

ABSTRAK

Faridah Faridatul. 2014. *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Stres Mahasiswa Angkatan 2010 Yang Menyusun Skripsi Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang.* Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Zainal Habib, M.Hum

Kata Kunci: *self-efficacy*, stres menyusun skripsi

Mahasiswa memiliki berbagai kesulitan dan kendala dalam menyusun skripsi. Dari berbagai kesulitan pengerjaan skripsi yang dialami mahasiswa tersebut dapat menimbulkan stres. Bandura (1994) individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan menghasilkan pribadi yang berprestasi, sehingga tidak mudah terkena stres. Sedangkan individu dengan *self-efficacy* yang rendah lebih mudah menjadi korban stres. Namun, mahasiswa Psikologi UIN Maliki Malang yang sedang menyusun skripsi yang memiliki *self-efficacy* yang cukup baik tetapi masih banyak yang tetap mengatakan bahwa mereka stres berat. Mahasiswa yang memiliki motivasi yang tinggi, yakin akan kemampuannya untuk melewati kesulitan dalam penyusunan skripsi tetap mengalami kecemasan, kegelisahan, yang merespon terjadinya stres.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat *self-efficacy* mahasiswa psikologi UIN Maliki Malang yang sedang menyusun skripsi, mengetahui bagaimana tingkat stres mahasiswa psikologi UIN Maliki Malang yang sedang menyusun skripsi, mengetahui apakah ada pengaruh *self-efficacy* terhadap tingkat stres pada mahasiswa Psikologi UIN Maliki Malang yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Sampel penelitian ini sebanyak 31 mahasiswa, diambil dengan teknik random dari populasi sasaran dalam penelitian ini sebanyak 103 mahasiswa angkatan 2010 yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Data *self-efficacy* dan stres mahasiswa diambil dengan menggunakan skala likert. Validitas penelitian ini menggunakan *product moment* sedangkan reliabilitasnya menggunakan *cronbach alpha* dengan bantuan SPSS 16.0 for windows. Data hasil penelitian ini dianalisis dengan teknik regresi linier sederhana dengan persamaan $Y = a + bX$.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang mempunyai kategori *self-efficacy* yang sedang dengan persentase 83,9%. Untuk tingkat stres ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang berada pada kategori sedang dengan persentase 67,7%. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan teknik regresi linier sederhana diperoleh $F = 6,011$ dan $\text{sig}(F) = 0,020$. Dimana $\text{Sig } F < 0,05$ sehingga Hipotesis dalam penelitian ini diterima, maka terdapat pengaruh yang negatif antara *self-efficacy* terhadap stres mahasiswa yang menyusun skripsi angkatan 2010 Fakultas Psikologi UIN Maulana malik Ibrahim Malang, dengan skor determinasi 0,172 yang berarti bahwa 17,2% stres dipengaruhi oleh *self-efficacy* dan 82,8% dipengaruhi oleh variabel lain.