

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *HARDINESS*
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA DI
SEKOLAH PENGGERAK (KURIKULUM MERDEKA)**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh

ALIFAH QISTHI FADHIILAH

41183507190059

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM "45"

BEKASI

2022/2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Hardiness* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Di Sekolah Penggerak (Kurikulum Merdeka)

Penyusun : Alifah Qisthi Fadhiilah

NPM : 41183507190059

Bekasi, 31 Juli 2023

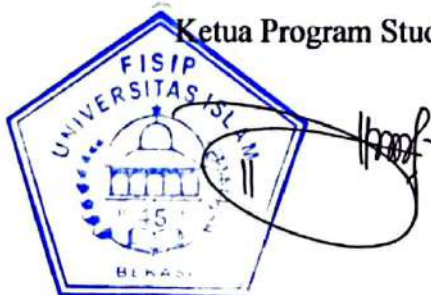
Menyetujui :
Pembimbing,



Lucky Purwantini, S. Psi. M. A

Mengetahui :

Ketua Program Studi



Novita Dian Iva Prestiana, M. Psi

HALAMAN PENGESAHAN

Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Hardiness* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa
Di Sekolah Penggerak (Kurikulum Merdeka)



Dipersiapkan dan disusun oleh :

Alifah Qisthi Fadhiilah

41183507190059

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

Pada tanggal : 31 Juli 2023

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Bekasi

Pada tanggal : 31 Juli 2023

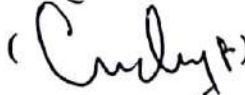
Dewan Penguji :

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, M. Psi

Sekretaris : Dr. Agustina Ekasari, M. Psi

Anggota : 1. Alfiana Indah M, M. Psi

2. Lucky Purwantini, S. Psi. M. A

()
()
()
()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alifah Qisthi Fadhiilah
NPM : 41183507190059
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Hardiness* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Di Sekolah Penggerak (Kurikulum Merdeka)

Menyatakan Bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam "45" Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang Ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari :
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 31 Juli 2023

Yang membuat Pernyataan,




Alifah Qisthi Fadhiilah
41183507190059

ABSTRACT

Indonesia has various types of education and one of them is senior high school (SMA). These high school students are included in the adolescent age group who tend to have more curiosity about new things and will try them, so that if the curiosity is not solved it will cause academic stress. The purpose of this study is to determine the relationship and influence of social support and hardiness on academic stress in students in sekolah penggerak (kurikulum merdeka). This research is a quantitative study with a correlational design. The subjects in this study amounted to 199 students from class X with cluster random sampling. The data collection method used interviews and psychological scales. The research instruments used were the Educational Stress Scale For Adolescents (ESSA) scale, the Multidimensional Scale Of Perceived Social Support (MSPSS) scale, and the hardiness scale. Data analysis used correlation and multiple linear regression tests. The results of the correlation test show that there is a relationship between social support (X1) and academic stress (Y) with a value of $r = -0.428$ and $p = 0.001$ ($p < 0.05$), there is a relationship between hardiness (X2) and academic stress (Y) with a value of $r = -0.396$ and $p = 0.001$ ($p < 0.05$), and there is an influence between social support and hardiness on academic stress, with a value of $R^2 = 0.262$ which means that social support and hardiness provide an influence of 26.2% on academic stress.

Keywords: *social support, hardiness, academic stress*

ABSTRAK

Indonesia memiliki beragam jenis pendidikan dan salah satunya ialah sekolah menengah atas (SMA). Para siswa SMA tersebut termasuk dalam kelompok usia remaja yang cenderung memiliki keingintahuan yang lebih akan hal-hal baru dan akan mencobanya, sehingga apabila keingintahuan tersebut tidak terpecahkan akan menimbulkan stres akademik. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan dan pengaruh dukungan sosial dan hardiness terhadap stres akademik pada siswa di sekolah penggerak (kurikulum merdeka). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 199 siswa dari kelas X dengan cluster random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala psikologi. Instrumen penelitian yang digunakan ialah skala *Educational Stress Scale For Adolescents* (ESSA), skala *Multidimensional Scale Of Perceived Social Support* (MSPSS), dan skala hardiness. Analisis data menggunakan uji korelasi dan regresi linear berganda. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial (X1) dengan stres akademik (Y) dengan nilai $r = -0,428$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), terdapat hubungan antara hardiness (X2) dengan stres akademik (Y) dengan nilai $r = -0.396$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), dan terdapat pengaruh antara dukungan sosial dan hardiness terhadap stres akademik, dengan nilai $R^2 = 0,262$ yang memiliki makna bahwa dukungan sosial dan hardiness memberikan pengaruh sebesar 26,2% terhadap stres akademik.

Kata kunci : *dukungan sosial, hardiness, stres akademik*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt atas rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Hardiness* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Di Sekolah Penggerak (Kurikulum Merdeka). Shalawat dan salam juga tidak lupa penulis panjatkan kepada baginda nabi Muhammad Saw yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan motivasi penulis. Penulis menyadari bahwa banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini, sehingga sudah sepantasnya penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Lucky Purwantini, S. Psi. M. A selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen pembimbing akademik yang dengan sabar telah membimbing dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini di Universitas Islam "45" Bekasi
2. Seluruh dosen penguji yang senantiasa memberikan saran dan masukan bagi skripsi ini agar menjadi skripsi yang lebih baik.
3. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, M. Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi di Universitas Islam "45" Bekasi.
4. Bapak Yanto Supriyanto, Drs. M. Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Islam "45" Bekasi.
5. Bapak Dr. Rony Setiawan, S. Psi., M. Psi selaku dosen *expert judgement* yang senantiasa memberikan saran dan masukan kepada penulis.
6. Ibu Ratna Duhita P, S.K.M., M. Si selaku dosen *expert judgement* yang senantiasa memberikan saran dan masukan kepada penulis.
7. Ibu Dr. Agustina Ekasari, M. Psi selaku dosen *expert judgement* yang senantiasa memberikan saran dan masukan kepada penulis.
8. Seluruh dosen Program Studi Psikologi di Universitas Islam "45" Bekasi yang telah memberi saran, masukan dan bantuannya kepada penulis selama berkuliah disini.
9. Siswa-siswa kelas X (X-1, X-2, X-5, X-7, X-8, X-10) di SMA Negeri 1 Sukatani yang telah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam mengisi kuesioner.

10. Kepala sekolah dan seluruh jajaran guru beserta staff SMA Negeri 1 Sukatani yang telah membantu penulis selama melakukan penelitian disana
11. Ibu Sumarni S.Pd selaku wakil kepala sekolah bidang kurikulum di SMA Negeri 1 Sukatani yang dengan sabar telah membantu dan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian disana
12. Keluarga penulis (Mama, Papa, Sarah, Danish) yang senantiasa memberikan bantuan, masukan dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi
13. Keluarga Besar Kakek Ridin yang telah memberikan semangat, masukan, dan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
14. Ajeng Rizqia Rahmawati selaku sepupu penulis yang senantiasa menemani, membantu dan memberikan dukungan kepada penulis
15. Sahabat-sahabat penulis yaitu Yulianti Indah, Kinanthi Mutiara, Alfiyah Nur, Kartika Syafriani, Septia Catur, Fathimah Nur, Hani Yulia, Syifa Dilla, Sumiyati, Widi Septia dan Wulan Ayu yang telah membantu dan memberikan dukungan semangat kepada penulis
16. Seluruh teman-teman psikologi Angkatan 2019 yang telah membantu dan mendukung penulis selama ini dalam berkuliah maupun menyelesaikan skripsi ini
17. Park Chanyeol, Do Kyungsoo, Kim Jongin, Kim Junmyeon, Kim Jongdae, Kim Minseok, Byun Baekhyun, Oh Sehun, dan Lay Zhang (EXO) beserta Lee Taeyong (NCT) yang telah menghibur, menemani dan menginspirasi penulis melalui lagu-lagunya dalam menyelesaikan skripsi ini
18. Serta semua pihak yang turut membantu dan memberikan semangat, namun tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu

Bekasi, 31 Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
RIWAYAT HIDUP	iv
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
RINGKASAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	15
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian.....	16
1. Manfaat Teoritis.....	16
2. Manfaat Praktis	16
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	18
A. Kajian Pustaka	18
1. Stres Akademik.....	18
2. Dukungan Sosial	23
3. <i>Hardiness</i>	26
4. Kurikulum Merdeka.....	30
B. Kerangka Berpikir.....	31
C. Hipotesis	37
D. Orisinalitas Penelitian yang Akan Dilakukan.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Desain Penelitian	44
B. Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel	45
1. Identifikasi Variabel.....	45
2. Definisi Konseptual	45

3. Definisi Operasional.....	46
C. Subjek, Tempat, Dan Waktu Penelitian	47
1. Subjek Penelitian.....	47
2. Tempat & Waktu Penelitian	49
D. Teknik Pengumpul: Data.....	49
1. Wawancara	49
2. Skala Psikologi.....	50
E. Instrumen Pengukuran	51
1. Perencanaan Instrumen Pengukuran	51
2. Kualitas Instrumen Pengukuran	54
F. Teknik Analisis Data	62
1. Teknik Deskriptif	62
2. Uji Asumsi.....	63
3. Uji Hipotesis.....	65
G. Jadwal Penelitian.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	69
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	69
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	69
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	73
1. Stres Akademik	73
2. Dukungan Sosial.....	74
3. Hardiness	75
D. Hasil Penelitian	76
1. Dukungan Sosial dan Stres Akademik	76
2. <i>Hardiness</i> dan Stres Akademik	77
3. Dukungan Sosial dan <i>Hardiness</i> dengan Stres Akademik	78
E. Pembahasan	79
BAB V PENUTUP	90
A. Simpulan	90
B. Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Waktu Penelitian	49
Tabel 2. Kriteria dan Skoring Skala 5 Pilihan Jawaban.....	51
Tabel 3. Kriteria dan Skoring Skala 7 Pilihan Jawaban.....	52
Tabel 4. Kriteria dan Skoring Skala 4 Pilihan Jawaban.....	52
Tabel 5. Blueprint Skala Stres Akademik	53
Tabel 6. Blueprint Skala Dukungan Sosial	53
Tabel 7. Blueprint Skala Hardiness.....	54
Tabel 8. Blueprint Skala Stres Akademik	58
Tabel 9. Blueprint Skala Dukungan Sosial	58
Tabel 10. Blueprint Skala Hardiness.....	59
Tabel 11. Indeks dan Klasifikasi Reliabilitas.....	60
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas	61
Tabel 13. Rumus Kategorisasi Skor	62
Tabel 14. Kategorisasi Variabel Penelitian	63
Tabel 15. Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 16. Hasil Uji Linearitas	65
Tabel 17. Interpretasi Koefisien Korelasi	66
Tabel 18. Jadwal Penelitian.....	68
Tabel 19. Data Deskripsi Kelas.....	70
Tabel 20. Data Deskripsi Usia	71
Tabel 21. Data Deskripsi Jenis Kelamin	71
Tabel 22. Data Deskripsi Mata Pelajaran Yang Membuat Stres.....	72
Tabel 23. Kategorisasi Stres Akademik	73
Tabel 24. Kategorisasi Dukungan Sosial	74
Tabel 25. Kategorisasi Hardiness.....	75
Tabel 26. Hasil Uji Korelasi Variabel Dukungan Sosial Dan Stres Akademik	77
Tabel 27. Hasil Uji Korelasi Variabel Hardiness Dan Stres Akademik.....	78
Tabel 28. Hasil Uji Regresi Berganda.....	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Perkembangan Kurikulum Di Indonesia.....	2
Gambar 2. Kerangka Berpikir.....	37
Gambar 3. Identifikasi Variabel Penelitian	45
Gambar 4. Rumus Slovin.....	48
Gambar 5. Rumus Aiken's V.....	55
Gambar 6. Model Regresi Linear Berganda	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara.....	99
Lampiran 2. Laporan Wawancara	103
Lampiran 3. Perbandingan Kurikulum yang Digunakan di Tahun 2022	174
Lampiran 4. Blueprint Instrumen Penelitian Sebelum dan Sesudah Uji Coba ...	176
Lampiran 5. Expert Judgement Instrumen Penelitian	179
Lampiran 6. Hasil Expert Judgement	201
Lampiran 7. Data Uji Coba	208
Lampiran 8. Hasil Validitas dan Reliabilitas Skala.....	218
Lampiran 9. Skala Penelitian Sebelum dan Sesudah Uji Coba.....	222
Lampiran 10. Data Penelitian.....	231
Lampiran 11. Hasil Uji Asumsi.....	261
Lampiran 12. Hasil Deskripsi Variabel	263
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis.....	266
Lampiran 14. Hasil Uji Plagiarisme	268

Lampiran 14. Hasil Uji Plagiarisme

Turnitin_Bab_1_-5_Alifah.docx			
ORIGINALITY REPORT			
20%	21%	10%	10%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	eprints.mercubuana-yogya.ac.id Internet Source		1%
2	e-journals.unmul.ac.id Internet Source		1%
3	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source		1%
4	ejournal.unesa.ac.id Internet Source		1%
5	eprints.walisongo.ac.id Internet Source		1%
6	repository.uin-suska.ac.id Internet Source		1%
7	www.researchgate.net Internet Source		1%
8	dspace.uin.ac.id Internet Source		1%
9	core.ac.uk Internet Source		1%