

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kerangka Teori

1. Pengertian Kepribadian

Menurut Weiten, kepribadian adalah keunikan individu pada ciri-ciri perilaku yang bersifat konsisten. Kepribadian merupakan pola sifat yang relatif lebih permanen dan karakteristik unik yang konsisten dalam perilaku seseorang. Sifat sendiri adalah perbedaan individu dalam berperilaku dan konsisten dalam perilakunya dari waktu ke waktu maupun dalam menghadapi berbagai situasi.

Menurut Carl Gustav Jung Kepribadian adalah mencakup keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkahlaku, kesadaran dan ketidaksadaran. Kepribadian membimbing orang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan lingkungan fisik. Sedangkan menurut Gordon Allport Kepribadian adalah organisasi dinamik dalam sistem psikofisik individu yang menentukan penyesuaian yang unik dengan lingkungannya. Dari dua definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kepribadian merupakan suatu sistem yang ada dalam psikis individu mencakup pikiran, perasaan yang bisa mempengaruhi perilaku individu untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungannya¹.

Gordon Allport mendefinisikan kepribadian sebagai berikut: *Personality is adynamicorganization within the individual of those psychophysical systems that determine his*

¹ Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. (Malang: UMM Press) h.2

unique adjustments to his environment (Kepribadian adalah organisasi-organisasi dinamis dari sistem-sistem psikofisik dalam individu yang turut menentukan cara-caranya yang unik/khas dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Berdasarkan definisi diatas, kepribadian menurut Allport memiliki beberapa unsur, yaitu:

- Kepribadian itu merupakan organisasi yang dinamis. Dengan kata lain, tidak statis, tetapi senantiasa berubah setiap saat.
- Organisasi terdapat dalam diri individu. Jadi, tidak meliputi hal-hal yang berada di luar diri individu.
- Organisasi itu berdiri atas sistem psikis, yang menurut Allport meliputi sifat dan bakat serta sistem fisik (anggota dan organ-organ tubuh) yang saling berkait.
- Organisasi itu menentukan corak penyesuaian diri yang unik dari setiap individu terhadap lingkungannya.²

2. Pengertian Dimensi Kepribadian Big five personality

Teori kepribadian dari segi *Big Five Personality Trait Model* Salah satu teori kepribadian yang fokus dalam membahas atau membicarakan trait, yang dicetuskan pertama kali oleh Lewis Goldberg pada tahun 1981 kemudian mengalami penyempurnaan oleh McRae. Teori *big – five personality traits model* atau yang akrab disebut teori “sifat kepribadian model lima besar ini” ini terdiri dari 5 dimensi kunci yaitu *Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness* dan *Neuroticism*, Dimensi-dimensi ini lebih mudah disingkat dengan OCEAN. Dari

² Alex Sobur, *Psikologi umum*, (Bandung, Pustaka Setia, 2016),H.261

ke-lima dimensi tersebut, individu cenderung memiliki salah satu dimensi kepribadian sebagai salah satu faktor yang dominan.³

Big Five Personality merupakan salah satu teori kepribadian yang berkembang di abad ke-20an. Model *Big Five Personality* atau Model Lima Besar Kepribadian dibangun dengan pendekatan yang lebih sederhana. Walaupun teori *Big Five Personality* terlihat begitu kompleks dibanding dengan teori lain sebelumnya, beberapa pendekatan yang dilakukan dalam penelitian-penelitian lebih sederhana. Prosedur yang dipergunakan oleh para peneliti, yaitu mencoba menemukan unsur mendasar dari kepribadian dengan menganalisis kata-kata dalam penyusunan item skala yang dipergunakan oleh subjek peneliti. *Big Five Personality* memiliki reliabilitas dan validitas yang relatif stabil, hingga seseorang menginjak dewasa. Pendekatan teori kepribadian sering dipergunakan dalam rangka mencari solusi mengenai kesulitan-kesulitan yang bersifat personal. Contohnya adalah penelitian Freud tentang introspeksi diri, penelitian Jung tentang kemampuan melakukan visi dan ketertarikan terhadap pengalaman, Rogers meneliti dengan pendekatan optimistik untuk menghadapi tantangan ke depan dan Erikson menemukan tentang identitas unik pada diri.

Model perbedaan individu akan mudah ditunjukkan dengan beberapa level yang disebut dengan “Lima Besar” dimensi. Goldberg menyatakan penemuan penelitiannya mengenai dimensi bahwa “Besar” artinya ada beberapa sub-sub

³ Heller, D., Mount, M. K., & Judge, T. A. (2002). *Five-Factor Model of Personality and Job Satisfaction: A Meta-Analysis*. *Journal of Applied Psychology*, h.530–541.

faktor yang lebih spesifik pada sifat seseorang. “Lima Besar” hampir tidak dapat dijangkau dan abstrak dalam hierarki kepribadian. Lima Faktor Kepribadian ini didesain untuk melihat karakter kepribadian seseorang yang paling penting dalam hidupnya. Hipotesis leksikal yang paling mendasar adalah bahwa perbedaan individu dalam transaksi manusia akan dikode sebagai terminologi tunggal atau semua dari bahasa di dunia. Variasi dari perbedaan individu lebih pada suatu gabungan dari *facet-facet* tersebut. Goldberg mengilustrasikan arti dari faktor-faktor tersebut, kepekaan emosi yang merupakan bagian dari *Neuroticism* (N) dengan sisi lain dari perasaan negatif termasuk kecemasan, sedih, mudah tersinggung, dan gugup. Faktor Keterbukaan atas pengalaman (O) digambarkan dengan keluasan, kedalaman dan kompleksitas dari mental individu dalam pengalaman hidup. Faktor Ekstraversi (E) dan faktor Kesepakatan (A), kedua sifat tersebut lebih bersifat interpersonal, yang berarti perbuatan seseorang dalam kaitannya dengan orang lain. Faktor ketelitian (C) telah dijelaskan di awal, lebih berkaitan dengan tugas dan perilaku sebagai tujuan akhir dan pengendalian diri sebagai faktor sosial.⁴

Big Five Personality Model adalah teori sifat dan faktor dari kepribadian yang didasari oleh analisis faktor. McCrae dan Costa melihat bahwa sifat dari kepribadian adalah bipolar dan mengikuti distribusi lonceng. Dimana kebanyakan orang akan

⁴ Hardani Widhiastuti, (Jurnal Psikologi Vol. 41, NO. 1, JUNI 2014: 115 – 133), “*Big Five Personality* sebagai Prediktor Kreativitas dalam Meningkatkan Kinerja Anggota Dewan *Hardani*”, Fakultas Psikologi Universitas Semarang.

memiliki skor yang berada dekat dengan titik tengah dari setiap sifat, hanya ada sedikit orang yang memiliki skor pada titik ekstrem. John, Angleitner, & Ostendorf, model lima faktor dibangun berdasarkan pendekatan yang lebih sederhana dengan mencoba menemukan inti dasar kepribadian dengan menganalisis kata-kata yang digunakan oleh orang-orang untuk menggambarkan kepribadian orang lain. Penjelasan lebih jauh mengenai Big Five Personality Model dikemukakan oleh Costa dan McCrae yang menyebutkan bahwa struktur dasar atas 5 faktor utama, dimana setiap faktor dibangun oleh bagian yang saling berkaitan. Model ini muncul dari analisis faktor kata sifat yang digunakan untuk menggambarkan kepribadian dan dari analisis faktor berbagai tes dan skala kepribadian yang setara. Pendekatan big five terhadap kepribadian, kebanyakan didasarkan pada penelitian daripada teori, atau dengan kata lain merupakan suatu pendekatan induktif terhadap kepribadian yang berarti bahwa teori dihasilkan dari data. Sedangkan untuk penamaan Big Five sendiri bukan lantas bahwa kepribadian seseorang memang hanya ada lima tetapi penamaan ini didasari dengan pengelompokan ciri dalam lima himpunan besar, yang kemudian disebut dimensi kepribadian. Big Five merujuk pada penemuan bahwa setiap faktor memasukkan sejumlah trait-trait yang lebih spesifik. Jadi, kesimpulannya adalah Big Five Personality atau Five Factors Model merupakan suatu teori yang konsisten untuk melihat dan menilai kepribadian dalam diri seseorang melalui analisis faktor kata sifat. Dalam penelitian ini Big Five Personality Model digunakan untuk mengukur

kepribadian objek-objek penelitian. Kinerja adalah sesuatu yang secara aktual orang kerjakan dan dapat di observasi. Dalam pengertian ini, kinerja mencakup tindakan – tindakan dan perilaku yang relevan dengan tujuan organisasi. Kinerja bukan konsekuensi atau hasil tindakan, tetapi tindakan itu sendiri. Kinerja juga berkaitan dengan kualitas dan kuantitas, ada tiga kriteria dalam melakukan penilaian kinerja individu, yakni tugas individu, perilaku individu, dan ciri individu. Menurut Mangkunegara, kinerja (performance) dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor individual yang terdiri dari: kemampuan dan keahlian, latar belakang dan demografi; faktor psikologis yang terdiri dari :persepsi, attitude, personality, pembelajaran, dan motivasi; dan faktor organisasi yang terdiri dari sumber daya, kepemimpinan, penghargaan, struktur, dan *job design*. Di antara tiga faktor yang dikemukakan di atas, yang menjadi fokus pembahasan pada penelitian ini adalah faktor kepribadian yang merupakan sub faktor dari faktor psikologis.

Kepribadian adalah keunikan individu pada ciri-ciri perilaku yang bersifat konsisten. Kepribadian merupakan pola sifat yang relatif lebih permanen dan karakteristik unik yang konsisten dalam perilaku seseorang. Sifat sendiri adalah perbedaan individu dalam berperilaku dan konsisten dalam perilakunya dari waktu ke waktu maupun dalam menghadapi berbagai situasi.⁵

⁵ Jess Feist dan Gregory J. Feist, “*Teori Kepribadian*, Edisi 7 Jilid 1”. Jakarta: Salemba Humanika. 2009 h.24

➤ *Neurotis (Neuroticism)*

Orang yang memiliki *trait* neurotis yang tinggi akan cenderung merasa cemas, mudah marah, mengasihani diri sendiri, sadar diri, emosional dan rentan untuk terkena gangguan stres. Orang dengan *trait* neurotis yang tinggi akan merasakan kecemasan dan ketegangan sehingga mereka takut untuk melakukan kesalahan.⁶

Neuroticism dengan skor tinggi pada umumnya sering mengasihani diri sendiri, pencemas, kurang mempercayai orang lain, depresif, kurang mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial secara positif, merasa tidak berdaya, rentan terhadap perubahan atau reaksi lingkungan. Sedangkan individu yang memiliki skor rendah cenderung tenang, rileks, merasa aman, puas dengan dirinya, tidak emosional, mampu bertahan dalam kondisi yang sulit.⁷ Dalam mengerjakan aktivitasnya, kecemasan yang tinggi berpengaruh negatif dengan motivasi untuk berprestasi yang pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi akademisnya.⁸

⁶ Arnissa Wulandari, Margaretha Rehulina, (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental), "Hubungan antara Lima Faktor Kepribadian (*The Big Five Personality*) dengan Makna Hidup pada Orang dengan *Human Immunodeficiency Virus*", Vol. 02 No. 1, April 2013, h.24

⁷ Moch Bachruddin, "Pengaruh *Big five personality* terhadap sikap korupsi pada mahasiswa", (Skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2015), h.8.

⁸ Asina Christina Rosito, (Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling, *Volume 4 Nomor 2 Juni 2018. Hal 6-13*), "Eksplorasi Tipe Kepribadian *Big Five Personality Traits* Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Akademik.", h.21

➤ *Ekstraversi (Ekstraversion)*

Mereka yang memiliki nilai yang tinggi pada ciri ekstraversi akan cenderung untuk menyayangi, periang, aktif berbicara, mudah bergabung, menyenangkan dan berinteraksi dengan lebih banyak orang dibanding mereka yang introversi. Selain itu, mereka juga cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif. Selain itu, mereka juga cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif.⁹

Extraversion adalah dimensi kepribadian yang cenderung memiliki ambisi dan kemampuan bersosialisasi, individu yang memiliki skor tinggi digambarkan dengan orang yang suka bersosialisasi, aktif bicara, agresif, enerjik, antusias, asertif, dan optimistik.¹⁰

Menurut De Raad & Schouwenburg, siswa dengan tingkat *extraversion* yang tinggi cenderung akan memiliki prestasi yang baik dikarenakan tingginya energi ditambah dengan *attitude* yang positif yang mengarahkan pada motivasi untuk belajar dan memahami. Dimensi ini menyangkut kelekatan seseorang yaitu bersahabat, memiliki hasrat untuk bersama orang lain, dan ingin menghibur orang lain atau mudah terharu.¹¹

⁹ Arnissa Wulandari, Margaretha Rehulina, (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental)... 25

¹⁰ Moch Bachruddin, "Pengaruh *Big five*... h.8.

¹¹ Asina Christina Rosito, (Jurnal Psikologi Pendidikan... h.22.

➤ ***Keterbukaan (Openness)***

Ciri ini membedakan antara individu yang memilih variasi dibandingkan dengan individu yang menutup diri serta individu yang mendapatkan kenyamanan dalam hubungan mereka dengan hal-hal dan orang-orang yang mereka kenal. Orang yang terbuka pada pengalaman cenderung mencari perbedaan dan pengalaman yang bervariasi dan berbeda. Mereka juga umumnya terlihat imajinatif, menyenangkan, kreatif, dan artistik.¹²

Menurut McCrae & Costa dalam Jeis & Feist, 2010 menyebutkan bahwa faktor *Openness to experience* (keterbukaan dan pengalaman) adalah kemampuan menyerap ide-ide, pendekatan-pendekatan, dan percobaan-percobaan baru. Individu yang memiliki skor tinggi dalam *openness* ditandai oleh sifat-sifat seperti imajinatif, berbudaya, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, orisinal, berwawasan luas, cerdas, artistik. Sebaliknya individu yang memiliki *openness* rendah maka ditandai oleh sifat konvensional, memiliki minat yang dangkal, tidak memiliki apresiasi seni, tidak mampu berfikir analitik.¹³

Tipe kepribadian *openness* memiliki kesamaan dengan aspek kreatif dan inovatif dalam motivasi berprestasi yang pada akhirnya berhubungan dengan prestasi akademik. Pribadi dengan *openness* yang tinggi secara konsisten mencari pengalaman-pengalaman yang beragam. Furnham & Chamorro-Premuzic

¹² Arnissa Wulandari, Margaretha Rehulina, (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental)... 25

¹³ Moch Bachruddin, "Pengaruh *Big five*... h.8.

(2008) menunjukkan bahwa *openness* berkorelasi positif dengan prestasi belajar yang dimediasikan oleh *deep learning*.¹⁴

➤ ***Kemufakatan (Agreeableness)***

Orang-orang dengan dimensi kemufakatan (*agreeableness*) yang tinggi cenderung mempercayai orang lain, murah hati, mudah menerima, selalu mengalah, menghindari konflik dan baik hati. Mereka juga cenderung ramah, kooperatif dan hangat. Kemufakatan juga merujuk pada kualitas orientasi interpersonal seseorang dimulai dari perasaan peduli hingga perasaan permusuhan dalam pikiran, perasaan, dan tindakan¹⁵.

Agreeableness (keramahan) dengan skor tinggi cenderung mementingkan diri sendiri dalam berhubungan dengan orang lain, percaya pada keinginan baik orang lain, baik dan altruistik. Sebaliknya individu dengan skor rendah ditandai dengan sifat sinis, kasar, berprasangka, tidak kooperatif, pendendam, manipulatif, tidak berperasaan¹⁶. Tipe kepribadian *agreeableness* membedakan pribadi yang berhati lembut dari pribadi yang berhati kejam. Menurut Vermetten, Lodewijks & Vermunt (dalam Poropat, 2009) dimensi ini berhubungan dengan kepatuhan terhadap perintah guru dan berusaha fokus kepada materi pembelajaran.¹⁷

¹⁴Asina Christina Rosito , (Jurnal Psikologi Pendidikan... h.22.

¹⁵ Arnissa Wulandari, Margaretha Rehulina, (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental)... 26

¹⁶ Moch Bachruddin, "Pengaruh *Big five*... h.9.

¹⁷ Asina Christina Rosito , (Jurnal Psikologi Pendidikan... h.23.

➤ ***Kesungguhan (Conscientiousness)***

Faktor kelima adalah kesungguhan (*conscientiousness*) yang mendeskripsikan orang-orang teratur, terkontrol, terorganisir, berambisi, fokus pada hasil, dan disiplin. Secara umum, mereka yang memiliki skor yang tinggi akan cenderung pekerja keras, cermat, tepat waktu dan tekun. Mereka juga umumnya berhati-hati, dapat diandalkan, teratur, dan bertanggung jawab¹⁸.

Tipe dimensi *conscientiousness* berasosiasi dengan perilaku disiplin, pekerja keras, teratur dan tertib seperti merencanakan dan mengorganisir tugas, berperilaku dengan rasa tanggung jawab dan berambisi sukses di bidang akademik. Selain itu *conscientiousness* juga berhubungan dengan pendekatan pembelajaran yakni *achieving learning* yang secara positif berpengaruh signifikan terhadap motivasi berprestasi, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap prestasi akademik.¹⁹

Conscientiousness (kesadaran) adalah dimensi kepribadian yang ditandai oleh ciri seperti : efisien, organized, dapat dipercaya, terencana, cermat, bertanggungjawab, berorientasi pada prestasi, produktif, mampu menunda kepuasan untuk mendapatkan sesuatu yang lebih baik dimasa depan. Individu-individu yang memiliki skor tinggi dalam *conscientiousness* pada umumnya sangat patuh dan disiplin, dapat dipercaya, tidak mudah putus asa, disiplin, ambisius dan kerja

¹⁸ Arnissa Wulandari, Margaretha Rehulina, (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental)... 26

¹⁹ Asina Christina Rosito, (Jurnal Psikologi Pendidikan... h.23.

keras, bahkan sebagian dari mereka “kecanduan kerja”. Sebaliknya individu yang memiliki skor rendah dicirikan oleh malas, tidak memiliki tujuan, ceroboh, hedonis, tidak dapat dipercaya, kurang memiliki kemauan, loyo.

Kelima dimensi dasar tersebut menggambarkan perbedaan dalam perilaku kognitif, afektif dan sosialnya. Menurut Pevin & Jhon Kelima dimensi dasar ini sering diartikan sebagai model *big five personality* dan cenderung stabil sepanjang rentang kehidupan. Sama halnya dengan pendapat dari Goldberg bahwa lima faktor kepribadian (*personality trait*) yang terbagi atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neurotism, dan openness to experience*.²⁰

Minimnya literatur penelitian dalam negeri tentang topik kajian tipe kepribadian dan prestasi akademik menunjukkan masih rendahnya minat para praktisi pendidikan dan ilmuwan psikologi pendidikan di Indonesia, untuk mengeksplorasi peran aspek kepribadian dalam menolong mahasiswa untuk optimal dalam proses belajarnya. Sementara dalam penelusuran literatur, peneliti menemukan semakin banyak penelitian dengan topik ini dilakukan di negara maju maupun negara berkembang baik di Asia, Eropa dan Amerika Serikat. Penelitian ini dilakukan di lingkup peserta didik di tingkat pendidikan tinggi (mahasiswa). Dari sudut pandang psikologi perkembangan, secara umum

²⁰ Moch Bachruddin, “Pengaruh *Big five perosnality* terhadap sikap korupsi pada mahasiswa”, (Skripsi pada Fakultas Psikologi Univeristas Muhammadiyah Malang, 2015),H.9.

mahasiswa berada pada tahap perkembangan remaja akhir memasuki dewasa muda, yaitu sekitar 17/18 tahun sampai dengan 21 atau 22 tahun. Pada tahap ini, kepribadian remaja sudah berkembang ke arah pola yang relatif menetap. Sehingga, identifikasi terhadap tipe atau dimensi kepribadian yang dominan sudah dapat menggambarkan secara spesifik kondisi karakteristik perilaku remaja tersebut. Selain itu, pola pendidikan di perguruan tinggi yang menuntut berkembangnya kemandirian belajar, dan pengambilan keputusan merupakan faktor-faktor yang mendorong berkembangnya pola perilaku tertentu yang relatif menetap.²¹

Sifat (*Trait*) adalah tendens dterminasi atau predisposisi dan dberinya definisi demikian: “Sifat adalah sistem neuropsikis yang di generalisasikan dan diarahkan, dengan kemampuan untuk menghadapi bermacam-macam perangsang secara sama, memulai serta membimbing tingkah laku adaptif dan ekspresif secara sama”.

Pernyataan “sistem neuropsikis” menunjukkan jawaban afirmatif yang diberikan oleh Allport terhadap pertanyaan apakah “trait” itu benar-benar ada pada individu.²²

²¹ Asina Christina Rosito, (Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konselin), ” Eksplorasi Tipe Kepribadian *Big Five Personality Traits* Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Akademik” *Volume 4 Nomor 2 Juni 2018. Hal 6-13*

²² Sumadi Suryabrata, “Psikologi Kepribadian”, (Jakarta, Rajawali Pers, 2016),H.208

3. Pengertian Dimensi Stres Akademik

Menurut Coleman cs. terdapat tiga sumber yang dapat dimasukkan kedalam kategori dari stressor (penyebab terjadinya stres), yaitu Frustrasi, konflik, dan tekanan (pressure) yang semuanya saling berhubungan satu sama lain dan menyerang diri dalam maupun luar. Sebagai contoh para mahasiswa mengalami stres karena faktor-faktor seperti nilai pelajaran yang rendah, naik turunnya hubungan romantis dan seksual, serta tinggal di lingkungan yang. Ditambah lagi jika mahasiswa belajar sambil bekerja, stres sering kali bersumber dari hubungan interpersonal yang buruk, pekerjaan yang banyak, dan hilangnya pekerjaan. Masalah sehari-hari seperti percekocokan dalam keluarga, situasi tempat tinggal yang sesak, pulang-pergi dari tempat kerja, dan bunyi gaduh yang berlebihan juga merupakan penyebab stres²³.

Ada beberapa faktor yang menjadi stressor mahasiswa ketika terjadi stres akademik baik itu internal dalam dirinya atau eksternal yang berasal dari lingkungan sekitarnya.

- *Self-efficacy*. Faktor ini merupakan keyakinan individu tentang sejauh mana memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi maka stres akademik yang dialami rendah. Sebaliknya individu yang

²³ Yeni Nursholikhah, "Hubungan *big five personality* dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran" (Skripsi di fakultas Psikologi UIN Surabaya, 2019)

memiliki *self-efficacy* rendah maka stres akademik yang dialami tinggi.

- Optimisme. Seligman menjelaskan bahwa optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri. Artinya individu yang memiliki optimisme yang tinggi maka stres akademik yang dialami rendah. Sebaliknya individu yang memiliki optimisme rendah maka stres akademik yang dialami tinggi.
- Motivasi Berprestasi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulya & Indrawati yang menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya jika motivasi berprestasi rendah maka stres akademik semakin tinggi.
- Prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan penyebab terjadinya stres akademik. Tice dan Baumeister mengatakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan stres. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda-nunda tugas akademik sampai batas akhir waktu yang tersedia. Semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin tinggi stres akademik yang dialami, sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin rendah juga stres akademik yang dialami.

- Dukungan Sosial Orangtua. Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi stres akademik adalah dukungan sosial orangtua yang diberikan oleh orangtua kepada anaknya baik secara emosional, penghargaan, instrumental, informasi ataupun kelompok. Hubungan negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah stres akademik yang dialami, begitupula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orangtua maka stres akademik yang dialami tinggi.²⁴
- Hubungan sosial dengan teman organisasi. Hal ini menjadi faktor eksternal terjadinya stres akademik. Keharmonisan hubungan dengan teman atau dengan orang terdekat (sahabat) akan berdampak besar dalam konsentrasi mahasiswa. Karena disamping menjalankan tugas-tugas akademiknya, sebagai mahasiswa dituntut agar dapat bersosial dengan khalayak orang banyak. Jika bisa menjaga keharmonisan hubungannya termasuk keharmonisan hubungan di organisasinya/UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) dengan baik maka stres akademik yang dialami rendah. Sebaliknya, jika tidak bisa untuk menjaga keharmonisan hubungannya maka stres yang dialami tinggi.
- Lingkungan tempat tinggal baru. Kata merantau bagi mahasiswa sudah sangat melekat, walaupun tidak semua mahasiswa merasakan itu, tapi hal ini bisa menjadi faktor penyebab stres akademik. Menurut skinner, individu adalah

²⁴ Nurmawakhira, Janatul, (Psyche 165 Journal , Vol.13,No.02, Juni 2020, LPPM UPI YPTK Padang), "Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik".

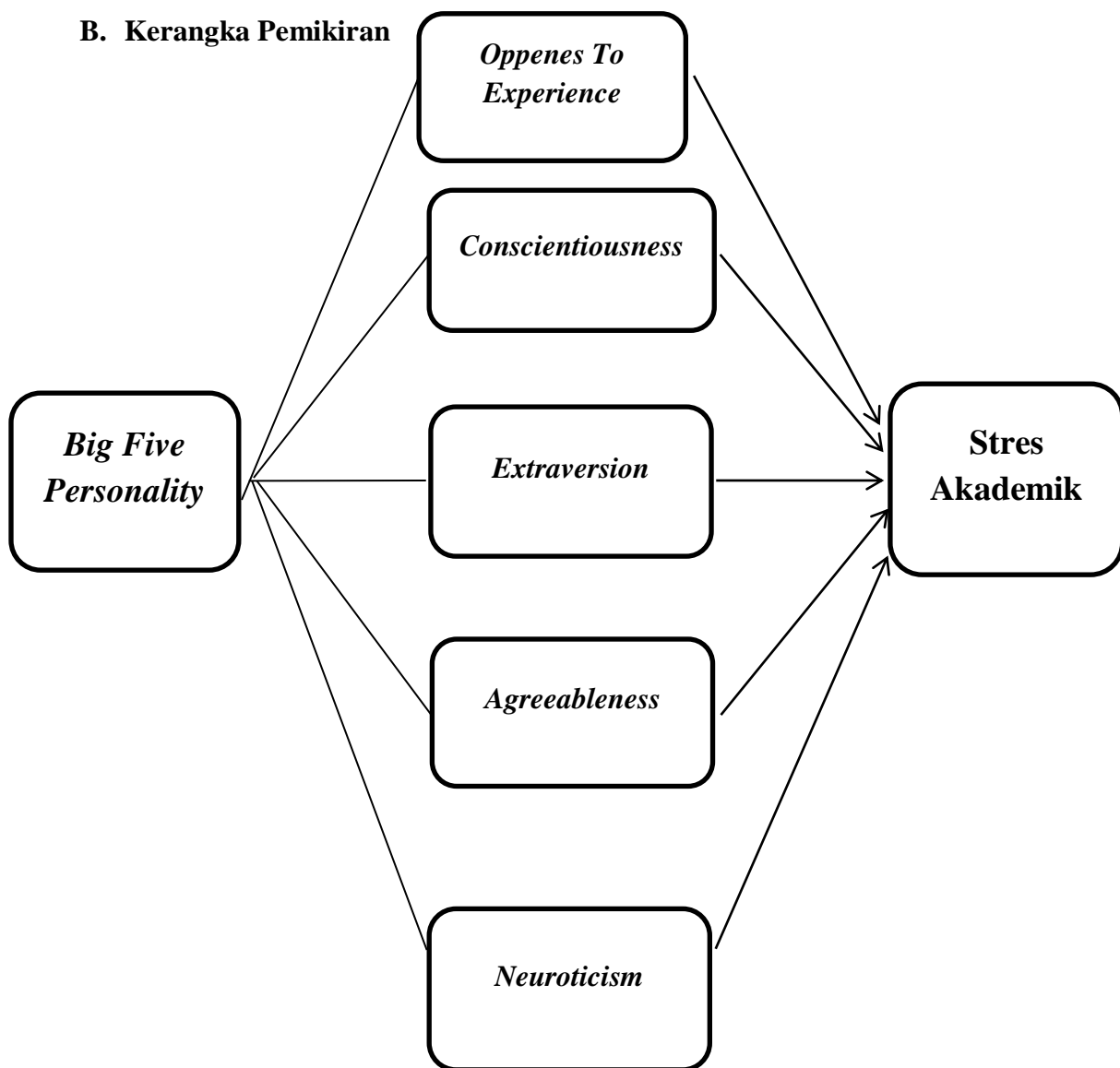
organisme yang memperoleh perbendaharaan tingkah lakunya melalui belajar. Ia bukan agen penyebab tingkah laku, melainkan tempat kedudukan atau suatu poin yang faktor-faktor lingkungan dan bawaan yang khas secara bersamaan menghasilkan akibat (tingkah laku) yang khas pula pada individu tersebut. Maka semakin baik lingkungan tempat tinggal itu maka stres akademik yang dialami rendah. Begitupun sebaliknya tempat tinggal yang kurang baik akan memicu stres akademik yang tinggi.²⁵

4. Hubungan *Big five Personality trait* dengan stres akademik

Mahasiswa adalah individu yang sangat rentan mengalami stres, stres yang dialami mahasiswa disebut stres akademik. Stres akademik dapat berdampak positif ataupun negatif. Dampak positif dari stres akademik menurut Smeltzer dan Bare berupa peningkatan kreativitas yang dapat memicu pengembangan diri selama stres yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Sedangkan dampak negatif dapat mengakibatkan penyalahgunaan minuman beralkohol, gangguan makan dan sulit tidur. Dari kelima dimensi yang ada pada *Big five Personality trait* ini pasti ada salah satu yang dominan dalam diri mahasiswa yang mencerminkan kepribadian mahasiswa itu sendiri dalam merespon stress itu dengan baik atau tidak.²⁶

²⁵ Alex Sobur, *Psikologi umum*, (Bandung, Pustaka Setia, 2016), h.271

²⁶ Nurmawakhira, Janatul, (Psyche 165 Journal , Vol.13,No.02, Juni 2020, LPPM UPI YPTK Padang), “Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik”.

B. Kerangka Pemikiran

Gambar 2.1: Kerangka Teoritik

C. Hipotesis

Hipotesis leksikal yang paling mendasar adalah bahwa perbedaan individu dalam transaksi manusia akan dikode sebagai terminologi tunggal atau semua dari bahasa di dunia.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ho : Tidak ada hubungan yang signifikan antara dimensi kepribadian *Big Five Personality* dengan stres akademik.

Hi : Terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi kepribadian *Big Five Personality* dengan stres akademik.