2	0,600 - 0,800	Tinggi
3	0,400 - 0,600	Cukup
4	0,200 - 0,400	Rendah
5	0,000 - 0,200	Sangat Rendah

Untuk mengetahui reliabilitas dari tiap alat ukur , maka penelitian ini menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* yang dibantu dengan program SPSS (*Statistical Package or Sosial Science*) *for windows*. Hasil uji reliabilitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas

Skala	Jumlah Aitem Uji Coba	Aitem Valid	Koefisien Alpha	Keterangan
Stres	41	25	0,776	Reliabel
Dukungan Sosial	37	24	0,797	Reliabel
<i>Locus of Control</i> Internal	15	12	0,657	Reliabel

Dari table di atas bahwa *Cronbach's Alpha* dari skala stres, skala dukungan sosial, dan skala *Locus of Control* Internal lebih dari 0,6 dapat disimpulkan bahwa skala tersebut merupakan alat ukur yang reliabel.

G. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif dan analisis regresi linier berganda. Analisis data penelitian ini dibantu dengan *Microsoft Office Excel* dan *SPSS for windows*. Langkah-langkah yang dilakukan di antaranya:

1. Uji Deskriptif

a. *Mean* Hipotetik

Rumus nilai *mean* hipotetik sebagai berikut:

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \sum \text{item}$$

Keterangan:

- 1) M : Mean hipotetik
- 2) Max : Nilai tinggi item
- 3) Min : Nilai rendah item
- 4) Aitem : Jumlah item dalam skala.

b. Standar Deviasi (SD)

Rumus nilai standar deviasi sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan:

- 1) SD : Standar Deviasi
- 2) i Max : Nilai tinggi subyek
- 3) i Min : Nilai rendah subyek

c. Kategorisasi

Langkah berikutnya setelah melakukan perhitungan mean dan standar deviasi, kemudian dilakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3. 12 Rumus Kategorisasi

Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD < X < M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD > X$

2. Uji Asumsi

Uji asumsi dalam penelitian ini menggunakan: uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel diuji berdistribusi normal. Dalam penelitian ini untuk menghitung uji normalitas menggunakan program SPSS (*statistical package or sosial science*) for windows dengan teknik uji Kolmogorov- Smirnov. Apabila nilai Sig > 0,05 maka data terdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel X dan Y memiliki hubungan yang linier atau tidak. Dalam penelitian ini untuk menghitung uji linieritas menggunakan bantuan SPSS (*statistical package or sosial science*) for windows. Apabila Sig > 0,05 maka memiliki hubungan yang bersifat linier.

3. Uji Hipotesis

a. Uji Regresi Linear Berganda

Uji regresi linear berganda bertujuan untuk mengetahui apakah pada variabel dependent memiliki pengaruh positif atau pengaruh negative terhadap variabel independent. Adapun rumus dalam regresi linear berganda yakni:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

Keterangan:

Y = Variabel *dependent* (Stres)

a = Konstanta

b₁ = koefisien regresi variabel X₁

b₂ = koefisien regresi variabel X₂

b₃ = koefisien regresi variabel X₃

X₁ = Variabel *independent* 1 (dukungan sosial)

X₂ = Variabel *independent* 2 (*locus of control*)

e = d error

b. Uji T (Parsial)

Uji T merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui tingkatan signifikansi pengaruh dari masing-masing *variabel independent* terhadap *variabel dependent* dengan asumsi *variabel independent* lainnya tidak berubah. Adapun rumus perhitungan uji T:

$$T : t(a/2 : n-k-1)$$

Kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis nol (H_0) yang digunakan adalah :

(H_0) diterima apabila : $\pm t_{\text{hitung}} \leq t_{\text{table}}$

(H_0) ditolak apabila : $\pm t_{\text{hitung}} \geq t_{\text{table}}$

Apabila (H_0) diterima maka diartikan bahwa pengaruh *variabel independent* secara parsial pada *variabel dependen* tidak berpengaruh signifikan dan sebaliknya, apabila (H_0) ditolak maka *variabel independent* memiliki pengaruh secara parsial terhadap *variabel dependent* dan berpengaruh signifikan.

c. Uji F (Korelasi Simultan)

Uji F menguji signifikan koefisien korelasi berganda untuk mengetahui seberapa kuat hubungan variabel dependent secara bersamaan (simultan) (Sugiyono., 2016). $H_0 : P = 0$ atau koefisien korelasi, *variabel independent* tidak signifikan dengan *variabel dependent*. $H_a : p \neq 0$ atau koefisien korelasi, *variabel dependent* tidak signifikan dengan *variabel independent*.

d. Besaran Pengaruh

Besaran pengaruh digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *variabel dependent* dan *variabel independent*. Berikut merupakan pedoman intervensi koefisien korelasi:

Tabel 3. 13 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1, 00	Sangat Kuat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di sebuah Universitas Negeri Kota Malang. Universitas ini termasuk dalam perguruan tinggi Negeri yang berada di kota Malang. Universitas ini berdasarkan Surat Keputusan (SK) Presiden No. 50 menyatakan bahwa secara resmi Universitas ini berdiri pada tanggal 21 Juni 2004. Sedangkan pada Fakultas Psikologi dirintis pada tahun 1997-1998. Visi, Misi, dan tujuan yang dimiliki oleh Fakultas Psikologi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang di antaranya sebagai berikut:

a. Visi

Terwujudnya Fakultas Psikologi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

b. Misi

1. Mencetak sarjana psikologi yang berkarakter *ulul albab*.
2. Menghasilkan sains psikologi yang relevan dan budaya saing tinggi.

c. Tujuan

1. Memberikan akses pendidikan bidang psikologi yang lebih luas kepada masyarakat.

2. Menyediakan sarjana psikologi untuk memenuhi kebutuhan masyarakat.

2. Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini dimulai sejak Jumat, 1 April 2022 – Minggu, 10 April 2022 dengan menyebarkan kuesioner melalui *link google formulir*. Penyebaran skala penelitian dilakukan secara online pada mahasiswa/ mahasiswi fakultas psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jumlah keseluruhan sample subjek yakni 53 subjek dari total populasi 210 mahasiswa/mahasiswi fakultas psikologi.

3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Pada prosedur penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahapan di antaranya sebagai berikut:

- a. Peneliti meminta data jumlah mahasiswa aktif angkatan 2018 ke bagian akademik pusat.
- b. Memberikan informed consent kepada mahasiswa yang bersedia untuk menjadi subjek penelitian.
- c. Peneliti mengirimkan formulir penelitian ke seluruh mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2018 secara online melalui *link google form* secara *chatting* pribadi dan group *WhatsApp*, serta Instagram.
- d. Selanjutnya peneliti mengambil sampel yang masuk pertama sampai dengan terpenuhinya jumlah 53 subjek yang telah mengisi.

4. Hambatan dalam Penelitian

Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti menjumpai beberapa hambatan di antaranya:

- a. Kurangnya peneliti dalam menyimpan nomor teman seangkatan, sehingga menyebabkan penyebaran link pada chatting personal sedikit memerlukan waktu.
- b. Dikarenakan pada saat proses penelitian memasuki bulan puasa, menyebabkan lamanya subjek dalam merespon chatting personal dikarenakan jarang membuka handphone sehingga proses pengerjaan kuesioner tidak segera dikerjakan.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Deskriptif

Pada penelitian ini uji deskriptif bertujuan untuk dapat mengetahui gambaran sebaran data yang terdiri dari mean, standar deviasi, minimum, maksimum. Berikut adalah hasil dari analisis deskriptif:

Tabel 4. 1 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Duksos	53	40	76	62.23	7.062
Loc	53	27	46	35.13	3.317
Stres	53	39	82	55.26	8.747
Valid N (listwise)	53				

Hasil analisis deskriptif di atas menunjukkan bahwa jumlah data pada setiap variabel yaitu 53. Data pada variabel dukungan sosial memiliki rentang nilai 40-76, nilai rata-rata atau *mean* pada variabel ini adalah 62,23 dengan nilai

standar deviasi sebesar 7,062. Pada variabel *locus of control* internal memiliki rentang nilai 27-46 dan nilai rata-rata 35,13 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,317. Sedangkan pada variabel stres memiliki rentang nilai 39-82 dan hasil dari rata-rata sebesar 55,26 dengan nilai standar deviasi 8,747.

Setelah mendapatkan dan mengetahui hasil dari mean dan standar deviasi dari setiap variabel, maka langkah berikutnya adalah menentukan tingkatan dari tinggi, sedang, dan rendah pada masing-masing variabel dalam subjek penelitian. Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan tingkatan yakni sebagai berikut:

Tabel 4. 2 Kategorisasi Tingkat Variabel

Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD < X < M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD > X$

Keterangan :

M = Mean

SD = Standar Deviasi

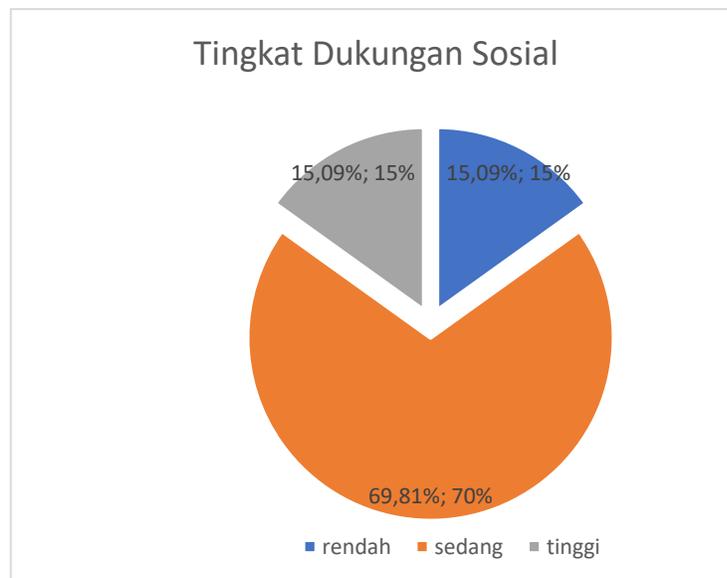
Adapun hasil kategorisasi tingkatan pada setiap variabel dalam penelitian, yang ditunjukkan dalam table berikut ini:

a. Dukungan Sosial

Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 55,164$	8	15,09%
Sedang	$55,164 < x < 69,228$	37	69,81%
Tinggi	$69,228$	8	15,09%

Pada table 4.3 diketahui bahwa dari 53 orang subjek, terdapat 8 orang subjek yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah, 37 orang subjek dengan tingkat dukungan sosial kategori sedang, dan 8 orang subjek dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi. Adapun persentase dukungan sosial dari 53 subjek dengan digambarkan dalam diagram pie sebagai berikut:



Gambar 4. 1 Tingkat Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil diagram pie dapat disimpulkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas

Negeri Kota Malang cenderung memiliki dukungan sosial pada kategori sedang sebesar 69,81% atau sebanyak 37 subjek yang artinya subjek memperoleh dukungan sosial yang cukup dari teman-temannya berupa dukungan emosional dan dukungan penghargaan. Kategori sedang ini dibuktikan dari hasil rata-rata jawaban subjek terbanyak memilih teman-teman ikut sedih ketika subjek mengalami kendala saat menyusun skripsi, dan dukungan yang diberikan teman-teman membuat subjek merasa lebih bersemangat. Persentase sebesar 15,09% atau sebanyak 8 subjek berada pada kategori rendah dan kategori tinggi.

Kategorisasi dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil dan hasil frekuensi sebagai berikut :

Tabel 4. 4 Kategorisasi Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Kriteria	Frekuensi	
		Laki-Laki	Perempuan
Rendah	$x < 55,164$	2	6
Sedang	$55,164 < x < 69,228$	5	32
Tinggi	$69,228$	2	6

Berdasarkan table tersebut dapat diketahui bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan kategorisasi jenis kelamin, menunjukkan bahwa pada kategori rendah terdapat 2 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 6 subjek berjenis kelamin

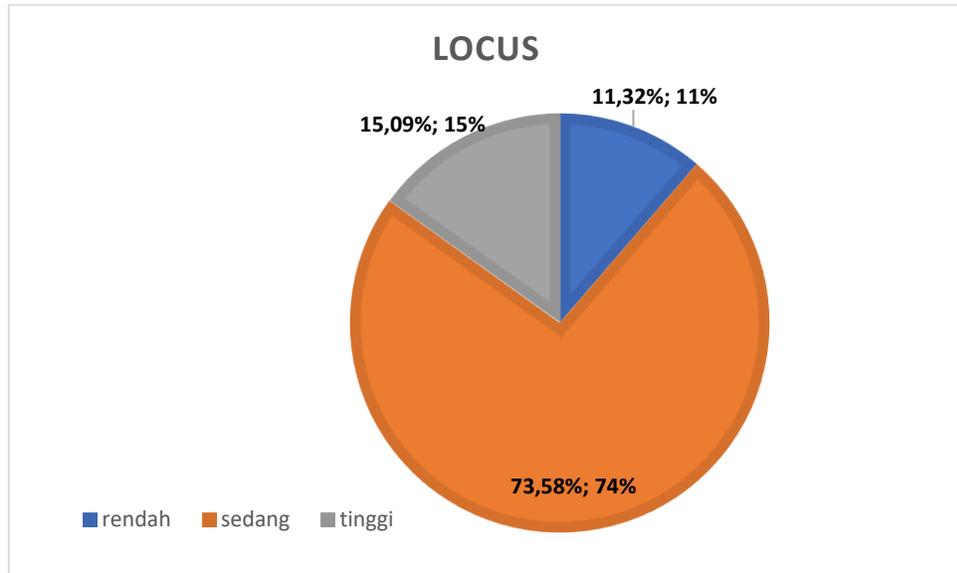
perempuan. Kategori sedang terdapat 5 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 32 subjek berjenis kelamin perempuan. Sedangkan pada kategori tinggi terdapat 2 subjek laki-laki dan 6 subjek perempuan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada dikategori sedang dengan jumlah 5 subjek laki-laki dan 32 subjek perempuan.

b. *Locus of Control Internal*

Tabel 4. 5 Hasil Kategorisasi Tingkat *Locus of Control Internal*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 31,813$	6	11,32%
Sedang	$31,813 < x < 38,447$	39	73,58%
Tinggi	$38,447$	8	15,09%

Pada table 4.4 diketahui bahwa dari 53 orang subjek, terdapat 39 orang subjek yang memiliki tingkat *locus of control internal* yang sedang, pada kategori rendah sebanyak 6 subjek, dan sebanyak 8 subjek dengan tingkat *locus of control internal* tinggi. Adapun persentase *locus of control internal* dari 53 subjek dengan digambarkan dalam diagram pie sebagai berikut:



Gambar 4. 2 Tingkat *Locus of Control Internal*

Berdasarkan hasil diagram pie dapat disimpulkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang cenderung memiliki *locus of control internal* pada kategori sedang sebesar 73,58% dengan 39 subjek yang memiliki arti dimana subjek mempunyai keyakinan atas kontrol diri yang cukup saat menyusun skripsi yang dapat dilihat karakteristik kontrol diri dan mandiri pada subjek yang berupa subjek mampu membagi waktu agar dapat segera lulus dari perguruan tinggi. Pada persentase sebesar 11,32% dengan 6 subjek berada pada kategori tingkat *locus of control internal* rendah, dan persentase sebesar 15,09% dengan 8 subjek berada pada kategori tingkat *locus of control internal* tinggi.

Kategorisasi *locus of control internal* berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil dan hasil frekuensi sebagai berikut :

Tabel 4. 6 Kategorisasi Locus Of Control Internal Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Kriteria	Frekuensi	
		Laki-Laki	Perempuan
Rendah	$x < 31,813$	1	5
Sedang	$31,813 < x < 38,447$	6	33
Tinggi	$38,447$	2	6

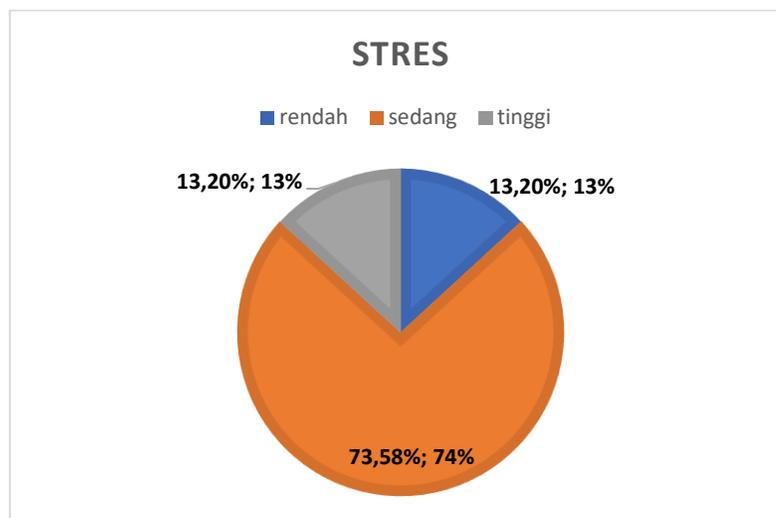
Berdasarkan table tersebut dapat diketahui bahwa tingkat *locus of control internal* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan kategorisasi jenis kelamin, menunjukkan bahwa pada kategori rendah terdapat 1 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 5 subjek berjenis kelamin perempuan. Kategori sedang terdapat 6 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 33 subjek berjenis kelamin perempuan. Sedangkan pada kategori tinggi terdapat 2 subjek laki-laki dan 6 subjek perempuan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat *locus of control internal* sedang pada kategori sedang dengan jumlah 6 subjek laki-laki dan 33 subjek perempuan.

c. Stres

Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi Tingkat Stres

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 46,513$	7	13,20%
Sedang	$46,513 < x < 64,007$	39	73,58%
Tinggi	$64,007$	7	13,20%

Pada table 4.5 diketahui bahwa dari 53 orang subjek terdapat 7 subjek yang memiliki tingkat stres yang rendah, 39vsubjek dengan tingkat stres sedang, dan sebanyak 7 subjek dengan tingkat *stres* yang tinggi. Adapun persentase stres dari 53 subjek dengan digambarkan dalam diagram pie sebagai berikut:



Gambar 4. 3 Tingkat Stres

Berdasarkan hasil diagram pie dapat disimpulkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas

Negeri Kota Malang tingkat stres cenderung berada pada kategori sedang sebesar 73,58% atau sebanyak 39 subjek. Kategori sedang pada variabel stres ini dibuktikan dari hasil rata-rata jawaban subjek bahwa stres yang dialami subjek saat menyusun skripsi mempengaruhi perilaku seseorang pada aspek biologis yang berupa gangguan fisik, gangguan tidur, dan menurunnya tingkat kekebalan tubuh. Sedangkan pada kategori rendah tingkat stres yang dimiliki mahasiswa sebesar 13,20% dengan jumlah subjek 7 dan pada kategori tinggi tingkat stres mahasiswa sebesar 13,20% sebanyak 7 subjek.

Kategorisasi stres berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil dan frekuensi sebagai berikut :

Tabel 4. 8 Kategorisasi Stres Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Kriteria	Frekuensi	
		Laki-Laki	Perempuan
Rendah	$x < 46,513$	2	5
Sedang	$46,513 < x < 64,007$	7	32
Tinggi	$64,007$	-	7

Berdasarkan table tersebut dapat diketahui bahwa stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan kategorisasi berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa pada kategori rendah terdapat 2 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 5 subjek berjenis kelamin perempuan. Kategori sedang terdapat 7 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 32 subjek berjenis kelamin perempuan.

Sedangkan pada kategori tinggi terdapat 7 perempuan dan pada kategori ini tidak menunjukkan mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki mengalami tingkat stres yang tinggi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada dikategori sedang dengan jumlah 7 subjek laki-laki dan 32 subjek perempuan.

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Pada penelitian ini uji normalitas bertujuan untuk mengetahui bahwa variabel yang akan diuji terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS (*statistical package or sosial science*) for windows dengan teknik uji *Kolmogorov- Smirnov*. Apabila nilai Sig > 0,05 maka data terdistribusi normal. Table dibawah ini merupakan hasil dari uji normalitas:

Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		53
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.21725216
Most Extreme Differences	Absolute	.064
	Positive	.041
	Negative	-.064
Test Statistic		.064
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas dari ketiga variable menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,200 lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji Uji linieritas bertujuan untuk dapat mengetahui apakah kedua variabel X dan Y memiliki hubungan yang linier atau tidak. Apabila Sig > 0,05 maka memiliki hubungan yang bersifat linier, sehingga uji linearitas dapat terpenuhi.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Stres – Dukungan Sosil	0,975	0,513	Linear
Stres – <i>Locus of Control</i> Internal	1.073	0,408	Linear

Berdasarkan table di atas diketahui bahwa nilai signifikansi Stres terhadap dukungan sosial sebesar 0,513, dan Stres terhadap *locus of control* internal sebesar 0,408. Maka hal ini berarti bahwa variable di atas memiliki hubungan yang linear.

3. Uji Hiopotesis

a. Regresi Linear Berganda

Uji regresi linear berganda bertujuan untuk mengetahui apakah pada variabel terikat memiliki pengaruh positif atau pengaruh negative terhadap variabel bebas. Berikut merupakan hasil dari uji regresi linear berganda:

Tabel 4. 11 Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1 (Constant)	4.979	11.844		.420	.676
Dukungan sosial	-.613	.161	-.495	-3.813	.000
Locus of control internal	.345	.342	.131	1.008	.318

a. Dependent Variable: Stres

Berdasarkan hasil dari tabel 4.13 diketahui bahwa persamaan regresi linier berganda dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

$$Y = 4.979 - 0,613 X_1 + 0,345 X_2 + e$$

Keterangan:

Y = Variabel terikat prestasi belajar

a = bilangan konstanta

b₁ = koefisien regresi untuk X₁

b₂ = koefisien regresi untuk X₂

X₁ = kecerdasan intelektual

X₂ = citra merek

e = eror/ gangguan statistic yang tidak diamati

- (i) “a” merupakan konstanta yang bernilai 4.979. Hal ini berarti stres mahasiswa akan bernilai 4.979, jika tidak dipengaruhi oleh variabel X₁

(dukungan sosial) dan X_2 (*locus of control*). Dengan kata lain X_1 dan X_2 bernilai nol (0).

- (ii) “ b_1 ” merupakan koefisien regresi X_1 (dukungan sosial) yang bernilai -0,613. Sehingga setiap adanya peningkatan/ penurunan variabel X_1 sebesar satu satuan akan meningkatkan/ menurunkan variabel (stres) Y sebesar -0,613.
- (iii) “ b_2 ” merupakan koefisien regresi X_2 (*locus of control*) yang bernilai 0,345. Sehingga setiap adanya peningkatan/ penurunan variabel X_2 (*locus of control*) sebesar satu satuan akan meningkatkan/menurunkan variabel Y (*locus of control*) sebesar 0,345.
- (iv) “ e ” merupakan faktor lain di luar rancangan penelitian. Artinya bahwa faktor lain selain dukungan sosial (X_1) dan *locus of control* (X_2)

b. Uji T (Parsial)

Uji t bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh parsial (sendiri) yang diberikan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

(1) Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

H_a : Ada pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *stres* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Kriteria pengujian H_a diterima apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai signifikansi $< 0,05$. Dan sebaliknya jika H_a ditolak apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau nilai signifikansi $> 0,05$. Berikut ini adalah N jbaran hasil uji parsial (uji t) dalam bentuk tabel.

Tabel 4. 12 Hasil Uji t(Parsial) X1 terhadap Y

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	T	Sig.
	B	Std. Error			
1 (Constant)	4.979	11.844		.420	.676
Dukungan sosial	-.613	.161	-.495	-3.813	.000
Locus of control internal	.345	.342	.131	1.008	.318

a. Dependent Variable: Stres

Keterangan:

<i>Thitung</i>	Signifikansi	<i>ttabel</i>
-3.813	0,000	2,01

$$t_{tabel} = t (a/2; n-k-1) = t (0,05/2 ; 53-2-1) = t (0,025;50) = 2,01$$

Berdasarkan pada tabel di atas maka diketahui bahwa $t_{hitung} (-0,495) > t_{tabel} (2,01)$ dan nilai signifikansinya $(0,000) < (0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima. Sehingga secara parsial dukungan sosial memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

(2) Pengaruh *Locus Of Control* Internal Terhadap Stres Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi

H_a : Ada pengaruh positif yang signifikan antara *locus of control* terhadap stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Kriteria pengujian H_a diterima apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai signifikansi $< 0,05$. Dan sebaliknya jika H_a ditolak apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau nilai signifikansi $> 0,05$. Berikut ini adalah jbaran hasil uji parsial (uji t) dalam bentuk tabel.

Tabel 4. 13 Hasil Uji t (Parsial) X2 terhadap Y

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	4.979	11.844		.420	.676
Locus of control internal	.345	.342	.131	1.008	.318

a. Dependent Variable: Stres

Keterangan:

<i>Thitung</i>	Signifikansi	<i>ttabel</i>
1,008	0,318	2,01

$$t_{tabel} = t(a/2; n-k-1) = t(0,05/2; 53-2-1) = t(0,025; 50) = 2,01$$

Berdasarkan hasil pada tabel 4. di atas dapat diketahui bahwa t_{hitung} (1,008) $> t_{tabel}$ (2,01) dan nilai tidak signifikansinya (0,318) $>$ (0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa H_a ditolak. Sehingga secara parsial locus of control tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

c. Uji F (Uji Simultan)

Uji F digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh simultan (bersama-sama) yang diberikan variabel bebas dukungan sosial (X_1) dan locus of control (X_2) terhadap stres (Y) sebagai variabel terikat.

Ha: Ada pengaruh negatif signifikan antara dukungan sosial dan tidak ada pengaruh *locus of control* terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi .

Kriteria pengujian Ha diterima apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau nilai signifikansi $< 0,05$. Dan sebaliknya jika Ha ditolak apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$ atau nilai signifikansi $> 0,05$. Berikut ini adalah jbaran hasil uji simultan (uji F) dalam bentuk tabel.

Tabel 4. 14 Hasil Uji F (Simultan) X1 dan X2 terhadap Y

d. ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1269.688	2	634.844	11.719	.000 ^b
	Residual	2708.614	50	54.172		
	Total	3978.302	52			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Locus of control internal, Dukungan sosial

Keterangan:

<i>F</i> _{hitung}	Signifikansi	<i>F</i> _{tabel}
11.719	0,000	3,18

$$F_{tabel} = F(k; n-k) = F(2; 51) = 3,18$$

Berdasarkan pada tabel 4. di atas dapat diketahui bahwa F_{hitung} (11,719) > F_{tabel} (3,18) dan nilai signifikansinya (0,000) < (0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima. Sehingga secara simultan, Ada pengaruh positif signifikan antara dukungan sosial dan locus of control terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

d. Koefisien Determinasi

Analisis ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan yang diberikan variabel bebas terhadap variabel terikat yang ditunjukkan dalam persentase. Nilai koefisien ini antara 0 dan 1, jika hasil lebih mendekati angka 0 berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel amat terbatas. Tapi jika hasil mendekati angka 1 berarti variabel-variabel independen memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variasi variabel dependen. Berikut hasil koefisien determinasi:

Tabel 4. 15 Hasil Koefisien Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.565 ^a	.319	.292	7.360

a. Predictors: (Constant), Locus of control internal, Dukungan sosial

b. Dependent Variable: Stres

Hasil data dari tabel 4. di atas menunjukkan bahwa nilai R square sebesar 0,319. Hal ini berarti bahwa besar pengaruh variabel independen (X1 dan X2) secara simultan atau besarsama-sama terhadap variabel dependen (Y) adalah sebesar 31,9 %. Sedangkan untuk mengetahui besaran pengaruh setiap variabel independent secara parsial atau masing-masing terhadap variabel dependen adalah dengan menghitung nilai SE (sumbangan efektif). Berikut hasil perhitungan sumbangan efektif.

Tabel 4. 16 Hasil Besaran Pengaruh Variabel X1 terhadap Y

Variabel Dependen	Prediktor	Beta (R)	Koefisien Korelasi	%
Stres	Dukungan Sosial	-0,613	-0,553	33,9%

Pada table di atas menunjukkan sumbangan efektif setiap variabel independen terhadap variabel dependen, dimana dukungan sosial mempengaruhi stres sebesar 0,0339 atau 33,9%, Sehingga secara simultan dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres sebanyak 33,9% sedangkan 66,1% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 4. 17 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

Berdasarkan pedoman yang merujuk pada hasil tabel koefisien determinasi bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap stres dengan kategori kuat ($R^2 = - 0,613$), secara simultan dengan hasil ($R^2 = 0,0339$) maka dapat disimpulkan bahwa hasil tersebut memiliki pengaruh yang rendah terhadap stres.

C. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Dukungan sosial merupakan bentuk pemberian atau penerimaan bantuan yang diberikan seseorang sehingga dapat membuat perasaan aman

secara fisik dan psikologis. Seseorang dapat mempercayai bahwa dirinya dicintai, dihargai saat mereka menerima dukungan sosial (Sarafino, 1994, hal. 102).

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa Psikologi angkatan 2018 memiliki kategori sedang. Hal ini dapat diketahui dari hasil data penelitian yang menyatakan terdapat 69,81% atau sebanyak 37 subjek terdiri dari 5 subjek laki-laki dan 32 subjek perempuan yang mendapatkan dukungan sosial kategori sedang, terdapat 15,09% dengan 8 subjek yang terdiri dari 2 subjek laki-laki dan 6 subjek perempuan yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah, dan 15,09% atau sebanyak 8 subjek yang terdiri dari 2 subjek laki-laki dan 6 subjek perempuan dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi.

Tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Psikologi angkatan 2018 berkaitan dengan 5 aspek yang dijelaskan menurut Sarafino & Smith (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

Pertama, aspek dukungan emosional diwujudkan dalam bentuk dukungan yang sifatnya mendorong seperti memberikan kasih sayang, perhatian, dan empati (Sarafino & Smith, 2011, hal. 81). Dukungan emosional yang diberikan teman kepada subjek yang sedang menyusun skripsi ditandai dengan perasaan senang apabila teman-teman ikut bersedih, dan peduli apabila subjek mengalami kendala dalam proses menyusun skripsi.

Kedua, aspek dukungan penghargaan diwujudkan dalam bentuk penghargaan yang didapatkan dalam bentuk penilaian positif atau pujian (Sarafino & Smith, 2011, hal. 81).. seseorang yang mendapat dukungan berupa penerimaan dan rasa percaya dapat meningkatkan kebahagiaan dalam diri seseorang (Aji, 2022, hal. 75). Tingkat dukungan penghargaan yang terima oleh mahasiswa Psikologi 2018 dari temannya saat menyusun skripsi ditandai dengan saling memberikan dukungan semangat kepada temannya dan saling memberikan penilaian positif satu sama lain.

Ketiga, aspek dukungan instrumental diwujudkan dalam bentuk pemberian bantuan secara langsung (Sarafino & Smith, 2011, hal. 81). Tingkat dukungan instrumental pada mahasiswa Psikologi 2018 ditandai dengan teman-teman membantu dalam meminjamkan buku yang subjek perlukan saat menyusun skripsi.

Keempat, aspek dukungan informasi diwujudkan seperti pemberian informasi, nasehat, dan *feedback* (Sarafino & Smith, 2011, hal. 81). Pada mahasiswa Psikologi dalam aspek ini menunjukkan bahwa teman sebayanya saling berbagi informasi mengenai skripsi.

Kelima, aspek dukungan jaringan sosial diberikan pada seseorang dengan cara menciptak sebuah kondisi dimana individu dapat menjadi bagian dari suatu kelompok dengan minat dan kegiatan yang sama. Tingkat dukungan jaringan sosial pada mahasiswa Psikologi 2018 yang sedang menyusun skripsi ditandai dengan mengikuti kegiatan sama seperti mengikuti workshop cara

penulisan skripsi dengan baik dan benar.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa Psikologi angkatan 2018 cukup menerima dukungan emosional dan dukungan penghargaan yang diberikan oleh temannya. dukungan yang diberikan teman kepada subjek seperti saling memberikan kepedulian kepada temannya saat menyusun skripsi, memberikan perhatian, dan saling memberi dukungan.

2. Tingkat *Locus of Control Internal* Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Locus of control internal merupakan sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada hidupnya tergantung pada dirinya (Sarafino & Smith, 2011, hal. 87).

Berdasarkan hasil data dari tingkat *locus of control internal* yang dimiliki mahasiswa Psikologi 2018 saat menyusun skripsi menunjukkan bahwa terdapat 73,58% atau sebanyak 39 subjek terdiri dari 6 subjek laki-laki dan 33 subjek perempuan yang memiliki tingkat *locus of control* yang sedang; pada kategori tingkat *locus of control internal* rendah memiliki persentase 11,32% dengan 6 subjek terdiri dari 1 subjek laki-laki dan 5 subjek perempuan yang memiliki *locus of control internal* rendah; dan pada kategori tinggi dengan persentase 15,09% dengan 8 subjek terdiri dari 2 subjek laki-laki dan 6 subjek perempuan yang memiliki *locus of control internal* tinggi.

Menurut Nugroho, dkk (2015) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kendali *locus of control internal* akan dapat lebih bertanggung jawab

atas dirinya dan kehidupannya (Nugroho D. A., 2015, hal. 9). Adapun Tingkat karakteristik mahasiswa Psikologi 2018 saat menyusun skripsi berkaitan dengan 4 karakteristik menurut Sarafino & Smith (2011) yakni ekspektansi, kontrol, mandiri, dan bertanggung jawab.

Ekspektansi adalah dimana seseorang percaya bahwa perilaku yang dimunculkan akan memiliki konsekuensi (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87). Pada tingkat ekspektansi dalam mahasiswa Psikologi saat menyusun skripsi ditandai dengan perilaku rajin yang dimunculkan oleh mahasiswa saat bimbingan skripsi akan menyebabkan seorang mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dengan lebih cepat.

Kontrol dapat dikatakan sebagai sebuah kepercayaan seseorang terhadap peristiwa yang terjadi dari hasil kontrol pribadi untuk mewujudkan tujuan (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87). Tingkat karakteristik kontrol yang dimiliki mahasiswa Psikologi 2018 ditandai dengan subjek mampu untuk manajemen waktu agar bisa lulus .

Mandiri dapat dikatakan sebagai seseorang yang meyakini pada kemampuan dan keterampilannya dalam usahanya untuk mencapai tujuan (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87). Karakteristik mandiri ini ditandai dengan kepercayaan mengenai keberhasilan bahwa jika mahasiswa rajin dalam menyusun skripsi maka akan selesai.

Pada karakteristik bertanggung jawab dapat dikatakan sebagai kendali mengenai peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya merupakan tanggung

jawabnya (Sarafino, E P. & Smith, T, 2011, hal. 87). Hal ini ditandai dengan ketika mahasiswa merasa kesulitan dalam menyusun skripsi, subjek meminta temannya membantu untuk memecahkan masalah sehingga permasalahan dapat terselesaikan.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa Psikologi angkatan 2018 berada dalam kategori sedang dalam kendali atas dirinya. Kendali ini berada pada karakteristik kontrol yang dimiliki oleh seorang mahasiswa saat menyusun skripsi yang percaya bahwa keberhasilan menyelesaikan skripsi harus diimbangi dengan rajin mengerjakan skripsi.

3. Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Stres merupakan suatu kondisi yang dihasilkan dari interaksi seseorang - lingkungan sehingga menyebabkan ketidak sesuaian dengan kondisi psikologis, biologis, dan sosial (Sarafino & Smith, 2014, hal. 58). Berdasarkan dari tingkat stres terdapat 13,20% atau sebanyak 7 subjek terdiri dari 2 subjek laki-laki dan 5 subjek perempuan yang memiliki tingkat stres yang rendah, 73,58% atau 39 subjek terdiri dari 7 subjek laki-laki dan 32 subjek perempuan dengan tingkat stres sedang, dan 13,20% atau sebanyak 7 subjek perempuan dengan tingkat *stres* yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami stres sebab ketika terjadi kendala atau permasalahan pada otak perempuan memiliki kewaspadaan negatif dan memicu hormone sehingga memunculkan stres, cemas, gelisah. Namun pada

laki-laki ketika terjadi kendala atau permasalahan dianggap sebagai dorongan positif (Nasrani, 2015)

Menurut Harahap, dkk (2020) menyatakan bahwa stres disebabkan oleh adanya stressor yang bermula dari tekanan, banyaknya tugas, cemas dalam menghadapi ujian (Harahap, 2020, hal. 11). Tingkat stres pada mahasiswa Psikologi 2018 berkaitan dengan 2 aspek yakni aspek biologis dan aspek psikologis. Aspek biologis yang muncul ketika seseorang mengalami stres seperti sakit kepala, berubahnya jam tidur, masalah pencernaan, dan gangguan makan. Sedangkan aspek psikologis yang muncul ketika seseorang mengalami stres menyebabkan turunnya daya ingat seseorang, sulit berkonsentrasi, cemas, sedih, dan gangguan perilaku.

Berdasarkan hasil dari data penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa Psikologi angkatan 2018 mengalami stres dalam kategori sedang dengan memunculkan gejala perilaku stres pada aspek biologis. Mahasiswa saat menyusun skripsi lebih sering mengalami gangguan fisik seperti saya merasa mudah sakit saat terlalu sering mengerjakan skripsi, dan gangguan tidur seperti subjek merasa sulit tidur dikarenakan memikirkan skripsi.

4. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Hasil dari perhitungan yang telah dilakukan terhadap 53 subjek mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun

skripsi secara keseluruhan menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian “adanya pengaruh antara dukungan sosial terhadap stres”. Berdasarkan perhitungan tabel 4. yang telah dipaparkan di atas menunjukkan nilai sig pengaruh dukungan sosial (X1) terhadap stres (Y) sebesar $0,000 < 0,05$ dan memiliki nilai thitung $>$ ttabel ($-3,813 > 2,01$). Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel dukungan sosial memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Hasil korelasi dukungan sosial terhadap stres menunjukkan skor ($R^2 = -0,613$), sehingga dapat diketahui bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap stres. Sedangkan untuk kontribusi terhadap stres, dukungan sosial memiliki kontribusi sebesar 33,9%. Berdasarkan hasil tersebut, maka mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang diberikan oleh teman dekat atau teman angkatan saat di perkuliahan adalah salah satu faktor yang dapat mengatasi stres.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Remond (2015) menunjukkan bahwa terdapat hasil signifikan sebesar $-1,988$ dengan probabilitas $0,047$ yang berarti bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah stres yang dialami oleh seseorang. Pada penelitian Da’awi & Nisa (2021) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres sebesar $r = -0,54$; $p < 0,05$ (Da'awi M. M., 2021, hal. 73).

Faktor seseorang mahasiswa mengalami stres saat proses mengerjakan skripsi adalah mahasiswa sering mengalami kesulitan menyusun skripsi, mencari literatur, dan sulitnya menghubungi dosen pembimbing. Barseli, dkk (2020, hal 95) menyatakan bahwa kendala yang menyebabkan individu mengalami stress akademik di masa pandemi antara lain, jaringan internet yang tidak mendukung, pekerjaan rumah yang harus diselesaikan, dan banyaknya tugas yang diberikan. Hal tersebut dapat menyebabkan stress akademik pada mahasiswa karena ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan dan beradaptasi dengan kondisi pandemi.

Dalam mengatasi berbagai tuntutan dalam perkuliahan salah satunya saat menyusun skripsi seseorang mahasiswa kerap kali meminta bantuan kepada teman terdekatnya di kuliah untuk membantu menyelesaikan berbagai permasalahan. Namun, mahasiswa selama perkuliahan daring dituntut untuk belajar mandiri sehingga interaksi dengan teman sebaya menjadi berkurang. Sejalan dengan Tari dan Nastiti (2022, hal 10) yang menyatakan kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya dapat menyebabkan stress akademik. Selain itu, stress akademik dapat di atasi dengan strategi koping yang baik ketika individu mendapat dukungan sosial dari teman sebaya karena dengan adanya dukungan sosial teman sebaya individu menjadi lebih percaya diri dan yakin dengan kemampuannya. Menurut Para (dalam Budiani, dkk, 2021, hal 73) dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya berpengaruh terhadap sikap individu dalam pembelajaran akademik.

5. Pengaruh *Locus of Control Internal* Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Locus of control internal dapat diartikan sebagai seseorang yang memiliki keyakinan akan kesuksesan ataupun kegagalan berada pada kendalinya (Fadila, 2016, hal. 86). Jika seorang mahasiswa dalam hidupnya memiliki keyakinan *locus of control internal* maka akan memiliki sikap bahwa keberhasilan dan kegagalan tergantung pada kemampuan, niat, dan usaha (Hendryadi, 2017, hal. 418). *Locus of control internal* ini juga termasuk hal penting dalam manajemen stres. Dengan adanya *locus of control internal* jika semakin tinggi *locus of control internal*, maka akan semakin rendah stres (Riyadi, 2019, hal. 74) .

Berdasarkan pada hasil penelitian ini yang telah dilakukan terhadap 53 subjek mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi secara keseluruhan menunjukkan bahwa “tidak adanya pengaruh antara *locus of control* terhadap stres”. Berdasarkan perhitungan tabel 4. yang telah dipaparkan di atas menunjukkan nilai sig pengaruh *locus of control* (X1) terhadap stres (Y) sebesar $0,318 < 0,05$ dan memiliki nilai thitung $>$ ttabel ($1,008 > 2,01$). Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel *locus of control* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Hasil penelitian yang diperoleh tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Uma dan Manikandan (2013, hal 191) yang menemukan bahwa

locus of control tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap stress akademik pada peserta didik. Pendapat lain disampaikan oleh Winajah (2013) bahwa tidak terdapat hubungan antara *locus of control* internal dengan stress akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu. Tidak adanya pengaruh tersebut menunjukkan semakin tinggi *locus of control* internal tidak dapat menurunkan stress akademik yang dirasakan. Sedangkan, Suherman, dkk (2019, hal 33) mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang antara locus of control dengan stress akademik, tingkat stress akademik dapat dipengaruhi oleh tinggi rendahnya *locus of control* internal pada individu.

Tidak adanya pengaruh *locus of control* terhadap stres dapat dikarenakan adanya pengaruh dari karakteristik individu dalam menyikapi stres saat proses menyusun skripsi yang terdiri dari ekspektansi, kontrol, mandiri, bertanggung jawab. Adanya beberapa karakter di atas dapat mempengaruhi seseorang dalam menyikapi stres. Selain itu, sejalan dengan penelitian oleh Saputra, dkk (2021) tidak adanya hubungan *locus of control* dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain pola pikir individu, sikap optimis, dan faktor eksternal seperti proses pembelajaran yang semakin padat, tuntutan untuk berprestasi yang tinggi, dorongan status sosial, tuntutan dari orang tua (Saputra, dkk, 2021, hal. 91).

Pada mahasiswa akhir fakultas Psikologi 2018 *locus of control internal* tidak memberikan efek terhadap perilaku mahasiswa saat mengalami stres.

Locus of control internal yang dimiliki mahasiswa kurang mampu mengurangi tingkat stres saat menyusun skripsi.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat sebanyak 39 (73,58%) mahasiswa memiliki *locus of control internal* sedang; mahasiswa dengan kategori *locus of control internal* rendah sebanyak 6 dengan persentase (11,32%) dan mahasiswa yang memiliki *locus of control internal* tinggi sebanyak 8 subjek dengan persentase 15,09%. Hal ini menunjukkan bahwa subjek merasa memiliki kendali atau *locus of control internal* dalam dirinya dan adanya *locus of control internal* yang dimiliki tidak dapat menurunkan stres yang dialami mahasiswa saat menyusun skripsi.

6. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus of Control Internal* Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang sedang Menyusun Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian di atas dengan menggunakan analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *locus of control* terhadap stres mahasiswa menyusun skripsi, memperoleh nilai F hitung yaitu sebesar 11.719 dengan nilai p 0,000 lebih kecil dari 0,005 Maka, secara signifikan terdapat pengaruh dukungan sosial dan *locus of control internal* terhadap stres. Besarnya hasil nilai R square yakni sebesar 0,319 yang berarti bahwa dari nilai 31,9 % merupakan besarnya pengaruh yang diberikan variabel dukungan sosial dan *locus of control internal* terhadap variabel stres sebesar 31,9% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Adanya

dukungan sosial dan *locus of control* internal mahasiswa yang sedang menyusun skripsi akan membuat stres yang dialami oleh seorang mahasiswa turun karena adanya bentuk dukungan, kepedulian dari pihak luar serta keyakinan atas dirinya untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan kemampuannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Raden Sugeng Riyadi & Sarsono mengenai pengaruh dukungan sosial rekan kerja dan *locus of control* internal terhadap stres kerja perawat dengan jumlah subjek 125 perawat yang menunjukkan nilai F hitung yakni sebesar 40,147 dan nilai probabilitas 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti bahwa adanya pengaruh variabel dukungan sosial rekan kerja dan *locus of control* internal terhadap stres kerja perawat dan sebanyak 39,7 % merupakan sumbangan efektif dari variabel dukungan sosial, *locus of control* internal, dan stres.

Berdasarkan kategorisasi variabel dukungan sosial termasuk dalam kategori sedang yang ditunjukkan dengan skor sebesar 69,81% dengan 37 subjek. Pada variabel *locus of control* termasuk dalam kategori sedang yang ditunjukkan dengan skor sebesar 73,58% dengan subjek 39 subjek. Sedangkan pada variabel stres menunjukkan kategori sedang dengan skor nilai sebesar 73,58% dengan jumlah 39 subjek.

Individu dengan *locus of control* lebih mampu mengatasi masalah dan tekanan yang sedang dihadapi karena cenderung memiliki kemampuan dalam mengontrol lingkungan (Syaifullah, 2018, hal. 287). Menurut Suherman (2019,

hal 33) individu dapat mengurangi stres akademik dengan adanya kemampuan dalam mengatasi *stressor* yang dipengaruhi oleh adanya *locus of control* internal pada individu tersebut. Adapun perbedaan *locus of control* internal dengan eksternal sebagaimana disampaikan oleh Rotter (dalam Saputra, dkk, hal 87) *locus of control* internal cenderung memunculkan persepsi atas kejadian yang dialaminya sebagai hasil dari perilaku dan kemampuan dirinya. Sedangkan, *locus of control* eksternal cenderung memunculkan persepsi bahwa kejadian yang dialaminya disebabkan karena keberuntungan, kesempatan, takdir, orang yang berkuasa, dan hal yang tidak diprediksi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap stress akademik. Menurut Anadita (2021, hal.43) tinggi rendahnya tingkat dukungan sosial dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan psikologis pada individu. Individu dapat terhindar dari resiko stress ketika mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Defitri, dkk (2021, hal. 289) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan proses komunikasi yang mampu berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Dukungan sosial yang diberikan mampu mencegah ancaman mental dan membuat individu memiliki keyakinan dalam menjalani hidupnya.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan dukungan sosial dari teman sebaya terlebih pada kondisi pandemi saat ini. Defitri, dkk (2021, hal 293) bahwa stres akademik dipengaruhi oleh dukungan sosial dari

teman sebaya, dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, instrumental, penghargaan, dan informasi yang diperoleh individu secara virtual. Sejalan dengan Salam (2019) yang mengemukakan dukungan sosial teman sebaya dapat menurunkan tingkat stress akademik pada mahasiswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan *locus of control* internal terhadap stres mahasiswa fakultas psikologi 2018 yang menyusun skripsi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang disimpulkan yang di antaranya sebagai berikut:

1. Bahwa dukungan sosial teman sebaya terhadap mahasiswa fakultas psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang berada di kategori sedang dalam mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya dengan saran yang diberikan oleh teman sehingga sangat tepat untuk memperbaiki suasana hati mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.
2. Bahwa *locus of control internal* yang dimiliki oleh mahasiswa fakultas psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang menunjukkan bahwa berada di kategori sedang dengan menunjukkannya mahasiswa percaya akan dapat menyelesaikan skripsi dengan kemampuannya.
3. Bahwa stres mahasiswa fakultas psikologi 2018 yang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang berada dalam kategori sedang yang berarti sebagian besar mahasiswa dapat membagi waktunya untuk dapat menyusun skripsi.

4. Bahwa dukungan sosial menunjukkan adanya pengaruh negatif terhadap stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang sehingga dapat diartikan ketika dukungan sosial tinggi maka mahasiswa tingkat akhir tidak mengalami stres saat menyusun skripsi.
5. Bahwa *locus of control internal* menunjukkan tidak adanya pengaruh terhadap stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di sebuah Universitas Negeri Kota Malang.
6. Bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial dan *locus of control internal* terhadap stres dengan besarnya hasil nilai R square sebesar 31,9% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

B. Saran

1. Bagi Para Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi yang sedang Menyusun Skripsi

Bagi subjek penelitian yakni mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi agar dapat memanajemen waktu, memanajemen stresnya dengan baik, memiliki strategi coping stres yang sesuai dengan dirinya. Agar jika saat proses menyusun skripsi seorang mahasiswa mengalami stres, mereka mampu untuk mengatasi stresnya dengan kemampuannya sendiri dan dengan caranya yang sesuai dengan dirinya.

2. Bagi Instansi

Bagi Universitas diharapkan mampu memberikan sebuah

pelayanan edukasi kesehatan mental saat proses menyusun skripsi bagi mahasiswa tingkat akhir agar dapat meminimalisir stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir saat menyusun skripsi

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema serupa diharapkan melakukan mediasi terhadap variabel *locus of control* internal untuk dapat melihat alasan mengapa variabel *locus of control* internal tidak berpengaruh pada stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadiyah, B. N., & Laily, N. (2013). Pengaruh Locus of Control Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 11(2), 11–18. <https://doi.org/10.21831/jpai.v11i2.1687>
- Aditama, D. (2017). Hubungan Antara Spiritualitas dan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal EL-Tarbawi*, 10(2), 39–62.
- Anadita, D. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychology Review*, 1(1), 38–45. <https://doi.org/10.31603/bpsr.4867>
- Aquarista Stevie Pramudita Sukoco. (2014). Jurnal Tugas Akhir Hubungan Sense Of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas SURABAYA*, 3(1), 1–10. <http://eprints.undip.ac.id/40874/>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Cutrona, C. E. (1994). Perceived Parental Social Support and Academic Achievement: An Attachment Theory Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 369-378.
- Da'awi, M. M. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stres dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi. *Jurnal Literasi Psikologi*, 067-075.
- Darmilisani. (2021). Pengaruh Locus Of Control Internal Dan Locus Of Control Eksternal Terhadap Kepuasan Kerja Pada Kantor Direksi Pt Socfin Indonesia Medan. *Jurnal Manajemen Tools*.
- Ediati, A. K. (2020). *Psikologi Klinis Teori & Aplikasi*. Semarang : Erlangga.
- Fadila, F. (2016). Mengembangkan Motivasi Belajar Melalui Locus Of Control dan Self Esteem Fadila Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Curup. *Belajer: Jurnal Pendidikn Islam*, 1(1), 83–100. <http://dx.doi.org/10.29240/bjpi.v1i1.86>
- Fadillah, H. N. (2019). Hubungan Antara Internal Locus Of Control Dengan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 2*.

- Fakultas Psikologi. (2021). *Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Nomor 725/FPsi/PP.009/08/2021 tentang Pembimbing Penulisan Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi Gelombang 1 Semester Ganjil Tahun Akademik 2021/2022*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Faturochman, D. (2009). *Pengantar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Penerbit Pinus.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Greenhalgh, L. (1984). Insecurity: Toward Conceptual Clarity. *Academy of Management Review*, 9(3), 438–448.
- Hantono, D. &. (2018). Aspek Perilaku Manusia Sebagai Makhluk Individu Dan Sosial. *National Academic Journal of Architecture*, 5, 85-93.
- Hendryadi. (2017). Pengembangan Skala Locus Of Control. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 417-424.
- Hilman, B., Syahrina, I. A., & Dewinda, H. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Minat Menjadi Wartawan Pada Anggota Lembaga Pers Mahasiswa di Perguruan Tinggi Se-Kota Padang. *Jurnal Psikologi*, 1–13.
- Hoezein, A. M. (2018). *Faktor Perkembangan Berdasarkan Teman Sebaya*. 111.
- Irawan, M. R., Putri, A. M., Lestari, S. M. P., & Farich, A. (2021). Hubungan Locus Of Control Dan Dukungan Sosial Dengan College Adjustment Terhadap Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati AngkatanTahun 2019. *Malahayati Nursing Journal*, 3(3), 432-444.
- Johana Purba, Aries Yulianto, E. W. (2007). Pengaruh dukungan sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 80–82. <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4982-johanaP.aries.pdf>
- Karina, Z., & Sodik, M. A. (2018). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan*.
- Kumalasari, F. &. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*.
- Kurnia, A., & Ramadhani, A. (2021). *Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa*. 9(3), 657–666. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Lestari, R., Lidya, V., & Pasaribu, D. (2022). *Pengaruh Arus Kas dan Perputaran Piutang terhadap Likuiditas pada PT . Tiga Pilar Sejahtera Food TBK Periode 2011-2020*. 6, 3751–3762.

- Markum M, E. (2014). *Psikologi Sosial*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Maliki, & Luthf, M. (2017). Bimbingan Konseling Berbasis Qur ' Ani Dalam Mengentaskan. *Al -Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 6(2), 111–129.
- Muna, M., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Burnout Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja Di Perumahan Griya Praja Mukti Kendal. *Jurnal Empati*, 11(01), 1-7.
- Myers dalam Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*.
- Nugroho, D. A. (2015). Hubungan antara Locus of Control Internal dan Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Prosocial pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UNS.
- Nuralifah, I. P. (2015). Perilaku Prosocial Pada Siswa Smp Islam Plus Assalamah. *Proyeksi* , 7-19.
- Oktariani. (2018). Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Kognisi Jurnal*, 2528-4495.
- Owie, I. (1983). Locus Of Control, Instructional Mode And Students' Achievement. *Instructionalscience*, 383-388.
- Muslimah, A I., & Nurhalimah. (2012). Agresifitas Ditinjau Dari Locus Of Control Internal Pada Siswa Smk Negeri 1 Bekasi Dan Siswa Di Smk Patriot 1 Bekasi. *Jurnal Soul*.
- Nugroho, D. A. (2015). Hubungan antara Locus of Control Internal dan Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Prosocial pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UNS. *Wacana*. 7(2).
- Pratama, B. D. (2014). Hubungan Antara Konsep Diri Dan Internal Locus Of Control Dengan Kematangan Karir Siswa SMA. *Dengan Kematangan Karir Siswa SMA*, 213-222
- Pratiwi, A. J. (2017). *Hubungan antara Locus of Control Internal dan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Tahun Pertama*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma .
- Rahardiansyah, M. R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1290-1297.

- Rahmawan, F. R. S. (2021). Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 67–75
- Risianti, A. (2009). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri Pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma.
- Riyadi, R. S., & Sarsono. (2019). Pengaruh dukungan sosial rekan kerja dan locus of control internal terhadap stres kerja perawat. *Jurnal Health of Studies*, 3(2), 69–77.
- Robbins & Timothy dalam Fadillah, H. N. (2019). Hubungan Antara Internal Locus Of Control Dengan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)* 2, 2720-9148.
- Robotham, D. (2008). Stress among higher education students: Towards a research agenda. *Higher education*. 56(6), 735-746.
- Rohmah, Q. (2017). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun skripsi di Unversitas Muhammadiyah Malang*. 111.
- Rok, M. (2011). Stress and stress management in a higher education tourism institution. *Tourism and Hospitality Management*, 17(2), 279–290. <https://doi.org/10.20867/thm.17.2.8>
- Rotter dalam Fadila. (2016). Mengembangkan Motivasi Belajar Melalui Locus Of Control dan Self Esteem. *Jurnal Pendidikan Islam*.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup ed 13* . Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial and Interaction*. UnitedStates of America: John Wiley & Sons.
- Sarafino & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions ed 7th*. United States of America.
- Sarafino, E P. & Smith, T. (2011). *Health Psychology Biopsychology Interactions ed 7th*. United States of America.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widia.

- Sugihanawati, A. (2019). Pengaruh Locus of Control Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Dosen Akademi Kebidanan. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 5(2), 69–73. <https://doi.org/10.36749/seajom.v5i2.71>
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung :ALFABETA
- Suhaida, P., & Mardison, S. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Siswa Kelas VIII di MTsN Lembah Gumanti Kabupaten Solok. *Jurnal Al-Taujih*, 5(1), 25-36.
- Sumijah. (2015). *Locus Of Control pada Masa Dewasa*. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan. 978–979.
- Syaifullah, A. S., & Nurtjahjanti, H. (2018). Hubungan antara locus of control dengan stres kerja pada karyawan pabrik garment PT. Sri Rejeki Isman Sukoharjo. *Jurnal Empati*, 7(4), 1442-1447.
- Syatriadin. (2017). Locus Of Control: Teori Temuan Penelitian Dan Reorientasinya Dalam Manajemen Penanganan Kesulitan Belajar Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 144-164.
- Szkody, E. S. (2021). Stress-Buffering Role of Social Support during. *Family Proces*, 1002-1015.
- Utami, I., Noegroho, Y. A. K., & Indrawati, F. (2007). Pengaruh Locus of Control, Komitmen Profesional, Pengalaman Audit Terhadap Perilaku Akuntan Publik Dalam Konflik Audit Dengan Kesadaran Etis Sebagai Variabel Pemoderasi. *Jurnal Akuntansi Dan Keuangan Indonesia*, 4(2), 193–210. <https://doi.org/10.21002/jaki.2007.10>
- Widyasturi, K. (2013). *Hubungan Antara Internal Locus Of Control Hubungan Antara Internal Locus Of Control Marketing Pt. Nusantara Surya Sakti Demak*. Skripsi. Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Wijaya, A. &. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Remaja Awal Di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 261-269.
- Wulandari, I. G. (2021). Self-Care Mahasiswa Sarjana Psikologi Dengan Ketertarikan Psikologi Klinis. *Psycho Idea*.
- Wulandari, R. P. (2012). *Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di salah satu Fakultas Rumpun Science-technology UI*. Depok: Universitas Indonesia.
- Wajapa, W. R., Mardani, R. M., & Khalikussabir. (2016). *Prodi manajemen*. 82–94

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Rekomendasi CVR

Bahwa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Selly Candra Ayu, M. Si
NIP : 19940217201911202269
Jabatan : Dosen
Instansi : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan telah menjadi Expert Judgment atas skala dukungan sosial, *locus of control* internal, dan stres dalam skripsi yang disusun oleh:

Nama : Miarasanti Dwi Meilina
NIM : 18410043
Fakultas : Psikologi UIN Malang
Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus of Control* Internal Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 Yang Menyusun Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Saran/masukan:

1. Gunakan kalimat (+) dengan tidak menggunakan kata “tidak”

Malang, 30 Maret 2022



(Selly Candra Ayu, M.Si)

Surat Rekomendasi Cvr

Bahwa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Novia Solichah, M.Psi

NIP : 199406162019082001

Jabatan : Dosen

Instansi : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana
Malik Ibrahim Malang

Menyatakan telah menjadi Expert Judgment atas skala dukungan sosial,

locus of control internal, dan stres dalam skripsi yang disusun oleh:

Nama : Miarasanti Dwi Meilina

NIM : 18410043

Fakultas : Psikologi UIN Malang

Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus of Control* Internal Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 Yang Menyusun Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 26 Maret 2022



(Novia Solichah, M.Psi)

Surat Rekomendasi Cvr

Bahwa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si

NIP : 199109082019032008

Jabatan : Dosen

Instansi : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana
Malik Ibrahim Malang

Menyatakan telah menjadi Expert Judgment atas skala dukungan sosial, *locus of control* internal, dan stres dalam skripsi yang disusun oleh:

Nama : Miarasanti Dwi Meilina

NIM : 18410043

Fakultas : Psikologi UIN Malang

Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus of Control* Internal Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Psikologi 2018 Yang Menyusun Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Saran/masukan:

1. Harap diberi keterangan untuk R/KR/TR

Malang, 30 Maret 2022



(Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si)

Lampiran 2 Informed Consent

Bagian 1 dari 4

KUESIONER PENELITIAN

Assalamualaikum wr wb

Perkenalkan saya Mirasanti Dwi Meilina mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2018, yang saat ini sedang menyusun skripsi. Pada kesempatan ini saya meminta bantuan anda untuk meluangkan waktu guna mengisi kuesioner penelitian ini.

Adapun kriteria dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa/mahasiswi aktif fakultas psikologi angkatan 2018
2. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Saya mohon atas kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian saya dengan mengisi kuesioner ini sesuai dengan apa adanya diri anda dan bersungguh-sungguh. Seluruh data yang anda berikan akan terjamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Saya mengucapkan terimakasih atas waktu dan kesediaan teman-teman mengisi kuesioner penelitian ini.

Wassalamualaikum wr wb.

Nama *** *

Teks jawaban singkat

Jurusan *

Lampiran 3 Skala Penelitian

A. Skala Penelitian Dukungan Sosial

Identitas Subjek :
Nama :
Jurusan :
Angkatan :

Silahkan pilih jawaban yang sesuai dengan diri anda
Pilihan Jawaban !!!

1. Sangat Tidak Setuju
2. Tidak Setuju
3. Setuju
4. Sangat Setuju

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Ketika ada teman yang peduli terhadap kemajuan skripsi saya, hati saya merasa senang				
2.	Teman-teman ikut sedih, ketika saya mengalami banyak kendala skripsi				
3.	Teman-teman peduli dengan saya, saat mengalami banyak kendala skripsi				
4.	Teman-teman memotivasi saya, agar tetap semangat dalam menyusun skripsi				
5.	Teman-teman mengingatkan saya untuk tenang saat bimbingan skripsi				
6.	Teman-teman tidak memberikan dukungan, ketika saya mengalami banyak kendala saat skripsi				
7.	Dukungan dari teman-teman membuat saya lebih semangat dalam menyusun skripsi				
8.	Teman-teman menyemangati saya ketika akan bimbingan skripsi				
9.	Teman-teman percaya bahwa saya mampu melewati kendala saat menyusun skripsi				
10.	Teman-teman ragu bahwa skripsi saya tidak akan selesai tepat waktu				
11.	Teman saya acuh, ketika saya membutuhkan referensi				
12.	Teman-teman meminjamkan buku yang saya perlukan untuk referensi skripsi				

13.	Teman-teman dengan senang hati menemani saya pergi ke perpustakaan untuk mencari referensi skripsi				
14.	Teman-teman membantu untuk menyiapkan persyaratan ujian skripsi				
15.	Teman-teman acuh ketika saya mengalami kendala saat skripsi				
16.	Saya mendapatkan banyak informasi terkait skripsi dari teman-teman				
17.	Teman-teman tidak memberikan informasi terkait skripsi				
18.	Teman-teman enggan memberikan saran saat saya mengalami kesulitan menyusun skripsi				
19.	Saya dan teman-teman mengikuti kegiatan yang berkaitan cara menulis skripsi dengan baik dan benar				
20.	Teman-teman dan saya tidak mampu menyusun skripsi tanpa bantuan mentor dari luar kampus				
21.	Teman-teman sering menghabiskan waktu bersama dengan teman organisasi bukan dengan saya				
22.	Saya dan teman-teman meluangkan waktu untuk berdiskusi mengenai skripsi satu minggu sekali				
23.	saya merasa saran yang diberikan teman-teman sangat tepat untuk memperbaiki suasana hati saya				

B. Skala Penelitian *Locus Of Control Internal*

Identitas Subjek :
Nama :
Jurusan :
Angkatan :

Silahkan pilih jawaban yang sesuai dengan diri anda
 Pilihan Jawaban !!!

1. Sangat Tidak Setuju
2. Tidak Setuju
3. Setuju
4. Sangat Setuju

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Ketika rajin berkonsultasi, skripsi saya akan selesai lebih cepat				
2.	Dalam mengerjakan skripsi, saya memerlukan lebih banyak bantuan dari orang lain agar hasilnya memuaskan				
3.	Saya percaya bahwa untuk berhasil menyelesaikan skripsi, saya harus rajin mengerjakannya				
4.	Saya mampu membagi waktu agar dapat wisuda				
5.	Saya rajin dalam bimbingan dan menyusun skripsi agar dapat lulus tepat waktu				
6.	Saya yakin dapat melewati berbagai kendala saat skripsi				
7.	Saya mengerjakan skripsi dengan bantuan orang lain karena hasilnya lebih meyakinkan				
8.	Saya tidak yakin dengan diri saya untuk menyelesaikan skripsi				
9.	Saya memiliki kemampuan yang cukup untuk menyelesaikan skripsi				
10.	Keberhasilan saya dalam menyelesaikan skripsi dikarenakan saya rajin dalam mengerjakannya				
11.	Kesulitan saya dalam mengerjakan skripsi lebih karena materi yang tidak mendukung (seperti uang, buku referensi, dsb)				
12.	Ketika saya kesulitan untuk menyusun skripsi, saya meminta bantuan teman untuk mengerjakannya.				

C. Skala Penelitian Stres

Identitas Subjek :
Nama :
Jurusan :
Angkatan :

Silahkan pilih jawaban yang sesuai dengan diri anda

Pilihan Jawaban !!!

1. Sangat Tidak Setuju
2. Tidak Setuju
3. Setuju
4. Sangat Setuju

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa sulit tidur karena memikirkan skripsi				
2.	Adanya beban tugas kuliah yang banyak tidak membuat saya mengalami gangguan tidur				
3.	Saya memiliki pola tidur yang teratur saat menyusun skripsi				
4.	Ketika pusing memikirkan skripsi, saya tidak berselera makan saat melihat makanan favorit				
5.	saya mudah merasa lapar ketika proses menyusun skripsi				
6.	Saya mengeluarkan keringat dingin jika tidak dapat menjawab pertanyaan dosen saat bimbingan				
7.	Tangan saya berkeringat ketika akan mempresentasikan hasil penelitian ke dosen pembimbing				
8.	Saya merasa pusing ketika tidak bisa menemukan referensi yang sesuai				
9.	Saya merasa gemetar saat proses bimbingan dengan dosen				
10.	Saya sering mengalami gangguan lambung (maag) saat menjadi mahasiswa semester akhir				
11.	Saya mengalami gangguan BAB saat menjadi mahasiswa semester akhir				
12.	Saya tidak pusing dalam memikirkan skripsi				
13.	Saya merasa mudah sakit ketika terlalu sering mengerjakan skripsi				
14.	Saya merasa lemas ketika melaksanakan bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing				

15.	Sibuknya mengerjakan skripsi membuat saya lupa makan				
16.	Saya khawatir ketika besok ujian tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan penguji				
17.	Saya merasa mudah marah ketika tidak segera menemukan referensi				
18.	Ketika dosen tidak merespon chat saya merasa cemas				
19.	Saya cemas jika tidak lulus tepat waktu				
20.	Saya mudah merasa sedih jika teman membahas mengenai skripsi				
21.	Ketika jenuh dengan skripsi saya merokok lebih banyak dari pada biasanya				
22.	Ketika banyak mendapat revisi skripsi, saya mengalihkan dengan minum alcohol				

Lampiran 4 Uji Validitas Skala

A. Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	92.20	111.614	.319	.790
X02	92.57	111.702	.302	.791
X03	93.30	112.562	.211	.795
X04	92.60	111.421	.291	.791
X05	92.40	112.041	.334	.790
X06	93.73	114.202	.135	.798
X07	92.43	111.357	.359	.789
X08	93.83	110.902	.286	.792
X09	92.23	111.289	.424	.788
X10	92.13	112.464	.372	.790
X11	92.13	113.016	.421	.790
X12	93.83	110.420	.325	.790
X13	92.23	113.840	.301	.792
X14	93.80	109.752	.385	.788
X15	92.63	109.757	.390	.788
X16	93.33	115.264	.049	.804
X17	92.63	112.930	.265	.792
X18	93.33	113.057	.161	.798
X19	93.77	111.633	.273	.792
X20	92.43	111.840	.329	.790
X21	92.57	111.495	.266	.792

X22	92.63	111.689	.320	.790
X23	93.93	111.720	.309	.791
X24	92.43	111.771	.333	.790
X25	93.70	108.424	.358	.788
X26	92.23	113.495	.226	.794
X27	92.23	113.909	.437	.794
X28	93.77	107.978	.411	.786
X29	93.60	112.179	.250	.793
X30	92.67	111.333	.331	.790
X31	93.43	111.151	.279	.792
X32	93.77	117.426	-.023	.804
X33	92.27	113.651	.218	.794
X34	93.30	109.183	.366	.788
X35	92.57	108.116	.440	.785

AITEM	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,386	0,361	Valid
2	0.372	0,361	Valid
3	0.295	0,361	Tidak Valid
4	0.367	0,361	Valid
5	0.394	0,361	Valid
6	0.220	0,361	Tidak Valid
7	0.420	0,361	Valid
8	0.369	0,361	Valid
9	0.474	0,361	Valid
10	0.421	0,361	Valid
11	0.459	0,361	Valid
12	0.402	0,361	Valid
13	0.348	0,361	Tidak Valid
14	0.454	0,361	Valid
15	0.458	0,361	Valid
16	0.155	0,361	Tidak Valid
17	0.330	0,361	Tidak Valid
18	0.255	0,361	Tidak Valid
19	0.351	0,361	Tidak Valid
20	0.391	0,361	Valid
21	0.348	0,361	Tidak Valid
22	0.386	0,361	Valid
23	0.377	0,361	Valid
24	0.395	0,361	Valid
25	0.445	0,361	Valid
26	0.293	0,361	Tidak Valid
27	0.437	0,361	Valid

28	0.488	0,361	Valid
29	0.328	0,361	Tidak Valid
30	0.398	0,361	Valid
31	0.361	0,361	Valid
32	0.062	0,361	Tidak Valid
33	0.285	0,361	Tidak Valid
34	0.444	0,361	Valid
35	0.510	0,361	Valid

B. Hasil Uji Validitas *Locus of Control Internal*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	43.57	26.737	.336	.640
X02	43.90	27.128	.057	.675
X03	44.30	24.286	.353	.628
X04	43.67	26.437	.304	.640
X05	43.83	25.109	.378	.627
X06	43.87	27.292	.093	.663
X07	44.07	23.995	.483	.611
X08	43.60	26.317	.403	.634
X09	45.00	23.448	.394	.620
X10	45.47	22.740	.495	.602
X11	43.87	26.533	.304	.640
X12	43.67	26.713	.358	.639
X13	44.97	26.723	.080	.674
X14	44.53	24.809	.261	.644
X15	44.83	25.316	.149	.669

AITEM	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.415	0,361	Valid
2	0.237	0,361	Tidak Valid
3	0.508	0,361	Valid
4	0.403	0,361	Valid
5	0.499	0,361	Valid
6	0.236	0,361	Tidak Valid
7	0.598	0,361	Valid
8	0.480	0,361	Valid
9	0.556	0,361	Valid
10	0.633	0,361	Valid
11	0.400	0,361	Valid
12	0.433	0,361	Valid

13	0.271	0,361	Tidak Valid
14	0.439	0,361	Valid
15	0.369	0,361	Valid

C. Hasil Uji Validitas Skala Stres

	Item-Total Statistics			
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	110.63	133.689	.304	.769
X02	110.93	134.202	.309	.769
X03	111.17	142.971	-.069	.784
X04	110.33	135.264	.409	.767
X05	111.30	142.838	.392	.783
X06	111.03	137.275	.171	.774
X07	111.40	134.110	.299	.769
X08	110.93	141.995	.601	.783
X09	110.93	130.409	.481	.761
X10	110.40	134.524	.409	.766
X11	111.03	134.447	.339	.768
X12	110.57	139.220	.128	.775
X13	110.70	136.355	.251	.771
X14	111.40	127.214	.544	.757
X15	111.43	133.426	.320	.768
X16	111.07	140.202	.046	.780
X17	111.63	134.861	.306	.769
X18	111.20	131.683	.360	.766
X19	111.53	139.637	.385	.780
X20	110.73	133.926	.303	.769
X21	111.07	134.754	.268	.770
X22	110.53	138.120	.229	.772
X23	111.10	135.403	.277	.770
X24	110.10	137.610	.196	.773
X25	110.00	136.414	.380	.768
X26	111.13	133.913	.270	.770
X27	110.57	130.737	.530	.760
X28	110.80	139.752	.092	.777
X29	110.10	135.472	.489	.766
X30	109.93	134.754	.427	.766
X31	110.13	140.464	.061	.778
X32	109.87	140.533	.148	.774
X33	110.37	138.033	.176	.774
X34	110.77	130.737	.367	.765
X35	110.13	138.809	.159	.774
X36	109.73	141.375	.100	.775
X37	112.00	134.207	.335	.768
X38	112.23	132.944	.468	.764
X39	111.50	136.466	.182	.774
X40	111.07	136.616	.199	.773

AITEM	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.384	0,361	Valid
2	0.384	0,361	Valid
3	0.012	0,361	Tidak Valid
4	0,456	0,361	Valid
5	0,392	0,361	Valid
6	0.252	0,361	Tidak Valid
7	0.377	0,361	Valid
8	0.601	0,361	Valid
9	0.544	0,361	Valid
10	0.461	0,361	Valid
11	0.405	0,361	Valid
12	0.194	0,361	Tidak Valid
13	0.320	0,361	Tidak Valid
14	0.609	0,361	Valid
15	0.398	0,361	Valid
16	0.130	0,361	Tidak Valid
17	0.376	0,361	Valid
18	0.441	0,361	Valid
19	0.385	0,361	Valid
20	0.381	0,361	Valid
21	0.348	0,361	Tidak Valid
22	0.283	0,361	Tidak Valid
23	0.348	0,361	Tidak Valid
24	0.265	0,361	Tidak Valid
25	0.424	0,361	Valid
26	0.358	0,361	Tidak Valid
27	0.583	0,361	Valid
28	0.162	0,361	Tidak Valid
29	0.525	0,361	Valid
30	0.476	0,361	Valid
31	0.129	0,361	Tidak Valid
32	0.185	0,361	Tidak Valid
33	0.245	0,361	Tidak Valid
34	0.453	0,361	Valid
35	0.222	0,361	Tidak Valid
36	0.129	0,361	Tidak Valid
37	0.404	0,361	Valid

38	0.520	0,361	Valid
39	0.270	0,361	Tidak Valid
40	0.279	0,361	Tidak Valid
41	0.164	0,361	Tidak Valid

Lampiran 5 Uji Reliabilitas Skala

A. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.797	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	92.20	111.614	.319	.790
X02	92.57	111.702	.302	.791
X03	93.30	112.562	.211	.795
X04	92.60	111.421	.291	.791
X05	92.40	112.041	.334	.790
X06	93.73	114.202	.135	.798
X07	92.43	111.357	.359	.789
X08	93.83	110.902	.286	.792
X09	92.23	111.289	.424	.788
X10	92.13	112.464	.372	.790
X11	92.13	113.016	.421	.790
X12	93.83	110.420	.325	.790
X13	92.23	113.840	.301	.792
X14	93.80	109.752	.385	.788
X15	92.63	109.757	.390	.788
X16	93.33	115.264	.049	.804
X17	92.63	112.930	.265	.792
X18	93.33	113.057	.161	.798
X19	93.77	111.633	.273	.792
X20	92.43	111.840	.329	.790
X21	92.57	111.495	.266	.792
X22	92.63	111.689	.320	.790
X23	93.93	111.720	.309	.791
X24	92.43	111.771	.333	.790
X25	93.70	108.424	.358	.788
X26	92.23	113.495	.226	.794
X27	92.23	113.909	.217	.794
X28	93.77	107.978	.411	.786
X29	93.60	112.179	.250	.793
X30	92.67	111.333	.331	.790

X31	93.43	111.151	.279	.792
X32	93.77	117.426	-.023	.804
X33	92.27	113.651	.218	.794
X34	93.30	109.183	.366	.788
X35	92.57	108.116	.440	.785

B. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Locus of Control Internal*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.657	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	43.57	26.737	.336	.640
X02	43.90	27.128	.057	.675
X03	44.30	24.286	.353	.628
X04	43.67	26.437	.304	.640
X05	43.83	25.109	.378	.627
X06	43.87	27.292	.093	.663
X07	44.07	23.995	.483	.611
X08	43.60	26.317	.403	.634
X09	45.00	23.448	.394	.620
X10	45.47	22.740	.495	.602
X11	43.87	26.533	.304	.640
X12	43.67	26.713	.358	.639
X13	44.97	26.723	.080	.674
X14	44.53	24.809	.261	.644
X15	44.83	25.316	.149	.669

C. Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.776	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	110.63	133.689	.304	.769
X02	110.93	134.202	.309	.769
X03	111.17	142.971	-.069	.784

X04	110.33	135.264	.409	.767
X05	111.30	142.838	.392	.783
X06	111.03	137.275	.171	.774
X07	111.40	134.110	.299	.769
X08	110.93	141.995	.601	.783
X09	110.93	130.409	.481	.761
X10	110.40	134.524	.409	.766
X11	111.03	134.447	.339	.768
X12	110.57	139.220	.128	.775
X13	110.70	136.355	.251	.771
X14	111.40	127.214	.544	.757
X15	111.43	133.426	.320	.768
X16	111.07	140.202	.046	.780
X17	111.63	134.861	.306	.769
X18	111.20	131.683	.360	.766
X19	111.53	139.637	.385	.780
X20	110.73	133.926	.303	.769
X21	111.07	134.754	.268	.770
X22	110.53	138.120	.229	.772
X23	111.10	135.403	.277	.770
X24	110.10	137.610	.196	.773
X25	110.00	136.414	.380	.768
X26	111.13	133.913	.270	.770
X27	110.57	130.737	.530	.760
X28	110.80	139.752	.092	.777
X29	110.10	135.472	.489	.766
X30	109.93	134.754	.427	.766
X31	110.13	140.464	.061	.778
X32	109.87	140.533	.148	.774
X33	110.37	138.033	.176	.774
X34	110.77	130.737	.367	.765
X35	110.13	138.809	.159	.774
X36	109.73	141.375	.100	.775
X37	112.00	134.207	.335	.768
X38	112.23	132.944	.468	.764
X39	111.50	136.466	.182	.774
X40	111.07	136.616	.199	.773
X41	110.50	139.638	.091	.777

Lampiran 6 Kategorisasi Data

A. Hasil Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 55,164$	8	15,09%
Sedang	$55,164 < x < 69,228$	37	69,81%
Tinggi	69,228	8	15,09%

B. Kategorisasi Tingkat *Locus of Control*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 31,813$	6	11,32%
Sedang	$31,813 < x < 38,447$	39	73,58%
Tinggi	38,447	8	15,09%

C. Kategorisasi Tingkat *Stres*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x < 46,513$	7	13,20%
Sedang	$46,513 < x < 64,007$	39	73,58%
Tinggi	64,007	7	13,20%

Lampiran 7 Analisis Data

A. Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Duksos	53	40	76	62.23	7.062
Loc	53	27	46	35.13	3.317
Stres	53	39	82	55.26	8.747
Valid N (listwise)	53				

B. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		53
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.21725216
Most Extreme Differences	Absolute	.064
	Positive	.041
	Negative	-.064
Test Statistic		.064
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Linearitas

Stres – Dukungan Sosial

3. ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres * Dukungan sosial	Between Groups	(Combined) 2281.752	21	108.655	1.985	.040
		Linearity 1214.685	1	1214.685	22.195	.000
		Deviation from Linearity 1067.067	20	53.353	.975	.513
	Within Groups	1696.550	31	54.727		

Total	3978.302	52			
-------	----------	----	--	--	--

Stres – *Locus of Control* Internal

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres * Locus of control internal	Between Groups	(Combined)	1349.692	13	103.822	1.540	.147
		Linearity	482.075	1	482.075	7.152	.011
		Deviation from Linearity	867.617	12	72.301	1.073	.408
	Within Groups		2628.610	39	67.400		
	Total		3978.302	52			

C. Uji Hipotesis

1. Analisis Regresi Linier Berganda

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1 (Constant)	4.979	11.844		.420	.676
Dukungan sosial	-.613	.161	-.495	-3.813	.000
Locus of control internal	.345	.342	.131	1.008	.318

a. Dependent Variable: Stres

2. Uji T

Model	Coefficients ^a		Standardized Coefficients Beta	T	Sig.
	Unstandardized Coefficients B	Std. Error			
1 (Constant)	4.979	11.844		.420	.676
Dukungan sosial	-.613	.161	-.495	-3.813	.000
Locus of control internal	.345	.342	.131	1.008	.318

a. Dependent Variable: Stres

3. Uji F

a. ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1269.688	2	634.844	11.719	.000 ^b
	Residual	2708.614	50	54.172		
	Total	3978.302	52			

a. Dependent Variable: Stres

4. Besaran Pengaruh

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.565 ^a	.319	.292	7.360

a. Predictors: (Constant), Locus of control internal, Dukungan sosial

b. Dependent Variable: Stres

Lampiran 8 Hasil Kuesioner Responden

A. Kuesioner Dukungan Sosial

Nama	Jurusan	angkatan	1. Ketika	2. Teman	3. Teman	4. Teman	5. Teman	6. Teman	7. Dukun	8. Teman	9. Teman	10. Teman	11. Teman	12. Teman	13. Teman	14. Teman	15. Teman	16. Saya	17. Teman	18. Teman	19. Saya	20. Teman	21. Teman	22. Saya	23. saya	TOTAL
Dinda Zalfi	Psikologi	2018	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	4	4	3	1	4	1	3	3	1	4	3	3	71
Ahmad Ric	Psikologi	2018	4	3	3	4	3	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	65
Ruw	Psi	18	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	3	4	4	1	3	1	1	3	1	1	3	4	64
Inayah	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	2	2	4	64
Anin Nafila	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	3	2	3	3	70
noen ygy	psikologi	2018	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	61
Nuha	Psikologi	2018	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	56
Aning	Psikologi	2018	4	4	4	3	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	67
Risa nandi	Psikologi	2018	4	3	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	4	2	4	1	2	2	1	3	2	2	60
Rista Putri	Psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
Siti iva ani	Psikologi	2018	3	2	3	4	4	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	3	61
Nadhifa F	Psikologi	18	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	59
Intan Salsy	Psikologi	2018	4	3	4	4	2	1	3	2	4	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	1	2	2	3	51
AUL	Psi	2018	2	2	3	4	3	1	4	2	4	1	2	2	2	3	2	4	1	1	2	2	2	2	3	54
Salsabila /	Psikologi	2018	3	3	4	4	3	2	3	4	4	1	1	3	3	3	2	4	1	2	3	3	2	3	3	64
Itsna Mazr	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	2	3	4	71
Nadhilla Si	Psikologi	2018	4	2	3	4	3	2	3	3	3	1	1	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1	1	3	54
Chrisne Tri	Psikologi	2018	4	3	3	4	2	1	3	3	4	2	1	3	4	3	1	4	1	2	3	1	4	2	3	61
Rizka	psikologi	2018	4	3	4	3	3	1	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	63
Ilisa	Psikologi	2018	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	60
Galuh Dwi	Psikologi	18	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54
nisa	psikologi	18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	2	4	3	1	2	4	72
Nadia	Psikologi	2018	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	2	2	3	1	2	2	4	67
Figan Fair	PSIKOLOK	2018	3	3	2	3	3	1	4	4	4	1	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	72
Nija	Psikologi	2018	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	1	1	4	2	3	2	4	69
Arsyi Aqm	Psikologi	2018	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	65
Khilmi	Psikologi	2018	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	58
Puri Wular	Psikologi	2018	4	3	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	1	4	3	1	3	1	1	3	4	71
Natasya	Psikologi	2018	4	3	4	3	4	1	4	3	4	1	2	3	4	4	2	4	1	2	2	2	1	3	3	64
Wanda An	Psikologi	2018	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	1	2	2	2	2	3	3	61
Fachrull	Psikologi	2018	4	2	3	3	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	60
Salsabila z	Psikologi	2018	4	3	3	4	3	2	4	3	3	1	1	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	3	59
Cahya Raf	Psikologi	2018	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	64
Hilmi Yatu	Psikologi	2018	4	4	3	3	4	1	3	3	3	1	2	3	3	4	2	3	1	2	2	4	2	3	3	63
Nafisatul I	Psikologi	2018	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	59
habibah isi	psikologi	2018	1	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	1	1	3	1	4	2	2	1	1	4	1	2	48
Ulul Fahmi	Psikologi	2018	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	4	2	2	4	3	66
Aunaldy hi	Psikologi	2018	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	76
Afif	Psikologi	2018	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	61
Rizky Mull	Psikolog	2018	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	1	1	2	1	1	4	4	67
khallishta	psikologi	2018	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	1	4	1	1	4	2	1	4	4	69
Namaku y	Jurusanku	Angkatank	3	2	3	3	3	1	4	3	4	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	1	2	3	4	62
Amalia Lur	Psikologi	2018	4	3	3	4	4	1	4	4	4	2	2	2	4	4	2	4	2	2	1	2	2	4	4	68
Maulida Ai	Psikologi	2018	3	2	3	4	4	1	4	4	4	1	1	3	3	3	1	3	1	1	3	2	2	3	3	59
Abdul Haf	Psikologi	2018	3	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	40
Ike Nur S	Psikologo	2018	4	4	4	4	4	1	3	3	3	1	1	4	4	4	1	3	1	1	3	3	1	3	3	63
Evi Lutfiya	Psikologi	2018	4	3	3	4	4	1	4	4	4	1	1	3	3	4	1	3	1	1	4	1	1	1	3	59
Siti Nurjan	Psikologi	2018	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	2	3	2	1	2	4	2	3	63
Nida	Psikologi	2018	4	3	3	3	4	2	4	4	3	1	2	3	4	4	1	4	2	2	3	2	2	3	4	67
Fitri	Psycholog	2018	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	4	3	2	2	2	2	4	1	3	60
Uzlyfatus t	Psikologi	2018	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	69
W	Psi	2018	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	2	1	2	51
Selvi Indria	Psikologi	2018	3	1	2	3	1	4	1	1	1	3	4	3	1	1	1	1	4	3	1	1	4	1	1	46

B. Kuesioner *Locus of Control Internal*

Nama	Jurusan	angkatan	1. Ketika ra	2. Dalam rr	3. Saya pe	4. Saya m	5. Saya ra	6. Saya yz	7. Saya m	8. Saya tic	9. Saya m	10. Keberh	11. Kesulit	12. Ketika	TOTAL
Dinda Zalfa	Psikologi	2018	4	3	4	4	3	4	4	1	4	4	3	3	41
Ahmad Ric	Psikologi	2018	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	2	3	41
Ruw	Psi	2018	4	2	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	34
Inayah	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	2	1	39
Anin Nafila	Psikologi	2018	4	4	4	2	3	4	4	2	4	4	3	1	39
noen ygy	psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	35
Nuha	Psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	32
Aning	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	4	1	1	3	4	1	2	36
Risa nandr	Psikologi	2018	4	2	4	3	3	4	2	1	3	3	3	1	33
Rista Putri	Psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	37
Siti iva anis	Psikologi	2018	4	2	4	3	3	3	2	1	3	4	2	1	32
Nadhifa F	Psikologi	2018	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	34
Intan Salsy	Psikologi	2018	3	4	4	3	4	4	1	1	4	4	1	1	34
AUL	Psi	2018	4	3	4	3	3	4	1	2	3	3	2	1	33
Salsabila A	Psikologi	2018	4	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	2	35
Itsna Mazr	Psikologi	2018	4	4	4	3	3	4	1	1	3	4	3	1	35
Nadhilla Si	Psikologi	2018	4	2	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	37
Chrisne Tri	Psikologi	2018	4	2	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	37
Rizka	psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	35
Ilsa	Psikologi	2018	4	3	4	3	3	4	3	1	3	3	1	3	35
Galuh Dwi	Psikologi	2018	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	33
nisa	psikologi	2018	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	46
Nadia	Psikologi	2018	4	2	4	4	2	4	2	1	4	2	3	1	33
Figan Fairu	PSIKOLO	2018	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	40
Nija	Psikologi	2018	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	1	40
Arsyi Aqm	Psikologi	2018	4	2	4	3	2	3	2	1	3	3	2	1	30
Khilmi	Psikologi	2018	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	31
Puri Wular	Psikologi	2018	4	3	4	4	3	3	2	1	3	3	3	1	34
Natasya	Psikologi	2018	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	4	2	36
Wanda Arr	Psikologi	2018	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	33
Fachrull	Psikologi	2018	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	34
Salsabila z	Psikologi	2018	3	3	4	2	3	3	2	1	3	3	2	2	31
Cahya Raf	Psikologi	2018	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	34
Hilmi Yatui	Psikologi	2018	4	1	4	4	4	4	2	2	4	3	2	2	36
Nafisatul I	Psikologi	2018	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	32
habibah isl	psikologi	2018	4	2	4	4	4	4	3	1	3	2	1	1	33
Ulul Fahmi	Psikologi	2018	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	2	3	38
Aunaldy hu	Psikologi	2018	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	36
Aff	Psikologi	2018	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	32
Rizky Muli	Psikolog	2018	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	33
khallishtsa	psikologi	2018	4	2	4	4	4	4	1	2	4	4	3	1	37
Namaku yu	Jurusanku	2018	4	3	4	3	4	4	1	1	4	4	2	2	36
Amalia Lur	Psikologi	2018	4	2	4	4	3	4	2	2	4	3	2	3	37
Maulida Au	Psikologi	2018	4	3	4	3	2	3	2	1	3	2	1	3	31
Abdul Hafiz	Psikologi	2018	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	36
Ike Nur S	Psikologo	2018	3	2	4	4	4	4	2	1	4	4	3	1	36
Evi Lutfiyar	Psikologi	2018	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	41
Siti Nurjani	Psikologi	2018	3	3	3	1	1	3	2	2	3	4	4	2	31
Nida	Psikologi	2018	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	36
Fitri	Psycholog	2018	4	3	4	3	4	4	1	2	3	4	3	1	36
Uzlyfatus s	Psikologi	2018	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	35
W	Psi	2018	3	2	3	3	3	3	1	1	3	2	2	1	27
Selvi Indria	Psikologi	2018	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	2	1	34

C. Kuesioner Stres

Nama	Jurusan	angkatan	1.Saya me	2.Adanya	3.Saya me	4. Ketika	5. saya m	6. Saya m	7. Tangan	8. Saya m	9. Saya m	10. Saya s	11. Saya r	12. Saya t	13. Saya r	14. Saya	15. Sibukn	16. Saya k	17. Saya r	18. Ketika	19. Saya c	20. Saya r	21. Ketika	22. Ketika	TOTAL	
Dinda Zalfi	Psikologi	2018	4	2	2	1	4	4	2	4	3	1	1	1	1	1	4	4	4	3	3	3	3	4	59	
Ahmad Rizki	Psikologi	2018	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	1	4	1	1	1	2	3	2	3	3	1	1	1	41
Ruw	Psi	18	1	4	4	1	3	2	3	3	2	1	1	1	2	2	1	3	2	3	3	1	1	1	45	
Inayah	Psikologi	2018	1	4	4	3	4	4	4	3	3	2	2	1	3	1	4	4	2	4	4	4	1	1	63	
Anin Nafila	Psikologi	2018	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	72	
noen ygy	psikologi	2018	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	62	
Nuha	Psikologi	2018	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	51	
Aning	Psikologi	2018	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	71	
Risa nandi	Psikologi	2018	1	2	3	1	3	2	3	2	1	1	3	2	2	2	1	4	2	2	4	2	2	2	47	
Rista Putri	Psikologi	2018	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	72	
Siti iva ani	Psikologi	2018	3	2	2	2	3	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	4	3	1	1	52	
Nadhifa F	Psikologi	18	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	4	3	4	4	2	2	1	58	
Intan Salsy	Psikologi	2018	2	3	3	2	4	2	3	4	1	1	2	1	2	1	2	3	1	4	4	3	1	1	50	
AUL	Psi	2018	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	1	53	
Satsabila /	Psikologi	2018	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	1	69	
Itsna Mazr	Psikologi	2018	2	3	2	3	2	2	3	4	2	1	1	3	1	3	4	1	4	4	4	4	1	1	52	
Nadhilla Si	Psikologi	2018	2	2	3	1	3	1	1	3	2	1	1	3	1	1	3	3	2	2	3	2	1	1	42	
Chrisne Tri	Psikologi	2018	2	1	4	2	4	3	3	4	1	1	1	3	1	1	2	4	4	2	4	1	1	1	50	
Rizka	psikologi	2018	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	1	1	51	
Ilisa	Psikologi	2018	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	55	
Galuh Dwi	Psikologi	18	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	3	1	1	53	
nisa	psikologi	18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	82	
Nadia	Psikologi	2018	3	2	3	1	4	3	4	4	3	1	2	1	1	4	3	4	2	3	4	4	1	1	58	
Figan Fain	PSIKOLO	2018	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	51	
Nija	Psikologi	2018	3	3	2	2	4	3	2	4	3	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	2	1	1	63	
Arsyi Agm	Psikologi	2018	2	4	3	2	4	2	3	4	3	1	1	3	2	3	2	3	4	3	2	3	1	1	56	
Khimi	Psikologi	2018	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	52	
Puri Wular	Psikologi	2018	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	56	
Natasya	Psikologi	2018	2	3	1	2	4	3	3	4	3	4	4	1	2	3	3	4	4	4	4	4	1	1	64	
Wanda An	Psikologi	2018	3	2	1	2	3	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	4	1	3	4	3	1	1	49	
Fachrull	Psikologi	2018	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	48	
Satsabila z	Psikologi	2018	3	2	1	2	4	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	4	3	1	1	1	50	
Cahaya Raf	Psikologi	2018	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	63	
Hilmi Yatu	Psikologi	2018	3	3	2	2	4	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2	4	3	3	3	2	1	1	54	
Nafisatul H	Psikologi	2018	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	3	1	1	53	
habibah isi	psikologi	2018	2	4	3	2	4	2	2	2	1	1	1	2	1	1	3	2	4	4	4	4	1	1	48	
Ulul Fahmi	Psikologi	2018	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	2	55	
Aunaldy ht	Psikologi	2018	3	1	2	1	3	3	4	4	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	60	
Afif	Psikologi	2018	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	4	1	51	
Rizky Muli	Psikologi	2018	3	3	1	3	4	4	4	4	2	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	59	
khallishtsa	psikologi	2018	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	1	69	
Namaku yu	Jurusanku	Angkatank	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	52	
Amalia Lu	Psikologi	2018	4	2	1	2	4	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	3	2	3	4	2	1	1	46	
Maulida Au	Psikologi	2018	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	1	2	2	1	4	2	3	1	3	1	1	46	
Abdul Hafiz	Psikologi	2018	1	1	2	1	4	1	1	2	2	3	1	4	1	1	2	1	1	4	3	1	1	1	39	
Ike Nur S	Psikologo	2018	3	2	1	3	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	2	3	1	3	3	3	1	1	44	
Evi Lutfiya	Psikologi	2018	2	3	2	3	3	3	4	4	2	1	1	2	2	2	1	4	2	4	4	4	1	1	55	
Siti Nurjan	Psikologi	2018	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	63	
Nida	Psikologi	2018	3	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	1	53	
Fitri	Psycholog	2018	2	2	4	2	4	3	4	3	1	3	3	2	2	2	2	3	4	3	4	3	1	1	58	
Uzlyfatuz	Psikologi	2018	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	65	
W	Psi	2018	2	3	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	1	50	
Selvi Indrie	Psikologi	2018	3	2	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	2	1	1	4	2	4	4	4	2	1	49	

Lampiran 9 Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Miarasanti Dwi Meilina
Nim : 18410043
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Locus Of Control Internal* Terhadap Stres Mahasiswa Psikologi Angkatan 2018 Yang Sedang Menyusun Skripsi di Sebuah Universitas Negeri Kota Malang
Alamat : Perumahan Pandanwangi Green Park B.30
No. Telp Mahasiswa : 088805898341
Dosen Pembimbing : Hilda Halida, M.Psi, Psikolog

No	Hari/Tanggal	Pokok Bahasan	TTD Dosen Pembimbing	TTD Mahasiswa
1.	Jumat, 1 Oktober 2021	Pengajuan Judul		
2.	Selasa, 12 Oktober 2021	Pengajuan Judul		
3.	Selasa, 26 Oktober 2021	Konsultasi Rancangan BAB I		
4.	Selasa, 9 November 2021	Konsultasi BAB I		
5.	Kamis, 16 Desember 2021	Konsultasi BAB I		
6.	Jumat, 17 Desember 2021	Acc BAB I – BAB II		
7.	Minggu, 19 Desember 2021	Konsultasi BAB I- BAB III		
8.	Senin, 20 Desember 2021	Acc BAB I – BAB III		

9.	Kamis, 23 Desember 2021	Konsultasi Proposal		
10	Senin, 24 Januari 2021	Seminar Proposal		
11	Rabu, 9 Maret 2021	Konsultasi BAB III DAN Uji Validitas		
12	Kamis, 17 Maret 2021	Konsultasi Uji Validitas		
13	Jumat, 18 Maret 2021	Konsultasi Skala		
14	Selasa, 22 Maret 2021	Acc Skala Penelitian		
15	Rabu, 30 Maret 2021	Konsultasi Skala yang telah di CVR ke dosen Fakultas Psikologi UIN Malang		
16	Kamis, 7 April 2021	Konsultasi Uji Validitas		
17	Kamis, 14 April 2021	Konsultasi BAB IV		
18	Senin, 18 April 2021	Konsultasi BAB IV – BABV		
19	Selasa, 19 April 2021	Konsultasi BAB V		
20	Rabu, 20 April 2021	Konsultasi Revisi BAB I, II, III, IV		
21	Senin, 25 April 2021	Revisi BAB I, II, IV		
22	Selasa, 26 April 2021	Revisi BAB II dan IV		

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Hilda Halida, M.Psi, Psikolog
NIP. 19910512201911202273