

SKRIPSI

**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES
AKADEMIK MAHASISWA TATA RIAS UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**



Disusun Oleh:

Alfi Lutfiah Fardani

5535165091

Skripsi Ini Ditulis Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN VOKASIONAL TATA RIAS
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

ABSTRAK

Alfi Lutfiah Fardani. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Tata Rias Universitas Negeri Jakarta. Skripsi. Jakarta: Program Studi Pendidikan Vokasional Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta, Oktober 2020. Dosen Pembimbing: Nurina Ayuningtyas, M.Pd dan Aam Amaningsih Jumahur, Ph.D.

Stres akademik sering dialami mahasiswa karena banyaknya tuntutan akademik yang terkadang melebihi kemampuan pada diri individu tersebut. Banyak faktor yang dapat menyebabkan stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa pendidikan tata rias Universitas Negeri Jakarta, studi kasus pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias angkatan 2017 Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif suvei yang bersifat deskriptif. Penelitian ini menggunakan data primer dengan responden sebanyak 35 orang. Data yang diperoleh diuji dengan menggunakan analisis faktor dengan bantuan SPSS versi 24. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat dua faktor baru yang terbentuk, faktor 1 yaitu faktor internal yang merupakan faktor dominan, memiliki nilai *eigen value* sebesar 4,676 terdiri dari pola pikir, karakter, faktor fisik, persaingan teman sebaya, perubahan suasana kehidupan, dan kesulitan mengelola kehidupan. Faktor 2 yaitu faktor eksternal memiliki nilai *eigen value* sebesar 1,455 terdiri dari lingkungan, penugasan berlebih, manajemen waktu yang buruk, dan masalah manajemen keuangan.

Kata Kunci: Stres Akademik, Analisis Faktor, Pendidikan Tata Rias

ABSTRACT

Alfi Lutfiah Fardani. Factors that Influence the Academic Stress of Cosmetology Students Universitas Negeri Jakarta. A Thesis. Jakarta: Cosmetology Vocational Education Study Program, Faculty of Engineering, Universitas Negeri Jakarta, October 2020. Supervisors: Nurina Ayuningtyas, M.Pd and Aam Amaningsih Jumhur, Ph.D.

Academic stress is oftenly experienced by students because of academic demands that sometimes exceed the abilities of individual. Many factors can cause academic stress in students. This study aims to determine the factors that influence academic stress in students of cosmetology study at the Universitas Negeri Jakarta, a case study of 2017 students of Cosmetology Study, Universitas Negeri Jakarta.

This research is a descriptive quantitative survey research. This study uses primary data with 35 respondents. The data obtained were tested by factor analysis utilizing SPSS version 24. The results of this study indicate that there are two new factors formed, factor 1, the internal factor which is the dominant factor, has an eigen value of 4,676 consisting of mindset, character, physical factors, peer competition, changes in the atmosphere of life, and difficulties in managing life. Factor 2 is external factors, which have an eigen value of 1,455 consisting of the environment, excessive assignments, bad time management, and financial management problems.

Keywords: Academic Stress, Factor Analysis, Cosmetology Education

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA DOSEN

TANDA TANGAN

TANGGAL

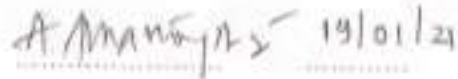
Dosen Pembimbing Materi



12/01/21

Nurina Ayuningtyas, M.Pd.
NIP. 198506162015042001

Dosen Pembimbing Metodologi



Aam Amaningsih Jumbuh, Ph.D
NIP. 197110162008122001

PENGESAHAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

NAMA DOSEN

TANDA TANGAN

TANGGAL

Ketua Penguji



08/01/21

Titin Supiani, M.Pd.
NIP. 197101011997022001

Penguji I



11/01/21

Dra. Lilies Yulastri M.Pd.
NIP. 195806211984032001

Penguji II



11/01/21

dr. Elvyra Yulia, SpAk
NIP. 196810231998022001

Tanggal Lulus : 23 Desember 2020

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alfi Lutfiah Fardani

NIM : 5535165091

Judul Skripsi : "Faktor -- Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta"

Dengan ini saya menyarakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan Karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 19 Januari 2020



(Alfi Lutfiah Fardani)

NIM. 5535165091



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alfi Lutfiah Fardani
NIM : 5535165091
Fakultas/Prodi : Teknik/Pendidikan Vokasional Tata Rias
Alamat email : alfilutf@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 18 Februari 2020

Penulis

(Alfi Lutfiah Fardani)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal pengajuan skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tata Rias Universitas Negeri Jakarta”. Proposal skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata-1 Pendidikan Vokasional Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari dalam penulisan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa arahan dan bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Huswatun Hasanah, M. si selaku Dewan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Jenny Sista Siregar, M. Hum selaku Ketua Program Studi Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta.
3. Nurina Ayuningtyas, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah berkenan meluangkan waktu, pikiran, dan arahan serta dengan sabar membimbing penulis sampai menyelesaikan proposal skripsi ini.
4. Aam Amaningsih Jumhur, Ph.D selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan penulis selama menyusun proposal skripsi ini.
5. Segenap Dosen Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Seluruh civitas akademika Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan dukungan moril kepada penulis.
7. Orang tua, adik dan saudara-saudara, yang selalu mendoakan, memberikan semangat dan dukungan, serta kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.
8. Mahasiswa Pendidikan Tata Rias 2017 yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam mengisi kuisisioner untuk penelitian ini
9. Teman-teman seperjuangan Pendidikan Tata Rias 2016, atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya. Khususnya kepada Rahma Adiharsinta, Aldes Karuniawati, Rania Larasati, Ester Maharani, Pratiwi Suciati, Firda Oktaviani, Hafni Nur Afifah.
10. Hanif Ari Kurniawan, Andika Yuda Pratama, Rizki Fadillah, Desy Purnama Sari, Syifa Aulia Sakinah, Fildzah Nabilah, Rahmadhanty Primashilla, Nathia Utami, Eunike Gertruida, Sima Miftahuljannah, Adam Galuh, Shetia Silfa, Nida Yasmin, Indiis Nabila selaku rekan main penulis yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, dan doa kepada penulis.
11. Teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang sudah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapakan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga

akhirnya laporan proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Jakarta, 2 Juni 2020

Alfi Lutfiah Fardani



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Perumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Deskripsi Konseptual	6
2.1.1 Stres Akademik	6
2.1.1.1 Pengertian Stres Akademik	6
2.1.1.2 Penggolongan Stres Akademik	7
2.1.1.3 Tingkatan Stres Akademik	8
2.1.1.4 Dampak Stres Akademik.....	11

2.1.1.5	Aspek Stres Akademik	12
2.1.1.6	Sumber Stres Akademik	14
2.1.1.7	Faktor Penyebab Stres Akademik	16
2.1.1.8	Cara Mengelola Stres Akademik.....	21
2.1.1.9	Pengukuran Stres Akademik	21
2.1.2	Profil Mahasiswa Tata Rias UNJ	22
2.1.2.1	Pengertian Mahasiswa.....	22
2.1.2.2	Pengertian Mahasiswa Pendidikan Tata Rias	23
2.2	Penelitian Relevan.....	23
2.3	Kerangka Berpikir.....	25
2.4	Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		27
3.1	Tujuan Penelitian	27
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.3	Metode Penelitian.....	27
3.4	Populasi dan Sampel	27
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	28
3.5.1.1	Definisi Konseptual	28
3.5.1.2	Definisi Operasional.....	28
3.5.1.3	Kisi-kisi Instrumen	28
3.5.1.4	Jenis Instrumen.....	29
3.5.1.5	Pengujian Validitas dan Perhitungan Reliabilitas	30
3.6	Teknik Analisis Data.....	32
3.6.1	Uji Prasyarat Analisis.....	32
3.6.1.1	Uji Normalitas	32

3.6.2 Analisis Faktor	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Deskripsi Data	35
4.1.1 Pembahasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	35
4.1.1.1 Uji Validitas	35
4.1.1.2 Uji Reliabilitas.....	37
4.2 Pembahasan Kuesioner	38
4.3 Pembahasan Uji Prasyarat Analisis.....	58
4.3.1 Uji Normalitas.....	58
4.4 Pembahasan Hasil Analisis Faktor.....	59
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian	69
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	72
5.1 Kesimpulan	72
5.2 Implikasi.....	72
5.3 Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perbandingan hasil Penelitian Relevan dengan Penelitian Peneliti	24
Tabel 3. 1 Kisi – kisi Instrumen Stres Akademik	29
Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban dengan Skala Likert	30
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Kuesioner Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik	36
Tabel 4. 2 Hasil Uji Reliabilitas	38
Tabel 4. 3 Saya merasa salah memilih program studi sehingga tertekan saat belajar	38
Tabel 4. 4 Saya terkadang merasa tidak mampu menyelesaikan praktik yang rumit	39
Tabel 4. 5 Saya merasa kecewa bila Indeks Prestasi Semester menurun	39
Tabel 4. 6 Saya takut mendapat nilai jelek ketika tidak bisa mengerjakan soal-soal ujian	40
Tabel 4. 7 Saya termasuk orang yang tidak sabar terhadap sesuatu yang ditunda-tunda (seperti menunggu dosen yang tidak datang tepat waktu)	40
Tabel 4. 8 Saya tidak mau berkelompok dengan teman yang tidak sepemikiran karena beban buat saya	41
Tabel 4. 9 Saya merasa tidak berhati – hati dalam mengerjakan sesuatu	41
Tabel 4. 10 Ketika kerja kelompok, saya khawatir tidak menemukan anggota kelompok yang tepat	42
Tabel 4. 11 Saya merasa khawatir kalau harus mengulang mata kuliah	42
Tabel 4. 12 Saya merasa takut apabila mengulang mata kuliah praktik 4 SKS	43
Tabel 4. 13 Saya terkadang merasa tata rias bukan passion saya	43
Tabel 4. 14 Saya merasa takut gagal dalam mata kuliah yang sulit	43
Tabel 4. 15 Saya merasa tidak mengerti sebagian besar dari materi yang diberikan dosen	44
Tabel 4. 16 Saya merasa pada mata kuliah praktik dosen terlalu cepat saat mendemokan materi	44
Tabel 4. 17 Saya merasa terbebani karena orangtua menuntut untuk mendapat IP bagus	45
Tabel 4. 18 Saya merasa khawatir kalau hasil akademik saya tidak seperti yang orangtua harapkan	46

Tabel 4. 19 Saya merasa terganggu ketika belajar di kelas apabila teman-teman saya berisik.....	46
Tabel 4. 20 Saya sering terlambat bahkan bolos karena jarak rumah yang jauh	47
Tabel 4. 21 Saya merasa terbebani karena fasilitas untuk praktik kurang memadai	47
Tabel 4. 22 Terkadang saya lupa membawa alat praktik dikarenakan terlalu banyak tugas yang dikerjakan.....	48
Tabel 4. 23 Saya merasa terbebani ketika tugas dari beberapa dosen terlalu banyak.....	48
Tabel 4. 24 Saya merasa tertekan saat tugas menumpuk dan deadline yang singkat	49
Tabel 4. 25 Saya merasa waktu tidur berkurang karena tugas yang menumpuk	49
Tabel 4. 26 Saya begadang hingga larut saat mengerjakan tugas	50
Tabel 4. 27 Saya tidak dapat mengatur waktu antara jam kerja dengan jam kuliah	50
Tabel 4. 28 Saya sulit mengatur waktu dalam mengerjakan tugas dan menyiapkan kebutuhan praktik.....	51
Tabel 4. 29 Saya merasa ada persaingan terselubung di kelas.....	51
Tabel 4. 30 Saya sangat khawatir kalau hasil akademik saya tidak sebaik teman-teman lainnya.....	52
Tabel 4. 31 Saya merasa tidak percaya diri karena teman-teman saya lebih unggul.....	52
Tabel 4. 32 Saya merasa pusing karena banyak praktik sedangkan kondisi ekonomi keluarga kurang.....	53
Tabel 4. 33 Saya merasa tertekan dengan mata kuliah praktik karena sangat menguras pikiran, tenaga, dan biaya	53
Tabel 4. 34 Saya merasa terbebani dengan mata kuliah praktik karena mengeluarkan biaya yang sangat banyak	54
Tabel 4.35 Saya pernah mengalami kondisi kekurangan uang sehingga tidak berangkat ke kampus.....	54
Tabel 4. 36 Ketika putus cinta, saya merasa tidak bersemangat dalam belajar	55
Tabel 4. 37 Saya pernah merasa dimusuhi teman, sehingga menurunkan semangat akademik.....	55
Tabel 4. 38 Saya merasa tertekan ketika banyak permasalahan dalam kehidupan, sehingga berpengaruh terhadap penurunan semangat belajar	56
Tabel 4. 39 Ketika ada permasalahan dalam keluarga, saya merasa tidak semangat belajar di kampus	56

Tabel 4. 40 Saya merasa kesulitan mengatur waktu antara aktivitas akademik dan aktivitas lainnya	57
Tabel 4. 41 Saya merasa pusing karena tidak dapat mengatur antara masalah pribadi dengan akademik	57
Tabel 4. 42 Saya sering merasa terganggu antara masalah pribadi dengan akademik.....	58
Tabel 4. 43 Hasil Uji Normalitas	59
Tabel 4. 44 Hasil Bartlett Test of Sphericity dan Kaiser-Mayer Olkin (KMO).....	60
Tabel 4. 45 Hasil pengujian Measure of Sampling Adequacy (MSA)	61
Tabel 4. 46 Hasil Communalities.....	62
Tabel 4. 47 Hasil Total Variance Explained.....	64
Tabel 4. 48 Hasil Component Matrix.....	66
Tabel 4. 49 Hasil Rotated Component Matrix	66
Tabel 4. 50 Pembagian Indikator yang Terbentuk.....	68
Tabel 4. 51 Component Transformation Matrix	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skema Kerangka Berpikir Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik....	26
Gambar 4. 1 Grafik Scree Plot.....	65



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 INSTRUMEN PENELITIAN	79
LAMPIRAN 2 UJI VALIDITAS & RELIABILITAS.....	82
LAMPIRAN 3 INSTRUMEN PENELITIAN SETELAH VALIDASI.....	87
LAMPIRAN 4 DISTRIBUSI FREKUENSI KUISIONER	90
LAMPIRAN 5 UJI PRASYARAT ANALISIS	102
LAMPIRAN 6 ANALISIS FAKTOR.....	103
LAMPIRAN 7 SURVEI PENDAHULUAN	108
LAMPIRAN 8 DATA INDEKS PRESTASI MAHASISWA PENDIDIKAN TATA RIAS 2017	109

