

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA
SMP NEGERI 10 BANJARMASIN**

SKRIPSI



SITI NURBIDASARI ALIYAH

1910123320015

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN RISET DAN
TEKNOLOGI**

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

BANJARMASIN

2023

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA
SMP NEGERI 10 BANJARMASIN**

SKRIPSI



SITI NURBIDASARI ALIYAH

1910123320015

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN RISET DAN
TEKNOLOGI**

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

BANJARMASIN

2023

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA
SMP NEGERI 10 BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

**SITI NURBIDASARI ALIYAH
NIM 1910123320015**

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN RISET DAN
TEKNOLOGI**

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

BANJARMASIN

2023

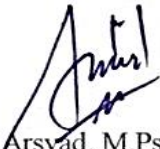
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI

**PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA SMP
NEGERI 10 BANJARMASIN**

**SITI NURBIDSARI ALIYAH
NIM 1910123320015**

Disetujui untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I



Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog
NIP. 19871213 20160110 1 001

Pembimbing II



Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd
NIP. 19761106 200604 2 002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP. 19760427 200801 1 011

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Siti Nurbidasari Aliyah
Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
Pada tanggal, 23 Juni 2023

Dewan Penguji

Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP. 19760427 200801 1 011

.....
.....

Ketua

Dr. Ririanti Rachmayanti J, S.Psi., M.Pd
NIP. 19750214 200501 2 001

.....
.....

Sekretaris

Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog
NIP. 19871213 20160110 1 001

.....
.....

Penguji I

Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd
NIP. 19761106 200604 2 002

.....
.....

Penguji II

Rizky Ildiyanita. M. Psi., Psikolog
NIP. 19900 205201801 20 1001

.....
.....

Penguji III

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP. 19760427 200801 1 011

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

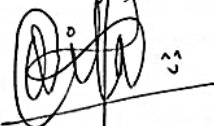
Nama	: Siti Nurbidasari Aliyah
NIM	: 1910123320015
Tempat/tanggal lahir	: Pagatan/27 September 2000
Jurusan	: Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas	: Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Pengaruh Hardiness Terhadap Stres Akademik Siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin**" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin, 20 Juni 2023

Hormat saya,



Siti Nurbidasari Aliyah

NIM 1910123120014

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Only you can change your life. Nobody else can do it for you”

Orang lain ga akan pernah paham *struggle* dan sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun ga ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini. “MAN SHABARA ZAFIRA”

PERSEMBAHAN:

Dengan segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT dan atas dukungan dan do’a dari orang-orang tercinta. Akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan bangga dan bahagia saya ucapkan syukur dan terimakasih kepada:

Pertama, untuk diri saya sendiri yang telah berjuang dan bertahan hingga saat ini dapat menyelesaikan perkuliahan.

Ibu saya yaitu Ummiati, Ayah saya yaitu Muhammad Ismail, serta Adik-adik saya yaitu Hijir dan Caca. Mereka yang telah memberikan dukungan moril maupun materil serta do’a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, yang selalu memberikan cinta kasihnya yang tulus kepada saya yang takkan pernah bisa saya balas dengan apapun di dunia ini, yang selalu sabar mendidik saya. Pokoknya segala-galanya cinta dan kasih sayang saya untuk mereka yang sangat berarti dalam hidup saya.

Skripsi ini juga saya persembahkan untuk kedua dosen saya yaitu Bapak Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog dan Ibu Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd yang sudah membimbing saya dalam pembuatan dan penyusunan skripsi ini dan tidak lupa juga skripsi ini juga dipersembahkan untuk para dosen bimbingan dan konseling yang telah membantu dalam mengarahkan penyelesaian skripsi ini.

Skripsi ini pun saya persembahkan untuk sekolah tempat penelitian saya, SMP Negeri 10 Banjarmasin terutama Bapak dan Ibu Guru yang sudah membantu dalam lancarnya pembuatan skripsi ini. Skripsi ini pun saya persembahkan untuk keluarga besar yang lainnya termasuk teman dan sahabat saya yang sudah mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.

ABSTRAK

Siti Nurbidasari Aliyah. 2023. *Pengaruh Hardiness Terhadap Stres Akademik Pada Siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin*. Pembimbing: (I) MuhammadArsyad, M.Psi., Psikolog. (II) Dr. Novitawati., S.psi., M.Pd.

Kata Kunci: *Hardiness, Stres Akademik, Siswa*

Saat ini pendidikan di Indonesia telah mengalami perkembangan yang sangat pesat. Hal ini rentan memicu terjadinya stres pada siswa. Untuk mengantisipasi hal tersebut, sangat diperlukan upaya untuk meringankan atau mengelola stres agar tingkat stres pada siswa berkurang. Ada beberapa faktor yang dapat mengurangi efek dari stres salah satunya yaitu *hardiness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin.

Pendekatan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian pengaruh. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 10 Banjarmasin dengan alat pengumpulan data berupa angket *hardiness* dan angket stres akademik. Populasi pada penelitian ini berjumlah 526 dengan total sampel 227 siswa. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala stres akademik dan *hardiness* dan teknik analisis data menggunakan regresi sederhana. Didapatkan hasil rata-rata siswa memiliki *hardiness* dengan kategori sedang. Namun juga tingkat stres akademik yang dimiliki siswa berada dalam kategori sedang. Dan hasil uji analisis data dengan nilai probabilitas sebesar $0,697 > 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima.

Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik siswa. Artinya stres akademik yang terjadi di SMP Negeri 10 Banjarmasin tidak dipengaruhi oleh *hardiness* namun dipengaruhi oleh faktor lainnya. Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari kemungkinan faktor lain yang berpengaruh terhadap stres akademik.

ABSTRACT

Siti Nurbidasari Aliyah. 2023. The Effect of Hardiness on Academic Stress in Students of SMP Negeri 10 Banjarmasin. Advisor: (I) Muhammad Arsyad, M.Psi., Psychologist. (II) Dr. Noviwati., S.psi., M.Pd.

Keywords: *Hardiness, Academic Stress, Students*

Currently education in Indonesia has experienced very rapid development. This is prone to trigger stress on students. To anticipate this, efforts are needed to relieve or manage stress so that the stress level in students is reduced. There are several factors that can reduce the effects of stress, one of which is *hardiness*. This study aims to determine the effect of hardiness on academic stress in students of SMP Negeri 10 Banjarmasin.

The approach to this research is quantitative with this type of influence research. The research was conducted at SMP Negeri 10 Banjarmasin with data collection tools in the form of a *hardiness* questionnaire and an academic stress questionnaire. The population in this study amounted to 526 with a total sample of 227 students. The sampling technique uses *random sampling* technique. Methods of data collection using academic stress and *hardiness* scales and data analysis techniques using simple regression. The results obtained on average students have *hardiness* in the moderate category. But also the level of academic stress that students have is in the moderate category. And the results of the data analysis test with a probability value of $0.697 > 0.05$, which means that H_a is rejected and H_o is accepted.

So it can be concluded that there is no effect of hardiness on students' academic stress. This means that academic stress that occurs at SMP Negeri 10 Banjarmasin is not influenced by hardiness but is influenced by other factors as. Suggestions for future researchers are expected to be able to look for other possible factors that influence academic stress.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah Swt yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh *Hardiness* Terhadap Stres Akademik Siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin” berhasil diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog sebagai pembimbing I dan Ibu Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Selain itu, ucapan terima kasih ditujukan kepada:

1. Bapak Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si selaku Dekan FKIP ULM Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Bapak Nuryadi, S.Pd., M.A selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan yang telah memberikan rekomendasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
4. Bapak Dr. Ali Rachman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
5. Ibu Dr, Ririanti Rachmayanie J, S.Psi, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
6. Ibu Syahrida, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 10 Banjarmasin yang telah memberikan izin melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

7. Bapak/Ibu Dosen Pengajar di Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
8. Dewan Guru, Guru Bimbingan dan Konseling serta Staff Tata Usaha SMP Negeri 10 Banjarmasin yang telah memberikan informasi dan data dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Seluruh peserta didik SMP Negeri 10 Banjarmasin yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.
10. Kedua orang tua saya yang telah mendukung moril dan materil ayah saya tercinta yaitu Muhammad Ismail dan Ibu saya Ummiati. Adik-adik saya Muhammad Al-Hijir Ismail dan Putri Wulandari yang telah menjadi motivasi saya untuk menjadi kaka yang lebih baik lagi.
11. Kepada semua member BTS yang telah memberikan hiburan dengan karya-karya nya yang luar biasa yang menemani penulis selama proses penyelesaian studi.
12. Semua pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa moril maupun materil, terutama untuk keluarga besar saya, sahabat-sahabat saya serta seluruh teman-teman Program Studi Bimbingan Konseling Angkatan 2019 yang telah banyak memberikan pelajaran dan pengalaman bagi peneliti sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan. Sehingga diharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun agar isi dari skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Swt dan bermanfaat bagi kita semua Aamiin Ya Rabb.

Banjarmasin, 20 Juni 2023

Siti Nurbidasari Aliyah

NIM 1910123320015

DAFTAR ISI

COVER DEPAN.....	i
COVER BELAKANG	ii
HALAMAN JUDUL	iii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	9
F. Asumsi Dasar Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN TEORI	11

A. Deskripsi Konseptual.....	11
1. Stres Akademik	11
2. Hardiness	22
B. Kerangka Berfikir	31
1. Bagan Kerangka Berfikir.....	31
2. Deskripsi Kerangka Berfikir.....	32
C. Hipotesis	32
D. Penelitian yang Relevan	33
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	36
B. Variabel Penelitian.....	37
C. Jenis dan Sumber Data.....	38
1. Jenis Data.....	38
2. Sumber Data	38
D. Populasi dan Sampel.....	39
1. Populasi	39
2. Sampel	41
E. Teknik Penarikan Sampel	42
F. Teknik Pengumpulan Data.....	42
1. Jenis Instrumen	42
2. Definisi Konseptual	42
3. Definisi Operasional	43
4. Kisi-Kisi Instrumen	45

5. Uji Coba Instrumen	46
G. Uji Persyaratan Analisis Data.....	47
1. Uji Normalitas	47
2. Uji Linieritas.....	47
3. Uji Homogenitas.....	48
H. Teknik Analisis Data	49
1. Statistika Deskriptif.....	49
2. Regresi Linear Sederhana.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Prosedur Penelitian	51
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	51
2. Persiapan Penelitian.....	51
3. Pelaksanaan Penelitian	53
B. Hasil Uji Coba Instrumen	54
1. Uji Validitas.....	54
2. Uji Reliabilitas.....	56
C. Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	57
1. Uji Normalitas	57
2. Uji Linearitas	58
3. Uji Homogenitas.....	59
D. Hasil Analisis Data	60
1. Tingkat <i>Hardiness</i> (X).....	61
2. Tingkat Stres Akademik (Y).....	65

3. Pengaruh <i>Hardiness</i> (X) terhadap Stres Akademik (Y)	70
E. Hasil Pengujian Hipotesis.....	71
F. Pembahasan	71
1. Gambaran <i>Hardiness</i> (X) pada Siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin.....	72
2. Gambaran Stres Akademik (Y) pada Siswa di Negeri 10 Banjarmasin	75
3. Pengaruh <i>Hardiness</i> Terhadap Stres Akademik Pada Siswa SMP Negeri 10 Banjarmasin	79
BAB V PENUTUP	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	82
1. Bagi Kepala Sekolah	83
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling	83
3. Bagi Siswa	83
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	84
DAFTAR RUJUKAN	85
LAMPIRAN.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian	40
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Hardiness</i>	45
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik	45
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Angket <i>Hardiness</i> (X).....	55
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Angket Stres Akademik (Y).....	56
Tabel 4.3 Hasil Analisis Reliabilitas dengan Teknik <i>Alpha Cronbach</i> Angket Stres Akademik (Y).....	57
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	58
Tabel 4.5 Hasil Uji Linearitas	59
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas.....	60
Tabel 4.7 Kriteria Kategori <i>Hardiness</i> (X)	62
Tabel 4.8 Rata-rata Skor Indikator <i>Hardiness</i> (X).....	64
Tabel 4.9 Kriteria Kategori Stres Akademik (Y)	67
Tabel 4.10 Rata-rata Skor Indikator Stres Akademik (Y).....	69
Tabel 4.11 Uji Signifikansi Simultan (Uji Statistik F) <i>Hardiness</i> (X) terhadap Stres Akademik (Y)	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir	31
Gambar 4.1 Grafik Kategori Kelompok <i>Hardiness</i> (X).....	63
Gambar 4.2 Grafik Kategori Kelompok Skor <i>Stres Akademik</i> (Y).....	68

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 ANGKET STRES AKADEMIK (Y) SEBELUM UJI COBA	91
LAMPIRAN 2 ANGKET STRES AKADEMIK (Y) SEBELUM UJI VALIDITAS	98
LAMPIRAN 3 HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS ANGKET STRES AKADEMIK (Y) MENGGUNAKAN IBM SPSS STATISTICS 29.....	102
LAMPIRAN 4 ANGKET STRES AKADEMIK (Y) SETELAH UJI VALIDITAS	108
LAMPIRAN 5 DATA HARDINES (X)	112
LAMPIRAN 6 DATA STRES AKADEMIK (Y)	118
LAMPIRAN 7 UJI NORMALITAS MENGGUNAKAN IBM SPSS STATISTICS 29	124
LAMPIRAN 8 UJI LINIERITAS MENGGUNAKAN IBM SPSS STATISTICS 29 ..	126
LAMPIRAN 9 UJI HOMOGENITAS MENGGUNAKAN IBM SPSS STATISTICS 29.....	128
LAMPIRAN 10 HASIL REGRESI LINEAR SEDERHANA <i>HARDINESS</i> (X) TERHADAP STRES AKADEMIK (Y)	130
LAMPIRAN 11 JURNAL REVISI PEMBIMBING 1	132
LAMPIRAN 12 SURAT PENELITIAN	135