

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN *ACADEMIC STRESS*  
PADA MAHASISWA PEKERJA *ONLINE SHOP* DI  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM KIAI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**Oleh:**

Karimah Dalilah Nur Rohma

NIM: 214103050017

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
JUNI 2025**

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN *ACADEMIC STRESS*  
PADA MAHASISWA PEKERJA *ONLINE SHOP* DI  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM KIAI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam



**Oleh:**  
Karimah Dalilah Nur Rohma  
Nim: 214103050017

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
JUNI 2025**

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN *ACADEMIC STRESS*  
PADA MAHASISWA PEKERJA *ONLINE SHOP* DI  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM KIAI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam

Oleh:

Karimah Dalilah Nur Rohma

Nim: 214103050017

**Dosen Pembimbing**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
  
Fuadatul Huroqiyah, S.Ag, M.Si.  
NIP. 197505242000032002

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN *ACADEMIC STRESS* PADA  
MAHASISWA PEKERJA *ONLINE SHOP* DI FAKULTAS EKONOMI  
DAN BISNIS ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM KIAI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi  
salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam

Hari : Senin

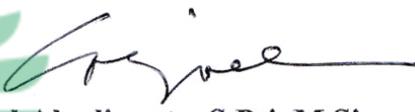
Tanggal : 16 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua

Sekretaris

  
Arrumaisha Fitri, M.Psi.  
NIP. 198712232019032005

  
Nuzul Ahadiyanto, S.Psi, M.Si.  
NIP. 197908122023211009

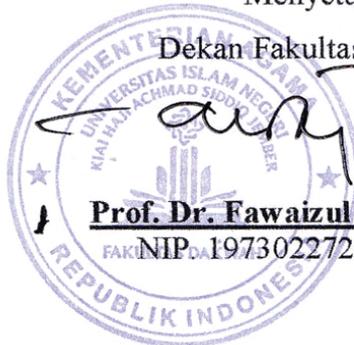
Anggota : UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

1. Dr. Muhammad Muhib Alwi, M.A (  )
2. Fuadatul Huroniyah, S.Ag, M.Si. (  )

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah

  
Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag  
NIP. 197302272000031001



## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا الْأَوْسَعَهَا

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melaikan dengan kesanggupannya  
(QS: Al- Baqarah : 286)\*



---

\* Al-Qur'an dan Terjemah (Kemenag RI, 2020) , 49.

## PERSEMBAHAN

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT atas taburan cinta dan kasih sayang-Mu yang telah memberikanku kekuatan dan membekaliku dengan ilmu. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta, Bapak Habibullah dan Ibu Waqiah beserta keluarga yang selalu mendoakan saya, membimbing saya dan telah memberikan kasih sayang yang tak terhingga serta dukungan moral maupun material untuk keberhasilanku.
2. Bapak dan ibu dosen pembimbing, penguji dan pengajar yang telah ikhlas membimbing, menguji dan mengajarkan banyak ilmu pengetahuan. Mudah-mudahan menjadi amal yang tak terputus melalui ilmu yang bermanfaat fiddunya wal akhirah.
3. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, yang telah memberikan izin serta kesempatan untuk menimba ilmu selama ini. Semoga adanya alumni terus membawa nama baik dengan ilmu yang bermanfaat dan selalu membanggakan sampai ke akhirat kelak.
4. Teman-teman Psikologi Islam 3 dan seluruh angkatan Psikologi Islam tahun 2021 yang saling memberikan dukungan untuk terus berkembang di bangku perkuliahan.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

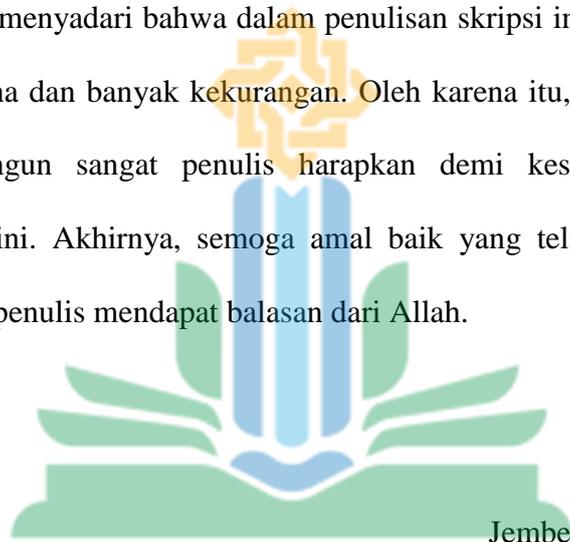
Sege nap puji syukur penulis sampaikan kepada Allah Swt, karena atas rahmat dan karuniaNya, perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana, dapat terselesaikan dengan lancar.

Terselesainya skripsi ini tentu adanya dorongan semangat dan do'a, serta rasa tanggung jawab dari sebuah tugas yang dipikul oleh penulis. Namun selesainya skripsi ini bukan berarti menjadi akhir dari sebuah pencarian ilmu pengetahuan, akan tetapi menjadi langkah awal dari sebuah proses kehidupan untuk menuju insan yang lebih baik. Kesuksesan ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu penulis menyadari dan menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., MM, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
3. Ibu Arrumaisha Fitri, M. Psi, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Islam yang memberikan kemudahan dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Fuadatul Huroniyah, S.Ag, M. Si, sebagai Dosen Pembimbing yang mengarahkan, mengajarkan, mencontohkan bagaimana menyusun serta menyelesaikan skripsi dengan baik dan benar.

5. Semua dosen Fakultas Dakwah, terutama yang telah berkenan mengajarkan ilmunya kepada penulis sehingga dapat menambah pengetahuan ilmu yang sebelumnya tidak pernah dipelajari.
6. Segenap mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam yang telah berpartisipasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Tim Penguji

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Akhirnya, semoga amal baik yang telah Bapak/Ibu berikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah.



Jember, 01 Mei 2025

Penulis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**Karimah Dalilah Nur R**  
**214103050017**

## ABSTRAK

**Karimah Dalilah N.R, 2025:** Hubungan *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember.

**Kata Kunci:** *Hardiness, Academic stress*

Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya kecanggihan teknologi beberapa mahasiswa memiliki kesibukan sebagai pekerja online shop dimana mahasiswa menjual barang atau produknya secara online melalui media sosial seperti, whatsapp, instagram, tik tok dan lain-lain. Sebagian mahasiswa FEBI (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam) memiliki kesibukan lain seperti menjadi pekerja online shop, berbagai hal yang melatar belakangi mahasiswa menjadi pekerja online shop salah satunya faktor ekonomi hingga mengisi waktu luang.

Rumusan masalah pada penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja *Online Shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember.

Tujuan penelitian ini yakni untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja *Online Shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh dengan jumlah sampel 57 dari populasi sebanyak 57 mahasiswa. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kusioner dengan teknik analisis *product moment pearson* dengan bantuan IBM SPSS 25 for windows.

Hasil penelitian ini diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0.001 < 0.05$ . yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*, dari hasil hipotesis ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) pada penelitian ini diterima dan  $H_0$  ditolak. Adapun nilai *pearson correlation* pada penelitian ini ialah  $-0.440$  berada pada tingkat rendah dan berkorelasi negatif. Artinya semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah *academic stress* begitu juga sebaliknya.

## DAFTAR ISI

<b>MOTTO .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	8
C. TUJUAN PENELITIAN.....	9
D. MANFAAT PENELITIAN.....	9
E. RUANG LINGKUP PENELITIAN.....	11
1. Variabel Penelitian.....	11
2. Indikator Variabel.....	12
F. DEFINISI OPERASIONAL.....	12
G. ASUMSI PENELITIAN .....	13
H. HIPOTESIS.....	14
I. SISTEMATIKA PEMBAHASAN .....	16
<b>BAB II .....</b>	<b>17</b>
<b>KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>17</b>
A. PENELITIAN TERDAHULU .....	17
B. KAJIAN TEORI .....	22

<b>BAB III</b> .....	<b>37</b>
<b>METODE PENELITIAN</b> .....	<b>37</b>
A. PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN .....	37
B. POPULASI DAN SAMPEL .....	38
C. TEKNIK DAN INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA .....	39
D. ANALISIS DATA .....	50
<b>BAB IV</b> .....	<b>54</b>
<b>PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS</b> .....	<b>54</b>
A. GAMBARAN OBJEK PENELITIAN.....	54
B. PENYAJIAN DATA.....	57
C. ANALISIS DAN PENGUJIAN HIPOTESIS .....	60
D. PEMBAHASAN .....	64
<b>BAB V</b> .....	<b>69</b>
<b>PENUTUP</b> .....	<b>69</b>
A. KESIMPULAN .....	69
B. SARAN .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>71</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1.....	21
Tabel 3. 1.....	42
Tabel 3. 2.....	44
Tabel 3. 3.....	47
Tabel 3. 4.....	48
Tabel 3. 5.....	49
Tabel 3. 6.....	50
Tabel 3. 7.....	52
Tabel 4. 1.....	58
Tabel 4. 2.....	59
Tabel 4. 3.....	59
Tabel 4. 4.....	60
Tabel 4. 5.....	61
Tabel 4. 6.....	61
Tabel 4. 7.....	62
Tabel 4. 8.....	63



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1.....	57
Gambar 4. 2.....	57



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Pendidikan adalah suatu usaha yang dilakukan untuk memberi pengetahuan dan ketrampilan kepada peserta didik. Hal tersebut bertujuan agar peserta didik memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang akan berguna untuk kehidupan mendatang. Akan tetapi pendidikan tidak hanya berpusat pada pemberian pengetahuan dan ketrampilan saja, melainkan juga pengembangan dalam sisi mental dan emosi para peserta didik. Perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang akan ditempuh siswa setelah lulus dari bangku SMA. Pendidikan pada jenjang perguruan tinggi tentu saja berbeda dengan masa kita menduduki bangku SMA, perbedaan yang ada mulai dari peraturan-peraturan kampus dan tanggung jawab akademis pada setiap individu<sup>1</sup>.

Di Indonesia, ada beberapa jenis perguruan tinggi yakni universitas, sekolah tinggi, politeknik maupun institut. Individu yang sedang berada pada jenjang pendidikan di perguruan tinggi harus menyelesaikan beban studi untuk syarat kelulusannya dengan minimal menempuh 144 sks untuk mendapat gelar sarjana. Individu yang telah maupun sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi disebut sebagai seorang mahasiswa. Menurut tahapan perkembangan, mahasiswa termasuk kedalam usia

---

<sup>1</sup> Abd Rahman dkk, "Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan Dan Unsur-Unsur Pendidikan" *Jurnal Al Urwatul Wutsqa*, Vol 2, No.1, 2022.

perkembangan remaja akhir yang menuju ke dewasa awal, yang berada di rentang usia 18 – 22 tahun.<sup>2</sup>

Dijember ada beberapa perguruan tinggi salah satunya ialah Universitas Kiai Achmad Siddiq yang merupakan satu-satunya perguruan tinggi islam negeri yang berada di Jember. Universitas Kiai Achmad Siddiq memiliki lima fakultas, salah satunya fakultas FEBI (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam) didalamnya terdiri dari empat prodi yakni, ekonomi syariah, perbankan syariah, akuntansi syariah, manajemen zakat dan wakaf. Dalam upaya menjawab kebutuhan pendidikan yang semakin pesat Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember menjadi salah satu wadah yang cocok untuk melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi, hal ini juga dianjurkan dalam firman Allah SWT dalam surah At-taubah (9) ayat 122 yang berbunyi:

﴿ وَمَا كَانَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ ﴾

*Artinya: Tidak sepatutnya semua mukmin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tipa golongan diantara mereka beberapa orang untuk memperdalam ilmu pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali padanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.(At-Taubah (9) ayat 122)*

<sup>2</sup> Dodik, A. A., & Astuti, K. (2012). Hubungan antara Kepribadian Hardines dengan Stres Kerja pada Anggota Polri Bagian Operasional di Polresta Yogyakarta. *INSIGHT*, 10 (1), 37-48.

Pada generasi saat ini dengan adanya kecanggihan teknologi beberapa mahasiswa memiliki kesibukan sebagai pekerja *online shop* dimana mahasiswa menjual barang atau produknya secara online melalui media sosial seperti, whatsapp, instagram, tik tok dan lain-lain, dengan adanya media sosial yang dapat mempermudah proses jual beli, antara penjual dan pembeli terkadang tidak perlu untuk bertemu secara langsung namun, tak jarang juga permintaan pembeli yang ingin bertemu secara langsung jika dirasa jarak keduanya tidak terlalu jauh hal ini bertujuan untuk menghemat biaya pengantaran dari pembeli. Sebagian mahasiswa FEBI (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam) memiliki kesibukan lain seperti menjadi pekerja *online shop*, berbagai hal yang melatar belakangi mahasiswa menjadi pekerja *online shop* salah satunya faktor ekonomi hingga mengisi waktu luang.

*Online Shop* adalah suatu bentuk proses pembelian suatu produk atau barang dan jasa dari seseorang yang menjual produk atau barang dan jasa melalui media sosial dan internet dimana antara penjual dan pembeli tidak perlu bertemu secara atau tanpa bertatap muka dimana barang yang menjadi bahan untuk diperjualbelikan ditawarkan melalui *display* dengan bentuk gambar yang ada di suatu *WebSite*<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> Ilmiyah Ulfa Sari, “Kesantunan Berbahasa Pada Penjual dan Pembeli *Online Shop* Dalam *Media Sosial*”, Universitas Islam Maros (2020).

*Academic stress* merupakan salah satu bentuk distress yang diakibatkan oleh pikiran negatif mahasiswa terhadap tuntutan-tuntutan akademik di kampus. Kegiatan bimbingan berorientasi pada perubahan kognitif yang menyimpang akibat ketidaksiapan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan yang datang yang dipersepsi merugikan atau mengancam diri. Postulat dari restrukturisasi kognitif adalah perasaan negatif bersumber dari kekeliruan individu dalam menginterpretasi lingkungan. Perasaan dan perilaku individu ditentukan oleh cara individu mengkonstruksi lingkungannya. Selain itu, stress dapat muncul apabila ada tuntutan-tuntutan pada diri seseorang yang dirasa menantang, membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki seseorang<sup>4</sup>.

Dari fenomena diatas bahwa *Academic stress* yang muncul setelah peneliti melakukan wawancara pada dua mahasiswa pekerja online shop di fakultas FEBI (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam) disebabkan oleh beberapa hal salah satunya ialah rasa khawatir terhadap tingkat penjualan yang rendah hal tersebut membuat subjek merasa malas untuk menjual produknya, selain itu subjek menyatakan bahwa memiliki peran ganda tersebut membuat subjek khawatir tidak dapat menyelesaikan tugas utamanya sebagai mahasiswa sebab keterbatasan waktu yang dimiliki

---

<sup>4</sup> Sarafino, E. P. (2006). Health Psychology Biopsychological Interactions. New York: John Wiley & Sons Inc.

membuat subjek merasa stress.<sup>5</sup> Subjek lain juga mengatakan bahwa seringkali mengalami hambatan selama menjalankan dua peran tersebut yakni menjadi seorang mahasiswa juga menjadi seorang pekerja, dimana ia menyampaikan bahwasanya sering kali merasa khawatir pada saat waktu ujian tiba, ia merasa tidak cukup belajar karena kesibukan yang dimilikinya<sup>6</sup>.

Menurut Gadzella dan Masten *academic stress* terdiri atas reaksi fisik, perilaku, kognitif, dan emosi terhadap stressor tersebut<sup>7</sup>. Dari hasil wawancara diatas mahasiswa pekerja online shop mengalami akademik stress, yang mana mereka memenuhi empat aspek stress yang disebutkan. Reaksi fisik yang dialami mereka ialah seringkali merasa nyeri punggung juga kelelahan. Reaksi kognitif yang dialami oleh mereka ialah sering merasa tidak fokus terhadap berbagai hal salah satunya ialah saat proses pembelajaran yang berlangsung dikelas. Reaksi psikologis yang dialami oleh mereka ialah sering kali marah terhadap berbagai hal. Sedangkan reaksi perilaku yang dialami oleh mereka ialah seringkali menghindari bertemu dengan teman-temannya. Reaksi terhadap stres yang dialami setiap individu itu berbeda-beda antara individu satu dengan individu yang lain dari waktu ke waktu. Perbedaan yang ada dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang telah disebutkan diatas.

---

<sup>5</sup> Annisa, wawancara, 28 Oktober 2024.

<sup>6</sup> Dian lubaba, wawancara 28 Oktober 2024.

<sup>7</sup> Gadzella, B.M, Stacks, J., Stephens, R.C, & Masten, W.G. (2005). WatsonGlaser critical thinking appraisal, form-S for education majors. *Journal of instructional psychology*, 32(1), 9.

Hambatan yang telah terjadi pada hal yang telah diuraikan diatas perlu untuk diamati, sebagai bentuk persiapan untuk memiliki kepribadian yang tangguh dan dapat memungkinkan mahasiswa supaya dapat lebih siap untuk menjalani dan menghadapi permasalahan selama menjalani dua peran tersebut. Seorang mahasiswa harus dapat membangun sebuah kepribadian *hardiness* (tangguh) dalam segala bentuk permasalahan yang muncul dalam kehidupannya, juga dapat menemukan solusi dari bentuk permasalahan tersebut. Menurut Kobasa mengembangkan suatu bentuk kepribadian yang didasarkan pada daya tahan seseorang terhadap permasalahan yang dialaminya, tipe kepribadian ini disebut dengan *hardiness* (tangguh)<sup>8</sup>. Setiap individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi akan memiliki suatu perilaku yang dapat membuat dirinya merasa lebih kuat dalam sebuah pekerjaan atau aktivitas-aktivitas yang lain serta dapat merubah pandangan terhadap suatu bentuk permasalahan mengubahnya menjadi sebuah tantangan. Aspek-aspek yang ada dalam individu yang memiliki kepribadian *hardiness* ialah berupa komitmen, kontrol dan tantangan, dari aspek tersebut dapat diamati bagaimana mahasiswa pekerja *online shop* dapat menjalankan dua perannya tersebut dengan sebaik mungkin.

---

<sup>8</sup> Ndalu Pangestu, Skripsi: "*Hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang" (Semarang 2020), 26

Sesuai dari teori yang disebutkan diatas peneliti melakukan wawancara terhadap mahasiswa pekerja online shop mereka menyatakan bahwasanya mereka dapat mengontrol antara pekerjaan online shopnya dengan tekanan akademiknya dengan cara menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu baru setelah itu mereka mulai untuk memfokuskan diri terhadap pekerjaan online shopnya. Komitmen mereka tetap tinggi meskipun seringkali tingkat penjualan tersebut rendah atau mengalami penurunan namun mereka tetap berusaha dengan semaksimal mungkin. Sedangkan tantangan dalam menjalankan dua peran ini mereka dapat melaluinya dengan cukup baik, seperti dapat membagi waktu antara tuntutan pekerjaan dengan tuntutan akademik, tidak merasa malu meskipun berjualan pada saat kuliah dan lain-lain<sup>9</sup>.

Dari banyaknya penelitian yang telah dilakukan sebelumnya sebagian besar telah menyoroti terkait hubungan *hardiness* dengan *academic stress* namun subjek pada penelitian sebelumnya seringkali menggunakan subjek mahasiswa secara general belum ada yang membahas tentang hubungan *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa secara spesifik seperti pada mahasiswa pekerja online shop. Realita yang terjadi di lapangan pada penelitian ini sesuai dengan wawancara awal yang dilakukan ialah tingkat *hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa pekerja online shop di fakultas ekonomi dan bisnis islam sudah

---

<sup>9</sup> wawancara Annisa, Dian Lubaba

tinggi, namun mereka juga merasa tetap mengalami *academic stress* akibat banyaknya tuntutan akademik dari kampus. Sedangkan harapan pada penelitian ini ialah jika mahasiswa pekerja online shop di fakultas ekonomi dan bisnis islam sudah tinggi maka kecil kemungkinan untuk mengalami *academic stress*.

Dari pembahasan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa pekerja *online shop* di fakultas ekonomi dan bisnis islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember. Maka dari latar belakang ini, menjadi alasan tersendiri bagi peneliti untuk melakukan penelitian terhadap mahasiswa pekerja online shop di fakultas ekonomi dan bisnis islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember. Sehingga peneliti merumuskan judul penelitian **“Hubungan *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember”**.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* pada mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember?

### C. TUJUAN PENELITIAN

Dari bentuk permasalahan yang muncul diatas peneliti mengambil kesimpulan sebagai tujuan dari penelitian ini yakni:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* pada mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember

### D. MANFAAT PENELITIAN

Manfaat penelitian meliputi sesuatu yang dikontribusikan setelah penelitian selesai. Kegunaannya dapat bersifat teoritis dan praktis, meliputi kegunaan untuk penulis, organisasi, dan masyarakat secara menyeluruh. Kegunaan penelitian harus realistis.<sup>10</sup> Manfaat dalam penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini diinginkan mampu memberikan manfaat yang baik pada berbagai pihak serta bisa menambah wawasan dan pengetahuan mengenai teori *hardiness* dengan *academic stress* dan bisa dijadikan referensi ataupun bahan bacaan.

---

<sup>10</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulis Karya Tulis Ilmiah*, (Jember: UIN Jember, 2021), 6.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan kesadaran terhadap mahasiswa pekerja online shop untuk menjadi pribadi yang tangguh (*hardiness*) agar dapat membagi waktunya dengan baik antara bekerja dengan pendidikannya. Terutama bagi mahasiswa pekerja online shop yang berada di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa memberikan pengetahuan dan pemahaman serta pengetahuan penulis dan memotivasi para pembaca tentang topik yang diteliti yaitu Hubungan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* pada mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

### c. Bagi Universitas

Penelitian ini dimaksudkan untuk digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi kepada mahasiswa Universitas Kiai Haji Achmad Siddiq Jember untuk memperbanyak pengetahuan tentang topik yang diteliti yaitu hubungan *Hardiness* dengan *Academic stress* pada mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember

## E. RUANG LINGKUP PENELITIAN

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu sifat atau nilai (atribut) dari individu, objek, maupun kegiatan yang memiliki variasi tertentu dan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari serta ditarik kesimpulannya<sup>11</sup>. Adapun pada penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni:

#### a. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel terikat (*dependen*) atau yang menyebabkan perubahan serta timbulnya variabel terikat.<sup>12</sup> Pada penelitian ini variabel bebas disebut juga dengan variabel X. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas ialah *Hardiness*

#### b. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas atau yang menjadi akibat dari adanya variabel bebas.<sup>13</sup> Pada penelitian ini variabel terikat disebut juga sebagai variabel Y. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat ialah *Academic stress*.

<sup>11</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013), 38.

<sup>12</sup> Ibid, 39.

<sup>13</sup> Ibid 39

## 2. Indikator Variabel

### a. *Hardiness*

*Hardiness* merupakan variabel X (bebas) dalam penelitian ini yang terdiri dari tiga aspek kepribadian *hardiness* yakni kontrol, komitmen, dan tantangan<sup>14</sup>

1. Kontrol
2. Komitmen
3. Tantangan

### b. *Academic stress*

*Academic stress* merupakan variabel Y (terikat) dalam penelitian ini yang terdiri dari tiga aspek:

1. Persepsi diri terkait akademik
2. Ekspektasi akademik
3. Beban tugas dan ujian

## F. DEFINISI OPERASIONAL

Definisi operasional merupakan batas pengertian yang dijadikan pedoman untuk melakukan sebuah kegiatan termasuk juga kegiatan penelitian dan disusun berdasarkan keinginan dari peneliti<sup>15</sup>. Adapun definisi operasional dari kedua variabel dalam penelitian ini ialah:

### 1. *Hardiness* (X)

<sup>14</sup> Ndalu Pangestu, Skripsi: “*Hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang” (Semarang 2020), 26

<sup>15</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013), 38.

*Hardiness* adalah upaya mengembangkan suatu konsep kepribadian yang didasarkan pada daya tahan seseorang terhadap masalah yang dialaminya, tipe kepribadian ini disebut dengan kepribadian *hardiness*. Seseorang yang dapat mengontrol, berkomitmen, dan menerima tantangan baru disebut dengan seseorang yang *hardy* (memiliki kepribadian yang tangguh). *Hardiness* yang dimaksud dalam penelitian ini ialah bagaimana bentuk sifat *hardiness* yang dimiliki seorang mahasiswa yang menjalankan dua peran tersebut, yakni sebagai pelajar, maupun sebagai pekerja.

## 2. *Academic stress* (Y)

*Academic stress* adalah suatu bentuk distress yang dialami seseorang akibat adanya tuntutan akademik yang tinggi. Banyaknya tekanan emosional juga psikologis yang dialami seseorang dalam konteks akademik dapat mengakibatkan seseorang mengalami stress. *Academic stress* yang dimaksud dalam penelitian ini ialah suatu bentuk distress yang dialami oleh mahasiswa pekerja online shop dikarenakan menjalankan dua peran dimana ia harus memenuhi tuntutan akademiknya juga tuntutan pekerjaannya.

## G. ASUMSI PENELITIAN

Asumsi penelitian merupakan anggapan dasar atau postulat, yaitu merupakan titik tolak pemikiran yang mana kebenarannya tersebut diterima

oleh peneliti. <sup>16</sup>Asumsi penelitian ini didapatkan dengan melihat kedua Variabel independen (X) dan dependent (Y). Variabel independen (X) yang digunakan yaitu *hardiness* sedangkan variabel dependennya (Y) yaitu *academic stress*.

*Academic stress* seringkali terjadi pada mahasiswa yang menjalankan dua peran. Melihat dari banyaknya penelitian yang menyatakan bahwasanya seringkali mahasiswa merasa terbebani dengan banyaknya tugas yang diberikan, harapan dan tekanan dari keluarga, manajemen waktu dan lain-lain yang menyebabkan tidak jarang mahasiswa tersebut mengalami *academic stress*. Namun dengan memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi maka tingkat stress yang dialami mahasiswa tersebut rendah, begitu juga sebaliknya jika tingkat *hardiness* mahasiswa rendah maka tingkat stress yang akan dialami semakin tinggi. Dari beberapa pernyataan diatas maka peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja *Online Shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

## H. HIPOTESIS

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan

---

<sup>16</sup> Tim Penyusun., Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah, (Jember: UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2023), hal 25.

dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empiris<sup>17</sup>. Hipotesis dibedakan atas dua jenis yaitu hipotesis nol dan hipotesis alternatif. Hipotesis nol ditandai dengan kata-kata seperti tidak ada pengaruh, tidak ada hubungan, dan sejenisnya. Hipotesis alternatif adalah lawan dari hipotesis nol. Jika hipotesis nol tidak terbukti, maka hipotesis alternatif dapat diterima. Sebaliknya jika hipotesis nol dapat dibuktikan kebenarannya, maka hipotesis alternatif tidak dapat diterima<sup>18</sup>. Oleh karena itu peneliti merumuskan hipotesis sebagai berikut:

**H<sub>a</sub>** : tidak ada hubungan yang signifikan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja *Online Shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember

**H<sub>o</sub>** : terdapat hubungan signifikan antara *Hardiness* dengan *Academic stress* Pada Mahasiswa Pekerja *Online Shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember

---

<sup>17</sup> Ibid 65

<sup>18</sup> Enos Lolang, “*Hipotesis Nol dan Hipotesis Alternatif*”, jurnal KIP, Vol. 3 No. 3, (2014), 685-686.

## I. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Pada bagian sistematika pembahasan berisikan tentang alur pembahasan pada penyusunan skripsi yang dimulai dengan pendahuluan hingga diakhiri dengan penutup. Penulisan sistematika pembahasan dibuat dengan bentuk deskriptif naratif, bukan seperti daftar isi.

Pada BAB I berupa pendahuluan yang membahas tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian, definisi operasional, asumsi penelitian (jika ada), hipotesis dan diakhiri dengan sistematika pembahasan.

Pada bagian BAB II berisi tentang pembahasan kajian kepustakaan yang meliputi penelitian terdahulu dan kajian teori.

Pada BAB III berisi tentang pembahasan metode penelitian yang terdiri dari: pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, teknik dan instrumen pengumpulan data dan pembahasan terakhir berupa analisis data yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis.

Pada bagian BAB IV berisi tentang pembahasan penyajian data dan analisis yang terdiri dari: gambaran objek penelitian, penyajian data, analisis dan pengujian hipotesis, juga pembahasan.

Pada pembahasan BAB V Penutup, pada bab ini menyajikan tentang kesimpulan dari serangkaian pembahasan skripsi berdasarkan hasil yang telah didapatkan dan saran-saran yang akan disampaikan kepada penelitian selanjutnya

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. PENELITIAN TERDAHULU

Pada bagian ini, peneliti mencantumkan berbagai temuan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian yang akan diteliti dan setelah itu dirangkum, baik penelitian yang sudah dipublikasikan dan yang tidak dipublikasikan (skripsi, tesis, artikel jurnal ilmiah, dan lain-lain). Dengan mengambil langkah ini, maka kita akan melihat sejauh mana orisinalitas dan perbedaan penelitian yang akan diteliti<sup>19</sup>.

Dalam penelitian milik Jessica Nur azizah dan Yohana Wuri<sup>20</sup> yang berjudul ***“Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19”*** yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid 19. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional, populasi pada penelitian ini berjumlah 231 mahasiswa dengan kriteria mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2016-2017, sedangkan penggunaan sampel disini menggunakan teknik *stratified random sampling*. teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah *product moment person*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan

---

<sup>19</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulis Karya Tulis Ilmiah*, (Jember: UIN Jember, 2021), 83.

<sup>20</sup> Jessica Nur Azizah & Yohana Wuri “Hubungan Hardiness dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19”, *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 08, No. 01, 2021.

skripsi selama pandemi covid 19 dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai korelasi -0,617. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness*, maka semakin rendah stres akademik dan sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa.

Pada jurnal **“Hubungan Hardiness dan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”** milik Femi Pasangkin dan Arthur Huawe<sup>21</sup> yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, bentuk pengumpulan data pada penelitian ini ialah berupa pengisian *google form*, partisipan atau sampel pada penelitian ini sebanyak 165 mahasiswa diseluruh Indonesia yang sedang menempuh tingkat akhir dan Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* dari Karl Pearson untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan adaptabilitas karir. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir.

---

<sup>21</sup> Femi Pasangkin dan Arthur Huawe. “Hubungan Hardiness dan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 12, No.1, (Mei, 2022), 64-74.

Dalam jurnal penelitian lain milik Andhika Lukman dkk <sup>22</sup> yang berjudul ***“Hardiness and Academic stress Of University Student During Distance Learning”*** yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *hardiness* dengan stres akademik mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk melihat hubungan di antara variabel dengan menggunakan teknik pengambilan sampel berupa *simple random sampling* dimana yang menjadi populasi pada penelitian ini ialah mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sebanyak 100 mahasiswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya selama pembelajaran jarak jauh. Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi *hardiness*, maka stres akademik akan semakin rendah.

Penelitian milik Fanindya Indriadi dan Diana Rusmawati <sup>23</sup> yang berjudul, ***“Hubungan Hardiness dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro”*** yang bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *hardiness* dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa Rantau dari pulau Sumatera di universitas diponegoro. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, teknik pengampilan sampel pada penelitian ini menggunakan *incidental cluster*

---

<sup>22</sup> Andhika Lukman dkk. *“Hardiness and Academic stress Of University Student During Distance Learning”*. *Journal Of Pshycological Student*, Vol 1 No. 1, (2022), 11-24.

<sup>23</sup> Fanindya Indriadi dan Diana Rusmawati, *“Hubungan Hardiness dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro”*. *Jurnal Empati*, Vol. 12, No.04, (2023), 319-325.

*sampling* dengan jumlah populasi sebanyak 86 orang yang merupakan mahasiswa Rantau dari pulau Sumatera. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara *hardiness* dengan efikasi diri pada mahasiswa rantau dari pulau Sumatera di Universitas Diponegoro yang artinya semakin tinggi *hardiness* akademik yang dimiliki mahasiswa rantau asal Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro maka semakin tinggi pula efikasi diri akademiknya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *hardiness* akademik yang dimiliki mahasiswa rantau asal Pulau Sumatera maka semakin rendah pula efikasi diri akademiknya.

Jurnal milik Ivana Febriana dan Ermida Simanjuntak yang berjudul ***“Self Regulated Learning dan Academic stress Pada Mahasiswa”*** yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *self regulated learning* dengan academic stress pada mahasiswa. jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 134 mahasiswa tingkat menengah yakni mahasiswa tahun kedua dan ketiga di fakultas psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala academic stress dan skala *self regulated learning*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan academic stress pada mahasiswa<sup>24</sup>.

---

<sup>24</sup> Ivana Febriana dan Ermida Simanjuntak, *“Self Regulated Learning dan Academic stress Pada Mahasiswa” Jurnal Experientia*, Vol. 09, No. 2, (Desember 2021).

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu

NO	Nama, Tahun, Judul	Perbedaan	Persamaan
1.	Jesica Nur azizah dan Yohana Wuri (2021) Hubungan antara <i>Hardiness</i> dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19	Subjek pada penelitian ini mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama Covid 19	Persamaan pada penelitian ini ialah variabel X menggunakan <i>Hardiness</i> dan variabel Y menggunakan <i>Academic stress</i>
2.	Femi Pasangkin dan Arthur Huawe (2022) Hubungan <i>Hardiness</i> dan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah pada variabel terikat (Y) peneliti terdahulu menggunakan Adaptabilitas karir dan subjek pada penelitian terdahulu ialah mahasiswa tingkat akhir	Penelitian ini sama-sama menggunakan <i>hardiness</i> sebagai variabel bebasnya (X).
3.	Andhika Lukman dkk (2022) <i>Hardiness</i> and <i>Academic stress</i> Of University Student During Distance Learning	Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah cara pengambilan sampel, teknik yang digunakan oleh peneliti terdahulu ialah random sampling sedangkan pada penelitian ini teknik sampel yang digunakan ialah teknik purposive sampling. Terdapat perbedaan subjek pada penelitian ini, subjek terdahulu menggunakan siswa yang belajar dengan jarak jauh, sedangkan peneliti menggunakan subjek mahasiswa pekerja <i>online shop</i> .	Persamaan yang terdapat dalam penelitian ini ialah sama-sama menggunakan <i>hardiness</i> sebagai variabel bebas (X) dan <i>Academic stress</i> sebagai variabel terikat (Y).
4.	Fanindya Indriadi dan Diana Rusmawati (2023) Hubungan <i>Hardiness</i> dengan	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah terdapat pada variabel terikatnya (Y) dimana pada	Persamaan yang terdapat pada penelitian ini ialah sama-sama menggunakan <i>hardiness</i> sebagai variabel

	Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro	penelitian terdahulu variabel terikatnya menggunakan Efikasi diri sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya menggunakan <i>Academic stress</i> Terdapat perbedaan pula pada teknik pengambilan sampelnya, pada penelitian terdahulu menggunakan <i>incidental cluster sampling</i> , pada penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i> .	bebas (X).
5.	Ivana Febriana dan Ermida Simanjuntak (2021) Self Regulated Learning dan Academic stress Pada Mahasiswa	Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah pada penelitian ini variabel X berupa <i>hardiness</i> sedangkan pada penelitian terdahulu variabel X menggunakan <i>self regulated learning</i> .	Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu sama-sama menggunakan akademik stress sebagai variabel terikat (Y).

## B. KAJIAN TEORI

Kerlinger menyimpulkan sebuah teori bagaikan seperangkat konstruk atau konsep, definisi proposisi yang memberikan pemikiran sistematis mengenai tanda-ciri dengan jalan memspesifikasikan hubungan ikatan yang ada antara variabel-variabel maupun peubah-peubah dengan maksud untuk menerangkan dan meramalkan maupun memprediksi suatu fenomena.<sup>25</sup>

<sup>25</sup> Dr. H. Hizamudin, SE, MSi. Dkk., Metodologi Penelitian, (Riau: DOTPLUS Publisher, 2021), 81.

## 1. *Academic stress*

### a. *Pengertian Academic stress*

*Academic stress* menurut Bedwey & Gabriel merupakan persepsi subjektif individu terhadap tekanan yang dihadapinya terkait tantangan pembelajaran, seperti mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas, beban tugas akademik yang terlalu banyak dan di luar kemampuannya, kekhawatiran akan masa depan dan prestasi akademik yang menurun<sup>26</sup>.

*Academic stress* didefinisikan sebagai suatu kondisi psikologis yang muncul ketika mahasiswa mengalami kesulitan dalam mencapai tujuan akademiknya sehingga mempengaruhi keseimbangan mental, emosional dan fisiknya<sup>27</sup>.

*Academic stress* merupakan perasaan tertekan yang dialami mahasiswa baik secara fisik maupun emosional, dikarenakan adanya tuntutan akademik dari dosen maupun orangtua untuk mendapat hasil belajar yang baik, dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik, tidak adanya arahan dalam mengerjakan tugas pekerjaan rumah dan suasana kelas yang tidak kondusif.

*Academic stress* adalah suatu kondisi atau keadaan dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan kondisi

---

<sup>26</sup> Bedwey, D., & Gabriel, A. "Examining perceptions of cademic stress and its sources among university students: The Perception of Academic stress Scale" *Journal Of Health psychology open*, 2: 1-9.(2015).

<sup>27</sup> Gadzella, B.M. "Student-life Stress Inventory" *Journal Of Instrumentation Deveploment*, Vol.5 No.1, 1-11 (1998).

aktual yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan<sup>28</sup>.

Pendapat lain menyatakan bahwa *academic stress* adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Dari beberapa pengertian yang di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *academic stress* merupakan keadaan dimana seorang individu merasa tertekan dalam tuntutan akademiknya, baik secara penyelesaian tugas, lingkungan pendidikan dls, sehingga menyebabkan reaksi fisik yang berlebihan.

#### **b. Aspek-aspek *Academic stress***

Beberapa aspek akademik yang menguraikan tekanan psikologis yang timbul selama individu berada dalam lingkup pendidikan ialah:

##### **1) Persepsi diri terhadap akademik**

Aspek ini berkaitan dengan cara individu dalam memandang positif dan negative terhadap kemampuan diri, sehingga persepsi ini yang membuat individu merasa tidak mampu menghadapi tuntutan akademik.

---

<sup>28</sup> Alvi, N.O. “Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak-anak Anda” Handling Study Press, Penerbit: Elex Media Komputindo, Jakarta 2010.

## 2) Tuntutan beban tugas dan ujian

Aspek ini berkaitan dengan tekanan yang dirasa individu ketika mendapat tugas yang banyak, tugas yang sulit dan kekhawatiran ketika gagal ujian.

## 3) Ekspektasi akademik

aspek ini berkaitan dengan harapan dari lingkungan sekitar yang berasal dari persaingan akademik dengan teman, harapan guru dan orangtua terhadap prestasi akademik individu.

### c. Faktor Penyebab *Academic stress*

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *academic stress* yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

#### 1) Faktor Internal

##### a) Pola pikir

Individu yang berfikir tidak dapat untuk mengendalikan situasi seringkali mengalami stress yang lebih besar. Semakin besar kendali bahwa individu tersebut dapat melakukan suatu hal, maka semakin kecil kemungkinan stress yang akan dialami

##### b) Kepribadian

Kepribadian individu dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stress. Tingkat stress individu yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan dengan individu yang sifatnya pesimis.

### c) **Keyakinan**

Penyebab internal selanjutnya yang turut menentukan tingkat stres siswa adalah keyakinan atau pemikiran terhadap diri. Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini siswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

## 2) **Faktor Eksternal**

Kurikulum dalam sistem pendidikan standarnya semakin lebih tinggi. Akibatnya persaingan semakin ketat, waktu belajar bertambah, dan beban siswa semakin meningkat. Walaupun beberapa alasan tersebut penting bagi perkembangan pendidikan dalam negara, tetapi tidak dapat menutup mata bahwa hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi siswa meningkat.

### a) **Tekanan untuk berprestasi tinggi**

Para siswa sangat ditekan untuk berprestasi dengan baik dalam ujian-ujian mereka. Tekanan ini terutama datang dari orangtua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.

### b) **Dorongan Status Sosial**

Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial. Orang-orang dengan kualifikasi akademik tinggi akan dihormati

masyarakat dan yang tidak berpendidikan tinggi akan dipandang rendah. Siswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. Sebaliknya, siswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lambat, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah, cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orangtua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

**c) Orang tua Saling Berlomba**

Pada kalangan orangtua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras. Seiring dengan perkembangan pusat-pusat pendidikan informal, berbagai macam program tambahan, kelas seni rupa, musik, balet, dan drama yang juga menimbulkan persaingan siswa terpandai, terampil, dan serba bisa.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *academic stress* yaitu faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan, sedangkan faktor eksternal yang terdiri dari tekanan

untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, pelajaran lebih padat, dan orangtua saling berlomba<sup>29</sup>.

## 2. *Hardiness*

### a. Pengertian *Hardiness*

*Hardiness* dideskripsikan oleh Kobasa dalam Maddi sebagai gaya atau pola kepribadian yang terkait dengan kesehatan dan performa dibawah stress. Seseorang yang hardy memiliki komitmen kerja, memiliki perasaan bahwa apapun yang terjadi berada dibawah kontrol orang tersebut, dan terbuka terhadap perubahan dan tantangan dalam hidup. Mereka cenderung menginterpretasikan kejadian yang menekan dalam hidup sebagai sesuatu hal yang menarik untuk dihadapi. Secara singkat *hardiness* ditandai dengan tiga C yakni, commitment, control, challenge.

Menurut kobasa dkk kepribadian tangguh atau *hardiness* berfungsi sebagai perisai terhadap stres yang ekstrim. Maddi mendefinisikan *hardiness* sebagai suatu karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang sebagai kekuatan dalam memandang kondisi yang berpotensi dapat menimbulkan stress, diubah dalam situasi yang tidak mengancam sehingga memiliki peluang untuk dihadapi.

Bigshop menyatakan bahwa, meskipun *hardiness* merupakan salah satu tipe kepribadian yang tahan terhadap stres, *hardiness* juga

---

<sup>29</sup> Gunawati R dkk, "Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi dengan Stres Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro". *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 3 No. 2, 93-115.

merupakan kombinasi dari ciri-ciri kepribadian yang dapat dipercaya untuk melukiskan gambaran individu yang berkinerja baik di bawah tekanan kesulitan. *Hardiness* merupakan karakteristik yang melibatkan strategi dan kemampuan untuk mengubah situasi penuh<sup>30</sup>.

Kobasa menyatakan bahwa tipe kepribadian *hardiness* ini menunjukkan komitmen, kontrol dan tantangan yang tinggi. Menurut Maddi *hardiness* seperangkat sikap dan keterampilan belajar yang membantu individu mengubah situasi yang memiliki berpotensi mengancam menjadi peluang untuk pengembangan diri dengan menggali makna dibalik situasi yang terjadi disekitar individu sehingga individu dapat meningkatkan kinerja meski berada di bawah tekanan, serta menjaga kebugaran individu<sup>31</sup>. Berdasarkan beberapa pengertian diatas peneliti mengambil kesimpulan bahwa teori pengertian *hardiness* milik Kobasa memiliki landasan yang jelas dan sesuai dengan kebutuhan dari peneliti. Definisi *hardiness* merupakan beberapa perilaku dan kemampuan individu yang memungkinkan individu untuk memiliki ketahanan dan menghadapi tekanan psikologis dan mengubahnya menjadi kesempatan untuk berkembang.

---

<sup>30</sup> Bishop, G. D. "Health Psychology" Singapore: Allin And Bacon. (1994).

<sup>31</sup> Kobasa, S. C. "Stressful Life Events, Personality Adn Health An Inquiry Into Hardiness". *Journal Personality Social Psychology*, 37(1), 1-10.

**b. Aspek-aspek *Hardiness***

Ada beberapa aspek yang dapat mempengaruhi kepribadian *hardiness* menurut Kobasa antara lain:

**1) Kontrol**

Kontrol adalah seseorang percaya bahwa individu dapat mempengaruhi kejadian atau mengendalikan apapun yang terjadi dalam hidupnya. Kontrol mengacu pada kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa seseorang dapat menggunakan pengalamannya sendiri untuk mengontrol dan mempengaruhi peristiwa ketika dihadapkan pada peristiwa yang tidak terduga. Aspek pengendalian diwujudkan dalam kemampuan mengendalikan proses pengambilan keputusan atau kemampuan untuk secara bebas memilih di antara berbagai tindakan yang dapat diambil. Orang dengan tingkat kontrol yang tinggi juga memiliki kontrol kognitif, atau kemampuan menafsirkan, mengevaluasi, dan mengintegrasikan berbagai peristiwa ke dalam rencana kehidupan masa depan. Antonim dari kendali adalah ketidakberdayaan, perasaan pasif bahwa seseorang selalu takut terhadap hal-hal yang berada di luar kendalinya. Kurangnya inisiatif dan kurangnya rasa sumber batin pribadi, mengakibatkan adanya perasaan tidak berdaya dalam menghadapi hal-hal yang menimbulkan ketegangan.

## 2) **Komitmen**

Komitmen adalah keyakinan pribadi tentang tujuan atau keterlibatan seseorang dalam suatu peristiwa, aktivitas, dan orang-orang dalam kehidupannya. Orang yang berkomitmen tinggi memiliki makna dalam nilai-nilai, keyakinan, identitas diri, pekerjaan, dan kehidupan keluarga mereka. Individu cenderung terlibat dalam apa pun yang mereka lakukan karena keyakinan bahwa hal itu bermakna secara pribadi dan mempunyai tujuan. Orang dengan komitmen mendalam tidak mudah menyerah pada tekanan.

## 3) **Tantangan**

Tantangan merupakan kecenderungan memandang perubahan sebagai peluang pertumbuhan dibandingkan ancaman terhadap keamanan. Seseorang yang cenderung memandang perubahan-perubahan dalam kehidupan sebagai fenomena alam dan mampu melihat perubahan-perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat bermanfaat bagi perkembangan, serta memandang kehidupan sebagai suatu tantangan yang menyenangkan<sup>32</sup>.

Funk dan Houston: Hull et al. dalam Taylor mengemukakan bahwa beberapa studi menemukan bahwa hubungan

---

<sup>32</sup> Ndalung Pangestu, "Hardiness pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang" (Semarang, 2020).

dari ketiga aspek dari *hardiness* merupakan suatu kesatuan dan ketiga aspek tersebut memiliki hubungan yang relative lemah. Aspek-aspek tersebut meliputi:

(a) Komitmen

Individu yang memiliki komitmen tinggi percaya bahwa kemampuan diri sendiri dan kepada apa yang mereka lakukan.

(b) Kontrol

Kontrol merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya.

(c) Tantangan

Tantangan mengacu pada kecenderungan untuk memandang suatu perubahan sebagai insentif atau peluang untuk bertumbuh dan bukan berupa suatu ancaman terhadap keamanan<sup>33</sup>.

c. **Faktor *Hardiness***

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepribadian *hardiness*, faktor-faktor dari *hardiness* antara lain:

- 1) Kemampuan untuk dapat merencanakan sesuatu yang nyata ataupun realistis dengan kemampuan yang dimiliki individu untuk membuat sebuah rencana terkait hal-hal yang nyata atau realistis, maka jika individu dihadapkan dengan sebuah permasalahan

<sup>33</sup> Taylor C. "Philosophical Arguments" Harvard University Press, 1995.

individu tersebut tahu apa yang seharusnya dilakukan dalam keadaan tersebut.

- 2) Memiliki kepercayaan diri dan sikap positif, dengan ini ia dapat menghadapi situasi dengan cara yang lebih santai dan optimis, sehingga dapat menghindari stress.
- 3) Mengembangkan keterampilan komunikasi dan kemampuan untuk menghadapi emosi yang kuat berulang kali.
- 4) Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat banyak hal yang dapat mempengaruhi *hardiness*, antara lain faktor dalam diri individu itu sendiri, yang meliputi kemampuan individu untuk membuat rencana yang realistis, kepercayaan diri dan kepositifan, serta keterampilan individu dalam komunikasi.<sup>34</sup>

#### **d. Manfaat *Hardiness***

- 1) Membantu individu dalam beradaptasi

Dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi, akan sangat memberikan sumbangan dalam melakukan proses adaptasi terkait hal-hal baru yang ditemui, sehingga hal ini dapat menyebabkan kondisi stress yang ditimbulkan tidak banyak dan dapat dikelola dengan baik

- 2) Toleransi terhadap bentuk frustrasi

Terdapat penelitian terhadap 2 kelompok mahasiswa, yaitu kelompok dengan ketabahan tinggi dan rendah. Hasil menunjukkan

---

<sup>34</sup> ibid 32

bahwa mahasiswa yang mempunyai ketabahan hati tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih baik apabila dibandingkan dengan mahasiswa yang berketabahan hatinya rendah. Sejalan dengan temuan ini, penelitian lain menjelaskan bahwa ketabahan hati yang dimiliki mahasiswa dapat membantu dirinya untuk tidak berfikir akan melakukan bunuh diri (suicide) ketika keadaan stress dan putus asa melanda.

### 3) Dapat meminimalisir imbas buruk dari stress

Kobasa memberikan banyak temuan dalam penelitiannya tentang *hardiness* yang menyebutkan bahwa: ketabahan hati akan sangat efektif berperan ketika terjadi periode stress dalam kehidupan seseorang, hasil inipun banyak dikemukakan oleh tokoh lain. Hal ini dapat terjadi karena memaknai stress bukan menjadi suatu ancaman yang berarti.

### 4) Mengurangi Penilaian Negatif

Pemaknaan terhadap suatu kejadian atau peristiwa yang dirasa mengancam dan akan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping. Coping merupakan penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stress. Kepribadian *hardiness* yang dimiliki dapat membuat individu melakukan coping yang sesuai dengan masalah yang dihadapinya. Individu berkarakter *hardiness* tinggi akan cenderung

memandang situasi yang menyebabkan stress sebagai hal positif, dan karena itu dirinya mampu lebih jernih dalam mengambil sikap coping.

5) Meningkatkan Ketahanan Diri dari Bentuk Stress

Kepribadian *hardiness* dapat menjaga diri sendiri untuk tetap sehat meskipun sedang mengalami kejadian stress tak tertahankan. Dikarenakan memiliki ketahanan lebih terhadap stress, individu ini juga akan memiliki kondisi yang lebih sehat dan tidak rentan sakit karena caranya menghadapi stress lebih baik bila dibandingkan dengan individu dengan *hardiness* rendah.

6) Membantu Individu Melatih Kesempatan Lebih Jernih sebagai Latihan dalam Mengambil Keputusan. Kobasa & Maddi mengemukakan bahwa bahwa *hardiness* dapat membantu individu melihat peluang lebih jelas daripada praktik dalam mengambil keputusan, baik di bawah tekanan atau tidak. Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa *hardiness* individu lebih baik mentolerir frustrasi, mengurangi efek negatif stress, mengurangi kelelahan, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu peristiwa atau situasi yang dianggap mengancam dan meningkatkan harapan keberhasilan. Lebih sulit untuk sakit, yang biasanya disebabkan oleh stress, yang membantu individu melihat peluang dengan lebih jelas sebagai latihan pengambilan keputusan.

Pada penjelasan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa manfaat *hardiness* dalam diri individu membawa ke arah yang positif. Manfaat *hardiness* dapat membantu orang dalam proses adaptasi mengatasi stress dengan lebih baik, mengurangi konsekuensi negatif dari stress dan evaluasi negatif dari peristiwa yang mengancam dan meningkatkan harapan untuk bertahan hidup dengan sukses, mengurangi kerentanan manusia terhadap penyakit, dan membantu orang menemukan kebaikan. mengambil keputusan dalam hidup keadaan stress.<sup>35</sup>



---

<sup>35</sup> Ndalu Pangestu, “*Hardiness pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang*” (Semarang, 2020).

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian pada penelitian ini ialah:

#### A. PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan ini merupakan metode ilmiah karena memenuhi kaidah ilmiah seperti empiris, obyektif, dapat diukur, rasional dan sistematis. Disebut dengan metode kuantitatif karena berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan<sup>36</sup>. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang ingin melihat hubungan diantara variabel. Apakah terdapat hubungan atau tidak antara

---

<sup>36</sup> Prof. Dr. Sugiyono, “ *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*”, Penerbit: Alfabeta Bandung, 2013, hal 2.

variabel dependen dengan variabel independen. Serta untuk mengetahui kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut<sup>37</sup>.

## B. POPULASI DAN SAMPEL

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya<sup>38</sup>. Jadi populasi merupakan seluruh obyek yang akan menjadi konstruk penelitian. Populasi pada penelitian ini ialah mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember sejumlah 57 mahasiswa.

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability Sampling* yang artinya pengambilan sampel pada penelitian ini tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini berupa sampel jenuh yaitu teknik penentuan sampel dengan menjadikan seluruh populasi sebagai sampel penelitian<sup>39</sup>. Adapun sampel pada penelitian ini berjumlah 57 mahasiswa yang bekerja sebagai pekerja *online shop*.

---

<sup>37</sup> Fausiah Nurlan, “*Metodelogi Penelitian Kuantitatif*”, Penerbit: CV Pilar Nusantara, November 2019.

<sup>38</sup> Ibid hal 80.

<sup>39</sup> Ibid hal 81.

## C. TEKNIK DAN INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA

### 1. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data sangat penting dalam setiap penelitian, termasuk penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan teknik *kuantitatif non-eksperimental* yang dibuat dengan desain korelasional. Teknik pengumpulan data ini dapat diperoleh melalui angket (kusioner), observasi, wawancara dan dokumentasi<sup>40</sup>. Adapun penjelasan mengenai hal tersebut sebagai berikut:

#### a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang memiliki tanda spesifik daripada teknik pengumpulan data yang lain. Jika wawancara dan kusioner selalu berkaitan dengan berkomunikasi dengan orang lain maka observasi tidak memberi batas terhadap orang dan obyek-obyek yang lainnya. Menurut Hadi Sutrisno observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis maupun psikologis<sup>41</sup>.

---

<sup>40</sup> Jonathan Sarwono, Metode “*Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*”. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.

<sup>41</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*”, (Bandung, Alpha Beta Publiding Co, 203) hal 145.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan observasi berkenaan dengan tingkah laku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan jika responden yang diamati tidak terlalu besar.

b. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal dari responden secara mendalam<sup>42</sup>. Wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan teknik interview pada beberapa mahasiswa *pekerja online shop* di fakultas ekonomi dan bisnis islam universitas kiai achmad siddiq Jember.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah cara mengumpulkan data dan informasi melalui buku-buku, gambar-gambar dan juga foto untuk membuat laporan dan juga informasi untuk memperkuat penelitian<sup>43</sup>. Dokumentasi pada penelitian ini berupa gambar kondisi lapangan penelitian.

d. Kusioner atau Angket

Kusioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan sejumlah pertanyaan tertulis terhadap responden. Kusioner merupakan teknik pengumpulan data

---

<sup>42</sup> Sugiyono, "Penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D" penerbit Alfabeta, 2013.

<sup>43</sup> ibid 43

yang efisien untuk dilakukan apabila peneliti tahu dengan pasti variabel yang diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Selain itu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan metode kusioner juga cocok digunakan bila jumlah responden banyak dan tersebar di wilayah yang luas<sup>44</sup>

## 2. Instrmen Penelitian

Pada prinsipnya meneliti merupakan pengukuran terhadap fenomena alam maupun sosial, maka dalam pengukuran harus terdapat alat ukur yang tepat<sup>45</sup>. Sebagaimana dalam penelitian ini dalam mengukur suatu masalahnya perlu adanya instrumen penelitian agar dapat diuji serta menjadi alat bagi peneliti dalam mengumpulkan datanya. Pemilihan skala pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala likert.

### a. Skala *Hardiness*

Skala *hardiness* yang nantinya akan digunakan untuk mengukur *hardiness* individu dalam penelitian ini merupakan skala yang berisikan sebuah pertanyaan-pertanyaan yang sudah tersusun, skala ini juga telah diadaptasi dari penelitian terdahulu oleh peneliti yang disesuaikan dengan karakteristik subjek penelitian yang digunakan oleh peneliti. Adapun *blue print* skala *hardiness* sebagai berikut:

---

<sup>44</sup> Ibid 46

<sup>45</sup> Sugiyono, “*Penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*” penerbit Alfabeta, 2013.

**Tabel 3. 1**  
**Blue Print Skala Hardiness**  
**Sebelum Uji Coba**

No	indikator	Deskriptif	No Item		Jumlah
			favourable	unfavourable	
1	Control	Keyakinan dalam mengontrol atau mengendalikan apa saja yang akan terjadi dalam hidupnya	2, 6, 12, 15	8	
2	Comitment	Yakin akan tujuan hidupnya, terlibat dalam peristiwa hidupnya, komitmen dama beberapa aspek dalam hidupnya	1, 7, 10,	4, 13	
3	Challenge	Perubahan merupakan suatu proses pertumbuhan dan bukanlah sebagai hal yang mengancam, merubah pandangan sebuah tekanan menjadi suatu tantangan	5, 9,	3, 11, 14	
<b>TOTAL</b>					15

Seperti yang telah disebutkan bahwa skala pada penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari empat jawaban dengan nilai sebagai berikut:

Untuk pertanyaan *favourable*, skor yang didapat adalah:

Sangat setuju = 4

Setuju = 3

Tidak setuju = 2

Sangat tidak setuju = 1

Sedangkan untuk pertanyaan *unfavourable* skor yang didapat adalah :

Sangat setuju = 1

Setuju = 2

Tidak setuju = 3

Sangat tidak setuju = 4

Skor diatas apabila dijumlahkan maka akan terlihat skor total, yang artinya semakin tinggi skor yang diperoleh oleh subjek maka, semakin tinggi tingkat *hardiness* yang dimiliki subjek, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula *hardiness* yang dimiliki subjek.

b. Skala *Academic stress*

Skala *Academic stress* yang digunakan untuk mengukur *Academic stress* individu dalam penelitian ini merupakan skala yang berisikan sebuah pertanyaan-pertanyaan yang sudah tersusun, skala ini juga telah diadaptasi dari penelitian terdahulu oleh peneliti yang disesuaikan dengan karakteristik subjek penelitian yang digunakan oleh peneliti. Adapun *blue print* skala *Academic stress* sebagai berikut:

**Tabel 3. 2**  
**Blue Print Skala Academic stress**  
**Sebelum Uji Coba**

NO	Indikator	Deskriptif	No item		Jumlah
			favourabel	unfavorable	
1	Persepsi diri terkait akademik	Memiliki persepsi negative	1, 2	13, 14	4
2	Ekspektasi akademik	Tekanan teman sebaya, takut tidak bisa memenuhi ekspektasi keluarga	3, 4, 5, 6	15, 16, 17, 18	8
3	Beban tugas dan ujian	Merasa tertekan terhadap tugas yang berlebihan, keterbatasan waktu, rasa khawatir terhadap ujian.	7, 8, 9, 10, 11, 12	19, 20, 21, 22, 23, 24	12
<b>TOTAL</b>					24

Seperti yang telah disebutkan bahwa skala pada penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari empat jawaban dengan nilai sebagai berikut:

Untuk pertanyaan *favourable*, skor yang didapat adalah:

Sangat setuju = 4

Setuju = 3

Tidak setuju = 2

Sangat tidak setuju = 1

Sedangkan untuk pertanyaan *unfavourable* skor yang didapat adalah :

Sangat setuju	= 1
Setuju	= 2
Tidak setuju	= 3
Sangat tidak setuju	= 4

Skor diatas apabila dijumlahkan maka akan terlihat skor total, yang artinya semakin tinggi skor yang diperoleh oleh subjek maka, semakin tinggi tingkat *Academic stress* yang dimiliki subjek, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula *Academic stress* yang dimiliki subjek.

Instrumen yang digunakan harus diuji validitas dan reabilitasnya untuk memastikan bahwa instrumen tersebut valid dan dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya.

### 3. Uji Validitas & Reabilitas

#### a. Uji Validitas

Pengujian instrumen dalam suatu penelitian sangatlah penting, melihat alat ukur sebagai bentuk untuk melihat seberapa valid atau tidaknya alat ukur tersebut. Menurut Sarwono skala pengukuran dapat dikatakan valid apabila skala tersebut digunakan sesuai dengan apa yang akan diukur<sup>46</sup>. Hasil dari uji validitas tersebut dapat diketahui dengan menggunakan IBM SPSS *for*

<sup>46</sup> Jonathan Sarwono, "Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif" Graha Ilmu, Yogyakarta, 2019, hal 99.

windows, yakni menggunakan rumus *Product Moment* dari Karl Pearson dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Jika nilai koefisien korelasi (r) yang dihitung lebih besar atau sama dengan nilai koefisien korelasi (r) yang terdapat pada tabel alat ukur maka kusioner tersebut dinyatakan valid.
- 2) Jika nilai koefisien korelasi (r) yang dihitung lebih kecil dari nilai koefisien korelasi (r) terdapat pada tabel alat ukur maka kusioner tersebut dinyatakan tidak valid.

Gambaran dari uji validitas ialah apabila ada suatu objek yang akan diukur maka alat ukur itulah yang diuji sesuai dengan objek tersebut. Dalam pengujian ini menggunakan rumus korelasi produk moment, teknik ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan kusioner yang telah disebarkan maka data yang diperoleh berupa data interval.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

**Keterangan :**

Rxy : Koefisien Korelasi X dan Y

N : Jumlah Responden

X : Bobot Skor Pada Item

Y : Total Skor yang Diperoleh

Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh menurut nilai yang tercantum pada tabel dengan tingkat signifikansi 5% sesuai dengan nilai  $n-2$ , diperoleh nilai  $r$  tabel sebesar 0,361. Item yang telah diuji cobakan dapat dikatakan valid jika nilainya lebih besar dari 0,361, dan dikatakan tidak valid apabila nilai  $r$  tabelnya lebih kecil. Setelah peneliti melakukan uji coba pada mahasiswa pekerja *online shop* yang ada di Fakultas Syariah Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember 15 item skala *hardiness* pada penelitian ini dikatakan valid sedangkan item pada skala *academic stress* ada 9 item yang gugur (tidak valid) dan tersisa 15 item yang valid.

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Skala Hardiness**  
**(setelah uji coba)**

No	indikator	Deskriptif	No Item		Jumlah
			Favourable	unfavourable	
1	Control	Keyakinan dalam mengontrol atau mengendalikan apa saja yang akan terjadi dalam hidupnya	2, 6, 12, 15	8	
2	Comitment	Yakin akan tujuan hidupnya, terlibat dalam peristiwa hidupnya, komitmen dalam beberapa aspek dalam hidupnya	1, 7, 10,	4, 13	
3	Challenge	Perubahan merupakan suatu	5, 9,	3, 11, 14	

		proses pertumbuhan dan bukanlah sebagai hal yang mengancam, merubah pandangan sebuah tekanan menjadi suatu tantangan			
<b>TOTAL</b>					15

**Tabel 3. 4**  
**Blue Print Skala Academic stress**  
**(setelah uji coba)**

NO	Indikator	Deskriptif	No item		Jumlah
			Favourabel	unfavorable	
1	Persepsi diri terkait akademik	Memiliki persepsi negative	2		1
2	Ekspektasi akademik	Tekanan teman sebaya, takut tidak bisa memenuhi ekspektasi keluarga	3, 5, 6	15, 16	5
3	Beban tugas dan ujian	Merasa tertekan terhadap beban tugas yang berlebih, keterbatasan waktu, rasa khawatir terhadap ujian.	7, 9, 10, 12	19, 20, 22, 23, 24	9
<b>TOTAL</b>					15

## b. Uji Reabilitas

Konsep reabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran yang digunakan bersifat tetap, terpercaya serta bebas dari galat pengukuran (*measurement error*). Sedangkan uji reabilitas instrumen untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan dapat diandalkan atau bersifat tangguh.

Pada dasarnya, uji reabilitas mengukur variabel yang digunakan melalui pertanyaan atau pernyataan yang digunakan. Uji reabilitas digunakan untuk membandingkan nilai *Cronbach alpha* dengan tingkat signifikan yang digunakan. Tingkat signifikan yang digunakan 0,60, Adapun kriteria pengujian sebagai berikut:

- 1) Jika nilai *Cronbach alpha* > tingkat signifikan, maka instrumen dikatakan reliabel.
- 2) Jika nilai *Cronbach alpha* < tingkat signifikan, maka instrumen dikatakan tidak reliabel<sup>47</sup>.

**Tabel 3. 5**  
**Hasil Uji Reliabilitas *Hardiness***

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>cronbach's alpha</i>	<i>N Of Items</i>
0,767	15

Sumber: SPSS 25 for windows

<sup>47</sup> Budi Darma, "*Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reabilitas)*", Penerbit: Guepedia Jakarta.

Pada tabel tersebut menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar  $0.767 > 0.60$  sehingga pada item *hardiness* dinyatakan reliabel.

**Tabel 3. 6**  
**Hasil Uji Reliabilitas *Academic stress***

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>cronbach's alpha</i>	<i>N Of Items</i>
0,810	15

Sumber: SPSS 25 for windows

Tabel diatas menunjukkan nilai reliabilitas pada variabel *academic stress* sebesar  $0.810 > 0.60$  yang artinya item pada variabel *academic stress* dinyatakan reliabel.

#### D. ANALISIS DATA

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data responden terkumpul. Dalam analisis data hal yang dilakukan ialah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, menyajikan data pada tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis<sup>48</sup>. Adapun analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* yang terdiri dari:

##### 1. Uji Normalitas

Uji distribusi normalitas atau yang seringkali disebut dengan uji normalitas digunakan untuk mengukur apakah data yang diperoleh

<sup>48</sup> Sugiyono "Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D" Penerbit: Alfabeta, 2016. Hal 147.

dilapangan berdistribusi normal atau tidak sehingga dapat digunakan dalam statistik parametris (statistik inferensial). Dengan demikian uji normalitas adalah apakah data empirik yang telah didapatkan dilapangan sesuai dengan distribusi teoritik tertentu<sup>49</sup>. Adapun ketentuan dari uji normalitas ialah:

- a. Apabila data hasil penelitian memiliki tingkat signifikansi  $> 0,05$  maka data tersebut dikatakan berdistribusi normal
- b. Apabila data hasil penelitian memiliki tingkat signifikansi  $< 0,05$  maka data tersebut dikatakan tidak berdistribusi normal

## 2. Uji Linearitas

Uji Linearitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen dan independen apakah linear atau tidak. Linear diartikan hubungan seperti garis lurus. Konsep linearitas mengacu pada pengertian apakah variabel-variabel dependen dapat digunakan untuk memprediksi variabel tak independen dalam suatu hubungan tertentu<sup>50</sup>. Adapun kriteria untuk menentukan uji linieritas ialah:

- a. Apabila nilai signifikansi  $p < 0,05$ , maka data tersebut memiliki hubungan yang linier antara variabel dependen dengan variabel independen.

---

<sup>49</sup> Nisrina Haniah, "Uji Normalitas dengan Metode Liliefors" *Jurnal Statistika Pendidikan*, Jakarta, 2013.

<sup>50</sup> Dr. I Wayan Widana S.Pd, M. Pd, Putu Lia Muliani, "Uji Persyaratan Analisis" Penerbit: Klil Media Lumajang, 2020.

- b. Apabila nilai signifikansi  $p > 0,05$ , maka data tersebut tidak memiliki hubungan yang linier antara variabel dependen dengan variabel independent.

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah suatu pernyataan mengenai nilai suatu parameter populasi yang dimaksudkan untuk pengujian atau kesimpulan sementara yang harus diuji kebenarannya yang berguna untuk pengambilan keputusan. Pengujian hipotesis merupakan prosedur yang didasarkan pada bukti sampel yang dipakai untuk menentukan apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak<sup>51</sup>. Adapun beberapa ketentuan dari uji hipotesis sebagai berikut:

- a. Apabila nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, artinya ialah terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*.
- b. Apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya ialah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*.

Untuk dapat melihat kriteria kekuatan hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen dapat dilihat pada pedoman kekuatan hubungan (*correlation coefficient*) ini:

**Tabel 3.7**  
**Rumus Pedoman Uji Hipotesis**

<sup>51</sup> M. Askari Zakariah, Vivi Afirani, "Analisis Statistik dengan SPSS untuk Penelitian Kuantitatif" Penerbit: Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warahmah Kolaka, 2021.

<b>Nilai Koefisien Korelasi</b>	<b>Interpretasi</b>
0,00 – 0,19	Sangat rendah
0,20 – 0,39	Rendah
0,40 – 0,59	Cukup kuat
0,60 – 0,79	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat



## **BAB IV**

### **PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

#### **A. GAMBARAN OBJEK PENELITIAN**

##### **1. Letak Geografis**

Universtias Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember terletak di Jalan Mataram No.1, Karangmiwo, Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember.

##### **2. Sejarah Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember**

Universtias Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember merupakan perguruan tinggi yang berdiri pada tahun 1965, awal mula nama dari perguruan ini ialah Insitut Agama Islam Djember (IAID) fakultas yang ada pertamakali ialah fakultas tarbiyah yang terletak di Jalan Dr. Wahidin No.24 Jember. IAID diresmikan pada tanggal 21 Februari 1966, sehingga IAID berubah status menjadi fakultas tarbiyah IAIN Sunan Ampel cabang Jember yang berada dibawah naungan IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Selanjutnya pada tahun 2014 surat keputusan presiden no 142, tanggal 17 Oktober 2014 terkait perubahan status STAIN menjadi IAIN jember. tak lama kemudian pada tahun 2021 IAIN jember beralih status menjadi Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember.

Universtias Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember memiliki lima fakultas program starata 1 (S1) sebagai berikut:

- a. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
- b. Fakultas Dakwah

- c. Fakultas Syariah
- d. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam
- e. Fakultas Ushuludin Adab dan Humaniora<sup>52</sup>

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember yang berdiri beriringan dengan perubahan beralihnya status IAID menjadi IAIN Jember, yakni pada tahun 2014. Program Sarjana (S1) pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam ialah:

- a. Perbankan Syariah
- b. Ekonomi Syariah
- c. Akuntansi Syariah
- d. Manajemen Zakat dan Wakaf

Perbankan Syariah berdiri pada tahun 2011, sesuai dengan surat keputusan Direktur Jendral Kelembagaan Agama Islam nomor: Dj.1/1876/2011. Kemudian disusul oleh program studi Ekonomi Syariah yang berdiri pada tahun 2013, sesuai dengan surat keputusan Direktur Jendral Kelembagaan Agama Islam nomor 2862/2012. Kemudian pada tahun 2015 berdiri pula program studi Akuntansi Syariah juga program studi Manajemen Zakat dan Wakaf<sup>53</sup>.

### 3. Visi dan Misi

---

<sup>52</sup> <https://uinkhas.ac.id/page/detail/sejarah-uin-khas-jember>.

<sup>53</sup> <https://febi.uinkhas.ac.id/page/detail/sejarah>

Visi: Unggul dalam bidang ekonomi dan bisnis islam berdasarkan nilai kearifan local di tingkat Asia Tenggara tahun 2035.

Misi:

- a. Memperkuat basis keilmuan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam FEBI Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran secara professional dan religious dalam bidang ekonomi dan bisnis islam.
- b. Meningkatkan jumlah dan mutu capaian pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat serta menjamin berkembangnya pola ilmiah dan pengkajian ilmu ekonomi dan bisnis islam yang tepat guna.
- c. Membangun budaya akademik yang kompetitif, produktif, dan inovatif dalam pengelolaan sumber daya melalui pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.
- d. Membangun sistem tata kelola dan reputasi fakultas yang kredibel, akuntabel, dan transparan dan professional berbasis teknologi informasi.
- e. Memperkuat pemberdayaan mahasiswa dan alumni di bidang ekonomi dan bisnis islam.
- f. Mengembangkan budaya bisnis local dan ekonomi kreatif yang berlandaskan ekonomi islam.

## B. PENYAJIAN DATA

### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Responden pada penelitian ini ialah mahasiswa aktif Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam yang bekerja sebagai pekerja *online shop*.

**Gambar 4.1**  
**Diagram jenis kelamin responden penelitian**

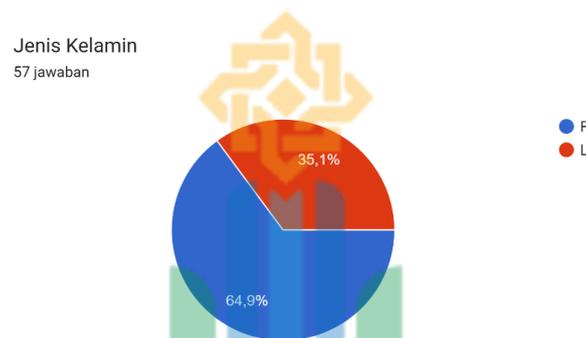


Diagram diatas menunjukkan bahwa responden terdiri dari 64,9% perempuan dengan jumlah 37 mahasiswa dan 35,1% laki-laki dengan jumlah 20 mahasiswa, sehingga total keseluruhan responden ialah sebanyak 57 orang.

**Gambar 4.2**  
**Diagram Program Studi**

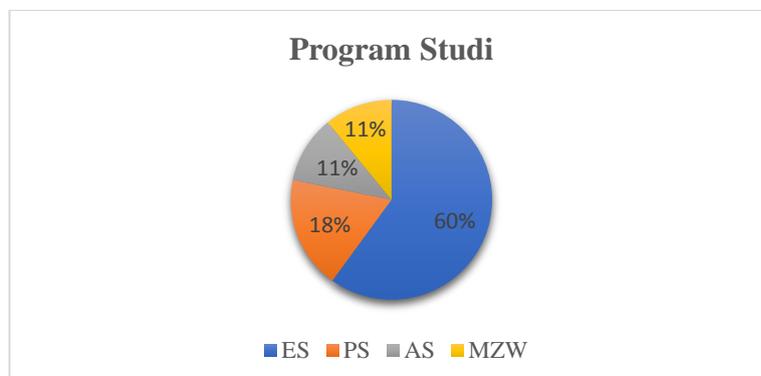


Diagram diatas menunjukkan bahwa responden terdiri dari beberapa program studi, yakni 60% atau sebanyak 34 mahasiswa dari program studi ekonomi syariah, 18% atau 11 mahasiswa dari perbankan syariah, 11% atau 6 mahasiswa dari akuntansi syariah dan 11% pula atau 6 mahasiswa dari program studi manajemen zakat dan wakaf.

## 2. Deskripsi Statistik

Pengukuran statistik deskriptif variabel ini perlu dilakukan untuk melihat gambaran data secara umum seperti nilai rata-rata (mean), tertinggi (max) terendah (min), dan standar deviasi dari masing-masing variabel yaitu *Hardiness* (X) dan *Academic stress* (Y), mengenai hasil uji statistik deskriptif penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4. 1**  
**Hasil Uji Deskripsi Statistik**

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>Hardiness</i>	57	28	39	34.75	2.960
<i>Academic stress</i>	57	33	48	40.40	3.005

Berdasarkan dari tabel diatas dapat diketahui nilai minimum dan maksimum dari masing-masing variabel, dengan nilai minimum variabel *hardiness* sebesar 28 dan maksimumnya 39. Sedangkan pada variabel *academic stress* nilai minimum yang didapat ialah 33 dan maksimumnya 48. Selain itu dari tabel diatas juga ditemukan nilai

rata-rata 34.75 serta standar deviasi sebesar 2.960 pada variabel *hardiness*. Sedangkan pada variabel *Academic stress* nilai rata-rata yang didapat ialah 40.40 dan standar deviasinya 3.005

### 3. Deskripsi Kategorisasi Data

Pada bagian deskripsi kategorisasi data digunakan sebagai acuan dalam menentukan data untuk melihat tingkat respon pada masing-masing variabel yang diukur.

Berikut merupakan rumus yang digunakan dalam menghitung deskripsi kategorisasi data :

**Tabel 4. 2**  
**Rumus Kategorisasi Data**

Tinggi	$M + ISD \leq X$
Sedang	$M - ISD \leq X < M + ISD$
Rendah	$X < M - ISD$

Keterangan: M = Mean

SD = Standar Deviasi

#### a. Kategori *Hardiness*

**Tabel 4. 3**  
**Kategorisasi *Hardiness***

Kategori	Range	frekuensi	Presentase	Presentase kumulatif
Rendah	$X < 30$	5	8.8%	8.8%
Sedang	$30 \leq X < 45$	51	89.5%	89.5%
Tinggi	$45 \leq X$	1	1.8%	1.8%
<b>Total</b>		<b>57</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *hardiness* bahwa responden penelitian memiliki tingkat *hardiness* tinggi sebanyak 1 orang, tingkat *hardiness* sedang sebanyak 51 orang, dan tingkat *hardiness* rendah sebanyak 5 orang.

**b. Kategorisasi *Academic stress***

**Tabel 4. 4**  
**Kategorisasi *Academic stress***

Kategori	Range	frekuensi	Presentase	Presentase kumulatif
Rendah	$X < 30$	4	7.0%	7.0%
Sedang	$30 \leq X < 45$	41	71.9%	71.9%
Tinggi	$45 \leq X$	12	21.1%	21.1%
<b>Total</b>		<b>57</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *academic stress* bahwa responden penelitian memiliki tingkat *academic stress* tinggi sebanyak 12 orang, sedang sebanyak 41 orang, dan tingkat *academic stress* rendah sebanyak 4 orang.

**C. ANALISIS DAN PENGUJIAN HIPOTESIS**

**1. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data tersebut sudah berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan kolmogorov smirnov. Sedangkan pengambilan keputusan mengacu pada nilai signifikansi, jika nilai  $\text{sig} > 0.05$  maka data yang

diperoleh berdistribusi normal, jika nilai data yang diperoleh  $\text{sig} < 0.05$  maka data tersebut tidak berdistribusi normal.

**Tabel 4. 5**  
**Pedoman Uji Normalitas**

Nilai Signifikasi	Keterangan
$\text{Sig} > 0.05$	Data berdistribusi normal
$\text{Sig} < 0.05$	Data tidak berdistribusi normal

Berikut merupakan hasil uji normalitas dari variabel *hardiness* dan *academic stress*.

**Tabel 4. 6**  
**Hasil Uji Normalitas**

<i>One Sample Kolmogorov Smirnov Test</i>			
N	Variabel	Signifikansi (2-tailed)	Keterangan
80	<i>Hardiness</i>	0,200	Normal
80	<i>Academic stress</i>	0,200	Normal

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil *2-tailed* bernilai 0.200 yang artinya nilai tersebut  $> 0.05$ . Nilai *2-tailed* dikatakan sebagai tanda hipotesis yang tidak memiliki arah. Oleh karena itu, skala dari *hardiness* dan *academic stress* dinyatakan berdistribusi normal sesuai dengan ketentuan nilai signifikasi.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependen*. Standar yang digunakan untuk mengetahui hubungan kedua variabel ialah dengan melihat nilai *deviation from linierity*, jadi apabila nilai  $\text{sig} > 0.005$  kedua variabel tersebut dikatakan linier, namun apabila nilai  $\text{sig} < 0.005$  maka dikatakan tidak linier.

**Tabel 4. 7**  
**Hasil Uji Linieritas**

<i>Anova Table</i>		
<b>Variabel</b>	<b>Sig. deviation from linearity</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Hardiness dan Academic stress</i>	0,282	Linier

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai *deviation from linierity* dari variabel *hardiness* dan *academic stress* adalah  $0.282 > 0.005$ , yang artinya nilai tersebut lebih besar dari standar *deviation from linierity* maka dapat disimpulkan bahwa data dari kedua variabel tersebut dikatakan linier.

## 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui korelasi antara variabel *independent* dan variabel *dependent*. Rumus analisis korelasi *product moment pearson* dilakukan sebagai pengujian hipotesis, dalam pengujian hipotesis ini digunakan perangkat lunak berupa SPSS 25.0. Penelitian ini memiliki dua hipotesis yang harus diuji yaitu:

Hipotesis alternatif ( $H_a$ ) = terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

Hipotesis nihil ( $H_0$ ) = tidak terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq Jember.

Berikut hasil uji hipotesis pada penelitian ini:

**Tabel 4. 8**  
**Hasil Uji Hipotesis**

<i>Correlations</i>		
<i>Hardiness</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-0.440
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.001
<i>Academic stress</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-0.440
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.001

Dari hasil tabel diatas diperoleh nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0.001 atau  $< 0.005$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *hardiness* dengan variabel *academic stress* sehingga hipotesis  $H_a$  pada penelitian ini diterima dan hipotesis  $H_0$  ditolak.

Adapun hasil dari *pearson correlation* pada penelitian ini ialah -.440. artinya terdapat arah hubungan yang negatif pada variabel *hardiness* dengan *academic stress*. Hubungan negatif pada penelitian ini artinya semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki maka, semakin rendah *academic stress* yang dialami.

#### D. PEMBAHASAN

*Hardiness* menurut Kobasa adalah ada empat aspek yang dimiliki *hardiness* yaitu kontrol atau pengendalian merupakan kepercayaan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mempengaruhi, mengelola, dan menguasai peristiwa yang terjadi pada dirinya. Yang kedua ialah komitmen yakni mempresentasikan seberapa jauh seseorang terlibat dalam keadaan yang dihadapi, ketiga tantangan merupakan potensi seseorang dalam memandang sebuah perubahan.

*Academic stress* merupakan suatu keadaan seseorang yang memiliki perasaan tegang, cemas dan tertekan akibat adanya tekanan dan tuntutan yang berasal dari dosen atau orang tua salah satunya ialah berupa nilai yang baik dan bagus juga tuntutan prestasi akademik deadline atau batas waktu tugas yang diselesaikan dengan baik dan tepat waktu serta adanya kondisi yang tidak mendukung

*Academic stress* terjadi karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu persepsi diri terhadap akademik, ekspektasi akademik dan beban tugas juga ujian. Menurut Bedewy & Gabriel *academic stress* merupakan suatu kondisi yang menyebabkan individu mempunyai pemikiran yang subjektif terhadap kemampuannya dalam mengatasi tuntutan yang berhubungan dengan penilaian individu terhadap beban akademik.

Berdasarkan hasil analisis penelitian bahwa *hardiness* mempengaruhi *academic stress* mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember. Hasil dari

masing- masing variabel dapat dilihat bahwa hubungan *hardiness* dengan *academic stress* berbeda-beda. Pada variabel *hardiness* terlihat bahwa dalam pengkategorian terdapat 8.8% responden yang berada pada tingkat rendah, 89.5% responden berada pada tingkat sedang dan 1.8% berada pada tingkat tinggi. Hal ini menyatakan bahwa *hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember lebih banyak berada pada tingkat sedang.

Sedangkan pada variabel *academic stress* sebesar 21.1% responden berada pada tingkat tinggi dan 71.9% responden berada pada tingkat sedang dan 7.0% responden berada pada tingkat rendah. Dengan demikian dari hasil pengkategorian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember lebih banyak mengalami *academic stress* dengan tingkat sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember memiliki tingkat *hardiness* dan *academic stress* yang setara yang artinya mereka dapat menghadapi permasalahan yang muncul dengan menjalani dua peran tersebut. Mereka dapat berpikir positif dan mengubah keadaan yang menegangkan menjadi menyenangkan. Mereka memiliki kontrol diri, kontrol terhadap lingkungan. Sehingga ketika terjadi permasalahan mereka dapat mengontrolnya dengan baik.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang didapat pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *academic*

*stress* hal ini dapat dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti menggunakan SPSS 25 *for windows* dengan hasil  $0.001 < 0.005$  yang artinya hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima dan  $H_0$  ditolak. Pada uji hipotesis ini menunjukkan adanya hubungan antara *hardiness* dengan *academic*, dengan nilai *pearson correlation* sebesar  $-0,440$  terdapat hubungan yang negative pada kedua variabel ini artinya, semakin tinggi tingkat *hardiness* seseorang maka semakin rendah tingkat *academic stress* yang dialami begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat *hardiness* yang dimiliki maka semakin tinggi tingkat *academic stress* yang dialami.

Rendahnya korelasi kedua variabel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *hardiness* bukanlah satu-satunya faktor dominan yang berkorelasi dengan *academic stress*. Untuk memperkuat analisis dan memberikan pandangan yang lebih luas peneliti merujuk pada temuan dari penelitian terdahulu yang memiliki hubungan signifikan dengan *academic stress*. Terdapat hasil penelitian yang dilakukan oleh A. An Defitri, Ririn Muthia Z dan Nopriadi dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa secara terpisah ditemukan bahwa *social support* memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic stress*, dengan nilai  $p = 0,005 (< 0,05)$  yang menunjukkan adanya korelasi positif antara kedua variabel<sup>54</sup>.

Selain *hardiness*, faktor lain yang mempengaruhi *academic stress* adalah efikasi diri. Efikasi diri memegang peran yang penting dalam

---

<sup>54</sup> A An Defitri, Ririn Muthia Z dan Nopriadi, “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19*”. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 10, N0.2, 2021.

kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Bandura yang mengatakan bahwa efikasi diri yang rendah mengindikasikan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan-kesulitan akademik dan mudah stres jika menemukan kesulitan-kesulitan dalam hidupnya, sedangkan efikasi diri yang tinggi akan mampu percaya mengerjakan tugas sesuai dengan tuntutan, bekerja keras, dan bertahan mengerjakan tugas sampai selesai. Hal ini dibuktikan bahwa hasil uji hipotesis dengan nilai  $p = 0.000 (<0.05)$  dan  $-0.399$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan *academic stress*<sup>55</sup>.

Hubungan negatif antara *Hardiness* dengan *Academic stress* didukung oleh penelitian oleh Jesica dan Yohana yang menyatakan bahwa semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki maka semakin rendah *academic stress* yang dialami. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini ialah besar nilai korelasinya yaitu  $-0,683$ . Nilai korelasi tersebut tidak jauh berbeda dari penelitian ini meskipun lebih besar pada penelitian tersebut<sup>56</sup>.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sarita Candra dkk yang melakukan penelitian yang sama yaitu hubungan *hardiness* dengan *academic stress* dari penelitian tersebut diketahui bahwa nilai koefisien korelasinya sebesar  $-0,683$  terdapat hubungan negatif antara

---

<sup>55</sup> Syifa Aulia R, Rilla Sovitriana, "Hubungan antara Hardiness dan Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA Budi Mulia Kota Tangerang" *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, Vol. 1, No. 1, 2021

<sup>56</sup> Jesica & Yohana, "Hubungan Antara Hardiness dengan Academic stress Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19", *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol.8, No.1, (2021).

*hardiness* dengan *academic stress* yang artinya bahwa semakin tinggi *hardiness* semakin kecil *academic stress* yang dialami, begitu juga sebaliknya.

Hal ini selaras dengan yang dipaparkan oleh Wilks bahwa *academic stress* merupakan suatu perpaduan dari beberapa tuntutan akademik yang melebihi kemampuan atau kesanggupan sumber daya seseorang untuk menanganinya. Hal ini seringkali terjadi pada kalangan pelajar terlebih pada seorang mahasiswa yang memiliki peran ganda. Maka dapat disimpulkan bahwa *academic stress* yang terjadi pada mahasiswa pekerja online shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember dikarenakan adanya tuntutan akademik yang tinggi.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian data perhitungan dan analisis data dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan  $H_0$  ditolak. Hal ini ditunjukkan dengan hasil hipotesis sebesar  $0.001 < 0.05$  dengan nilai  $p = -0.440$  yang artinya pada penelitian ini terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember. Uji hipotesis juga menunjukkan korelasi yang negative artinya bahwa semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki seseorang, maka semakin kecil tingkat *academic stress* yang dialami mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember begitu pula sebaliknya.

#### B. SARAN

Peneliti membuat saran-saran berikut-berikut ini berdasarkan pada hasil penelitian, keterbatasan, dan referensi untuk penelitian selanjutnya:

##### 1. Bagi Subjek Penelitian atau Mahasiswa

Dari hasil penelitian ini peneliti menyarankan pada mahasiswa pekerja *online shop* di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember agar lebih dapat membagi waktu antara tuntutan pekerjaan dan tuntutan akademiknya, hal ini

bertujuan untuk meminimalisir terjadinya *academic stress*, diharapkan bagi mahasiswa untuk dapat meningkatkan sikap *hardiness*.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap pada penelitian selanjutnya untuk terlebih dahulu mengkaji secara matang terkait apa yang dimaksud dengan *hardiness* dan *academic stress*. Peneliti juga berharap untuk penelitian selanjutnya supaya mengambil data pada jumlah subjek yang lebih besar agar hasil penelitian juga bisa digeneralisasikan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, N.O. Handling Study Stress: Panduan agar anda bisa belajar bersama anak anak anda. (Jakarta: Elex Media Komputindo 2001).
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian.* (Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2022).
- Andhika Lukman dkk. "Hardiness and Academic stress Of University Student During Distance Learning". *Journal Of Pshycological Student*, Vol 1 No. 1, 2022.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. "Examining Perceptions Of Academic Stress and its Sources Among University Students: The Perception of Academic stress Scale" *Journal Of Health psychology open*, 2015.
- Bishop, G. D. "*Health Psychology*" Singapore: Allin And Bacon,1994.
- Budi Darma, "*Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reabilitas)*", Penerbit: Guepedia Jakarta.
- Dea Febriyanti. "*Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Stres Akademik Pada Siswa Jurusan Akuntansi dan Keuangan Lembaga di SMK Negeri 08 Bandar Lampung*". (Lampung, 2024).
- Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: (Penerbit Remaja Rosdakarya (2010).
- Dodik, A. A., & Astuti, K. Hubungan antara Kepribadian Hardines dengan Stres Kerja pada Anggota Polri Bagian Operasional di Polresta Yogyakarta. *INSIGHT* , 10 (1). 2022.
- Hizamudin, Dkk., *Metodelogi Penelitian*, (Riau: DOTPLUS Publisher, 2021).
- Wayan Widana dan Putu Lia Muliani, "*Uji Persyaratan Analisis*" Penerbit: Klil Media Lumajang, 2020.
- Elvira Yolanda Idha R. " Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pedagang Pasar Tradisional Di Pasar Tradisional Duduk Sampayan", *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, Vol, 1. No. 3. 2023.
- Enos Lolang, " Hipotesis Nol dan Hipotesis Alternatif", *jurnal KIP*, Vol. 3 No. 3, 2014.

- Ernawati, L., & Rusmawati, D. "Dukungan Sosial Orang Tua dan Stres Akademik pada Siswa SMK yang Menggunakan Kurikulum 2013", *Jurnal Empati*, Vol.4, No. 4, 2015.
- Fanindya Indriadi dan Diana Rusmawati, "Hubungan Hardiness dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro". *Jurnal Empati*, Vol. 12, No.04, 2023.
- Fausiah Nurlan, "*Metodelogi Penelitian Kuantitatif*", Penerbit: CV Pilar Nusantara, November 2020.
- Femi Pasangkin dan Arthur Huawe. "Hubungan Hardiness dan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir". *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 12, No.1, Mei, 2022.
- Fenya Aulia, Anindhita. "Hardiness Personality and Burnout Pada Gur SLB di Kalimantan Selatan", *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, Vol. 4, No.2 (2022), 47-54.
- Gadzella, B. M., Stacks, J., Stephens, R. C., & Masten, W. G. (2005). "WatsonGlaser critical thinking appraisal, form-S for education majors". *Journal of instructional psychology*, 32(1), 9.2021.
- Gadzella, B.M. "Student-life Stress Inventory" *Journal Of Instrumentation Develpoment*, Vol.5 No.1, 1-11, 1998.
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. "Hubungan antara efektivitas komunikasi dan Self Efficacy Terhadap Hardiness Pada Peserta Orientasi Persiapan Kerja". *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, Vol. 3, No.2, 2020
- Hieronimus Lianggi Lukito dan Rayini Dasesihari. "Description of Hardiness In Phi Generation Employees", *Jurnal Ilmiya Psikologi Mind Set*, Vol. 14, No. 2, 2023.
- <https://febi.uinkhas.ac.id/page/detail/sejarah>
- <https://uinkhas.ac.id/page/detail/sejarah-uin-khas-jember>.
- Ilmi Amalia. "Pengaruh Religiusitas Terhadap Hardiness", *TAZKIYA Joernal Of Psychology*, Vol. 2, No. 2, 2024.
- Ilmiyah Ulfa Sari, "*Kesantunan Berbahasa Pada Penjual dan Pembeli Online Shop Dalam Media Sosial*", Universitas Islam Maros 2020.
- Ivana Febriana dan Ermida Simanjuntak, "Self Regulated Learning dan Stress Akademik Pada Mahasiswa" *Jurnal Experientia*, Vol. 09, No. 2, (Desember 2021).

- Jesica & Yohana, "Hubungan Antara Hardiness dengan Academic stress Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19", *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol.8, No.1, (2021).
- Jessica Nur Azizah & Yohana Wuri "Hubungan *Hardiness* dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Selama Covid 19", *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 08, No. 01, 2021.
- Jonathan Sarwono, Metode "*Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*". Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.
- Kobasa, S. C. "Stressful Life Events, Personality Adn Health An Inquiry Into Hardiness". *Journal Personality Social Psychology*, 37(1).
- M. Askari Zakariah, Vivi Afirani, "Analisis Statistik dengan SPSS untuk Penelitian Kuantitatif" Penerbit: Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warahmah Kolaka, 2021. mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro". *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 3 No. 2, 2021.
- Mirna Wahyu A, Pracintya Wahyu P D. "Hardiness dan Academic stress Pada Mahasiswa Rantau" *Journal of Clinical, Social and Education Psychology*. Vol. 7 No.1, 2023.
- Mufadhhal Barseli dkk, "Konsep Stres Akademik Siswa", *Jurnal Konseling dan Pendidikan* Vol, 5 No. 3, 2017.
- Ndalu Pangestu, Skripsi: "*Hardiness* pada Mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang" Semarang 2020.
- Nisrina Haniah, "Uji Normalitas dengan Metode Liliefors" *Jurnal Statistika Pendidikan*, Jakarta, 2013.
- Rian Tasalim dan Ardhia Redina, *Academic stress dan Penanganannya*, (Banjarmasin: Penerbit Guepedia Indonesia, Maret 2021).
- Sarafino, E. P. *Health Psychology Biopsychological Interactions*. New York: John Wiley & Sons Inc. (2006).
- Sarafino, E. P., & Timothy, W. *Health Psychology, Biopsychosocial*, 2020.
- Siti Khadijah dkk. "*Gambaran Tingkat Academic stress Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu di Universitas X*", Vol.5, No.2, (2024).
- Sufarita, Diana Saharani dan Rahmah Hastuti, "Peranan Emotional Intelligence Pada Mahasiswa Tingkat Akhir". *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 12, No.1, (Mei, 2022).

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013).

Taylor, C. (1995). *Philosophical arguments*. Harvard University Press.

Tim Penyusun, *Pedoman Penulis Karya Tulis Ilmiah*, (Jember: UIN Jember, 2019).





**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Matriks Penelitian

JUDUL	VARIABEL	SUB VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	HIPOTESIS	RUMUSAN PENELITIAN
Hubungan <i>Hardiness</i> Dengan <i>Academic stress</i> Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember	1. <i>Hardiness</i> (V X)	1. Komitmen	1. Optimis 2. Tidak mudah bosan 3. Memiliki keyakinan	1. Primer - Angket/ skala penelitian	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Dalam pengambilan sampel menggunakan purposive sampling yaitu untuk menentukan sampel dengan menggunakan pertimbangan tertentu	H0: tidak ada hubungan yang signifikan antara <i>Hardiness</i> dengan <i>Academic stress</i> Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember H1: terdapat hubungan signifikan antara <i>Hardiness</i> dengan <i>Academic stress</i> Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember?	Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara <i>Hardiness</i> dengan <i>Academic stress</i> Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember?
		2. Kontrol	1. Pengendalian diri 2. Ketenangan diri	2. Sekunder - Observasi - dokumentasi			
		3. Tantangan	1. Dinamis 2. Kemampuan mengatasi masalah 3. Tahan terhadap tekanan				
	2. <i>Academic stress</i> (V Y)	1. Persepsi diri terkait akademik	1. Memiliki persepsi negatif				
		2. Ekspektasi akademik	1. Tekanan teman sebaya 2. Takut tidak bisa memenuhi tuntutan keluarga				
		3. Beban dan tugas ujian	1. Merasa tertekan terhadap beban tugas yang berlebih 2. Keterbatasan waktu 3. Rasa khawatir terhadap ujian				

**Item Skala *Hardiness***

**Sebelum Uji Coba**

<b>No.</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
1.	Sebagian besar hidup saya dihabiskan untuk melakukan hal-hal yang sangat bermakna				
2.	Dengan bekerja keras, saya akan semakin dekat dengan tujuan saya				
3.	Saya tidak suka membuat perubahan dalam rutinitas saya				
4.	Saya merasa bahwa hidup saya kurang bermakna				
5.	Perubahan dalam rutinitas merupakan hal menarik bagi saya				
6.	Apapun yang terjadi dalam hidup saya tergantung pada apa yang saya lakukan				
7.	Saya merasa bahwa hidup saya kurang bermakna				
8.	Saya merasa tidak banyak yang bisa saya lakukan untuk memengaruhi masa depan saya sendiri				
9.	Saya menikmati tantangan yang ada ketika saya harus melakukan lebih dari satu hal dalam satu waktu.				
10.	Hampir setiap hari hidup saya terasa menarik dan mengasyikkan.				
11.	Saya merasa tidak nyaman ketika ada kendala dalam rutinitas sehari-hari				
12.	Saya memutuskan sendiri bagaimana kehidupan saya berjalan selanjutnya				
13.	Hidup sebagai orang yang biasa-biasa saja adalah hal yang membosankan bagi saya				
14.	Saya lebih suka tidak terlalu banyak perubahan dalam jadwal saya				
15.	Hasil akhir suatu keputusan ditentukan oleh apa yang saya pilih				

**Skala Academic stress  
Sebelum Uji Coba**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya ragu terhadap kemampuan yang saya miliki				
2	Saya khawatir tidak bisa mendapat nilai maksimal dalam perkuliahan				
3	Saya yakin akan berhasil dengan kemampuan yang saya miliki				
4	Saya mampu menghadapi hambatan dalam mengerjakan tugas				
5	Persaingan nilai antar teman membuat saya merasa tertekan				
6	Saya cemas setelah melihat hasil kerja teman				
7	Saya tetap tenang meski teman mendapat nilai bagus				
8	Persaingan nilai membuat saya termotivasi untuk giat belajar				
9	Saya merasa tertekan jika orangtua menanyakan tentang nilai akademik saya				
10	Saya khawatir tidak dapat pekerjaan setelah lulus				
11	Saya yakin bahwa saya akan lulus tepat waktu				
12	Saya percaya bahwa saya akan menjadi orang sukses				
13	Saya merasa tertekan pada tugas yang diberikan dosen				
14	Dosen memberikan tugas terlalu banyak				
15	Saya tidak merasa terbebani dengan adanya tugas				
16	Semakin sulit tugas membuat saya tertantang untuk mengerjakan				
17	Saya merasa waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas terlalu singkat				
18	Saya merasa tidak memiliki banyak waktu dalam penyelesaian tugas				
19	Bagi saya jangka waktu penyelesaian tugas terlalu lama				
20	Waktu yang diberikan cukup untuk				

	menyelesaikan tugas				
21	Saya merasa tertekan dengan soal ujian				
22	Saya khawatir tidak bisa menjawab soal-soal ujian				
23	Saya menjalani ujian dengan penuh keyakinan				
24	Saya bersemangat selama menjalani ujian akhir semester				



**Item Skala *Hardiness*  
Setelah Uji Coba**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Sebagian besar hidup saya dihabiskan untuk melakukan hal-hal yang sangat bermakna				
2.	Dengan bekerja keras, saya akan semakin dekat dengan tujuan saya				
3.	Saya tidak suka membuat perubahan dalam rutinitas saya				
4.	Saya merasa bahwa hidup saya kurang bermakna				
5.	Perubahan dalam rutinitas merupakan hal menarik bagi saya				
6.	Apapun yang terjadi dalam hidup saya tergantung pada apa yang saya lakukan				
7.	Saya merasa bahwa hidup saya kurang bermakna				
8.	Saya merasa tidak banyak yang bisa saya lakukan untuk memengaruhi masa depan saya sendiri				
9.	Saya menikmati tantangan yang ada ketika saya harus melakukan lebih dari satu hal dalam satu waktu.				
10.	Hampir setiap hari hidup saya terasa menarik dan mengasyikkan.				
11.	Saya merasa tidak nyaman ketika ada kendala dalam rutinitas sehari-hari				
12.	Saya memutuskan sendiri bagaimana kehidupan saya berjalan selanjutnya				
13.	Hidup sebagai orang yang biasa-biasa saja adalah hal yang membosankan bagi saya				
14.	Saya lebih suka tidak terlalu banyak perubahan dalam jadwal saya				
15.	Hasil akhir suatu keputusan ditentukan oleh apa yang saya pilih				

**Item Skala Academic stress  
Setelah Uji Coba**

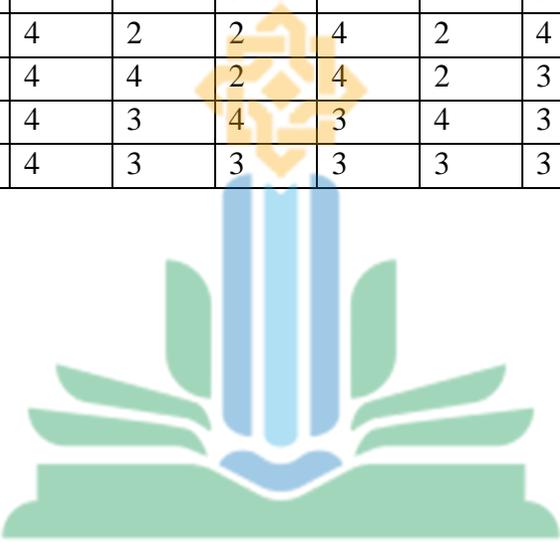
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya khawatir tidak bisa mendapat nilai maksimal dalam perkuliahan				
2	Saya yakin akan berhasil dengan kemampuan yang saya miliki				
3	Persaingan nilai antar teman membuat saya merasa tertekan				
4	Saya cemas setelah melihat hasil kerja teman				
5	Saya tetap tenang meski teman mendapat nilai bagus				
6	Saya merasa tertekan jika orangtua menanyakan tentang nilai akademik saya				
7	Saya khawatir tidak dapat pekerjaan setelah lulus				
8	Saya percaya bahwa saya akan menjadi orang sukses				
9	Saya tidak merasa terbebani dengan adanya tugas				
10	Semakin sulit tugas membuat saya tertantang untuk mengerjakan				
11	Bagi saya jangka waktu penyelesaian tugas terlalu lama				
12	Waktu yang diberikan cukup untuk menyelesaikan tugas				
13	Saya khawatir tidak bisa menjawab soal-soal ujian				
14	Saya menjalani ujian dengan penuh keyakinan				
15	Saya bersemangat selama menjalani ujian akhir semester				

NAMA	JENIS HELAMN	PRODI/SMSTR	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	TOTAL	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29	Q30	TOTAL
Responden 1	P	7	3	2	1	3	3	2	1	3	2	3	1	2	3	3	35	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	45
Responden 2	P	8/ ps	3	3	2	3	3	3	2	1	1	1	2	4	3	2	35	3	4	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3	4	4	3	47	
Responden 3	P	7/Ekonomi	3	3	3	1	3	4	1	4	4	1	3	2	2	2	37	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	46	
Responden 4	L	6/Ekonomi Syariah	4	3	2	4	1	1	1	2	3	4	3	3	2	3	38	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	46	
Responden 5	L	6/Es	3	4	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	45	3	2	2	1	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	46	
Responden 6	P	8/Ekonomi Syariah	3	4	2	2	3	4	2	4	3	1	1	1	1	3	36	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	2	45	
Responden 7	L	7/Ekonomi Syariah	4	4	2	2	3	3	1	2	3	4	2	3	1	1	37	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	42	
Responden 8	P	8/ Ekonomi Syariah	4	4	3	2	3	4	2	1	2	2	3	2	1	2	38	3	3	3	2	3	1	2	3	3	1	1	2	2	2	2	33	
Responden 9	L	8/ekonomi syariah	3	4	2	3	3	3	1	3	2	1	3	3	3	3	39	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	42	
Responden 10	P	8/perbankan syariah	4	4	3	2	3	3	2	2	1	1	1	1	2	3	35	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	3	39	
Responden 11	L	7	4	3	4	3	4	3	2	1	2	3	2	1	3	2	35	2	4	2	2	2	3	1	2	3	1	3	2	3	2	3	35	
Responden 12	P	7/Ekonomi syariah	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	37	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	38	
Responden 13	P	5/akuntansi syariah	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	36	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	42
Responden 14	P	semester 1 prodi akuntansi syariah	4	4	3	3	1	3	1	1	1	1	3	3	3	3	36	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	42
Responden 15	L	7/ekisar	3	4	4	1	2	4	2	2	4	1	1	4	1	4	38	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	40
Responden 16	L	Ekonomi syariah	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	39	2	3	2	3	4	1	4	2	3	4	4	1	2	2	2	2	39
Responden 17	P	Es	4	4	2	2	3	3	2	2	3	1	3	1	3	3	39	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	40
Responden 18	L	11 / Ekonomi syariah	4	4	1	2	4	4	1	1	3	1	4	1	2	1	4	37	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	47
Responden 19	L	11/Eksisar	4	3	2	1	3	3	2	1	4	2	3	1	2	1	35	3	3	1	2	3	3	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	38
Responden 20	P	7/perbankan syariah	4	3	4	3	4	3	2	2	2	4	2	1	1	1	39	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	47
Responden 21	P	7/ekonomi syariah	3	3	2	2	1	1	2	3	3	3	1	3	1	3	34	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	36
Responden 22	P	7/Ekonomi Syariah	4	4	2	2	3	3	1	1	4	3	1	1	1	4	35	4	4	2	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	2	1	38
Responden 23	P	8/Mazawa	3	3	2	1	3	4	2	2	3	2	1	3	1	1	34	2	3	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	35
Responden 24	L	5 / perbankan syariah	3	3	3	2	3	3	2	1	3	1	1	1	1	1	29	3	3	1	3	3	1	1	3	1	1	1	2	2	2	2	1	29
Responden 25	P	2/ Perbankan Syariah	4	4	3	1	3	3	1	2	1	2	2	1	1	3	1	32	3	4	4	4	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	1	34
Responden 26	P	Perbankan syariah	4	4	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	35	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	35
Responden 27	L	Ekonomi syariah 21	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	28	3	3	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	2	2	2	27
Responden 28	P	10/Akuntansi Syariah	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	1	32	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	33
Responden 29	L	8/ekonomi syariah	4	4	2	1	4	3	2	3	1	1	1	1	1	3	34	3	2	4	2	3	2	1	1	4	4	2	2	3	2	3	38	
Responden 30	P	8/ekonomi syariah	3	3	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	29	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	46
Responden 31	L	8/ES	3	3	3	3	3	3	1	2	1	1	1	1	3	3	34	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	37
Responden 32	P	8/ekonomi syariah	4	4	3	2	3	3	2	2	2	1	1	1	1	4	3	36	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	47
Responden 33	P	8/ Ekonomi Syariah	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	38	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	3	48
Responden 34	P	8/Es	4	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	31	4	4	3	3	3	2	2	3	1	1	3	2	2	1	1	35	
Responden 35	P	8/Ekonomi syariah	4	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	4	28	3	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	27
Responden 36	L	8/Es	4	4	3	2	3	3	2	3	4	2	1	1	1	2	1	36	3	4	3	2	3	2	1	1	1	1	3	3	3	2	2	35
Responden 37	P	8/Ekonomi Syariah	4	4	3	2	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	36	4	4	3	3	3	3	1	3	1	1	2	1	1	2	2	34
Responden 38	P	SEMESTER 2/ PERBANKAN SYARIAH	3	4	3	1	3	1	1	1	1	2	2	2	4	3	3	34	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	39
Responden 39	P	8/ekonomi syariah	2	3	3	3	2	3	3	2	1	1	1	2	2	2	32	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	1	3	3	38
Responden 40	P	8/Ekonomi Syariah	3	4	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	38	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
Responden 41	P	8 / Akuntansi Syariah	3	4	3	3	3	4	3	1	1	1	1	1	3	3	39	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	3	2	3	3	39
Responden 42	L	6/akuntansi syariah	4	4	2	1	4	4	1	1	1	1	1	4	2	4	37	3	1	2	4	3	1	4	1	4	3	3	3	1	1	1	1	35
Responden 43	L	8	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	2	4	3	32	3	2	2	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3	3	34	
Responden 44	P	4/ perbankan syariah	3	4	3	1	2	4	1	3	1	1	2	3	2	2	34	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	4	1	2	2	2	34
Responden 45	P	8/ Akuntansi Syariah	4	4	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	33	3	2	2	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	2	2	2	36
Responden 46	P	8/Ekonomi Syariah	3	4	2	2	1	4	2	1	3	3	1	1	3	4	37	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	35
Responden 47	P	7 / ekonomi syariah	3	4	3	2	4	1	3	2	1	1	1	1																				

**Tabulasi Uji Validitas *Hardiness***

res 1	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	53
res 2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	39
res 3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4	52
res 4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	52
res 5	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	38
res 6	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	46
res 7	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	51
res 8	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	52
res 9	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	51
res 10	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	39
res 11	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	39
res 12	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	52
res 13	4	4	2	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	4	3	49
res 14	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	47
res 15	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	53
res 16	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	49
res 17	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	53
res 18	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	54
res 19	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	53
res 20	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	52
res 21	4	4	2	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	4	3	51
res 22	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	52
res 23	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	43

res 24	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	51
res 25	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	49
res 26	4	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	4	4	52
res 27	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	3	3	4	3	49
res 28	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	3	4	3	53
res 29	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	53
res 30	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	46

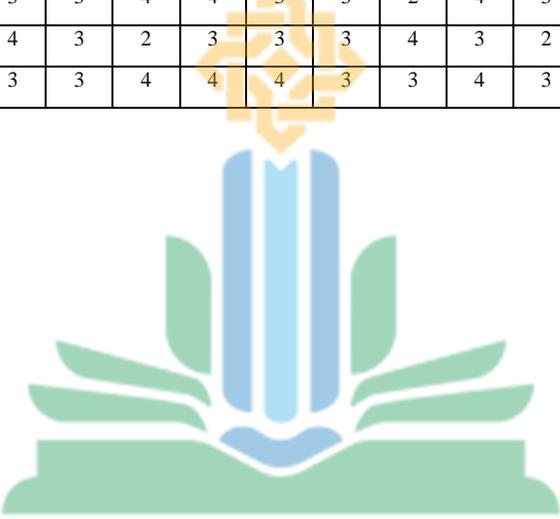


UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**Tabulasi Uji Validitas *Academic stress***

RES 1	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	1	4	4	3	74
RES 2	3	4	4	4	2	3	4	4	1	1	3	3	4	2	3	3	4	1	4	2	2	3	3	2	69
RES 3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	64
RES 4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	2	3	3	66
RES 5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	63
RES 6	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	63
RES 7	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	2	1	3	4	2	3	3	3	4	4	2	70
RES 8	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	76
RES 9	3	4	4	4	2	3	4	1	3	3	1	3	4	2	2	4	4	3	4	4	3	3	3	3	74
RES 10	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	83
RES 11	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	63
RES 12	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	4	1	2	1	3	4	2	3	3	3	4	4	3	66
RES 13	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	77
RES 14	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	1	1	2	4	2	3	2	3	4	3	3	65
RES 15	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	2	65
RES 16	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	4	3	3	2	1	4	3	3	3	4	3	76
RES 17	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	1	3	3	3	1	3	3	4	4	74
RES 18	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	80
RES 19	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	4	2	1	3	3	4	70
RES 20	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	60
RES 21	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	2	4	3	4	2	3	3	3	65
RES 22	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	1	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	82
RES 23	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	62
RES 24	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	79

RES 25	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	63	
RES 26	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	63	
RES 27	3	3	3	4	2	3	1	4	3	3	3	1	4	2	3	3	1	3	1	3	3	3	3	4	3	66
RES 28	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	4	4	72	
RES 29	3	2	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	1	4	2	69	
RES 30	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	85	

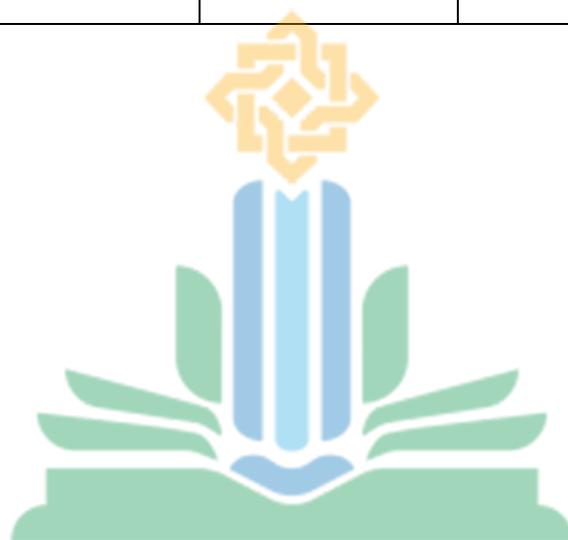


UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

HASIL UJI COBA  
 HASIL UJI COBA  
 UJI VALIDITAS SKALA *ACADEMIC STRESS*

ITEM	R hitung	R tabel (5%)	Sig	Keterangan
X1	0,359	0,361	0,051	TIDAK VALID
X2	0,513	0,361	0,004	VALID
X3	0,630	0,361	0,000	VALID
X4	0,303	0,361	0,103	TIDAK VALID
X5	0,385	0,361	0,035	VALID
X6	0,370	0,361	0,044	VALID
X7	0,522	0,361	0,003	VALID
X8	0,173	0,361	0,360	TIDAK VALID
X9	0,464	0,361	0,010	VALID
X10	0,492	0,361	0,006	VALID
X11	0,274	0,361	0,143	TIDAK VALID
X12	0,371	0,361	0,044	VALID
X13	0,158	0,361	0,404	TIDAK VALID
X14	0,064	0,361	0,737	TIDAK VALID
X15	0,490	0,361	0,006	VALID
X16	0,458	0,361	0,011	VALID
X17	0,029	0,361	0,880	TIDAK VALID
X18	0,190	0,361	0,313	TIDAK VALID

X19	0,410	0,361	0,024	VALID
X20	0,392	0,361	0,032	VALID
X21	0,274	0,361	0,142	TIDAK VALID
X22	0,438	0,361	0,015	VALID
X23	0,611	0,361	0,000	VALID
X24	0,438	0,361	0,016	VALID



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

UJI VALIDITAS SKALA *HARDINESS*

ITEM	R hitung	R tabel (5%)	Sig	Keterangan
Y1	0,516	0,361	0,004	VALID
Y2	0,509	0,361	0,004	VALID
Y3	0,553	0,361	0,002	VALID
Y4	0,406	0,361	0,026	VALID
Y5	0,529	0,361	0,003	VALID
Y6	0,384	0,361	0,036	VALID
Y7	0,512	0,361	0,004	VALID
Y8	0,383	0,361	0,037	VALID
Y9	0,613	0,361	0,000	VALID
Y10	0,403	0,361	0,027	VALID
Y11	0,602	0,361	0,000	VALID
Y12	0,434	0,361	0,017	VALID
Y13	0,468	0,361	0,009	VALID
Y14	0,456	0,361	0,011	VALID
Y15	0,514	0,361	0,033	VALID

### Hasil uji reabilitas *Hardiness*

#### Item-Total Statistics

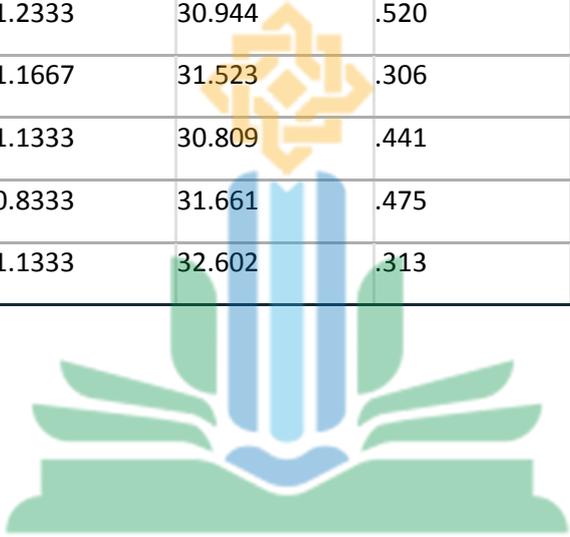
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	45.8000	20.579	.406	.752
X2	45.6667	20.713	.403	.752
X3	45.8000	20.097	.408	.751
X4	45.8333	21.454	.298	.761
X5	45.8000	20.303	.412	.751
X6	45.8000	21.407	.261	.764
X7	46.0667	20.202	.380	.754
X8	45.9667	21.344	.253	.765
X9	45.9000	19.679	.507	.741
X10	45.9333	21.168	.272	.764
X11	45.7667	19.564	.487	.743
X12	45.7000	21.183	.321	.759
X13	45.8667	21.154	.368	.755
X14	45.8000	21.131	.350	.757
X15	45.7000	20.907	.423	.751

### Hasil uji reabilitas *Academic stress*

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	40.9333	32.133	.443	.799
X2	40.8333	29.661	.708	.780
X3	41.2000	31.752	.392	.802

X4	41.6333	32.516	.417	.801
X5	41.2333	30.047	.488	.795
X6	41.2667	30.478	.488	.795
X7	41.5000	31.914	.471	.797
X8	41.0667	32.340	.270	.811
X9	41.4333	30.737	.372	.805
X10	41.2667	31.926	.377	.803
X11	41.2333	30.944	.520	.793
X12	41.1667	31.523	.306	.810
X13	41.1333	30.809	.441	.798
X14	40.8333	31.661	.475	.797
X15	41.1333	32.602	.313	.807



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

### Hasil Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.83886450
Most Extreme Differences	Absolute	.087
	Positive	.087
	Negative	-.074
Test Statistic		.087
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

### Hasil Uji Linieritas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Academic stress * Hardiness</i>	Between Groups (Combined)	601.596	11	54.691	2.402	.019
	Linearity	314.922	1	314.922	13.832	.001
	Deviation from Linearity	286.673	10	28.667	1.259	.282
	Within Groups	1024.545	45	22.768		
Total	1626.140	56				

## Hasil Uji Hipotesis

### Correlations

		<i>Hardiness</i>	<i>Academic stress</i>
<i>Hardiness</i>	Pearson Correlation	1	-.440**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	57	57
<i>Academic stress</i>	Pearson Correlation	-.440**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	57	57

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



## SURAT IZIN ADAPTASI INSTRUMEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini: Nama: Sheila Maeshade, S.Psi. Memberikan izin jika instrumen Hardiness Of Scale dalam penelitian “Hardiness Of Scale” untuk digunakan oleh: Nama: Karimah Dalilah Nur Rohma Nim: 214103050017 Dalam pengumpulan data skripsi yang berjudul “Hubungan Hardines dengan Academic Stres Pada Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.” Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



## SURAT IZIN ADAPTASI INSTRUMEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini: Nama: Ari Fanti Wardani, S.Psi. Memberikan izin jika instrumen *Academic stress Of Scale* dalam penelitian "*Academic stress Of Scale*" untuk digunakan oleh: Nama: Karimah Dalilah Nur Rohma Nim: 214103050017 Dalam pengumpulan data skripsi yang berjudul "*Hubungan Hardiness dengan Academic Stres Pada Pekerja Online Shop di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.*" Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Senin, 21 April 2025

Ari Fanti Wardani, S.Psi.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Karimah Dalilah Nur Rohma

Nim : 214103050017

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Dakwah

Instansi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.



Jember, 05 Mei 2025

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Saya yang menyatakan

Karimah Dalilah Nur Rohma  
214103050017



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
 FAKULTAS DAKWAH  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Jl. Malaran No. 1 Mangli Kakiwates Jember, Kode Pos 68138  
 email : fakultasdakwah@iainkhas.ac.id website: <http://dakwah.iainkhas.ac.id/>



Nomor : B. 6498 /Un.22/D.3.WD.1/PP.00.9/ 12 /2024 23 Desember 2024  
 Lampiran : -  
 Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad  
 Siddiq Jember

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa  
 berikut :

Nama : Karimah Dalilah Nur Rohma  
 NIM : 214103050017  
 Fakultas : Dakwah  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Semester : VII (tujuh)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang  
 bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan  
 penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu  
 pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan Hardiness  
 dengan Academic Stress Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di  
 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kiai Achmad Siddiq  
 Jember"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami  
 sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*

a.n. Dekan  
 Wakil Dekan Bidang Akademik dan  
 Kelembagaan,





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM**

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Jember, Kode Pos 68136  
Telp. (0331) 487550 Fax (0331) 427005 e-mail: infofebi@uinkhas.ac.id  
Website: www.febi.uinkhas.ac.id



**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 628/Un.22/D.5.WD.1/05/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Nurul Widyawati Islami Rahayu, S,Sos, M.Si  
NIP : 197509052005012003  
Pangkat, Gol./Ruang : Pembina Utama Muda IV/c  
Jabatan : Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan  
Unit kerja : Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam  
UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menerangkan bahwa nama dibawah ini:

Nama : Karimah Dalilah Nur Rohma  
NIM : 214103050017  
Semester : VIII (Delapan)  
Program Studi/ Fakultas : Psikologi Islam  
Fakultas Dakwah  
UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian untuk memenuhi tugas skripsi, pada tanggal 8 Mei – 8 Juni 2025 dengan judul **“Hubungan Hardiness dengan Academic Stress Pada Mahasiswa Pekerja Online Shop di FEBI Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember”**.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 26 Mei 2025

a.n Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik  
dan Kelembagaan



Nurul Widyawati Islami Rahayu



## BIODATA PENULIS



### 1. Profil Pribadi

Nama : Karimah Dalilah Nur Rohma  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Jember, 21 Juni 2003  
 Agama : Islam  
 Kewarganegaraan : Indonesia  
 Alamat : Dusun Durjo Desa Karangpring RT 02 RW 03 Kec.  
 Sukorambi Kab. Jember  
 Universitas : UIN KHAS Jember  
 Fakultas : Dakwah  
 Jurusan /Angkatan : Psikologi Islam/ 2021

### 2. Riwayat Pendidikan

UIN KHAS Jember : Tahun 2021-2025  
 MA “unggulan” Nuris : Tahun 2018-2021  
 Mts “unggulan” Nuris : Tahun 2015-2018  
 SDN Karangpring 03 : Tahun 2009-2015

### 3. Pengalaman Magang

Magang di CV Tulip Psikologi

### 4. Informasi Kontak

Email : karimahdalilah8@gmail.com

5. Motto Hidup : Percayalah pada dirimu sendiri, kamu bisa.