

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini, telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 20 Oktober 2023

MEYLINDA KARLINA
NIM: 181520105

ABSTRAK

Nama: **Meylinda Karlina**, NIM: 181520105, Judul Skripsi: **“Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Ditinjau dari Jenis Kelamin”** (Studi di Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten), Jurusan: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Tahun 2023 M/1445 H.

Mahasiswa semester akhir merupakan mahasiswa yang hampir menyelesaikan mata kuliah dan sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi). Pihak keluarga maupun kampus mengharapkan mahasiswanya untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu, namun pada kenyataannya banyak kendala yang dialami sehingga mahasiswa mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi. Apabila kendala tersebut tidak dapat diatasi secara efektif, maka dapat menimbulkan stres dan dapat mengganggu kestabilan emosi selama penyusunan tugas akhir skripsi. Sebagai manusia, sejatinya akan mengalami tekanan dan tuntutan dari berbagai sumber yang dapat menyebabkan stres. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten?”. Tujuan dari penelitian ini, peneliti ingin melihat gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa semester akhir ditinjau dari jenis kelamin” (Studi di Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten). Adapun metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif jenis deskriptif. Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menyebarkan kuesioner menggunakan skala *likert*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 167 mahasiswa akhir. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *sampling insidental*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 64 responden, di antaranya 32 perempuan dan 32 laki-laki. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 32 responden perempuan memperoleh kesimpulan bahwa 3 responden berada pada kategori sedang (persentase sebesar 9%) pada indikator *task demands* (tuntutan tugas), 23 responden berada pada kategori tinggi (persentase sebesar 72%) pada indikator *role demands* (tuntutan peran), dan 6 responden berada pada kategori sangat tinggi (persentase sebesar 19%) terdapat pada indikator *interpersonal demands* (tuntutan interpersonal) dengan memperoleh nilai rata-rata sebesar 149. Adapun hasil dari 32 responden laki-laki memperoleh kesimpulan bahwa 1 responden berada pada kategori rendah (persentase sebesar 3%) pada indikator *task demands* (tuntutan tugas), 15 responden berada pada kategori sedang (persentase sebesar 47%) pada indikator *interpersonal demands* (tuntutan interpersonal), 12 responden berada pada kategori tinggi (persentase sebesar 37,5%) pada indikator *role demands* (tuntutan peran), 4 responden berada pada kategori sangat tinggi (persentase sebesar 12,5%) terdapat pada indikator *physical demands* (tuntutan fisik) dengan perolehan nilai rata-rata sebesar 122.

Kata Kunci: Stres, Mahasiswa Akhir, Jenis Kelamin

ABSTRACT

Name: **Meylinda Karlina**, NIM: 181520105, Thesis Title: "**Academic Stress Levels in Final Semester Students Judging from Gender**" (Studies in the Islamic Religious Education Study Program, Tarbiyah and Teacher Training Faculty, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University Banten, 2023 AD / 1445 H.

Final students are students who have almost completed courses and are working on their final assignment (thesis). Both the family and the campus expect students to be able to complete their thesis on time, but in reality many obstacles are experienced so that students experience delays in completing their thesis. If these obstacles cannot be overcome effectively, they can cause stress and disrupt emotional stability during the preparation of the final thesis assignment. As humans, we will experience pressure and demands from various sources which can cause stress. The problem formulation in this research is "What is the Academic Stress Level of Final Semester Students in View of Gender in the Islamic Religious Education Study Program, Tarbiyah and Teacher Training Faculty, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten?". "The aim of this research is that researchers want to see a picture of the level of academic stress in final semester students in terms of gender" (Studies at the Islamic Religious Education Study Program, Tarbiyah and Teacher Training Faculty, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten). The research method used is descriptive quantitative research. Meanwhile, the data collection technique used was by distributing questionnaires using a Likert scale. The population in this study was 167 final students. Sampling in this study used an incidental sampling technique. The sample in this study consisted of 64 respondents, of whom 32 were women and 32 were men. The results of this research show that from 32 female respondents the conclusion was that 3 respondents were in the medium category (a percentage of 9%) on the indicator task demands, 23 respondents were in the high category (a percentage of 72%) on the indicator role demands, and 6 respondents were in the very high category (a percentage of 19%) on the indicator interpersonal demands by obtaining an average value of 149. The results from 32 male respondents concluded that 1 respondent was in the low category (a percentage of 3%) on the indicator task demands, 15 respondents were in the medium category (a percentage of 47%) on the indicator interpersonal demands, 12 respondents were in the high category (percentage of 37.5%) on the indicator role demands, 4 respondents were in the very high category (percentage of 12.5%) on the indicator physical demands with an average score of 122.

Keywords: Stress, Final Students, Gender



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	: -	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a.n Meylinda Karlina	Di- Serang
	NIM: 181520105	

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Meylinda Karlina NIM: 181520105 dengan judul **“Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Ditinjau dari Jenis Kelamin”** (Studi di Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten), telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Demikian atas segala perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Serang, 20 Oktober 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. H. Muzavan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 19900420 201903 2 018

TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
SEMESTER AKHIRDITINJAU DARI JENIS KELAMIN
(Studi di Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan
Keguruan, Universitas IslamNegeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten)

Oleh:

Meylinda Karlina
NIM: 181520105

Menyetujui,

Pembimbing I



Drs. H. Muzavan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

Pembimbing II



Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 19900420 201903 2 018

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.
NIP. 19720626 199803 1 002

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A.
NIP. 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Meylinda Karlina**, NIM: 181520105 Judul Skripsi: **“Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir Ditinjau Dari Jenis Kelamin** (Studi di Prodi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten)” telah diujikan dalam sidang munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 20 Oktober 2023, skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 20 Oktober 2023

Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota



Eneng Purwanti, M. A.
NIP. 197806072008012014

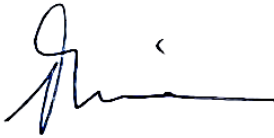
Sekretaris Merangkap Anggota



Nina Fitriyani, M. Pd.
NIP. 199702072022032001

Anggota,

Penguji I



Dr. Yahdinil Firda Nadhiroh, M.Si.
NIP. 197710182001122001

Penguji II



Ahmad Fadhil, Lc., M. Hum.
NIP. 197607042000031002

Pembimbing I



Drs. H. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1001

Pembimbing II



Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 199004202019032018

PERSEMBAHAN

Atas segala nikmat dan karunia-Mu wahai Rabb-ku. Kupanjatkan rasa syukur kepada- Mu, Allah SWT yang Maha Kuasa atas segala sesuatu.

Kupersembahkan skripsi ini kepada kedua belahan jiwaku yang sangat kucintai, Bapak Karna Suwanda dan Ibu Ida Farida yang selalu menjadi sumber kekuatan dan penyemangatku dalam segala hal, yang telah merelakan ribuan tetesan keringat dan tak bosan membimbingku sampai saat ini. Terima kasih atas segala do'a, kasih sayang dan pengorbanan yang tulus yang telah kalian berikan. Semoga dapat terukir kebanggaan kecil di hati kalian.

Terima kasih untuk kakakku Ima Damayanti, S.H., M.H dan nenekku Jumsiah serta adikku Muhammad Alfian Nasrullah yang selalu mengisi hari-hariku dengan penuh kebahagiaan, dan menjadi inspirasi sekaligus penguatku. Terima kasih untuk semua dukungandan do'a tulus yang selalu mengalir untukku. Terima kasih kepada Muhamad Arif Saputra yang telah menemaniku berjuang untuk menyelesaikan tugas akhir semasa perkuliahan. Terima kasih untuk waktu, tenaga, beserta dukungan yang selalu diberikan. Kemudian terima kasih kepada teman-temanku seperjuangan Pipin Alpinah, Ade Irma Shafitri, Linda Nurhani, Lutfiah, Dea Hedianti, Zirli Hayatunnisa, Cindi Pratama, dan Lutfiah Hasanah yang telah menemaniku semasa kuliah serta telah memberikan dukungannya selama ini.

Pahlawan-pahlawan tanpa tanda jasa, yakni guru-guruku semasa madrasah ibtidaiyah, madrasah tsanawiyah, madrasah aliyah, terima kasih telah mendidik dan memberikanku bekal berbagai ilmu pengetahuan sekaligus menjadi inspirasiku. Serta dosen-dosenku yang telah membimbing dan mengajarkanku beragam khazanah ilmu pengetahuan, terima kasih atas ilmu yang telah kalian berikan. Semoga keberkahan selalu mengiringi.

MOTTO

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ نِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

“Cukuplah bagi kami Allah sebagai penolong dan Dia adalah sebaik-baik pelindung”

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Meylinda Karlina, lahir di Pandeglang, 04 Mei 2000. Saat ini penulis tinggal di Kampung Mulyasari 006/002, Desa Langensari, Kecamatan Saketi, Kabupaten Pandeglang, Banten. Penulis merupakan anak kedua dari pasangan Bapak Karna Suwanda dan Ibu Ida Farida.

Penulis menempuh pendidikan formal di MI MA Langensari yang lulus pada tahun 2012, kemudian melanjutkan sekolah di MTS MA Cikaliung yang lulus pada tahun 2015, selanjutnya melanjutkan pendidikan di Madrasah Aliyah MA Pusat Menes yang lulus pada tahun 2018. Pada tahun yang sama, penulis diterima di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Selama menjadi mahasiswi di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis pernah aktif dalam organisasi internal kampus yaitu Community Of Counselor(COC) dan Conseling Movie (Covie) serta organisasi eksternal kampus yaitu Himpunan Mahasiswa Islam (HMI).

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang pendidikan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada baginda kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan tabi'in.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan do'a kedua orang tua serta usaha penulis yang bersungguh-sungguh dalam mengerjakannya, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Ditinjau dari Jenis Kelamin”** (Studi di Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian, penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mengalami berbagai hambatan. Akan tetapi, karena adanya bantuan, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, ungkapan rasa terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd., Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin

Banten.

3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A., Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak Drs. H. Muzayan, M.Si., pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dengan penuh kesabaran.
5. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd., pembimbing II yang juga telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan dan arahan dengan segenap hati sehingga penulis bisa belajar dari setiap kesalahan dan skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
7. Bapak dan Ibu Staf Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
8. Kepada teman-teman seperjuangan dan semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas semuanya.

Serang, 20 Oktober 2023

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
PERSETUJUAN	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO.....	vii
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan dan Rumusan Masalah.....	11
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	12
F. Definisi Operasional.....	13
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	14
A. Paparan Teori	14
1. Stres	14
2. Stres Akademik.....	29
3. Mahasiswa	40

B. Kerangka Berfikir.....	43
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	43
BAB III METODE PENELITIAN.....	47
A. Jenis Penelitian.....	47
B. Variabel Penelitian.....	47
C. Populasi dan Sampel.....	48
D. Instrumen Penelitian.....	50
E. Prosedur Penelitian.....	52
F. Teknik Pengumpulan Data.....	58
G. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	62
A. Hasil Penelitian.....	62
B. Pembahasan.....	77
BAB V PENUTUP.....	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	84

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	51
Tabel 3.2	Skor Jawaban Instrumen Penelitian	52
Tabel 3.3	Kategorisasi Nilai Reliabilitas.....	57
Tabel 3.4	Rumus Interval.....	60
Tabel 3.5	Kategorisasi Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Akhir.....	61
Tabel 3.6	Rumus Persentase	61
Tabel 4.1	Rekapitulasi Skor Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Perempuan.....	62
Tabel 4.2	Interval Skor Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Berjenis Kelamin Perempuan.....	64
Tabel 4.3	Rekapitulasi Skor Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Laki-laki	65
Tabel 4.4	Interval Skor Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Berjenis Kelamin Laki-laki.....	67
Tabel 4.5	Perbandingan Skor Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir pada Jenis Kelamin Perempuan dan Laki-laki	68
Tabel 4.6	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Perempuan pada Indikator <i>Physical Demans</i>	70
Tabel 4.7	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Laki- laki pada Indikator <i>Physical Demans</i>	71
Tabel 4.8	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Perempuan pada Indikator <i>Task Demand</i>	72
Tabel 4.9	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Laki- laki pada Indikator <i>Task Demand</i>	73
Tabel 4.10	Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Perempuan pada Indikator <i>Role Demand</i>	74

Tabel 4.11 Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Laki- laki pada Indikator <i>Role Demand</i>	75
Tabel 4.12 Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Perempuan pada Indikator <i>Interpersonal Demand</i>	76
Tabel 4.13 Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir Berjenis Kelamin Laki- laki pada Indikator <i>Interpersonal Demand</i>	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	43
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Lampiran 2 : Hasil *Judgment* Angket

Lampiran 3 : Kuesioner Penelitian

Lampiran 4 : Tabulasi Data Uji Coba Instrumen

Lampiran 5 : Hasil Uji Validitas

Lampiran 6 : Hasil Uji Reliabilitas

Lampiran 7 : Data Hasil Penelitian Responden Perempuan

Lampiran 8 : Data Hasil Penelitian Responden Laki-laki

Lampiran 9 : Tabulasi Hasil Penelitian Pada Indikator *Physical Demands*

Lampiran 10 : Tabulasi Hasil Penelitian Pada Indikator *Task Demands*

Lampiran 11 : Tabulasi Hasil Penelitian Pada Indikator *Role Demands*

Lampiran 12 : Tabulasi Hasil Penelitian Pada Indikator *Interpersonal Demands*