

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, Nia, 2019, “Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping pada Mahasiswa Keperawatan”, *Jurnal Ners dan Kebidanan*, Vol. 6, No. 2, hlm. 241-250
- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Jakarta: Rineka Cipta
- Bahadir, E. (2016). Science Direct Academic and clinical stres , stres resources and ways of coping among Turkish first-year nursing students in their first clinical practice, 8, 2–8. <http://doi.org/10.1016/j.kontakt.2016.08.001>
- Depag RI, 2012, *Al-Qur'an Per Kata Tajwid warna Robbani*, Jakarta Timur: Surprise
- Desmita, 2016, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Harahap, Chita, Ade. Dinda Permatasari Harahap, dan Samsul Rivai Harahap, 2020, “Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Pandemi Covid-19”. *Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, Vol. 3, No. 1, hlm. 10-14
- Hawari, Dadang, 2011, *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*, Jakarta: FKUI
- Hermiono, Agustinus, 2021, *Manajemen Stres dan Kemarahan Siswa*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- HK dan ML, “Hambatan dan Problematikan Menjadi Aktivistis Organisasi”, Diwawancarai oleh penulis di sekretariat organisasinya tanggal 12 Februari 2022
- Kurnia , Ervina Putri Ardi, 2016, *Kecenderungan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*, dalam Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya

- Lubis, Hariani, Ayunda Ramadhani, dan Miranti Rasyid, 2021, “Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid-19”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 10, No. 1, hlm. 31-39
- Mansyur, 1978, *Aktivis Kampus*, Jakarta: Cypress Statuta Universitas Udayana
- Parera, 2000, *Pribadi-pribadi Pembuka Cakrawala*, Cendekiawan Kampus dan Peneliti Lapangan
- Purwiantomo, Dimas Rifqi Priyo dan Diana Rusmawati, 2020, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik pada Siswa SMA Islam Al Azhar 14 Semarang”, *Jurnal Empati*, Vol. Vol. 9, No. 6, hlm. 472-476
- Rosyidah, Ishmah, Andi Rizal Efendi, Muh. Amri Arfah, Putri Amalia Jasman, dan Nur Prata, 2020, “Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas”, *Jurnal ABDI*, Vol. 2, No. 1
- Sobur, Alex, 2016, *Psikologi Umum*, Bandung : CV Pustaka Setia
- Sudarman, 2004, *Belajar Efektif di Perguruan Tinggi*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media
- Sudjana, 1996. *Metode Statistik*, Bandung: Penerbit Tersito.
- Tasalim, Rian, dan Ardhia Redina Cahyani, 2021, *Stres Akademik dan Penanganannya*, Banjarmasin: Guepedia
- Tyrer, Peter, 1980, *Bagaimana Mengatasi Stres*, London: Arcan
- Yunita, Vina, Yakub Cikusin, dan Khoiron, 2020, “Pendidikan Politik Organisasi Ekstra Kampus (studi kasus PMII Rayon Al-Fanani Universitas Islam Malang”, *dalam Jurnal Respon Publik*, Vol. 14, No. 5, hlm. 67-75
- Yusuf, Syamsu, 2015, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Yusuf, Syamsu, 2011, *Konseling Individual*, Bandung: Refika Aditama

LAMPIRAN-LAMPIRAN

KISI KISI INSTRUMEN

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Stres Akademik	1. <i>Physical Demands</i> (tuntutan fisik)	a. Keadaan Iklim ruang kelas, dan suhu ruangan	1		1
		b. Suhu ruang kelas	2		1
		c. Kebersihan di dalam dan luar kelas	3, 4, 5		3
		d. Pencahayaan yang kurang baik	6		1
		e. Fasilitas ruangan kelas	8	7	2
	2. <i>Task Demands</i> (tuntutan tugas)	a. Tugas mata kuliah dalam ruang kelas	9		1
		b. Tugas pekerjaan rumah (PR)	10		1
		c. Tugas ujian tengah semester (UTS)	11		2
		d. Tugas ujian akhir semester (UAS)	12, 13		2
		e. Tata tertib	14, 15		2
		f. Ekstrakurikuler	16		1
	3. <i>Role Demands</i> (tuntutan peran)	a. Harapan orang tua	17		1
		b. Harapan dosen	18	19	2
		c. Kepercayaan sebagai teman	20		1
		d. Tuntutan organisasi	21, 22, 23, 24		4

4. <i>Interpersonal Demands</i> (tuntutan interpersonal)	a. Ketidakmampuan membangun hubungan dengan teman-teman di kelas	25, 26, 27, 28		4
	b. Ketidakmampuan membuka diri	29, 30		2
	c. Kemampuan bersikap asertif	31, 32		2
	d. Kemampuan memberikan dukungan emosional	33, 34		2
	e. Mengelola dan mengatasi konflik	35		1
Jumlah		33	2	35

INSTRUMEN PENELITIAN
TINGKAT STRES AKADEMIK PADA AKTIVIS ORGANISASI
KEMAHASISWAAN EKSTERNAL KAMPUS FAKULTAS
DAKWAH UIN SMH BANTEN

A. Identitas

Nama (inisial) :

NIM :

Jenis kelamin :

B. Tujuan Instrumen

Dalam pengumpulan data ini bertujuan untuk mengumpulkan informasi dari responden melalui kuesioner. Instrumen ini diharapkan dapat mengetahui tingkat stres akademik pada aktivis mahasiswa di Fakultas Dakwah UIN SMH Banten

C. Petunjuk Pengisian

Dibawah ini terdapat pernyataan untuk dimintai beberapa pendapat sesuai dengan kondisi yang dialami. Dengan cara memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom jawaban yang sudah disediakan.

D. Pernyataan

No.	Item Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
1	Ruang kelas yang panas membuat saya tidak nyaman dalam belajar				
2	Suhu ruangan kelas yang lembab membuat saya suka mengantuk di kelas				
3	Ruangan kotor dan bau menyebabkan ketidaknyamanan saya dikelas				
4	Saya merasa tidak betah berlama-lama belajar karena ruangan kelas yang				

	berdebu				
5	Sampah yang berserakan di luar kelas mengakibatkan banyak serangga dan nyamuk, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan dalam belajar				
6	Pencahayaannya ruangan kelas yang redup membuat saya sulit belajar				
7	Saya tidak terganggu dalam belajar meskipun ruang kelas terasa panas				
8	Kelas yang tidak memiliki jendela membuat ruangan pengap dan redup sehingga saya sulit berkonsentrasi dalam belajar				
9	Saya merasa gugup saat dosen memberikan pertanyaan dari materi yang telah disampaikan				
10	Saya senang mengerjakan kegiatan organisasi daripada mengerjakan tugas dari dosen di rumah				
11	Saya kesulitan dalam mengerjakan tes pada UTS karena terlalu sibuk memikirkan organisasi				
12	Saya sulit menjawab pertanyaan dalam UAS karena tidak punya waktu untuk belajar				
13	Ujian lisan membuat saya cemas dan gugup karena tidak ada persiapan				
14	Peraturan di kelas kuliah yang terlalu banyak membuat saya lebih nyaman dalam memilih aktif di organisasi				
15	Aturan berpakaian tertentu saat masuk ruangan kelas membuat saya merasa sulit menyesuaikan kebiasaan berpakaian				
16	Kegiatan organisasi lebih saya senangi dibandingkan dengan perkuliahan				
17	Orang tua yang menuntut saya menjadi mahasiswa terbaik membuat saya tidak menikmati proses belajar				

18	Banyaknya tuntutan dosen kepada saya membuat saya merasa tidak nyaman di kelas				
19	Saya senang Ketika dosen memberikan kepercayaan penuh kepada saya untuk berhasil				
20	Saya merasa terbebani Ketika teman saya menuntut saya untuk menjadi yang terbaik di kelas				
21	Saya tidak bisa membagi waktu karena tuntutan organisasi yang lebih banyak				
22	Aturan organisasi yang menuntut saya untuk menggunakan atribut organisasi saat masuk kelas membuat saya malu masuk kelas				
23	Mendapat jabatan di organisasi membuat saya sulit konsentrasi dalam belajar				
24	Banyaknya peran yang harus saya lakukan di organisasi membuat saya banyak meninggalkan kegiatan belajar di kelas				
25	Banyaknya perbedaan kebiasaan dengan teman-teman di kelas membuat saya ingin menyendiri				
26	Saya sulit untuk memulai hubungan yang baru dengan teman sebaya karena tidak mampu memulai pembicaraan				
27	Saya sulit melakukan komunikasi dengan baik sehingga membuat saya dikucilkan di kelas				
28	Saya dianggap egois sehingga sulit bagi saya bergabung dengan teman-teman di kelas				
29	Saya sulit menerima orang lain sebagai teman				
30	Saya lebih menyenangi aktivitas sendiri dibandingkan dengan aktivitas kelompok				

31	Saya lebih senang memendam apa yang saya pikirkan dan rasakan				
32	Saya selalu menjaga perasaan orang lain sehingga membuat saya sulit menyampaikan kebenaran				
33	Saya sulit untuk memperlihatkan rasa empati saya pada teman				
34	Saya bukan pendengar yang baik untuk dijadikan tempat curhat bagi teman-teman saya				
35	Saya merasa sulit mengelola emosi jika berhadapan dengan hal/orang yang tidak saya senangi				

HASIL UJI VALIDASI

Nomor Soal	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
1	0.399	0.361	Valid
2	0.382	0.361	Valid
3	0.374	0.361	Valid
4	0.433	0.361	Valid
5	0.399	0.361	Valid
6	0.132	0.361	Tidak Valid
7	0.379	0.361	Valid
8	0.365	0.361	Valid
9	0.256	0.361	Tidak Valid
10	0.391	0.361	Valid
11	0.332	0.361	Tidak Valid
12	0.641	0.361	Valid
13	0.024	0.361	Tidak Valid
14	0.299	0.361	Tidak Valid
15	0.347	0.361	Tidak Valid
16	0.427	0.361	Valid
17	0.602	0.361	Valid

18	0.098	0.361	Tidak Valid
19	0.238	0.361	Tidak Valid
20	0.014	0.361	Tidak Valid
21	0.655	0.361	Valid
22	0.581	0.361	Valid
23	0.458	0.361	Valid
24	0.311	0.361	Tidak Valid
25	0.654	0.361	Valid
26	0.259	0.361	Tidak Valid
27	0.513	0.361	Valid
28	0.062	0.361	Tidak Valid
29	0.690	0.361	Valid
30	0.058	0.361	Tidak Valid
31	0.101	0.361	Tidak Valid
32	0.425	0.361	Valid
33	0.403	0.361	Valid
34	0.124	0.361	Tidak Valid
35	0.631	0.361	Valid
36	0.173	0.361	Tidak Valid

37	0.247	0.361	Tidak Valid
38	0.615	0.361	Valid
39	0.422	0.361	Valid
40	0.594	0.361	Valid
41	0.611	0.361	Valid
42	0.595	0.361	Valid
43	0.650	0.361	Valid
44	0.618	0.361	Valid
45	0.661	0.361	Valid
46	0.759	0.361	Valid
47	0.624	0.361	Valid
48	0.382	0.361	Valid
49	0.606	0.361	Valid
50	0.433	0.361	Valid
51	0.612	0.361	Valid
52	0.170	0.361	Tidak Valid
53	0.400	0.361	Valid
54	0.046	0.361	Tidak Valid
55	0.259	0.361	Tidak Valid

