

**HUBUNGAN ANTARA KEYAKINAN DIRI (*SELF-EFFICACY*)
DENGAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA S1 JURUSAN EKONOMI DAN ADMINISTRASI
ANGKATAN 2009 UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

IGGHA ISTYA

8105092822



**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ekonomi Universitas Negeri
Jakarta**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TATA NIAGA
JURUSAN EKONOMI DAN ADMINISTRASI
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2013**

**THE CORRELATION SELF EFFICACY WITH STRESS IN
PREPARING STUDENTS S1 THESIS ON ECONOMICS AND
ADMINISTRATION IN THE YEAR 2009, STATE UNIVERSITY
OF JAKARTA**

IGGHA ISTYA

8105092822



**This thesis compiled as one of requirements for obtaining bachelor
degree of Education at the Faculty of Economics, State University of
Jakarta**

**STUDY PROGRAM OF COMMERCE EDUCATION
DEPARTMENT OF ECONOMICS AND ADMINISTRATION
FACULTY OF ECONOMIC
STATE UNIVERSITY OF JAKARTA
2013**

ABSTRAK

IGGHA ISTYA Hubungan Antara Keyakinan Diri dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa S1 Jurusan Ekonomi dan Administrasi Angkatan 2009 di Universitas Negeri Jakarta. Skripsi, Jakarta. Program Studi Pendidikan Tata Niaga, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta, Juni 2013.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Jakarta, selama tiga bulan terhitung sejak April 2013 sampai dengan Juni 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-efficacy dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa S1 Jurusan Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009 di Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa S1 Jurusan Ekonomi dan Administrasi Angkatan 2009. Populasi terkangkaunya adalah mahasiswa pendidikan Ekonomi Koperasi yang sedang menyusun skripsi yang berjumlah 44 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik acak sederhana sebanyak 40 orang.

Persamaan regresi yang dihasilkan adalah $\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$. Uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas galat taksiran regresi Y atas X dengan uji liliefors menghasilkan $L_{hitung} = 0,1382$, sedangkan L_{tabel} untuk $n = 40$ pada taraf signifikan 0,05 adalah 0,14009. Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka galat taksiran Y atas X berdistribusi normal. Uji linearitas regresi menghasilkan $F_{hitung} < F_{tabel}$ yaitu $1,28 < 2,51$, sehingga disimpulkan bahwa persamaan regresi tersebut linier. Dari uji keberartian regresi menghasilkan $F_{hitung} > F_{tabel}$, yaitu $10,08 > 4,10$, artinya persamaan regresi tersebut signifikan. Koefisien korelasi *Product Moment* dari Pearson menghasilkan $r_{xy} = -0,458$, selanjutnya dilakukan uji keberartian koefisien korelasi dengan menggunakan uji t dan dihasilkan $t_{hitung} = 3,175$ dan $t_{tabel} = 1,68$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi $r_{xy} = -0,458$ adalah signifikan. Koefisien determinasi yang diperoleh sebesar 20,97% yang menunjukkan bahwa 20,97% variasi stres ditentukan oleh keyakinan diri.

Kata kunci: Stres, Keyakinan Diri.

ABSTRACT

IGGHA ISTYA *The Correlation Between Self Efficacy with Stress In Preparing Students S1 Thesis On Economics and Administration in the year 2009, State University of Jakarta. Essay, Jakarta. Commerce Education Studies Program, Department of Economics and Administration, Faculty of Economics, State University of Jakarta, June 2013.*

The research was conducted at the State University of Jakarta, , for Three months from April 2013 until June 2013. This study aims to determine the relationship of self-efficacy with stress in Preparing Students S1 Thesis On Economics and Administration in the year 2009, State University of Jakarta. The research method used is survey method with the correlational approach. The population in this study is a student of Economics and Administration S1 Force 2009. where as The possible populations is education student of Cooperative Economics is writing his Thesis which amounts to 44 people. The sampling technique used was simple random technique as many as 40 people.

The resulting regression equation is $\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$. Test requirements analysis of the normality test error of estimated regression of Y on X to produce L_{count} liliefors test = 0,1382, while the L_{table} for $n = 40$ at 0.05 significant level is 0,14009. Because the $L_{count} < L_{table}$ then an error estimate of Y on X is normally distributed. Testing linearity of regression produces $F_{calculated} < F_{table}$ is $1,28 < 2,51$, so it was concluded that the linear equation regresi. From test significance regression produces $F_{count} > F_{table}$, which is $10,08 > 4,10$, meaning that the regression equation is significant. Correlation coefficient of Pearson Product Moment generating $r_{xy} = -0,458$, then performed the test significance correlation coefficient using the t test and the resulting $t_{count} = 3,175$ and $T_{table} = 1,68$. It can be concluded that the correlation coefficient $r_{xy} = -0,458$ is significant. The coefficient of determination obtained for 20,97% which shows that 20,97% of the variation of stress is determined by self efficacy.

Keywords: Stress, Self Efficacy.

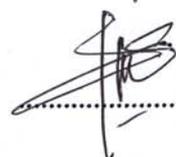
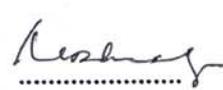
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab
Dekan Fakultas Ekonomi



Drs. Dedi Purwana ES, M.Bus

NIP. 19671207 199203 1 001

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dra. Tjutju Fatimah, M.Si</u> NIP. 19531117 198203 2 001	Ketua Penguji		16 Juli 2013
2. <u>Dra. Rochyati</u> NIP. 19540403 198503 2 002	Sekretaris		16 Juli 2013
3. <u>Dra. Corry Yohana, MM</u> NIP. 19590918 198503 2 011	Penguji Ahli		16 Juli 2013
4. <u>Dra. Nurahma Hajat, M.Si</u> NIP. 19531002 198503 2 001	Pembimbing I		16 Juli 2013
5. <u>Drs. Nurdin Hidayat, MM., M.Si</u> NIP. 19661030 200012 1 002	Pembimbing II		16 Juli 2013

Tanggal Lulus : 16 Juli 2013

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan 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 berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Juli 2013

Yang membuat pernyataan



Iggha Istya

No reg: 8105092822

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri

(QS. Ar Ra'd : 11).

Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya

(An Najm : 39).

Tak ada yang sulit bila kita mau berusaha.

Dibalik kesulitan itu pasti ada kemudahan.

-IGGHA ISTYA-

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT,
Shalawat serta salam teruntuk Nabi Muhammad SAW beserta
Keluarga dan Sahabatnya.
Aku persembahkan skripsi ini khusus untuk Mama Papaku yang
tercinta, yang telah memberikanku segalanya tanpa kurang satu hal
pun, begitu banyak motivasi, materi dan kasih sayang yang tiada
terkira.
Untuk adik-adik, seluruh sahabat, dan teman-teman yang telah
memberikan begitu banyak inspirasi dan semangat.
Serta untuk Langgeng Samiyanto yang tiada henti-hentinya
memberikan dukungan dan semangat

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkah rahmat dan hidayah-Nya serta izin-Nya lah maka skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi dan memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Program Studi Pendidikan Tata Niaga, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta. Dalam menyelesaikan skripsi ini peneliti mendapatkan bimbingan, bantuan dan saran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Dra. Nurahma Hajat, M.Si. selaku dosen pembimbing I, Pembimbing Akademik yang banyak berperan memberikan bimbingan, dengan kebaikan dan masukannya yang banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.
2. Drs. Nurdin Hidayat, M.M., M.Si. selaku dosen pembimbing II yang banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan banyak berperan memberikan masukan dan saran yang membangun dan berguna bagi penulisan skripsi ini dan selaku Ketua Jurusan Ekonomi dan Administrasi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.
3. Drs. Dedi Purwana ES, M.Bus. selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.
4. Dra. Tjutju Fatimah, M.Si. selaku Ketua Program Studi Tata Niaga, Jurusan Ekonomi dan Administrasi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ekonomi, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, khususnya dosen-dosen Pendidikan Tata Niaga.
6. Kepada kedua orang tua tercinta dan adik-adik tercinta yang telah memberikan dukungannya baik secara moril dan materil.

7. Kepada seluruh mahasiswa jurusan Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009 yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian.
8. Kepada teman-teman seperjuangan . Terima kasih.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, hal ini diakibatkan karena keterbatasan kemampuan peneliti. Sehubungan dengan itu, peneliti sangat mengharapkan kritik membangun, saran dan masukan dari pembaca sekalian.

Jakarta, Juli 2013

Iggha Istya

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SEMINAR HASIL PENELITIAN	iii
PERNYATAAN ORIGINALITAS	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Kegunaan Penelitian	8
BAB II.	KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN PERUMUSAN HIPOTESIS
A. Deskripsi Teoretis	
1. Stres	10
2. Keyakinan Diri (Self Efficacy)	17
B. Kerangka Berpikir	29
C. Perumusan Hipotesis	30

BAB III.	METODOLOGI PENELITIAN	
A.	Tujuan Penelitian	32
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	32
C.	Metode Penelitian	33
D.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	33
E.	Instrumen Penelitian	
1.	Stres (Variabel Y)	
a.	Definisi Konseptual.....	35
b.	Definisi Operasional.....	35
c.	Kisi-kisi Instrumen Stres.....	36
d.	Validasi Instrumen Stres.....	37
2.	Keyakinan Diri (Variabel X).	
a.	Definisi Konseptual.....	40
b.	Definisi Operasional.....	40
c.	Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Diri	41
d.	Validasi Instrumen Keyakinan Diri	42
F.	Konstelasi Hubungan Antar Variabel	45
G.	Teknik Analisis Data	
1.	Mencari Persamaan Regresi	46
2.	Uji Persyaratan Analisis	
a.	Uji Normalitas Galat Taksiran Regresi Y atas X	47
b.	Uji Linearitas Regresi.....	48
3.	Uji Hipotesis	
a.	Uji Keberartian Regresi.....	49
b.	Perhitungan Koefisien Korelasi.....	50
c.	Uji Keberartian Koefisien Korelasi (Uji-t)...	51
d.	Perhitungan Koefisien Determinasi.....	51

BAB IV. HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	
1. Stres.....	53
2. Keyakinan Diri	57
B. Analisis Data	
1. Persamaan Garis Regresi	60.
2. Pengujian Persyaratan Analisis	61
3. Pengujian Hipotesis Penelitian	62
C. Interpretasi Penelitian	65
D. Keterbatasan Penelitian	65

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan	66
B. Implikasi	66
C. Saran	68

**DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN**

DAFTAR TABEL

	Judul	Halaman
Tabel III. 1	Jumlah Populasi Mahasiswa Ekonomi dan Administrasi yang Mengalami Stres dalam Menyusun Skripsi.....	34
Tabel III. 2	Kisi-kisi Instrumen Variabel Y (Stres).....	36
Tabel III. 3	Skala Penilaian Instrumen Stres.....	37
Tabel III. 4	Kisi-kisi Instrumen Variabel X (Keyakinan Diri).....	41
Tabel III. 5	Skala Penilaian Instrumen Keyakinan Diri (Self-Efficacy)...	42
Tabel III. 6	Daftar Analisis Varians (Anava) untuk Uji Keberartian dan Linearitas Regresi.....	49
Tabel IV.1	Distribusi Frekuensi Variabel Stres (Variabel Y)	54
Tabel IV.2	Skor Stres Menyusun Skripsi	55
Tabel IV.3	Distribusi Frekuensi Variabel Keyakinan Diri (Variabel X)..	58
Tabel IV.4	Skor Keyakinan Diri Menyusun Skripsi	59
Tabel IV.5	Hasil Uji Normalitas Galat Taksiran.....	62
Tabel IV.6	Anava Untuk Keberartian dan Linieritas Regresi Keyakinan Diri (X) dengan Stres (Y).....	63
Tabel IV.7	Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi antara X dan Y....	64

DAFTAR GAMBAR

	Judul	Halaman
Gambar IV.1	Grafik Histogram Variabel Y (Stres)	55
Gambar IV.2	Grafik Histogram Variabel X (Keyakinan Diri)	59
Gambar IV.3	Persamaan Garis Regresi $\hat{Y} = 78,92 - 0,47 X$	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Judul	Halaman
Lampiran 1	Surat Izin Penelitian di Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.....	69
Lampiran 2	Surat Balasan Penelitian di Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta	70
Lampiran 3	Kuesioner Uji Coba X	71
Lampiran 4	Kuesioner Uji Coba Y	77
Lampiran 5	Skor Uji Coba Variabel X	86
Lampiran 6	Skor Uji Coba Variabel Y	87
Lampiran 7	Perhitungan Analisis Butir Variabel X	88
Lampiran 8	Perhitungan Analisis Butir Variabel Y	89
Lampiran 9	Data Perhitungan Validitas Variabel X	90
Lampiran 10	Data Perhitungan Validitas Variabel Y	91
Lampiran 11	Data Perhitungan Kembali Validitas Variabel X	92
Lampiran 12	Data Perhitungan Kembali Validitas Variabel Y.....	93
Lampiran 13	Kuesioner Final X	94
Lampiran 14	Kuesioner Final Y	99
Lampiran 15	Data Mentah Variabel X	104
Lampiran 16	Data Mentah Variabel Y	105
Lampiran 17	Data Mentah Variabel X dan Y	106
Lampiran 18	Rekapitulasi Skor Total	107

Lampiran 19	Proses Perhitungan Menggambar Grafik Histogram Variabel X	108
Lampiran 20	Proses Perhitungan Menggambar Grafik Histogram Variabel Y	109
Lampiran 21	Grafik Histogram Variabel X dan Y.....	110
Lampiran 22	Tabel Perhitungan Rata-rata Varians dan Simpangan Baku	111
Lampiran 23	Perhitungan Rata-Rata Varians dan Simpangan Baku	112
Lampiran 24	Perhitungan Persamaan Regresi	113
Lampiran 25	Grafik Persamaan Regresi	114
Lampiran 26	Tabel Untuk Menghitung Persamaan Regresi	115
Lampiran 27	Tabel Perhitungan Rata-rata, Varians dan Simpangan Baku $\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$	116
Lampiran 28	Perhitungan Rata-Rata, Varians dan Simpangan Baku Regresi $\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$	117
Lampiran 29	Tabel Perhitungan Normalitas Galat Taksiran	118
Lampiran 30	Langkah-Langkah Uji Normalitas	119
Lampiran 31	Perhitungan JK (G)	120
Lampiran 32	Perhitungan Uji Keberartian Regresi	121
Lampiran 33	Perhitungan Uji Kelinearan Regresi	122
Lampiran 34	Tabel Anava Pengujian Keberartian dan Linearitas Regresi	123
Lampiran 35	Perhitungan Koefisien Korelasi Product Moment	124

Lampiran 36	Perhitungan Uji Keberartian Koefisien Korelasi (Uji-t)...	125
Lampiran 37	Perhitungan Koefisien Determinasi	126
Lampiran 38	Skor Dimensi Dominan Variabel X	127
Lampiran 39	Skor Indikator Dominan Variabel Y	128
Lampiran 40	Perhitungan Rata-Rata Skor Dimensi Dominan Variabel X	129
Lampiran 41	Perhitungan Rata-Rata Hitung Skor Indikator Dominan Variabel X.....	130
Lampiran 42	Perhitungan Rata-Rata Skor Dimensi Dominan Variabel Y.....	131
Lampiran 43	Perhitungan Rata-Rata Skor Dimensi Dominan Variabel X.....	132
Lampiran 44	Tabel Penentuan Jumlah Sampel	133
Lampiran 45	Tabel Nilai Kritis L untuk Uji Liliefors	134
Lampiran 46	Tabel Kurva Normal	135
Lampiran 47	Tabel Nilai Persentil untuk Distribusi t.....	136
Lampiran 48	Tabel Nilai-Nilai Dalam Distribusi F	137
Lampiran 49	Tabel Nilai-Nilai r Product Moment	141
Lampiran 50	Daftar Nama Responden Uji Coba	142
Lampiran 51	Daftar Nama Responden Final	143

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia yang berkualitas sangat diperlukan di era globalisasi seperti saat ini. Sumber daya manusia yang berkualitas adalah manusia yang mampu menguasai suatu bidang keahlian dalam ilmu pengetahuan dan teknologi, mampu melaksanakan pekerjaan secara profesional, serta mampu menghasilkan karya yang dapat bersaing di dunia. Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas adalah dengan memberikan pendidikan. Pendidikan merupakan suatu proses yang dapat membantu manusia dalam mengembangkan pribadinya sehingga mampu menghadapi setiap perubahan yang terjadi.

Pendidikan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan taraf hidup bangsa, karena dengan pendidikan dapat meningkatkan kualitas serta mengembangkan potensi sumber daya manusia. Pendidikan merupakan suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Tujuan Pendidikan Nasional sebagaimana yang tertuang dalam Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003, adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat,

berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri sehingga menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.¹

Pada kenyataannya untuk lulus studi di perguruan tinggi bukanlah suatu hal yang mudah bagi seorang mahasiswa, karena sebelumnya mahasiswa harus memenuhi semua persyaratan akademik yang ditentukan oleh perguruan tinggi. Salah satu persyaratan kelulusan adalah membuat suatu karangan ilmiah/penelitian ilmiah yang biasa disebut skripsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Menurut Poerwadarminta, skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi.²

Penulisan skripsi terkadang sering menjadi hal yang menakutkan bagi mahasiswa semester akhir. Mengerjakan sebuah skripsi telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi. Telah banyak contoh kasus mahasiswa yang menjadi lama dalam penyelesaian studinya karena terganjal dengan masalah tugas akhirnya. Banyak mahasiswa yang belum bisa bahkan tidak mampu untuk menyelesaikan skripsi dalam rentang waktu normal untuk lulus kuliah.

Dalam penulisan skripsi terdapat tahap-tahap yang harus dilalui, yang meliputi penemuan masalah, penelitian literatur, penelitian lapangan, pengolahan

¹ Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional

² Poerwodarminto, *Kamus Umum Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1986), h.957

data, dan pembuatan kesimpulan atau jawaban atas masalah berdasarkan data yang diperoleh. Dalam kenyataannya tahap-tahap yang harus dilalui mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi terkadang tidak selalu berjalan mulus dan menemui hambatan-hambatan pada tiap tahapan yang dapat memicu munculnya stres.

Slamet mengungkapkan bahwa masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan tulis-menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurangnya ketertarikan mahasiswa pada penelitian.³

Proses dalam penyusunan skripsi membutuhkan konsentrasi penuh agar skripsi terselesaikan dengan baik. Proses tersebut berpengaruh terhadap stres atau kelelahan pikiran dan kejiwaan selama melakukan proses penyusunan skripsi. Fenomena bahwa skripsi menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat akhir hampir dialami di semua lingkungan perguruan tinggi. Pada tahun 2008 seorang mahasiswa di surabaya mengkonsumsi shabu-shabu karena stres skripsinya tak kunjung selesai. Dan akhirnya mahasiswa tersebut terancam di keluarkan (*Drop Out*) dari kampusnya.⁴

³Slamet, *Banyak yang Melakukan Plagiat* (Jakarta: Suara Merdeka, 2003) (<http://www.suara-merdeka.com/harian/0301/15/kha2.html>) diakses tanggal 19 April 2013

⁴ Imam Wahyudinta, *Stres Skripsi Tak Kunjung Usai, Asyahrul Nekat Nyabu*, 2008 (<http://www.surabaya.detik.com/read/2008/01/02/180712/873856/466/stres-skripsi-tak-kunjung-usai-asyahrul-nekat-nyabu.html>) diakses tanggal 19 April 2013

Stres merupakan suatu kondisi tegangan (tension) baik secara naluriah maupun psikologis yang diakibatkan oleh tuntutan dari lingkungan.⁵ Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi stres dalam Menyusun skripsi pada mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi, jurusan Ekonomi dan Administrasi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2009 antara lain sebagai berikut:

Pertama, Rendahnya dukungan sosial dapat mempengaruhi stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, diantaranya adalah kurangnya dukungan sosial dari orang sekitar mahasiswa, pembimbing skripsi sulit diajak komunikasi, pembimbing skripsi sibuk sehingga sulit ditemui, kurangnya konsultasi dengan pembimbing skripsi. Peranan dosen dalam pembimbingan skripsi hanya bersifat membantu dan membimbing mahasiswa dalam mengatasi kesulitan yang ditemui mahasiswa dalam menyusun skripsi. Seperti kasus yang terjadi di Bantul, Yogyakarta yaitu sulitnya mencari dosen untuk keperluan penyusunan tugas akhir atau skripsi membuat seorang mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Yogyakarta memutuskan bunuh diri. Menurut keterangan yang berhasil dikumpulkan, korban yang tercatat sebagai mahasiswa fakultas teknik elektro ini sebelumnya mengaku beberapa pekan sebelumnya menyatakan putus asa setelah berulang kali gagal menemui salah satu dosen pembimbingnya.⁶

⁵ Ratna Yudhawati, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Prestasi Pustakaraya, 2011), h. 221.

⁶ Daru Waskita, *Stres Urus Skripsi, Mahasiswa Bunuh Diri*, 2008 (<http://newsokezone.com/read/2008/01/16/1/75585/stres-urus-skripsi-mahasiswa-bunuh-diri>) diakses tanggal 19 April 2013

Kedua, ketakutan mahasiswa ketika menghadapi sidang skripsi, seperti takut tidak lulus dan hal ini dapat mempengaruhi mahasiswa menjadi stres. Semakin tinggi ketakutan mahasiswa menghadapi skripsi maka semakin tinggi pula stres pada mahasiswa. Seperti yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Unair Surabaya pada tahun 2008 yang bernama dwi takut gagal dalam ujian skripsi sehingga membuat ia stres dan melampiaskannya dengan cara menghisap ganja.⁷

Ketiga, rendahnya *self-efficacy* (keyakinan) para mahasiswa membuat tingkat stres semakin meningkat dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Hal ini terlihat di Indonesia yaitu sekitar 50% skripsi yang dibuat mahasiswa calon sarjana dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia diperkirakan meniru karya ilmiah sebelumnya, dikarenakan mahasiswa tidak yakin dengan kemampuannya sendiri dalam menyusun skripsi sehingga mahasiswa stres dan memutuskan untuk memplagiat karya ilmiah sebelumnya.⁸

Keempat, hambatan ekonomi dapat mempengaruhi stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Seperti yang terjadi di Jakarta seorang mahasiswa yang bernama Agustinus Pangaribuan ditangkap Badan Narkotika Nasional (BNN) karena jadi kurir sabu dengan barang bukti 102,2 gram. Dia nekat merelakan idealismenya sebagai

⁷Zainal Effendi, *stres ujian skripsi, dwi nekat nyimeng, ya di bui*, 2008 (<http://news.detik.com/surabaya/read/2008/03/08/181112/905378/466/stres-ujian-skripsi-dwi-nekat-nyimeng-ya-di-bui>) diakses tanggal 19 April 2013

⁸Riani Dwi Lestari, *50% skripsi bentuk plagiasi*, 2008 (<http://kampus.okezone.com/read/2008/11/04/65/160565/50-skripsi-bentuk-plagiasi>) diakses tanggal 20 April 2013

mahasiswa hukum karena stres tidak adanya biaya kuliah dan agar bisa segera menyelesaikan skripsi.⁹

Kelima, rendahnya motivasi dari dalam diri dapat mempengaruhi mahasiswa mudah stres dalam menyusun skripsi. Seperti yang terjadi pada mahasiswa di Jakarta saat ini yang banyak memanfaatkan joki skripsi karena rasa malas yang ada dalam dirinya dan mahasiswa banyak memanfaatkan joki skripsi karena ia tidak rela jatuh bangun untuk menyelesaikan skripsinya sendiri.¹⁰

Keenam, kurangnya kemampuan mengelola waktu dalam menyusun skripsi dapat menimbulkan stres pada mahasiswa. Seperti yang terjadi pada mahasiswa tingkat X Ilmu Perpustakaan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta, ia merasa stres dalam menyusun skripsi karena banyaknya aktivitas-aktivitas di luar kampus yang harus ia kerjakan sehingga ia tidak bisa mengelola waktu dengan baik dan kurang fokus dengan skripsi yang sedang ia kerjakan. Hal ini dapat mempengaruhi stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi.¹¹

Ketujuh, stres yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Seperti yang terjadi pada mahasiswa Pendidikan Biologi, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang bernama Rahmawati merasa malu lantaran belum lulus pada waktunya. Orangtuanya juga selalu menanyakan hal

⁹ Edward Febriyati Kusuma, *Butuh Biaya Kuliah, Mahasiswa Hukum ini Nekat Jadi Kurir Sabu*, 2013 (<http://news.detik.com/read/2013/03/22/140508/2201147/10/butuh-biaya-kuliah-mahasiswa-hukum-ini-nekat-jadi-kurir-sabu>) diakses tanggal 20 April 2013

¹⁰ Margaret Puspitarini, *Joki Skripsi, Jalan Pintas Menuju Wisuda*, 2012 (<http://kampus.okezone.com/read/2012/10/23/417/708261/joki-skripsi-jalan-pintas-menuju-wisuda>) diakses tanggal 20 April 2013

¹¹ Charis Fuadi, *Skripsi, Kegagalan di Akhir Kuliah*, 2013 (<http://joglosemar.co/2013/03/skripsi-kegagalan-di-akhir-kuliah.html>) diakses tanggal 20 April 2013

itu. Ia merasa tertekan dan stres karena dikejar waktu dan umur yang semakin menua.¹²

Berdasarkan penjelasan - penjelasan di atas, saya tertarik meneliti tentang keyakinan diri (*self-efficacy*) pada mahasiswa dalam menyusun skripsi, karena masih banyak mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuannya sendiri dalam menyusun skripsi sehingga dapat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa. Hal ini terlihat dari banyaknya mahasiswa melakukan plagiat skripsi, memanfaatkan joki dalam pembuatan skripsi bahkan ada yang sampai bunuh diri karena ketidakyakinan mahasiswa dalam menyusun skripsi sehingga membuat banyak mahasiswa yang mengalami stres.

Oleh sebab itu, peneliti merasa perlu diadakan penelitian mengenai hal-hal yang menyebabkan stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi supaya mahasiswa tetap termotivasi menyusun skripsi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dikemukakan bahwa stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa, juga dapat disebabkan oleh hal-hal sebagai berikut :

1. Rendahnya dukungan sosial dalam menyusun skripsi pada mahasiswa
2. Ketakutan mahasiswa ketika menghadapi sidang skripsi

¹² Ibid.

3. Hambatan ekonomi ketika proses penyusunan skripsi
4. Rendahnya motivasi dari dalam diri dalam menyusun skripsi
5. Kemampuan mengelola waktu dalam menyusun skripsi
6. Tekanan Mental yang dialami mahasiswa

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, ternyata masalah stres mahasiswa memiliki penyebab yang sangat luas. Berhubung keterbatasan yang dimiliki peneliti dari segi antara lain : dana, waktu, maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah : “Hubungan antara keyakinan diri (*Self-Efficacy*) dengan Stres (*Distres*) dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa.”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *Self Efficacy* dengan Stres dalam menyusun skripsi pada Mahasiswa?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain :

- a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan, terutama yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa, khususnya yang berkaitan dengan masalah *self-efficacy* (keyakinan diri)

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan kepada mahasiswa pentingnya *self-efficacy* di kembangkan untuk mengatasi stres dalam menyusun skripsi.

c. Bagi Pihak Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pihak dosen dan Universitas untuk mengetahui tingkat *self-efficacy* dan tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan pada mahasiswa dalam mengembangkan *self-efficacy* untuk mengurangi stres dalam menyusun skripsi kelak.

d. Bagi Orang tua/keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada orang tua/keluarga untuk dapat memberi dukungan kepada anak sebagai mahasiswa dalam menyusun skripsi.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN PERUMUSAN

HIPOTESIS

A. Kajian Pustaka

1. Stres

Stres dialami oleh semua orang. Akan tetapi, yang membedakannya adalah bagaimana mereka menyikapi hadirnya stres ini. Ada yang mampu mengendalikannya, namun tidak jarang justru mereka yang dikendalikan oleh stres sehingga tenggelam di dalamnya.

Dalam kaitan ini, pelaksanaan tugas baik sebagai dosen atau mahasiswa selalu mengandung permasalahan dan tantangan. Masalah dan tantangan ini seringkali menimbulkan stres yang bisa mengganggu pencapaian tujuan. Stres merupakan bagian dari kondisi manusiawi. Dalam batas tertentu, stres membantu kita agar tetap termotivasi (*eustres*). Tetapi kadang-kadang kita terlalu banyak mendapatkan stres sehingga menurunkan kualitas kinerja kita (*distres*).

Stres mempengaruhi seluruh diri kita. Kondisi stres dapat diamati dari gejala-gejalanya, baik dari gejala emosional/kognitif maupun gejala

fisik. Jika kita dapat menandai gejala-gejalanya, maka kita akan dapat mengelolanya. Seseorang yang stres tidak berarti harus memiliki/menampakkan seluruh gejala ini, bahkan satu gejala pun sudah bisa kita curigai sebagai pertanda bahwa seseorang mengalami stres. Gejala-gejala stres salah satunya dapat diamati dari gejala fisik yaitu seperti otot-otot tegang, sakit perut, telapak tangan berkeringat, denyut jantung cepat, berkeringat padahal tidak melakukan aktivitas fisik.

Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Ratna Yudhawati yang menyatakan bahwa, “stres adalah suatu kondisi tegangan (*tension*) baik secara naluriah, psikologis maupun fisik yang diakibatkan oleh tuntutan dari lingkungan”.¹⁶

Woldman mendefinisikan stress sebagai, “ Suatu kondisi fisik atau ketegangan mental yang menghasilkan perubahan dalam sistem saraf autonomik.”¹⁷

Morst dan Furst mendefinisikan stress sebagai, “ Suatu keadaan yang dipengaruhi oleh gangguan mental atau emosional.”¹⁸

¹⁶ Ratna Yudhawati, *Teori-Teori Dasar Psikologi Pendidikan* (Jakarta:Prestasi Pustakaraya, 2011), h.221

¹⁷ Dadang Hawari, *Tekanan Stres* (Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2007), h. 15

¹⁸ Dadang Hawari, Op Cit. h. 15

Giarnino dan Everly mendefinisikan stress sebagai, “ suatu reaksi tiba-tiba terhadap sekumpulan rangsangan yang berupa kejadian, objek, atau individu.”¹⁹

Herbert Benson mengartikan stress sebagai, “ kondisi lingkungan yang memerlukan penyesuaian perilaku.”²⁰

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa stress adalah reaksi jiwa raga terhadap perubahan. Stress akan muncul jika terjadi ketidakseimbangan antara kemampuan yang dimiliki seseorang dan berbagai tuntutan yang ada.

Vincent Cornelli mendefinisikan stres sebagai, “ Gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan.”²¹

Laurance Siegel dan Irving M. Lane mendefinisikan stres sebagai, “Segala sesuatu yang menimbulkan ancaman pada organisme.”²²

Chily mengatakan bahwa “stres adalah kesulitan-kesulitan yang dialami makhluk manusia berdasarkan pengalaman, dan yang muncul dari kesadarannya akan ancaman-ancaman yang dihadapinya.”²³

¹⁹ *Ibid*

²⁰ *Ibid*

²¹ Mustamir Pedak, *Metode Supernol Manaklukan Stres* (Jakarta: PT. Mizan Publika, 2008), h.50

²² M. Darwis Hude, *Emosi* (Jakarta:Erlangga, 2006) h.262

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan gangguan yang terjadi pada tubuh dan pikiran seseorang akibat banyaknya tuntutan-tuntutan dalam kehidupan dan ancaman-ancaman yang dihadapinya. Stres itu bisa terjadi karena manusia begitu kuat mengejar keinginannya serta kebutuhannya dengan segala kekuatan dan potensinya. Akibatnya manusia cenderung lupa bahwa mereka bukanlah makhluk sempurna yang tidak memiliki keterbatasan.

Dalam buku *Organizational Behavior*, Robert Kreitner dan Angelo Kinicki menjelaskan bahwa,

*Stress is an adaptive response, mediated by individual characteristics and/or psychological processes, that is a consequence of any external action, situation, or event that place special physical and/or psychological demands upon a person.*²⁴

Hal ini dapat diartikan bahwa stres adalah respon adaptif, dimediasi oleh karakteristik individu dan / atau proses psikologis, yang merupakan konsekuensi dari setiap tindakan eksternal, situasi, atau peristiwa yang menempatkan tuntutan fisik dan / atau psikologis secara berlebihan pada seseorang.

Hans Selye mengatakan stres adalah “reaksi organisme terhadap rangsang (*stimulus*) yang tidak menyenangkan.”

²³ Amru Badran, *Bebas dari Stres dengan Rileksasi dan Olahraga* (Jakarta: Khalifa, 2006), h. 17

²⁴ Keitner, *Organization Behavior*, (New York: McGraw-Hill, 2010), h. 555

Dalam buku *Management*, Stephen P. Robbins dan Mary Coulte menjelaskan bahwa, “*Stress is the adverse reaction people have to excessive pressure placed on them due to extraordinary demands, constraints, and opportunities.*”²⁵

Hal ini dapat diartikan bahwa stres adalah reaksi merugikan orang yang mempunyai tekanan yang berlebihan ditempat mereka karena tuntutan yang luar biasa, kendala, dan peluang.

Dalam buku *Behavior In Organization*, Jerald Greenberg dan Robert A. Baron, “*Stress refers to a complex pattern of emotional stages, physiological reactions, and related thoughts in response to external demands.*”²⁶

Hal ini dapat diartikan bahwa stres mengacu pada pola kompleks tahap emosional, reaksi fisiologis, dan pikiran terkait dalam menanggapi tuntutan eksternal.

Dalam buku *Psychology*, Micael W. Passer dan Ronald E. Smith menjelaskan,

Stress can be defined as a pattern of cognitive appraisals, physiological responses, and behavioral tendencies that occurs in

²⁵ Stephen P. Robbins, *Management* (New Jersey: Pearson Education Inc, 2009), h. 283

²⁶ Jerald, *Behavior In Organizations* (New Jersey: Prentice-Hall Inc , 2000), h. 243

*response to a perceived imbalance between situational demands and the resources needed to cope with them.*²⁷

Hal ini dapat diartikan bahwa stres adalah sebagai suatu pola penilaian kognitif, respon fisiologis, dan kecenderungan perilaku yang terjadi sebagai respons terhadap ketidakseimbangan dirasakan antara tuntutan situasi dan sumber daya yang dibutuhkan untuk mengatasi dengan mereka.

Lazarus mengatakan bahwa, “ *stress is our response to events that disrupt, or threaten to disrupt, our physical or psychological.*”²⁸

Hal ini dapat diartikan bahwa stres adalah respon kita terhadap peristiwa yang mengganggu, atau mengancam akan mengganggu fisik atau psikologis.

Selye mengategorikan jenis stres menjadi dua, yaitu stres negatif (*Distres*) dan Stres Positif (*Eustres*).²⁹

a. Stres Negatif (*Distres*)

Stres Negatif (*Distres*) merupakan stres yang bersifat tidak menyenangkan. Stres dirasakan sebagai suatu keadaan di mana individu mengalami rasa cemas, ketakutan, khawatir, atau gelisah. Sehingga

²⁷ Michael , *Psychology* (New York:McGraw-Hill , 2004), h. 465

²⁸ Robert A. Baron, *Social Psychology* (New Jersey: Pearson Education Inc, 2012) h. 413

²⁹ Keitner, *Op Cit*, h. 555

individu mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan, atau timbul keinginan untuk menghindarinya.

b. Stres Positif (*Eustres*)

Stres Positif (*Eustres*) bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan. *Eustres* dapat meningkatkan kewaspadaan, kognisi, dan performansi individu. *Eustres* juga dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan suatu keadaan di mana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan dengan kemampuan yang dimiliki seseorang sehingga muncul tekanan dari dalam diri seseorang tersebut. Stres muncul sebagai akibat dari adanya situasi yang menuntut seseorang untuk melakukan sesuatu yang melebihi kemampuan untuk memenuhinya.

Berdasarkan teori-teori di atas bahwa indikator dari stres adalah pertama; gejala biologis atau fisik dengan ciri - ciri jantung berdebar - debar, gemetar, sakit kepala, gangguan tidur, dan produksi keringat yang berlebihan. Kedua; gejala psikologis atau psikis dengan ciri - ciri konsentrasi yang menurun, mudah marah, cemas, gelisah, sering menunda pekerjaan, dan mudah menyalahkan orang lain.

2. Keyakinan Diri (*Self-efficacy*)

Dalam buku Management, Stephen P. Robbins dan Mary Coulte menjelaskan bahwa, “*Self efficacy refers to an individual’s belief that he or she is capable of performing a task. The higher your self efficacy, the more confidence you have in your ability to succeed in a task.*”³⁰

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri adalah keyakinan individu bahwa ia mampu melakukan tugas. Semakin besar keyakinan diri anda, semakin besar kepercayaan anda pada kemampuan yang anda miliki untuk berhasil dalam suatu tugas.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa keyakinan diri (*Self-Efficacy*) berkaitan erat dengan kepercayaan diri dalam mencapai suatu tujuan dan dalam situasi yang sulit, orang dengan keyakinan diri (*Self-Efficacy*) rendah cenderung mengurangi usaha mereka atau menyerah sama sekali, sedangkan mereka dengan keyakinan diri (*Self-Efficacy*) yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk menguasai tantangan.

³⁰ Stephen P. Robbins, *Op Cit* h. 362

Dalam buku *Organizational Behavior*, McShane dan Von Glinow menjelaskan bahwa, “*Self efficacy refers to a person's belief that he or she can succesfully complete a task.*”³¹

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri adalah keyakinan seseorang bahwa ia berhasil dapat menyelesaikan tugas.

Berdasarkan teori di atas maka keyakinan diri (*Self-Efficacy*) adalah keyakinan terhadap kemampuan individu untuk dapat menyelesaikan tugas tertentu dengan sukses. Semakin tinggi keyakinan yang dimiliki maka semakin besar pula kepercayaan seseorang untuk berhasil dalam menyelesaikan suatu tugas, dan menghadapi tantangan dalam keadaan sulit.

Bandura dan Schunk mengatakan bahwa, “*self efficacy is a belief about one's own capability to organize and complete a course of action required to accomplish a specific task.*”³²

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri adalah keyakinan di dalam kemampuan seseorang untuk mengatur dan menyelesaikan tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tertentu.

³¹ McShane, *Organizational Behavior* (New York: McGraw-Hill, 2007) h. 45

³² Paul Eggen, *Educational Psychology* (USA: Pearson Prentice Hall, 2007) h. 308

Bandura mengatakan bahwa keyakinan diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan menciptakan hasil yang positif.³³

Bandura dalam buku *Motivation In Education* mengatakan bahwa “*people's judgments to their capabilities to organize and execute courses of action required to attain designated types of performances.*”³⁴

Hal ini dapat diartikan bahwa penilaian masyarakat terhadap kemampuan mereka untuk mengatur dan melaksanakan program tindakan yang diperlukan untuk mencapai jenis penampilan yang ditentukan.

Dari beberapa pendapat di atas maka keyakinan diri (*self-efficacy*) berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk melaksanakan tugas tertentu, dan mempengaruhi aktivitas di dalamnya. Seperti berapa banyak usaha yang dikeluarkan untuk menyelesaikan tugas, pencapaian tujuan tertentu, dan bagaimana reaksi/ketahanan seseorang dalam menghadapi masalah.

Dalam buku *Organizational Behaviour*, McShane dan Von Glinow menjelaskan, “*self efficacy refers to a person's belief that he or she has the ability, motivation, and resources to complete a task successfully.*”³⁵

³³ John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta:Salemba Humanika, 2009) h. 324

³⁴ Dale H. Schunk, *Motivation In Education* (New Jersey:Pearson Prentice Hall, 2008) h. 139

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri mengacu pada keyakinan seseorang yang mempunyai kemampuan, motivasi dan sumber daya untuk menyelesaikan tugas dengan sukses.

Berdasarkan teori di atas maka keyakinan diri (*self-efficacy*) mempunyai suatu peran dalam motivasi untuk bertindak dalam menyelesaikan tugas dengan sukses.

Dalam buku *psychology*, wiedenfeld mengatakan, "*feelings of self efficacy may fortify our bodies as well ours minds against stressful event.*"³⁶

Hal ini dapat diartikan bahwa perasaan keyakinan diri dapat membentengi tubuh kita serta pikiran kita terhadap stres berat.

Dalam buku *Organizational Behaviour*, Stephen dan Judge menjelaskan

*Self efficacy has also been found to influence stress outcomes. Individual's belief that he or she is capable of performing a task. a recent study indicated that individual's with strong self efficacy reacted less negatively to the strain. that is, confidence in one's own abilities appears to decrease stress. As with an internal locus of control, strong efficacy confirm the power of self beliefs in moderating the effect of a high strain situation.*³⁷

³⁵ McShane, *Op Cit*, h. 45

³⁶ Michael, *Op Cit* h. 475

³⁷ Stephen P. Robbins & Timoty, *Organizational Behavior* (New Jersey: Pearson Education Inc, 2007)h.600

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri juga telah ditemukan untuk mempengaruhi hasil stres. sebuah penelitian terbaru menunjukkan bahwa individu itu dengan keberhasilan diri yang kuat bereaksi lebih negatif terhadap ketegangan. yaitu, keyakinan pada kemampuan sendiri muncul untuk mengurangi stres. Seperti dengan lokus kontrol internal, keyakinan yang kuat menegaskan kekuatan keyakinan diri dalam memoderasi efek dari tingginya ketegangan suatu situasi.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keyakinan diri mempengaruhi stres dan semakin tinggi keyakinan seseorang terhadap kemampuannya maka dapat mengurangi stres pada dirinya.

Menurut Bandura seperti yang dikutip oleh Paul dan Don,
four factors influence people's beliefs about their capability of succeeding on specific tasks.

1. *Past performance*
2. *Modelling*
3. *Verbal Persuasion*
4. *Psychological state*³⁸

³⁸ Paul Eggen, *Op Cit*, h.311

Hal ini dapat diartikan bahwa ada 4 faktor yang mempengaruhi keyakinan masyarakat tentang kemampuan mereka untuk berhasil pada tugas tertentu yaitu; kinerja masa lalu, permodelan, persuasi lisan, keadaan psikologis

Kinerja masa lalu, menunjukkan bahwa pengalaman yang diperoleh melalui usaha terus menerus dan kemampuan untuk belajar membentuk efikasi diri yang dibangun dari kesuksesan yang datang dengan mudah tidak akan bertahan ketika muncul berbagai kesulitan, dan efikasi tersebut akan berubah dengan cepat.

Pemodelan, individu tidak perlu mengalami secara langsung perilaku personal yang memperkuat pembelajaran (mereka belajar sendiri dengan melihat orang lain yang relevan. Jika orang lain melihat orang lain seperti dirinya, yang berhasil karena berusaha keras, mereka yakin bahwa mereka juga punya kapasitas untuk sukses. Sebaliknya, mengamati kegagalan orang lain akan menanamkan keraguan mengenai kemampuan diri sendiri untuk menguasai aktivitas yang sama.

Persuasi lisan, keyakinan seseorang atas keyakinan mereka dapat diperkuat melalui pengaruh orang lain yang kompeten dan dihormati sehingga mereka mendapatkan apa yang diperlukan dan memberikan umpan balik positif pada perkembangan yang terjadi dalam tugas.

Keadaan psikologis, orang sering mengandalkan perasaan mereka untuk menilai kapabilitas mereka. Pada sisi lain, jika keadaan mental dalam keadaan baik, maka kondisi tersebut tidak perlu memberi kontribusi pada efikasi individu.

Dalam buku *Behaviour in Organizations*, Jerald Greenberg dan Robert A. Baron menyatakan,

*Self-efficacy consist of three basic components; (1) magnitude, the level at which an individual believes she or he can perform, (2) strength, the person's confidence that she or he can perform at the level, (3) generality, the extent to which self efficacy in one situation or for one task extends to other situations and other tasks.*³⁹

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri terdiri dari 3 komponen dasar; (1) besarnya, tingkat keyakinan individu dapat menyelesaikan tugas, (2) kekuatan, keyakinan seseorang bahwa ia mampu menyelesaikan tugas pada tingkat kekuatan, (3) generalitas, luasnya jangkauan keyakinan diri atau luasnya situasi dan tugas yang lain.

Menurut Bandura keyakinan diri (*self-efficacy*) terbagi dalam dua bentuk, yaitu keyakinan diri (*self-efficacy*) tinggi dan keyakinan diri (*self-efficacy*) rendah.⁴⁰ Dalam mengerjakan suatu tugas, individu yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) tinggi cenderung memilih terlibat

³⁹ Jerald, *Op Cit*, h. 107

⁴⁰ Dale H. Schunk, *Op Cit*, h. 140

langsung, sedangkan individu yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) rendah cenderung menghindari tugas tersebut.

Individu yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru. Individu dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) yang tinggi juga menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam terhadap apa yang dilakukannya, dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat bangkit ketika mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya.⁴¹

Individu yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) yang rendah adalah individu yang merasa tidak berdaya, cepat sedih, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, kemauan yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin dicapai. Individu yang memiliki keyakinan diri

⁴¹ *ibid*

(*self-efficacy*) yang rendah dalam situasi sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, dan konsekuensi dari kegagalannya, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan.⁴²

Judge dan Stephen mengatakan bahwa,

*self efficacy has also been found to influence stress outcome. Individual's belief that he or she is capable of performing a task. A recent study indicated that individual's with strong self efficacy reacted less negatively to the strain. That is, confidence in one's own abilities appears to decrease stress. As with an internal locus of control, strong efficacy confirm the power of self beliefs in moderating the effect of a high strain situation.*⁴³

Hal ini dapat diartikan bahwa keyakinan diri telah ditemukan untuk mempengaruhi hasil stress. Sebuah penelitian terbaru menunjukkan bahwa individu itu dengan keberhasilan diri yang kuat bereaksi lebih negatif terhadap ketegangan yaitu keyakinan pada kemampuan sendiri muncul untuk mengurangi stres. Seperti dengan internal locus of control, keyakinan yang kuat mengkonfirmasi kekuatan keyakinan diri dalam memoderasi pengaruh situasi regangan tinggi.

⁴² Dale H. Schunk, *Op Cit*, h. 140

⁴³ Stephen P. Robbins, *Op Cit* h. 364

Dalam buku *psychology*, Wiedenfeld mengatakan, “*feelings of self efficacy may fortify our bodies as well ours minds against stressful event.*”⁴⁴

Hal ini dapat diartikan bahwa perasaan keyakinan diri dapat membentengi tubuh serta pikiran kita terhadap stress berat.

Dalam buku *psychology*, Bandura mengatakan bahwa,

*coping self efficacy when confronted by a stressor, one of the most significant appraisals we make is whether we have sufficient resources to cope with the demands. Even event that are appraised as extremely demanding may generate little stress if we believe that we have the skills.*⁴⁵

Hal ini dapat diartikan bahwa mengatasi keyakinan diri ketika berhadapan dengan stressor, salah satu penilaian yang paling penting yang kita buat adalah apakah kita memiliki sumber daya yang cukup untuk menghadapi tuntutan, bahkan kejadian yang dinilai sangat menuntut bisa menghasilkan sedikit stres jika kita percaya bahwa kita memiliki kemampuan.

Dalam buku *psychology*, Michael mengatakan bahwa,

a biological response pattern called physiological toughness, social support, effective coping skills, and cognitive factors

⁴⁴ Michael , *Op Cit* h. 475

⁴⁵ Michael , *Ibid* h. 477

*such as hardiness, coping self efficacy, optimism, and a ability to find meaning in stressful event.*⁴⁶

Hal ini dapat diartikan bahwa pola respon biologis yang disebut ketangguhan fisiologis, dukungan sosialnya, mengatasi keterampilan yang efektif, dan faktor-faktor kognitif seperti ketahanan, mengatasi keyakinan diri, optimisme, dan kemampuan adalah untuk menemukan makna stres berat.

Lebih lanjut lagi pada penelitian Gema Agung menyatakan bahwa keyakinan diri (*self-efficacy*) bisa dikatakan sebagai pemicu bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dalam melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Bahwa semakin tinggi keyakinan diri (*self-efficacy*) yang dimiliki oleh seseorang mahasiswa maka semakin rendah stres pada mahasiswa. Tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tergolong cukup tinggi. Hal tersebut dikarenakan keyakinan diri (*self-efficacy*) yang kurang dikendalikan dengan baik oleh mahasiswa.⁴⁷

Hal ini diperkuat oleh penelitian Endang Saryanti mengenai stres yang banyak dirasakan pada mahasiswa yang sedang duduk di bangku kuliah antara lain perasaan jenuh kuliah ataupun juga karena berbagai

⁴⁶ Michael , *Ibid* h. 478

⁴⁷ Gema Agung, Meita Santi Budiani, *Hubungan antara kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stres* Vol. 01 No. 02, 2013

faktor penyebab yang lain, stres mahasiswa-mahasiswa tingkat akhir yaitu karena belum bisa menyelesaikan masa kuliahnya. Banyak hal yang melatar belakangi seorang mahasiswa belum bisa menyelesaikan kuliahnya, baik faktor intern maupun faktor ekstern. Faktor intern lebih ke pribadinya sendiri seperti; kurangnya kegigihan, kemauan dan usaha dari seseorang tersebut, kecerdasan mahasiswa dan kemampuan diri atau keyakinan mahasiswa.⁴⁸

Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas keyakinan diri (*self-efficacy*) adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas untuk mencapai tujuan tertentu.

Dengan demikian keyakinan diri (*self-efficacy*) terdiri dari 3 komponen dasar, yaitu; (1) Besarnya (*magnitude*), tingkat keyakinan individu dapat menyelesaikan tugas, (2) kekuatan (*strength*), keyakinan seseorang bahwa ia mampu menyelesaikan tugas pada tingkat kekuatan, (3) generalitas (*generality*), luasnya jangkauan efikasi diri atau luasnya situasi dan tugas yang lain.

⁴⁸ Endang Saryanti, *Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional yang Berpengaruh pada Stres Kuliah pada Mahasiswa Akuntansi Perguruan Tinggi Swasta di Surakarta* Vol. 19 No. 18, 2011

B. Kerangka Berpikir

Stres diartikan sebagai suatu tekanan psikologis dimana seseorang merasa tertekan karena persoalan yang dihadapinya. Persoalan berkepanjangan tanpa adanya penyelesaian dapat menjadi tekanan psikologis. Mengerjakan skripsi telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi. Mahasiswa sering menemui hambatan/masalah pada saat penyusunan skripsi, hambatan tersebut sering dianggap sebagai pemicu munculnya stres atau stressor.

Banyak faktor yang menyebabkan stres dalam proses penyusunan skripsi, baik faktor dari dalam diri mahasiswa maupun faktor dari luar mahasiswa. Faktor dari luar diri mahasiswa (lingkungan) yang menyebabkan mahasiswa stres dalam menyusun skripsi adalah tekanan dari orang tua agar segera menyelesaikan skripsi, dosen pembimbing skripsi sulit diajak komunikasi, pembimbing skripsi sibuk sehingga sulit ditemui, kurang konsultasi dengan pembimbing skripsi serta kurangnya dukungan dari orang sekitar mahasiswa (dukungan sosial). Sedangkan faktor dari dalam diri mahasiswa diantaranya adalah persepsi mahasiswa mengenai skripsi yang sulit, kurang adanya motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi, ketidakmampuan mahasiswa untuk mengatur waktu, perasaan takut dan ketidak yakinan skripsinya tidak selesai dalam jangka waktu yang dibutuhkan,

kesulitan untuk menentukan judul skripsi, melakukan perbaikan (revisi) skripsi berkali – kali, kesulitan dalam memahami referensi berbahasa Inggris.

Keyakinan diri (*self-efficacy*) merupakan keyakinan diri seseorang dengan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan suatu tugas dengan baik. Dengan adanya keyakinan diri maka seseorang akan terlindung dari situasi yang dapat menimbulkan stres. Keyakinan diri akan mengembangkan perlawanan yang berguna untuk menghadapi stres

Ketika seseorang mengalami tingkat stress yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai keyakinan diri (*self-efficacy*) yang rendah. Sementara mereka yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan anggapan ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan diri (*self-efficacy*) seseorang, maka tingkat stress ketika menyusun skripsi semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah keyakinan diri (*self-efficacy*) seseorang, maka tingkat stress ketika menyusun skripsi semakin tinggi.

C. Perumusan Hipotesis

Terdapat hubungan yang negatif antara *self-efficacy* (keyakinan diri) dengan stres pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi dan Koperasi angkatan

2009 dalam menyusun skripsi di Universitas Negeri Jakarta. Semakin meningkatnya keyakinan diri (*self-efficacy*) mahasiswa dalam menyusun skripsi, semakin rendah stres pada mahasiswa.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah-masalah yang telah peneliti rumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan pengetahuan yang tepat (sahih, benar, valid) dan dapat dipercaya (dapat diandalkan, reliabel) tentang hubungan antara *self-efficacy* (keyakinan diri) dengan stres dalam menyusun skripsi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Ekonomi, Jurusan Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan April sampai bulan Juni tahun 2013 karena pada bulan April sampai bulan Juni adalah waktu proses penyusunan skripsi bagi mahasiswa angkatan 2009 sehingga memudahkan peneliti untuk melakukan penelitian.

Alasan peneliti memilih jurusan Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009 di Universitas Negeri Jakarta sebagai tempat penelitian adalah karena peneliti

mengamati banyak mahasiswa yang menyusun skripsi mengalami stres dikarenakan berbagai faktor.

C. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu.⁴⁹ Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif kategori survey dengan jenis penelitian korelasional.

Adapun alasan menggunakan pendekatan korelasional adalah untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, seberapa erat hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan tersebut. Dengan pendekatan korelasional dapat dilihat hubungan variabel yaitu variabel bebas (*Self-Efficacy*) yang mempengaruhi dan diberi simbol X, dengan variabel terikat (stres) sebagai yang dipengaruhi dan diberi simbol Y.

D. Teknik Pengambilan Contoh/Sampel

Populasi merupakan individu yang menjadi sumber data penelitian. Populasi menurut Sugiyono adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: CV Alfabeta, 2005), p.1

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 Jurusan Ekonomi dan Administrasi di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2009 yang sedang dalam masa penyusunan skripsi, sedangkan populasi terjangkau adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi dan Koperasi Fakultas Ekonomi angkatan 2009 karena dipilih berdasarkan hasil survey awal bahwa mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi dan Koperasi 2009 merupakan jumlah paling banyak mahasiswa yang stres karena ketidakyakinan dan hambatan-hambatan dalam menyusun skripsi sebanyak 44 orang. Penentuan populasi penelitian ini, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Table III.1
Jumlah Populasi Mahasiswa Jurusan Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009 yang mengalami stres dalam menyusun skripsi

No	Mahasiswa	Jumlah mahasiswa merasa stres
1	Pend. Akuntansi 2009	32
2	Pend. Ekonomi Koperasi 2009	44
3	Pend. Tata Niaga 2009	30
4	Pend. Administrasi Perkantoran 2009	42
	Jumlah	148

Sampel yang akan diambil dari populasi terjangkau berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel dari Isaac and Michael dengan taraf kesalahan 5% sebanyak 40 orang

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik acak sederhana (*simple random sampling*). Teknik ini dipilih berdasarkan pertimbangan bahwa setiap unsur atau anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel.

E. Instrumen Penelitian

1. Stres

a. Definisi Konseptual

Stres adalah suatu keadaan di mana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan dengan kemampuan yang dimiliki seseorang sehingga muncul tekanan dari dalam diri seseorang tersebut. Stres muncul sebagai akibat dari adanya situasi yang menuntut seseorang untuk melakukan sesuatu yang melebihi kemampuan untuk memenuhinya.

b. Definisi Operasional

Indikator dari stres adalah pertama; gejala biologis atau fisik dengan ciri - ciri gemetar, sakit kepala, gangguan tidur, dan produksi

keringat yang berlebihan. Kedua; gejala psikologis atau psikis dengan ciri-ciri mudah marah, cemas, gelisah, dan sering menunda pekerjaan.

Untuk mengukur variabel stres, peneliti menggunakan instrumen non tes yang berbentuk kuesioner dengan menggunakan model skala likert.

c. Kisi-Kisi Instrumen Stres

Instrumen penelitian stres disusun berdasarkan gejala-gejala fisik dan psikologis yang timbul akibat dari tekanan dan tuntutan yang dialaminya.

Tabel III.2
Kisi-Kisi Instrumen Stres (Variabel Y)

Indikator	Sub Indikator	Uji Coba		Drop	Valid	Final	
		(+)	(-)			(-)	(+)
Gejala biologis atau fisik	gemetar	2,7,12	-	7	2,12	-	2,12
	sakit kepala	4,6,13,20	16	6,13	4,16,20	16	4,20
	gangguan tidur	3	9		3,9	9	3
	produksi keringat yang berlebih	10,14,17	-	17	10,14	-	10,14
Gejala psikologis atau psikis	mudah marah	15,21,23,26,28,33	25	15,28,33	21,23,25,26	25	21,23,26
	cemas	1,5,8,11,22,24	18	1,3,8,5,11,18	22,24	-	22,24
	gelisah	29,32	31	29,31	32	-	32
	menunda pekerjaan	19,27,30,34,35	-	34	19,27,30,35	-	19,27,30,35

Dan untuk mengisi kuesioner dengan menggunakan model skala likert, telah disediakan alternatif jawaban dari setiap butir pernyataan. Responden dapat memilih jawaban yang sesuai dengan item jawaban bernilai 1 s/d 5 sesuai dengan tingkat jawabannya. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel III.3

Tabel III.3
Skala Penilaian Stres

No	Pilihan Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan negatif
1	Sangat Setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Ragu-Ragu	3	3
4	Tidak Setuju	2	4
5	Sangat Tidak Setuju	1	5

d. Validasi Instrumen Stres

Proses pengembangan instrumen stres dimulai dengan penyusunan instrumen berbentuk kuesioner model skala likert dengan butir pernyataan yang mengacu kepada indikator-indikator variabel stres seperti yang terlihat pada Tabel III.2 yang disebut sebagai kisi - kisi instrumen yang mengukur variabel stres.

Tahap berikutnya kisi - kisi instrumen dikonsultasikan kepada dosen pembimbing berkaitan dengan validitas konstruk yaitu seberapa jauh butir-butir instrumen tersebut telah mengukur indikator dari variabel

stres. Setelah disetujui, tahap selanjutnya adalah instrumen di uji cobakan kepada 30 mahasiswa yang tidak terpilih dari sampel dan sesuai dengan karakteristik populasi yaitu mahasiswa yang mengalami stress di Pendidikan Administrasi Perkantoran angkatan 2009.

Proses validasi dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen, yaitu validitas butir dengan menggunakan koefisien antara skor butir dengan skor total instrumen. Dengan rumus yang digunakan sebagai berikut⁵⁰:

$$r_{it} = \frac{\sum xi.xt}{\sqrt{(\sum xi^2)(\sum xt^2)}}$$

Keterangan :

r_{it} = koefisien antara skor butir dengan skor total
 xi = jumlah kuadrat deviasi skor dari xi
 xt = jumlah kuadrat deviasi skor dari xt

Kriteria batas minimum pernyataan butir yang diterima adalah $r_{tabel} = 0,361$. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka butir pernyataan dianggap valid, sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka butir pernyataan dianggap tidak valid dan didrop atau tidak digunakan.

⁵⁰ Djaali dan Pudji Mulyono. Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan. Grasindo: Jakarta. 2008. hal. 86.

Selanjutnya, dihitung reliabilitasnya terhadap butir-butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dengan rumus *Alpha Cronbach*, yang sebelumnya dihitung terlebih dahulu varian butir dan varian total. Uji reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach*⁵¹:

$$r_{ii} = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum si^2}{st^2} \right]$$

Keterangan:

r_{ii} : koefisien reliabilitas tes
 k : cacah butir/banyak butir pernyataan (yang valid)
 $\sum si^2$: varians skor butir
 st^2 : varian skor total

Sedangkan varians dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$si^2 = \frac{\sum xi^2 - \frac{(\sum xi)^2}{n}}{n}$$

Keterangan:

Si^2 = Simpangan baku
 n = Jumlah populasi
 $\sum xi^2$ = Jumlah kuadrat x
 $\sum xi$ = Jumlah data x

Dari perhitungan diperoleh hasil r_{ii} sebesar 0,9, hal ini menunjukkan bahwa koefisien reabilitas termasuk dalam kategori (0,800-1,000), maka instrumen memiliki reabilitas yang tinggi. Dengan demikian dapat

⁵¹ Riduwan. Metode & Teknik Menyusun Tesis. Alfabeta: Bandung. 2004. hal.. 124.

dikatakan bahwa instrumen yang berjumlah 19 butir soal inilah yang akan digunakan sebagai instrumen final untuk mengukur stres dalam menyusun skripsi

2. Keyakinan Diri (*Self-Efficacy*)

a. Definisi Konseptual

keyakinan diri (*self-efficacy*) adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas untuk mencapai tujuan tertentu.

b. Definisi Operasional

Keyakinan diri (*Self-Efficacy*) terdiri dari 3 komponen dasar; (1) Besarnya (*magnitude*), tingkat keyakinan individu dapat menyelesaikan tugas, (2) kekuatan (*strength*), keyakinan seseorang bahwa ia mampu menyelesaikan tugas pada tingkat kekuatan, (3) generalitas (*generality*), luasnya jangkauan efikasi diri atau luasnya situasi dan tugas yang lain.

Untuk mengukur variable Keyakinan diri (*Self-Efficacy*), peneliti menggunakan instrumen non tes yang berbentuk kuesioner dengan menggunakan model skala likert.

c. Kisi-Kisi Instrumen Keyakinan diri (*Self-Efficacy*)

Kisi-kisi instrumen yang disajikan pada bagian ini merupakan kisi-kisi instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel keyakinan diri (*self-efficacy*) yang diujicobakan dan juga sebagai kisi-kisi instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel keyakinan diri (*self-efficacy*).

Kisi-kisi ini disajikan dengan maksud memberikan informasi mengenai butir-butir yang didrop setelah dilakukan uji validitas, uji reliabilitas. Selain itu juga memberikan gambaran seberapa jauh instrumen final masih mencerminkan indikator keyakinan diri (*self-efficacy*). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel III.4

Tabel III.4
Kisi-kisi instrumen *Self-Efficacy* (variabel X)

Dimensi	Indikator	Uji Coba		Drop	Valid	Final	
		(+)	(-)			(-)	(+)
Besarnya (Magnitude)	Tingkat kesulitan tugas	4,8	-	-	4,8	-	4,8
	kesanggupan mengatasi masalah sulit	1,10	5	-	1,5,10	5	1,10
	tingkat penyelesaian tugas	2,9	3,24	3	2,9,24	24	2,9
Jangkauan (Generality)	pemecahan masalah (tugas) pada keadaan yang khusus	25,26	6,11,	-	6,11,25,26	6,11	25,26
	tindakan pada setiap situasi	12	7	7	12	-	12
	luasnya bidang perilaku yang diyakini	28	22,23	22,23	28	-	28
Kekuatan (Strength)	tidak mudah frustasi dalam mengatasi masalah	13	14,17	13	14,17	14,17	-
	penyelesaian masalah dengan banyaknya	16,18,19,2	15	-	15,16,18,19,27	15	16,18,19,2

	penghalang	7					7
	tidak mudah terguncang dalam menghadapi hambatan	30	20,21 ,29	20,2 9	21,30	21	30

Dan untuk mengisi kuesioner dengan menggunakan model skala likert, telah disediakan alternatif jawaban dari setiap butir pernyataan. Responden dapat memilih jawaban yang sesuai dengan item jawaban bernilai 1 s/d 5 sesuai dengan tingkat jawabannya. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel III.5

Tabel III.5
Skala Penilaian Keyakinan Diri (*Self-Efficacy*)

No	Pilihan Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan negative
1	Sangat Setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Ragu-Ragu	3	3
4	Tidak Setuju	2	4
5	Sangat Tidak Setuju	1	5

d. Validasi Instrumen Keyakinan Diri (*Self-Efficacy*)

Proses pengembangan instrumen efikasi diri dimulai dengan penyusunan instrumen berbentuk kuesioner skala likert dengan butir pernyataan yang mengacu kepada indikator-indikator variabel efikasi diri

seperti yang terlihat pada Tabel III.4 yang disebut sebagai kisi – kisi instrumen yang mengukur variabel keyakinan diri (*self-efficacy*).

Tahap berikutnya konsep instrumen dikonsultasikan kepada dosen pembimbing berkaitan dengan validitas konstruk yaitu seberapa jauh butir-butir instrumen tersebut telah mengukur indikator dari variabel keyakinan diri (*self-efficacy*) sebagaimana terantum pada Tabel III.4. Setelah disetujui, tahap selanjutnya adalah instrumen di uji cobakan kepada 30 mahasiswa yang tidak terpilih dari sampel dan sesuai dengan karakteristik populasi yaitu mahasiswa yang mengalami stress di Pendidikan Administrasi Perkantoran angkatan 2009.

Proses validasi dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen, yaitu validitas butir dengan menggunakan koefisien antara skor butir dengan skor total instrumen. Dengan rumus yang digunakan sebagai berikut⁵²:

$$r_{it} = \frac{\sum xi.xt}{\sqrt{(\sum xi^2)(\sum xt^2)}}$$

Keterangan :

r_{it} = koefisien antara skor butir dengan skor total

⁵² Djaali dan Pudji Mulyono. *Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan*. Grasindo: Jakarta. 2008. hal. 86.

xi = jumlah kuadrat deviasi skor dari xi
 xt = jumlah kuadrat deviasi skor dari xt

Kriteria batas minimum pernyataan butir yang diterima adalah $r_{tabel} = 0,361$. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka butir pernyataan dianggap valid, sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka butir pernyataan dianggap tidak valid dan didrop atau tidak digunakan.

Selanjutnya, dihitung reliabilitasnya terhadap butir-butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dengan rumus *Alpha Cronbach*, yang sebelumnya dihitung terlebih dahulu varian butir dan varian total. Uji reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach*⁵³:

$$r_{ii} = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum si^2}{st^2} \right]$$

Keterangan:

r_{ii} : koefisien reliabilitas tes
 k : cacah butir/banyak butir pernyataan (yang valid)
 $\sum si^2$: varians skor butir
 st^2 : varian skor total

Sedangkan varians dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$si^2 = \frac{\sum xi^2 - \frac{(\sum xi)^2}{n}}{n}$$

⁵³ Riduwan. *Metode & Teknik Menyusun Tesis*. Alfabeta: Bandung. 2004. hal.. 124.

Keterangan:

$$\begin{array}{ll}
 Si^2 & = \text{Simpangan baku} \\
 n & = \text{Jumlah populasi} \\
 \sum xi^2 & = \text{Jumlah kuadrat x} \\
 \sum xi^2 & = \text{Jumlah data x}
 \end{array}$$

Dari perhitungan diperoleh hasil r_{ii} sebesar 0,86, hal ini menunjukkan bahwa koefisien reabilitas termasuk dalam kategori (0,800-1,000), maka instrumen memiliki reabilitas yang tinggi. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa instrumen yang berjumlah 23 butir soal inilah yang akan digunakan sebagai instrumen final untuk mengukur keyakinan diri dalam menyusun skripsi

F. Konstelasi Hubungan Antar Variabel

Konstelasi hubungan antar variabel digunakan untuk memberikan arah gambaran dari penelitian yang sesuai dengan hipotesis yang diajukan, terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, yaitu tingkat stres dengan Keyakinan diri (*self efficacy*) dalam menyusun skripsi yang merupakan studi korelasi.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyusun konstelasi hubungan sebagai berikut:

$$X \longrightarrow Y$$

Keterangan:

X = Variabel bebas, yaitu Keyakinan Diri

Y = Variabel terikat, yaitu Stres

→ = Arah hubungan

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk mengajukan hipotesis dilakukan dengan uji regresi dan korelasi, melalui langkah pengujian yang ditempuh adalah sebagai berikut:

1. Mencari Persamaan Regresi

Konstanta a dan Koefisien regresi b dapat dihitung dengan rumus:

$$\hat{Y} = a + bX$$

Dimana:

Koefisien a dan b dapat dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$b = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{n}}{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}$$

$$a = \bar{Y} - \bar{bX}$$

Dimana :

$$\sum xy = \sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{n}$$

$$\sum x^2 = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}$$

$$\sum y^2 = \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n}$$

Keterangan :

a = bilangan konstanta

b = koefisien regresi

n = jumlah responden

\hat{Y} = variabel terikat

X = variabel bebas

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas Galat Taksiran Regresi Y atas X ($Y - \hat{Y}$)

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah galat taksiran regresi Y atas X ($Y - \hat{Y}$) berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan terhadap galat taksiran regresi Y dan X dengan menggunakan Lilliefors pada taraf signifikan (α) = 0,05. Rumus yang digunakan adalah:

$$L_0 = |F(Z_i) - S(Z_i)|$$

Keterangan:

F (Z_i) = merupakan peluang baku

$S(Z_i)$ = merupakan proporsi angka baku

$L_o = L$ obeservasi (harga mutlak besar)

Untuk menerima atau menolak hipotesis 0 (nol), kita bandingkan L_o ini dengan nilai kritis L_{tabel} yang diambil dari tabel distribusi F dengan taraf signifikansi (α) = 0,05

Hipotesis Statistik :

H_0 : Galat Taksiran Regresi Y atas X berdistribusi normal

H_1 : Galat Taksiran Regresi Y atas X tidak berdistribusi normal

Kriteria Pengujian :

Jika $L_{tabel} > L_{hitung}$ maka terima H_0 , berarti galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal

b. Uji Linieritas Regresi :

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui apakah persamaan regresi tersebut merupakan bentuk linier atau non linier.

Hipotesis Statistik :

$H_0: Y = \alpha + \beta X$

$H_1: Y \neq \alpha + \beta X$

Kriteria Pengujian :

Terima H_0 jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dan ditolak jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka regresi dinyatakan linier jika H_0 diterima.

3. Uji Hipotesis

a. Uji Keberartian Regresi

Uji keberartian regresi ini digunakan untuk mengetahui apakah persamaan regresi yang diperoleh berarti atau tidak berarti, dengan kriteria pengujian bahwa regresi sangat berarti apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$.

Hipotesis Statistik

$$H_0 : \beta \leq 0$$

$$H_i : \beta > 0$$

Untuk mengetahui keberartian dan linieritas persamaan regresi dari persamaan regresi di atas digunakan tabel ANAVA pada tabel III.5 berikut ini:

Tabel III.6
TABEL ANAVA

Sumber Varians	Jumlah Kuadrat (JK)	Derajat Bebas (db)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F_{hitung} (F_o)	F_{tabel} (F_t)
Total (T)	$\sum Y^2$	N	-	-	-

Regresi (a)	$\frac{(\sum Y)^2}{N}$	L	-	-	-
Regresi (b/a)	$B(\sum xy)$	L	$\frac{Jk(b)}{db(b)}$	$\frac{RJK(b)}{RJK(s)}$	-
Sisa (s)	$JK(T)-JK(a)-JK(b/a)$	n-2	$\frac{JK(s)}{db(s)}$	-	-
Tuna Cocok (TC)	$JK(s)-JK(G)$	k-2	$\frac{JK(TC)}{Db(TC)}$	$\frac{RJK(T)}{RJK(G)}$	-
Galat (G)	$JK(G) \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n}$	n-k	$\frac{JK(G)}{db(G)}$	-	-

b. Perhitungan Koefisien Korelasi

Perhitungan koefisien korelasi (r_{xy}) ini dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh hubungan antara variabel X dan variabel Y. Menghitung r_{xy} menggunakan rumus *Product Moment* dari Karl Pearson, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Dimana :

Keterangan :

r_{xy} : tingkat keterkaitan hubungan

x : skor dalam sebaran X

y : skor dalam sebaran Y

c. Uji Keberartian Koefisien Korelasi (uji t)

Menghitung Uji-t untuk mengetahui signifikan koefisien korelasi dengan rumus sebagai berikut:

$$t_{\text{hitung}} = \frac{r \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

t_{hitung} : Skor signifikan koefisien korelasi

r_{xy} : Koefisien korelasi product moment

n : Banyaknya sampel / data

Hipotesis Statistik:

$$H_0 : \rho = 0$$

$$H_1 : \rho \neq 0$$

Kriteria Pengujian :

H_0 diterima jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$ dan ditolak jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ berarti korelasi signifikan jika H_1 diterima.

d. Perhitungan Koefisiensi Determinasi

Untuk mengetahui persentase besarnya variasi Y ditentukan oleh X dengan menggunakan rumus koefisien determinasi sebagai berikut:

$$KD = r_{xy}^2$$

Keterangan :

KD = Koefisien Determinasi

r_{xy}^2 = Koefisien Korelasi Product Moment

Bab IV

Hasil penelitian

A. Deskripsi Data

Deskripsi data hasil penelitian dimaksudkan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran atau distribusi data. Skor yang disajikan adalah skor yang diolah dari data mentah dengan menggunakan statistic deskriptif yaitu skor rata-rata dan simpangan baku atau standar deviasi.

Berdasarkan jumlah variabel dan merujuk pada masalah penelitian, maka dekripsi data dapat dikelompokkan menjadi dua bagian sesuai dengan jumlah variabel penelitian. Kedua bagian tersebut adalah keyakinan diri (Self efficacy) sebagai variabel independen dan stress dalam menyusun skripsi sebagai variabel dependen. Hasil perhitungan statistik deskriptif masing-masing variabel secara lengkap dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Stres dalam Menyusun Skripsi (Variabel Y)

Stres memiliki 19 pertanyaan butir pernyataan dalam instrument penelitian yang terbagi ke dalam dua indikator, yaitu gejala biologis/fisik (sub indikator gemetar, sakit kepala, gangguan tidur, produksi keringat yang berlebih) dan gejala psikologis/psikis (sub indikator penurunan konsentrasi, mudah marah cemas, gelisah, menunda pekerjaan)

Data stres diperoleh melalui pengisian instrumen penelitian yang berupa kuesioner model skala likert yang diisi oleh 40 mahasiswa Pendidikan Ekonomi Koperasi angkatan 2009 Universitas Negeri Jakarta. Hasil penelitian menyebutkan bahwa rentang skor variabel stress dalam menyusun skripsi antara 40 (skor terendah) sampai dengan 50 (skor tertinggi), jumlah skor adalah 1808, sehingga rata-rata skor stress dalam menyusun skripsi 45,20. Varians (S^2) sebesar 5,50 dan standar deviasi (S) sebesar 2,34.(lampiran 24)

Distribusi data variabel stres dalam menyusun skripsi menyebar antara 40-50 dimana banyak kelas adalah 6 dengan panjang interval 2. Dibawah ini dapat dilihat distribusi frekuensi data dari variabel stres dalam menyusun skripsi. (proses perhitungan terdapat pada lampiran 21 hal. 109)

Tabel IV. 1
Distribusi Frekuensi Variabel Stres Dalam Menyusun Skripsi (Y)

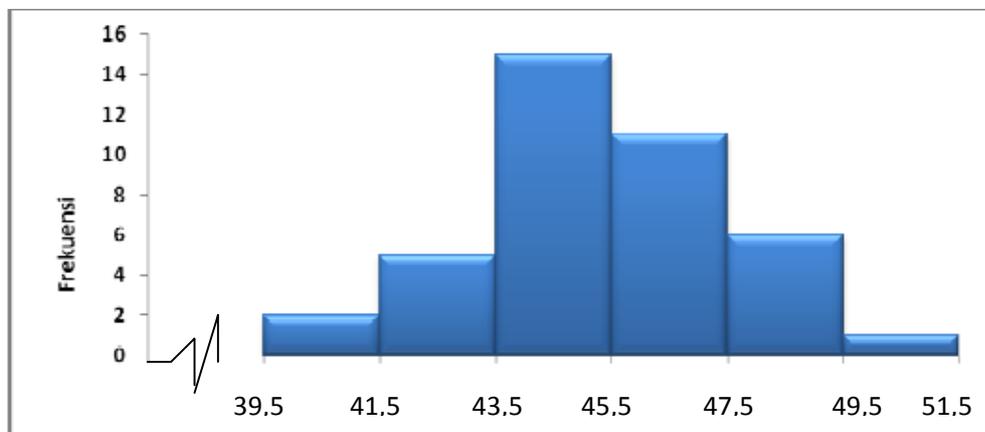
Kelas Interval	Batas Bawah	Batas Atas	Frek. Absolut	Frek. Relatif
40 - 41	39.5	41.5	2	5.0%
42 - 43	41.5	43.5	5	12.5%
44 - 45	43.5	45.5	15	37.5%
46 - 47	45.5	47.5	11	27.5%
48 - 49	47.5	49.5	6	15.0%
50 - 52	49.5	52.5	1	2.5%
Jumlah			40	100%

Sumber: data diolah

Berdasarkan Tabel IV.1 dapat dilihat bahwa frekuensi kelas tertinggi variabel stres dalam menyusun skripsi yaitu terletak pada interval kelas ketiga

yaitu antara 44-45 dengan frekuensi relatif terbesar 37,5%. Kelas terendah variabel stres dalam menyusun skripsi yaitu pada interval kelas ke enam yaitu antara 50-51 dengan frekuensi relative 2,5%.

Untuk mempermudah penafsiran distribusi frekuensi dari table di atas berikut ini disajikan grafik sebagai berikut:



Gambar IV.1

Berdasarkan data yang diperoleh didapat rata-rata hitung skor stres dalam menyusun skripsi sebagai berikut(lampian39, hal 127):

Tabel IV.2**Skor Stres Menyusun Skripsi Berdasarkan Sebaran Indikator (dalam %)**

No	Indikator	Jumlah Skor Indikator
1	Gemetar	16
2	sakit kepala	11
3	Gangguan Tidur	8
4	Produksi Keringat yang berlebih	17
5	Penurunan Konsentrasi	12
6	cemas	9
7	gelisah	11
8	menunda pekerjaan	16
Total		100

Dari tabel diatas dapat disimpulkan gejala stress yang paling banyak dialami oleh mahasiswa pada saat menyusun skripsi adalah produksi keringat yang berlebih yang ditunjukkan sebesar 17%, gemetar yaitu 16% dan menunda pekerjaan 16%. Pada saat mengerjakan skripsi mahasiswa banyak memproduksi keringat yang berlebih, gemetar dan menunda pekerjaan ketika mengerjakan skripsi dalam keadaan stres dan ketakutan pada saat ingin menemui dosen pembimbing, sehingga mereka sulit untuk menuangkan idenya ke dalam skripsi yang sedang dikerjakan. Hal ini membuat banyak

mahasiswa sering terlambat mengikuti ujian skripsi. Sedangkan gejala stress yang berupa gangguan tidur tidak banyak dialami mahasiswa, hanya sekitar 8% mahasiswa yang mengalami hal tersebut. Hal tersebut senada dengan penelitian sebelumnya oleh Gema Agung yang menyatakan bahwa reaksi terhadap stress dalam menyusun skripsi yaitu mahasiswa menghindar dengan tidak mengerjakan skripsi dan menunda-nunda mengerjakan skripsi.⁵²

2. Keyakinan Diri (Variabel X)

Keyakinan Diri memiliki 30 butir pernyataan dalam instrumen penelitian, yang terbagi dalam 3 dimensi, yaitu Besarnya (*Magnitude*) (indikator tingkat kesulitan tugas, kesanggupan mengatasi masalah yang sulit, tingkat penyelesaian tugas), Jangkauan (*Generality*) (indikator pemecahan masalah dalam keadaan khusus, bertindak pada setiap situasi, luasnya bidang perilaku yang diyakini), Kekuatan (*Strength*) (indikator tidak mudah frustrasi dalam mengatasi masalah, menyelesaikan masalah dengan banyaknya penghalang, tidak mudah terguncang dalam menghadapi hambatan).

Data keyakinan diri diperoleh melalui instrumen penelitian yang berupa kuesioner model skala likert sebanyak 23 pernyataan yang diisi oleh 40 mahasiswa Pendidikan Ekonomi Koperasi angkatan 2009 Universitas Negeri Jakarta. Hasil penelitian menyebutkan bahwa rentang skor variabel

⁵² Gema Agung, *Loc Cit* h.27

keyakinan diri antara 67 (skor terendah) sampai dengan 78 (skor tertinggi). Jumlah skor adalah 2856, sehingga rata-rata skor keyakinan diri 71,40. Varians (S^2) sebesar 5,17 dan standar deviasi (S) sebesar 2,27. (lampiran 24, halaman 132)

Distribusi data variabel keyakinan diri menyebar antara 67-78 dimana banyak kelas adalah 6 dengan panjang interval 2. Dibawah ini dapat dilihat distribusi frekuensi data dari variabel keyakinan diri. (lampiran 20, hal.108)

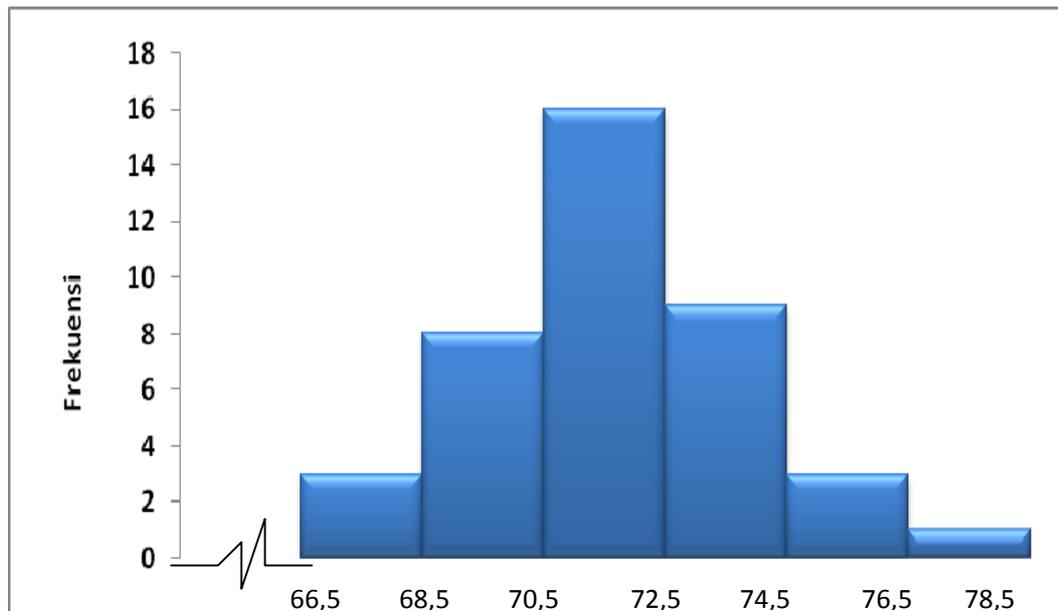
Tabel IV.3

Distribusi Frekuensi Variabel Keyakinan Diri (X)

Kelas Interval	Batas Bawah	Batas Atas	Frek. Absolut	Frek. Relatif
67 - 68	66.5	68.5	3	7.5%
69 - 70	68.5	70.5	8	20.0%
71 - 72	70.5	72.5	16	40.0%
73 - 74	72.5	74.5	9	22.5%
75 - 76	74.5	76.5	3	7.5%
77 - 78	76.5	78.5	1	2.5%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan grafik histogram gambar IV.2 dapat dilihat bahwa frekuensi kelas tertinggi variabel keyakinan diri yaitu terletak pada interval kelas ketiga yaitu antara 71-72 dengan frekuensi relatif sebesar 40%. Kelas terendah variabel keyakinan diri yaitu pada interval kelas keenam yaitu antara 77-78 dengan frekuensi relative 2,5%.

Untuk mempermudah penafsiran distribusi frekuensi dari table di atas berikut ini disajikan grafik sebagai berikut:



Gambar IV.2
Grafik Histogram Variabel Keyakinan Diri (X)

Tabel IV.4
Skor Keyakinan Diri (dalam %)

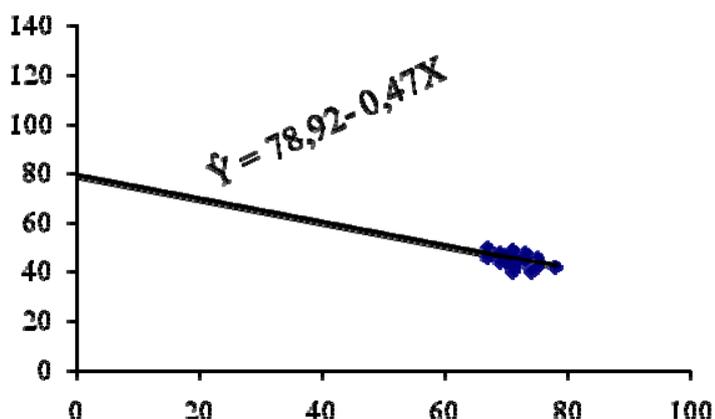
Indikator	Jumlah Skor Indikator
Tingkat Kesulitan Tugas	14
Kesanggupan mengatasi masalah yang sulit	14
Tingkat penyelesaian tugas	14
Pemecahan masalah (Tugas) pada keadaan khusus	13
Tindakan pada setiap situasi	1
Luasnya bidang perilaku yang diyakini	2
Tidak mudah frustasi dalam menghadapi masalah	14
Penyelesaian masalah dengan banyaknya penghalang	14
Tidak mudah terguncang dalam menghadapi hambatan	14
Jumlah	100

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan keyakinan diri yang harus ditingkatkan oleh mahasiswa pada saat menyusun skripsi paling banyak adalah kemampuan mengatasi tugas yang sulit, bagaimana kesanggupan mengatasi masalah, tingkat penyelesaian masalah, bagaimana kekuatan tidak mudah frustasi dalam menghadapi masalah , penyelesaian masalah dengan banyaknya penghalang, kekuatan tidak mudah terguncang dalam menghadapi masalah sebesar 14%. Hal ini membuat banyak mahasiswa sering terlambat mengikuti ujian sedangkan keyakinan diri yang berupa kemampuan melakukan tindakan pada setiap situasi hanya sekitar 1% mahasiswa yang mengalami masalah tersebut. (lampiran 40, hal. 128)

B. Analisis Data

1. Persamaan Garis Regresi

Analisis regresi linier sederhana terhadap pasangan data penelitian antara keyakinan diri dan stres dalam menyusun skripsi menghasilkan koefisien arah regresi sebesar -0,47 dan menghasilkan konstanta sebesar 78,92. Dengan demikian bentuk hubungan antara keyakinan diri dan stres dalam menyusun skripsi memiliki persamaan regresi $\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$ dapat dilukiskan pada grafik berikut ini



Keyakinan Diri (X)

Gambar IV.3

Persamaan Garis Regresi $\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$

Selanjutnya persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu skor keyakinan diri (X) akan mengakibatkan penurunan stres(Y) sebesar 0,47 pada konstanta 78,92.

2. Uji Persyaratan Analisis

Dalam perhitungan pengujian persyaratan analisis dilakukan untuk mengetahui apakah galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas galat taksiran regresi Y atas X dilakukan dengan uji Liliefors pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk sampel sebanyak 40 mahasiswa dengan kriteria pengujian berdistribusi normal apabila $L_{hitung} < L_{tabel}$ dan jika sebaliknya, maka galat taksiran regresi Y atas X tidak berdistribusi normal.

Hasil perhitungan uji Liliefors menyimpulkan bahwa galat taksiran Regresi Y atas X berdistribusi normal. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil perhitungan $L_{hitung} = 0,1382$ pada taraf signifikansi 0,05 dengan jumlah sampel 40, sedangkan $L_{tabel} = 0,14009$. (lampiran 30, hal. 118)

Ini berarti bahwa $L_{hitung} < L_{tabel}$ dan tabel berdistribusi normal dan penelitian dapat dilanjutkan pada pengujian hipotesis.

Tabel IV.5
Hasil Uji Normalitas Galat Taksiran

No	Galat Taksiran	L_{hitung}	L_{tabel}	Keputusan	Keterangan
1	Y atas X	0,1382	0,14009	Terima H_0	Normal

Sumber : data diolah

3. Pengujian Hipotesis Penelitian

Berikut ini dilakukan uji linieritas dan keberartian regresi keyakinan diri dengan stres dalam menyusun skripsi yang perhitungannya disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel IV.6
Anava Untuk Keberartian dan Linieritas Regresi
Keyakinan Diri (X) dengan Stres (Y)

$$\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$$

Sumber Varians	Dk	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F _{hitung}	F _{tabel}
Total	40	81936			
Regresi (a)	1	81721.60			
Regresi (b/a)	1	44.96	44.96	10.08*	4,10
Residu	38	169.44	4.46		
Tuna Cocok Galat	7	37.89	5.41	1.28 ^{ns}	2,51
Kekeliruan	31	131.55	4.24		

Keterangan : *) persamaan regresi berarti karena $F_{hitung} (10,08) > F_{tabel} (4,10)$

^{ns}) persamaan regresi linier karena $F_{hitung} (1,28) < F_{tabel} (2,51)$

Sumber: data diolah

Pada tabel distribusi F dengan menggunakan dk pembilang satu dan dk penyebut $(n-2) = 38$ pada $\alpha = 0,05$ diperoleh $F_{hitung} = 10,08$, sedangkan $F_{tabel} = 4,10$. Dari hasil pengujian seperti ditunjukkan pada tabel IV.6 menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 10,08 > F_{tabel} = 4,10$ sehingga regresi berarti.

Untuk tabel distribusi F yang digunakan untuk mengukur linieritas regresi dengan dk pembilang $(k-2) = 7$ dan dk penyebut $(n-k) = 31$ dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh $F_{hitung} = 1,28$, sedangkan $F_{tabel} = 2,51$. Hal ini menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 1,28 < F_{tabel} = 2,51$, yang artinya regresi

linier. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa hubungan antara keyakinan diri dengan stress dalam menyusun skripsi adalah signifikan dan linier. (lampiran 35, hal.123)

Hasil perhitungan koefisien korelasi antara variabel keyakinan diri dengan stres diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,45

Tabel IV.7

Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi antara X dan Y

korelasi antara	Koefisien Korelasi	t_{hitung}	t_{tabel}
X dan Y	-0,45	3,175	1,68

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel signifikansi korelasi antara pasangan data variabel keyakinan diri dan stres sebagaimana terlihat dalam tabel IV.9 diatas, diperoleh $t_{hitung} = 3,175 > t_{tabel} = 1,68$, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara keyakinan diri dan stres. (lampiran 37)

Analisis koefisien determinasi digunakan untuk mengukur sebesar besar sumbangan variabel X terhadap variabel Y. Koefisien determinasi $r_{xy}^2 = (-0,458)^2 \times 100\% = 20,97\%$. Hal ini berarti stres dalam menyusun skripsi sebesar 20,97% dipengaruhi oleh keyakinan diri, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. (Lampiran 38)

C. Interpretasi Penelitian

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dijelaskan sebelumnya diketahui adanya hubungan yang negatif antara keyakinan diri (*self efficacy*) dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Ekonomi dan Administrasi angkatan 2009 Universitas Negeri Jakarta. Dari perhitungan itu pula maka dapat diinterpretasikan bahwa keyakinan diri mempengaruhi stress dalam menyusun skripsi, atau semakin tinggi keyakinan diri maka semakin rendah pula stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak sepenuhnya sampai pada tingkat kebenaran yang mutlak. Dan disadari juga bahwa masih banyak kekurangan yang dilakukan selama melakukan penelitian ini, yaitu keterbatasan faktor yang diteliti yakni hanya mengenai hubungan antara keyakinan diri (*self efficacy*) dengan stres pada dalam menyusun skripsi. Sementara stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi dipengaruhi oleh banyak faktor dan hanya pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Koperasi 2009 Universitas Negeri Jakarta sebagai sampel.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data, pengetahuan deskripsi, analisis dan interpretasi data yang telah dilakukan dan di uraikan pada bab-bab sebelumnya. Maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keyakinan diri dengan stres dalam menyusun skripsi ditunjukkan pada persamaan regresi yang diperoleh dari kedua variabel tersebut, yaitu $\hat{Y} = 78,92 - 0,47x$ dengan demikian hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan diri, maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi. Telah diketahui bahwa stres (variabel Y) dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi Koperasi angkatan 2009 Universitas Negeri Jakarta dapat ditentukan oleh keyakinan diri (variabel X), sebesar 20,97% dan sisanya sebesar 79,03 di pengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti tingkat kesulitan tugas, kesanggupan mengatasi masalah yang sulit, tingkat penyelesaian tugas, pemecahan masalah, bertindak pada setiap situasi, luasnya bidang perilaku yang diyakini, menyelesaikan masalah dengan banyaknya penghalang.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini yaitu semakin tinggi keyakinan diri, maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi. Hal ini membuktikan

bahwa keyakinan diri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres dalam proses penyusunan skripsi.

Keyakinan diri yang tinggi dapat membuat mahasiswa semakin yakin dengan kemampuannya sendiri. Dengan adanya rasa yakin pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mengurangi stres yang dialaminya.

Sebaliknya, mahasiswa yang kurang memiliki keyakinan diri akan merasa dirinya tidak mampu dan tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Keyakinan diri yang rendah akan membuat mahasiswa menjadi lebih tertekan karena ia merasa tidak mampu dan tidak yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan tepat waktu yang dapat membuatnya stres dalam proses penyusunan skripsi.

Dosen pembimbing dan penguji berperan sebagai seseorang yang membimbing mahasiswa untuk menyusun skripsinya dengan baik. Dosen pembimbing diharapkan dapat memberikan motivasi kepada mahasiswa dalam penyusunan skripsinya. Dengan adanya motivasi dari dosen pembimbing, keyakinan mahasiswa akan bertambah untuk menyelesaikan skripsi dengan baik dan tepat waktu sehingga stress yang akan dialaminya akan berkurang.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan di atas, saran-saran yang kiranya dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa perlu meningkatkan keyakinan diri untuk mengurangi stress yang dialami pada saat menyusun skripsi. Mahasiswa harus lebih yakin dengan kemampuannya sendiri dalam menghadapi hambatan-hambatan yang dihadapi selama menyusun skripsi.

2. Bagi Universitas

Universitas sebagai institusi pendidikan hendaknya dapat meningkatkan keyakinan diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan memberikan seminar-seminar yang dapat memberikan motivasi dan tidak merumitkan prosedur pendaftaran skripsi sehingga stress yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amru Badran, Bebas dari Stres dengan Rileksasi dan Olahraga. Jakarta: Khalifa, 2006
- Dadang Hawari, Tekanan Stres. Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2007
- Dale H. Schunk, Motivation In Education. New Jersey: Pearson Prentice Hall, 2008
- Darwis. M Hude, Emosi. Jakarta: Erlangga, 2006
- Endang Saryanti, Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional yang Berpengaruh pada Stres Kuliah pada Mahasiswa Akuntansi Perguruan Tinggi Swasta di Surakarta Vol. 19 No. 18, 2011
- Gema Agung, Meita Hubungan antara kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stres Vol 01, No.02, 2013
- Jerald, Behavior In Organizations. New Jersey: Prentice-Hall Inc , 2000
- John W. Santrock, Psikologi Pendidikan . Jakarta: Salemba Humanika, 2009
- Keitner, Organization Behavior. New York: McGraw-Hill, 2010
- McShane, Organizational Behavior. New York: McGraw-Hill, 2007
- Michael, Phsychology. New York: McGraw-Hill , 2004
- Mustamir Pedak, Metode Supernol Manaklukan Stres. Jakarta: PT. Mizan Publika, 2008

Sumber dari internet :

Detik News, Butuh Biaya Kuliah, Mahasiswa Hukum ini Nekat Jadi Kurir Sabu,
<http://news.detik.com/read/2013/03/22/140508/2201147/10/butuh-biaya-kuliah-mahasiswa-hukum-ini-nekat-jadi-kurir-sabu>(diakses tanggal 20 April 2013)

Detik News, Stres Skripsi Tak Kunjung Usai, Asyahrul Nekat Nyabu,
<http://www.surabaya.detik.com/read/2008/01/02/180712/873856/466/stres-skripsi-tak-kunjung-usai-asyahrul-nekat-nyabu.html> (diakses tanggal 19 April 2013)

Joglosemar, skripsi, kegalauan di akhir kuliah,
<http://joglosemar.co/2013/03/skripsi-kegalauan-di-akhir-kuliah.html>

Newsokezone , Stres Urus Skripsi, Mahasiwa Bunuh Diri,
<http://newsokezone.com/read/2008/01/16/1/75585/stres-urus-skripsi-mahasiswa-bunuh-diri> (diakses tanggal 19 April 2013)

Okezone Kampus, Joki Skripsi, Jalan Pintas Menuju Wisuda,
<http://kampus.okezone.com/read/2012/10/23/417/708261/joki-skripsi-jalan-pintas-menuju-wisuda> (diakses tanggal 20 April 2013)

**DAFTAR NAMA MAHASISWA ADMINISTRASI PERKANTORAN
UJI COBA**

No	Nama Mahasiswa	Nomor Registrasi
1	Hanis Septiani	8105097346
2	Fitri Ayu Astuti	8105097358
3	Suci Pratiwi	8105097344
4	Rina Agustina	8105097359
5	Chanissa Purwaningrum	8105097368
6	Fidya Ilaika	8105097376
7	Rahma Anugrawati	8105097419
8	Dian Rizki Hadiani	8105097349
9	Fatayatul Isnaeni	8105097354
10	Wuryandari	8105097363
11	Ajeng M. Wuni	8105097366
12	Yulia Jihan Silvana	8105097396
13	Riri Yuliana	8105097393
14	Dessy Indarti P	8105097406
15	Pratiwi Lestari	8105097383
16	Maghfiroh. O	8105097445
17	Lisya Putri Aprilia	8105097454
18	Hefi A.S	8105097454
19	Ervina Maulida	8105090285
20	Dwi Rahmawati	8105090286
21	Santi Purwanti	8105090289
22	Suci Agustina	8105091556
23	Muzdalifah	8105090288
24	Ernawati	8105092845
25	Wiwit	8105092844
26	Riki Dulfan. S	8105092782
27	Anggi Ardian	8105090287
28	Eva Maria U.	8105092849
29	Aisyah Anisa	8105092787
30	Aditya. P	8105091608

**DAFTAR NAMA MAHASISWA EKONOMI KOPERASI
FINAL**

No	Nama Mahasiswa	Nomor Registrasi
1	Nita Amelia	8125090290
2	Restu Pujiati	8125090290
3	Yunita. M	8125092806
4	Putri Manis	8125092808
5	Futuhah A.	8125092814
6	Budi L. Hidayat	8125091572
7	Yufinnur	8125090293
8	Andika Praditya	8125092793
9	Adila Nurliana. S	8125092830
10	Okti Adam Sari	8125092818
11	Gunawan	8125091584
12	Dony. F	8125091571
13	Dian Hariastika	8125092810
14	Andy S.A	8125091573
15	Deti Hapsari	8125092797
16	Tissa Aprilia	8105097466
17	Della Novita	8105097392
18	Ade Pratya	8105097341
19	Ramanda Maharani	8105097375
20	Riska Chusnul	8105097378
21	Elvina Mai	8105097430
22	Era Utami	8105097357
23	Depiningrum	8105097364
24	Tiwi Aulia	8105097365
25	Kiki Amirullah	8105091560
26	Melati Carlina	8105092842
27	Ayu Endang	8125090292
28	Roy Andrew	8125097483
29	Puji Astuti	8105097417
30	Dimas	8105097481
31	Depiningrum	8105097364
32	Nirwana F	8105097422
33	Azka Zulfahmi	8105097414
34	David Parulian	8105097475
35	Galuh. P	8105092840
36	Wahyunidar	8105091561

37	Zahra. K	8105091585
38	Septi Kusuma	8105092817
39	Adam Nurkhalik	8105091583
40	Agustia	8105091557

kuesioner Stres (Uji Coba)

nama :

prodi :

registrasi :

1. Jantung berdebar-debar saat akan bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

2. Saya gemetar saat ditanya dosen penguji mengenai isi skripsi saya

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

3. Saya mudah tidur saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

4. Saya mengalami sakit kepala saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

5. Detak jantung normal saat akan menemui dosen pembimbing

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

6. Saya sehat saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

7. Saya gemetar saat mempertanggung jawabkan isi skripsi saya dihadapan dosen

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

8. Jantung berdebar-debar saat menjelaskan isi skripsi dihadapan penguji skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

9. Jam tidur terganggu saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

10. Tangan berkeringat saat akan bimbingan skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

11. Jantung berdebar-debar saat mendekati sidang

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

12. Kaki saya gemetar saat akan bimbingan skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

13. Saya dapat berkonsentrasi dengan baik saat penyusunan skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

14. Saya mengeluarkan keringat berlebih pada saat bimbingan skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

15. Emosi saya terpancing saat membicarakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

16. Saya sulit berkonsentrasi mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

17. Saya berkeringat berlebih saat akan mempertanggung jawabkan isi skripsi dihadapan dosen penguji

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

18. orang tua cemas skripsi tidak selesai pada waktunya

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

19. Saya panik dalam mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)

- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

20. Saya menggaruk-garuk kepala walaupun tidak gatal

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

21. Emosi saya terpancing saat diganggu dalam proses penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

22. Saya cemas saat bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

23. Saya ingin membanting atau memukul barang jika saya menemui hambatan dalam penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

24. Saya cemas skripsi tidak selesai tepat waktu

- Sangat Setuju (SS)

- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

25. Saya marah saat referensi tidak bisa di temukan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

26. Saya tersinggung ditanya mengenai skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

27. Saya sering menunda untuk mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

28. Saya mudah menyalahkan orang lain saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

29. Saya mengerjakan skripsi dengan perasaan tenang

- Sangat Setuju (SS)

- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

30. Saya malas memperhatikan penampilan saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

31. Saya tidak sabar dalam mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

32. Saya frustrasi dalam penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

33. Saya menyalahkan orang lain saat membuat kesalahan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

34. Saya malas mencari referensi buku terkait dengan skripsi

- Sangat Setuju (SS)

- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

35. Saya malas mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

kuesioner Keyakinan Diri (Uji Coba)

nama :

prodi :

registrasi :

1. saya selalu berusaha dengan kemampuan saya sendiri dalam mengatasi masalah

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

2. saya mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

3. skripsi yang penuh tantangan sangat membebani pikiran saya dan saya tidak sanggup menyelesaikannya dengan efektif

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

4. saya mampu mengatasi kesulitan dalam mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

5. saya tidak sanggup mengatasi masalah yang timbul dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

6. saya tidak yakin dapat menangani skripsi dengan baik saat kondisi badan lelah, bosan, dan mengantuk

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

7. saya tidak mampu melakukan suatu tindakan pada setiap situasi, baik itu situasi menyenangkan ataupun yang tidak menyenangkan

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

8. saya senang mendapatkan pekerjaan yang menantang

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

9. saya yakin pada kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan skripsi secara tuntas dan baik.

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

10. saya mampu mengatasi masalah skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

- Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
11. saya tidak mampu bersikap tenang dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
12. saya dapat mencapai tujuan yang sudah direncanakan
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
13. saya frustrasi, dengan masalah yang tidak terselesaikan dengan baik
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
14. kegagalan yang pernah saya hadapi tidak akan membuat saya frustrasi, jika saya memiliki keyakinan yang kuat bahwa saya tidak akan gagal untuk kedua kalinya
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
15. saya tidak mempunyai keyakinan dapat mengatasi masalah dengan banyaknya rintangan
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)

16. saya tertantang untuk menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

17. saya tidak mempunyai keyakinan dapat mengatasi masalah

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

18. saya mampu menyelesaikan masalah.

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

19. saya berusaha mencapai tujuan saat menghadapi banyaknya rintangan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

20. saya tidak tenang menghadapi hambatan dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

21. saya tidak mampu mengatasi hambatan dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)

- Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
22. saya tidak dapat bertahan saat menghadapi kesulitan
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
23. saya tidak mampu sepenuhnya melakukan suatu tindakan yang benar
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
24. saya tidak dapat menyelesaikan tugas yang mudah sekalipun dalam waktu yang relative singkat
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
25. saya yakin bahwa segala sesuatu yang dikerjakan akan baik-baik saja
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
26. saya berusaha menyelesaikan skripsi dengan baik
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)

- Sangat Tidak Setuju (STS)
27. saya berusaha mencapai tujuan saat menghadapi banyaknya rintangan
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
28. saya dapat bertindak dengan tepat dengan kemampuan diri sendiri
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
29. saya tidak mampu mengatasi hambatan dalam menyusun skripsi.
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)
30. saya dapat menghadapi hambatan-hambatan lain dalam menyusun skripsi
- Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)

kuesioner Stres (Uji Coba)

nama :

prodi :

registrasi :

1. Saya gemetar saat ditanya dosen penguji mengenai isi skripsi saya

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

2. Saya mengalami sakit kepala saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

3. Jam tidur terganggu saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

4. Tangan berkeringat saat akan bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)

- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

5. Kaki saya gemetar saat akan bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

6. Saya mengeluarkan keringat berlebih pada saat bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

7. Saya sulit berkonsentrasi mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

- Sangat Tidak Setuju (STS)

8. Saya panik dalam mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)

- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

9. Saya menggaruk-garuk kepala walaupun tidak gatal

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

10. Emosi saya terpancing saat diganggu dalam proses penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

11. Saya cemas saat bimbingan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

12. Saya ingin membanting atau memukul barang jika saya menemui hambatan dalam penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

13. Saya cemas skripsi tidak selesai tepat waktu

- Sangat Setuju (SS)

- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

14. Saya marah saat referensi tidak bisa di temukan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

15. Saya tersinggung ditanya mengenai skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

16. Saya sering menunda untuk mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

17. Saya malas memperhatikan penampilan saat mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

18. Saya frustrasi dalam penyusunan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

19. Saya malas mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

kuesioner Keyakinan Diri (Uji Coba)

nama :

prodi :

registrasi :

1. saya selalu berusaha dengan kemampuan saya sendiri dalam mengatasi masalah

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

2. saya mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

3. saya mampu mengatasi kesulitan dalam mengerjakan skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

4. saya tidak sanggup mengatasi masalah yang timbul dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

5. saya tidak yakin dapat menangani skripsi dengan baik saat kondisi badan lelah, bosan, dan mengantuk

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

6. saya senang mendapatkan pekerjaan yang menantang

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

7. saya yakin pada kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan skripsi secara tuntas dan baik.

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

8. saya mampu mengatasi masalah skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

9. saya tidak mampu bersikap tenang dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

10. saya dapat mencapai tujuan yang sudah direncanakan

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

11. kegagalan yang pernah saya hadapi tidak akan membuat saya frustrasi, jika saya memiliki keyakinan yang kuat bahwa saya tidak akan gagal untuk kedua kalinya

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

12. saya tidak mempunyai keyakinan dapat mengatasi masalah dengan banyaknya rintangan

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

13. saya tertantang untuk menyusun skripsi

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

Tidak Setuju (TS)

Sangat Tidak Setuju (STS)

14. saya tidak mempunyai keyakinan dapat mengatasi masalah

Sangat Setuju (SS)

Setuju (S)

Ragu-Ragu (RR)

- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

15. saya mampu menyelesaikan masalah.

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

16. saya berusaha mencapai tujuan saat menghadapi banyaknya rintangan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

17. saya tidak mampu mengatasi hambatan dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

18. saya tidak dapat menyelesaikan tugas yang mudah sekalipun dalam waktu yang relative singkat

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

19. saya yakin bahwa segala sesuatu yang dikerjakan akan baik-baik saja

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)

- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

20. saya berusaha menyelesaikan skripsi dengan baik

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

21. saya berusaha mencapai tujuan saat menghadapi banyaknya rintangan

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

22. saya dapat bertindak dengan tepat dengan kemampuan diri sendiri

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

23. saya dapat menghadapi hambatan-hambatan lain dalam menyusun skripsi

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Ragu-Ragu (RR)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

Skor Uji Coba Variabel Y

STRES

Butir Pernyataan

Responen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	Xi	Xi ²	
1	2	2	4	3	3	2	2	1	4	1	3	1	3	2	4	3	4	4	1	3	3	3	2	4	1	2	4	4	2	3	3	4	4	5	5	103	10609	
2	2	2	1	2	4	1	2	1	1	4	1	4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	2	4	2	4	4	3	4	5	3	5	93	8649	
3	1	1	5	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	2	4	2	4	3	1	5	5	72	5184		
4	1	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	2	5	2	4	4	4	4	4	2	1	5	4	99	9801		
5	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	2	4	3	4	2	4	4	4	4	108	11664		
6	2	2	3	3	4	2	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	3	4	2	3	4	4	106	11236		
7	2	2	4	2	4	2	2	4	5	4	2	4	2	4	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	4	2	5	2	2	2	4	4	2	91	8281	
8	2	4	2	4	2	2	2	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	4	5	111	12321	
9	2	2	5	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	4	84	7056	
10	2	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	3	4	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	85	7225	
11	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	4	4	1	2	2	3	2	85	7225	
12	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	4	4	1	2	2	3	2	85	7225	
13	2	2	4	2	3	4	2	2	2	2	2	4	3	3	4	2	4	1	2	2	4	2	3	1	2	1	4	2	2	4	2	2	2	4	2	90	8100	
14	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	1	4	2	4	4	4	2	4	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	4	2	3	2	2	4	87	7569	
15	1	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	1	3	3	2	2	4	1	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4	88	7744	
16	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	76	5776	
17	2	2	4	2	3	4	2	2	2	2	4	2	4	4	3	2	4	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	4	3	4	2	3	2	3	4	2	86	7396
18	1	2	3	3	4	2	2	2	2	2	1	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	4	2	86	7396	
19	2	2	3	4	3	4	2	2	2	2	1	3	3	4	4	3	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	92	8464	
20	2	2	4	2	4	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	2	84	7056	
21	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	2	2	4	2	3	4	2	3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	92	8464	
22	2	2	2	2	3	4	2	2	1	2	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	2	3	3	1	1	2	2	4	2	2	2	3	3	4	4	85	7225	
23	1	2	4	3	3	2	2	1	4	3	1	3	2	4	2	4	4	1	3	3	3	2	4	1	2	4	4	4	4	2	3	3	4	5	102	10404		
24	2	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	3	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	4	4	2	2	3	4	4	5	102	10404	
25	2	2	4	2	3	5	2	2	2	2	2	4	3	3	4	2	4	1	2	2	2	1	2	3	1	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	82	6724	
26	2	2	1	2	4	1	2	1	1	4	1	4	2	4	4	2	4	2	1	2	2	2	4	4	1	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	88	7744	
27	2	2	4	1	4	2	1	1	1	2	1	2	4	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	4	2	5	2	2	2	4	5	3	93	8649	
28	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	3	4	2	1	3	4	1	2	1	1	1	1	4	2	5	2	2	2	4	4	2	78	6084	
29	2	2	3	3	2	1	2	1	1	4	1	4	2	4	3	3	2	2	2	5	3	2	2	4	2	2	3	3	3	4	2	3	4	3	4	93	8649	
30	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	4	4	1	2	3	2	2	85	7225	
$\sum Xi^2$	55	62	104	70	103	70	59	55	63	77	52	85	85	102	90	73	88	45	71	78	67	60	83	42	66	93	78	100	88	75	72	75	103	100	2692	244114		
$\sum Xi$	107	136	392	180	375	192	123	117	161	221	104	267	271	368	292	199	282	87	181	228	173	142	269	68	158	309	224	366	284	219	182	211	379	385	380			

Perhitungan Analisis Butir Variabel Y

Responden	Butir Pemnyataan																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	
1	103	206	412	309	309	206	206	103	412	309	103	309	206	412	309	412	103	309	309	206	412	103	206	412	103	206	412	103	206	309	309	412	412	103	34	35
2	186	186	93	186	372	93	186	93	372	93	372	186	372	186	372	186	186	93	186	186	372	93	186	372	186	372	186	372	186	372	279	372	465	279	465	
3	72	72	360	72	288	72	72	72	72	72	72	72	72	72	144	72	72	72	72	72	288	72	144	288	144	288	144	288	144	288	144	288	144	360	360	
4	99	198	396	198	198	99	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	198	396	396		
5	216	216	324	324	432	324	216	324	324	324	216	324	216	432	324	432	216	324	432	324	216	432	324	216	432	324	216	432	216	432	432	432	432	432		
6	212	182	318	318	424	212	212	424	318	424	212	212	318	424	212	212	318	424	212	212	318	424	212	212	318	424	212	212	318	424	212	424	424	424		
7	182	182	364	91	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	182	364	364	364	364	364	
8	222	444	222	444	222	222	222	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	222	444	444	444	444	444	444	444	
9	168	168	420	168	336	252	168	168	168	336	252	168	336	252	168	168	168	168	168	168	336	252	168	336	252	168	168	168	168	168	168	168	336	336		
10	170	170	340	170	340	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	
11	170	170	340	255	340	170	170	170	170	255	170	340	170	340	255	170	255	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	
12	170	170	340	255	340	170	170	170	170	255	170	340	170	340	255	170	255	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	
13	180	180	360	180	270	360	180	180	180	360	180	270	360	180	360	180	180	180	180	180	360	180	270	360	180	360	180	180	180	180	180	180	180	360	180	
14	174	174	348	174	348	174	174	174	174	174	174	174	174	174	348	174	348	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	174	348	348	
15	88	176	176	264	352	264	176	176	176	352	176	264	176	352	176	352	88	176	176	176	352	176	264	176	352	176	264	176	176	176	176	264	352	352	352	
16	152	152	304	228	304	152	152	152	152	304	152	228	304	152	304	152	228	152	152	152	304	152	228	304	152	304	152	152	152	152	152	152	152	152	152	
17	182	182	364	182	273	364	182	182	182	364	182	273	364	182	364	182	182	182	182	182	364	182	273	364	182	364	182	182	182	182	182	182	182	182	182	
18	86	172	258	258	344	172	172	172	172	258	172	172	258	172	172	172	86	172	172	172	172	258	172	172	258	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172	
19	184	276	368	276	368	184	184	184	184	276	184	276	368	184	368	184	184	184	184	184	276	184	276	368	184	368	184	184	184	184	184	184	184	276	184	
20	168	168	336	168	336	168	168	168	168	336	168	168	168	168	168	168	168	168	168	168	336	168	168	168	168	168	168	168	168	168	168	168	168	336	336	
21	276	276	368	184	184	184	184	184	184	276	184	184	184	184	184	184	276	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	276	184	
22	102	204	408	306	306	204	204	102	408	306	102	306	204	408	306	204	408	102	306	306	204	408	102	306	204	408	306	204	306	306	204	306	306	408	306	
23	102	204	408	306	306	204	204	102	408	306	102	306	204	408	306	204	408	102	306	306	204	408	102	306	204	408	306	204	306	306	204	306	306	408	306	
24	164	164	328	164	328	164	164	164	164	328	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	164	
25	176	176	352	176	264	440	176	176	176	352	176	264	440	176	352	176	352	176	176	176	352	176	264	440	176	352	176	176	176	176	176	176	176	352	176	
26	186	186	93	186	372	93	186	93	372	93	372	186	372	186	372	186	186	93	186	186	372	93	186	372	186	372	186	372	186	372	279	372	465	279	465	
27	156	156	312	78	312	156	78	78	156	78	156	312	156	312	156	156	156	78	156	156	312	156	78	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	312	156	
28	156	78	156	78	78	234	78	78	78	156	78	156	78	156	78	156	78	78	78	78	156	78	156	78	156	78	156	78	156	156	156	156	156	156	156	
29	186	186	279	279	186	93	186	93	372	93	372	186	372	186	372	186	186	186	186	186	279	186	372	186	372	186	372	186	372	186	372	186	372	186	372	
30	170	170	340	255	340	170	170	170	170	255	170	340	170	340	255	170	255	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	
ΣXi.Xt	4926	5640	9249	6396	9185	6255	5338	4945	5842	7068	4695	7767	7550	9290	8100	6713	7965	4086	6457	7114	6138	5499	7625	3846	6009	8438	7120	9014	7848	6886	6510	6900	9286	9314	9100	

Data Perhitungan Validitas Y Variabel Y (Stress)

Butir	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
ΣXi	55	62	104	70	103	70	59	55	63	77	52	85	85	102	90	73	88	45	71	78	67	60	83	42	66	93	78	100	88	75	72	75	103	103	100
ΣXi ²	107	136	392	180	375	192	123	117	161	221	104	267	271	368	292	199	282	87	181	228	173	142	269	68	158	309	224	366	284	219	182	211	379	385	380
ΣXi.Xt	4926	5640	9249	6396	9185	6255	5338	4945	5842	7068	4695	7767	7550	9290	8100	6713	7965	4086	6457	7114	6138	5499	7625	3846	6009	8438	7120	9014	7848	6886	6510	6900	9286	9314	9100
ΣXi ²	6,167	7,867	31,47	16,67	21,37	28,67	6,967	16,17	28,7	23,37	13,87	26,17	30,17	21,2	22	21,37	23,87	19,5	12,97	25,2	23,37	22	39,37	9,2	12,8	20,7	21,2	32,67	25,87	31,5	9,2	23,5	25,37	31,37	46,67
ΣXi.Xt	-9,33	76,53	-83,3	114,7	-57,5	-26,3	43,73	9,667	188,8	158,5	28,87	139,7	-77,3	137,2	24	162,5	68,47	48	85,93	114,8	125,9	115	177,1	77,2	86,6	92,8	120,8	40,67	-48,5	156	49,2	170	43,47	71,47	126,7
ΣXi ²	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552	2552
r _{hitung}	-0,07	0,54	-0,29	0,556	-0,25	-0,1	0,328	0,048	0,698	0,649	0,153	0,54	-0,28	0,59	0,101	0,696	0,277	0,215	0,472	0,453	0,515	0,485	0,559	0,504	0,479	0,404	0,519	0,141	-0,19	0,55	0,321	0,694	0,171	0,253	0,367
r _{tabel}	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
Ket	drop	valid	drop	valid	drop	drop																													

Data Perhitungan Kembali Validitas Variabel Y
STRES

Responden	Butir Pernyataan																														X1	X2
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	49	2401	
2	5	4	3	5	4	4	4	3	3	2	4	1	2	4	4	3	4	5	61	3721												
3	2	1	4	4	4	4	2	2	2	4	4	1	2	4	2	4	4	5	35	3025												
4	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	1	4	1	3	1089													
5	3	2	2	4	2	4	2	4	4	2	5	2	4	4	2	4	1	2	33	1089												
6	2	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	64	4096													
7	2	1	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	3	4	60	3600													
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	73	5329												
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	40	1600													
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	40	1600													
11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56	2996													
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	1681													
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	1681													
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	2025													
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	1936													
16	2	3	2	2	4	4	2	3	3	2	4	1	2	3	2	2	2	4	49	2401												
17	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	38	1444												
18	2	2	2	2	4	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	46	2116													
19	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	41	1681												
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49	2401												
21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	2304												
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	2304												
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42	1764												
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61	3721												
25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36	1296												
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42	1764												
27	2	1	1	4	4	2	2	2	2	2	4	1	2	4	2	4	2	2	55	3025												
28	1	1	1	2	2	4	3	4	1	2	1	2	1	2	4	2	2	2	37	1369												
29	2	3	1	4	4	4	3	2	5	3	2	4	2	3	3	4	3	4	58	3364												
30	2	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	41	1681												
$\sum X1$	62	70	63	77	85	102	73	71	78	67	60	83	42	66	93	73	75	75	100													
$\sum X1^2$	136	180	161	221	267	368	199	181	228	173	142	269	68	158	309	199	219	211	380													
$S1^2$	0.262	0.556	0.957	0.779	0.872	0.707	0.712	0.432	0.84	0.779	0.733	1.312	0.307	0.427	0.69	0.712	1.05	0.783	1.556	1.447												

Tabel Perhitungan Uji Reliabilitas Variabel Y (STRESS)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Varians	0.262	0.556	0.957	0.779	0.872	0.707	0.712	0.432	0.84	0.779	0.733	1.312	0.307	0.427	0.69	0.712	1.05	0.783	1.556

Menghitung varians tiap butir dengan rumus :

$$S1^2 = \frac{\sum X1^2 - \frac{(\sum X1)^2}{n}}{n}$$

$$S1^2 = \frac{136 - \frac{(62)^2}{30}}{30}$$

$$S1^2 = 0.3$$

Menghitung varians total :

$$St^2 = \frac{\sum X1^2 - \frac{(\sum X1)^2}{n}}{n}$$

$$St^2 = \frac{244114 - \frac{(2692)^2}{30}}{30}$$

$$St^2 = 85.06$$

Menghitung Reliabilitas :

$$r_{ii} = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum Sf^2}{St^2} \right)$$

$$r_{ii} = \frac{19}{19-1} \left(1 - \frac{14.5}{85.06} \right)$$

$$r_{ii} = 1.05$$

$$r_{ii} = 0.83$$

Menghitung Reliabilitas :

Dari perhitungan di atas menunjukkan bahwa fi termasuk dalam kategori (0.800 - 1.000) maka instrumen memiliki **reabilitas yang sangat tinggi**

Skor Uji Coba Variabel X

keyakinan diri

resp	Butir Pernyataan																														Xi	Xi ²
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	2	4	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	2	2	1	1	3	2	69	4761
2	1	4	1	3	2	5	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	4	3	1	1	1	1	1	1	3	69	4761
3	2	2	5	1	5	1	4	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	4	4	4	2	2	2	1	1	4	2	67	4489
4	1	2	1	1	5	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	4	3	62	3844
5	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	70	4900
6	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	69	4761
7	1	2	5	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	4	4	4	2	2	2	2	1	1	3	69	4761
8	2	2	3	3	3	1	3	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	70	4900	
9	2	2	3	3	4	1	3	2	3	3	2	1	1	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	4	74	5476
10	2	2	2	2	5	2	3	2	3	2	2	2	1	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	74	5476
11	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	4	2	4	2	4	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	81	6561
12	2	2	2	2	5	1	4	4	2	2	2	2	2	5	2	3	2	4	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	4	2	80	6400
13	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	5	2	3	2	4	2	1	4	3	2	2	2	3	2	3	4	2	81	6561
14	2	2	2	2	5	2	5	4	3	2	3	2	2	5	2	3	2	4	2	2	4	3	2	2	2	4	2	3	4	2	85	7225
15	2	2	2	2	3	2	2	4	1	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	4	2	73	5329
16	2	3	3	2	4	2	4	4	1	2	2	2	2	3	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	79	6241
17	2	3	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	1	3	2	4	2	4	2	5	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	78	6084
18	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	2	2	2	4	2	78	6084
19	2	3	2	2	4	1	4	4	2	2	2	2	2	3	1	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	78	6084
20	2	2	2	2	4	2	4	4	1	2	2	2	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	4	2	75	5625
21	2	3	2	1	4	1	4	4	3	3	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	76	5776
22	2	3	2	2	4	1	4	4	3	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	4	80	6400
23	2	2	3	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	5	2	1	4	3	2	2	2	2	2	4	2	78	6084
24	2	2	3	3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	77	5929
25	2	2	2	2	4	2	4	4	2	2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	1	4	2	2	2	2	4	2	2	3	2	74	5476
26	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	4	3	75	5625
27	2	2	2	2	4	2	4	4	2	3	2	2	1	4	2	3	2	4	2	5	2	4	2	3	2	2	2	2	4	2	79	6241
28	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	4	1	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	74	5476
29	1	2	2	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	4	2	5	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	77	5929
30	1	2	3	2	4	2	4	4	2	2	2	2	1	4	1	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	4	2	76	5776
ΣXi ²	55	64	77	59	121	52	112	105	61	63	65	60	55	98	54	92	58	107	57	52	112	79	64	62	73	56	59	97	75	101	2245	168883
ΣXi ³	105	142	225	123	497	96	438	389	133	137	145	124	107	358	102	308	118	415	111	98	430	227	142	138	193	108	125	347	203	353		

i Analisis Butir Variabel X

resp	Butir Penyataan																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	69	138	276	138	276	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	69	69	207	207
2	124	62	248	62	186	124	310	124	62	62	124	124	124	62	124	124	62	124	62	124	310	248	186	62	62	62	62	62	248	124	
3	134	134	335	67	335	67	335	134	201	134	201	134	67	67	67	67	67	67	67	134	268	268	134	67	134	67	67	268	268	134	
4	62	124	62	310	62	248	248	124	124	124	124	124	124	124	62	124	124	124	124	124	124	124	124	124	124	124	62	62	248	186	
5	140	280	140	280	140	280	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	69	276	207	138	138	138	138	138	207	207	
6	138	138	138	138	276	138	276	138	138	138	138	138	207	138	138	138	138	138	138	138	69	276	207	138	138	138	138	138	207	207	
7	69	140	345	210	210	70	210	280	140	140	140	140	140	210	140	140	140	210	140	140	138	138	138	138	138	138	69	69	207	207	
8	140	140	210	210	70	210	280	140	140	140	140	140	140	210	140	140	140	210	140	140	138	138	138	138	138	138	69	69	207	207	
9	148	148	222	222	296	74	222	148	222	222	148	74	74	296	148	222	148	222	148	148	222	148	148	148	222	148	148	222	222	296	
10	148	148	148	148	370	148	222	222	148	222	148	148	148	222	148	222	148	222	148	148	148	148	148	148	222	148	148	222	222	296	
11	162	162	162	162	324	162	324	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	162	324	243	
12	160	160	160	160	400	80	320	320	160	160	160	160	160	400	160	240	160	160	320	160	160	320	160	160	160	160	160	160	320	160	320
13	162	162	162	324	162	324	324	162	162	162	162	162	162	405	162	243	162	324	162	162	81	324	243	162	162	162	162	162	324	162	324
14	170	170	170	170	425	170	425	340	255	170	255	170	170	425	170	255	170	340	170	170	170	340	255	170	170	340	170	255	340	170	255
15	146	146	146	146	219	146	146	146	292	73	146	146	146	292	146	292	146	292	146	73	219	219	146	146	146	146	146	292	146	219	
16	158	237	237	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	237	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	158	158	158	158	158	237	
17	156	234	156	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	312	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156	312	156	234
18	156	156	156	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	312	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156	312	156	234
19	156	234	156	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	312	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156	312	156	234
20	150	150	150	150	300	150	300	150	150	150	150	150	150	300	150	300	150	300	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	300	150	150
21	152	228	152	76	304	76	304	304	228	228	152	152	152	228	152	304	152	304	152	152	228	152	152	152	152	152	152	228	152	304	
22	160	240	160	160	320	80	320	320	240	160	160	160	160	320	160	240	160	320	160	160	160	320	160	160	160	160	160	240	160	320	
23	156	156	234	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	312	156	312	156	312	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156	312	156	312
24	154	154	231	231	154	308	154	308	154	154	154	154	154	308	154	231	154	308	154	77	308	154	154	154	154	154	154	308	154	308	
25	158	158	158	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	316	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	158	158	158	158	316	158	316
26	158	158	158	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	316	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	158	158	158	158	316	158	316
27	158	158	158	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	316	158	316	158	316	158	158	158	158	158	158	158	158	158	158	316	158	316
28	148	148	148	148	296	148	296	148	148	148	148	148	148	296	148	296	148	296	148	148	148	148	148	148	148	148	148	296	148	296	
29	77	154	154	154	308	154	308	154	154	154	154	154	154	308	154	308	154	385	154	231	154	154	154	154	154	154	154	308	154	308	
30	76	152	228	152	304	152	304	304	152	152	152	152	152	304	152	304	152	304	152	152	152	152	152	152	152	152	152	152	304	152	304
ΣXi.Xi	4137	4819	5692	4444	9066	3903	8376	7946	4583	4731	4883	4499	4117	7481	4064	6954	4381	8145	4292	3877	8389	5867	4788	4682	5528	4230	4477	7387	5530	7615	

Data Perhitungan Validitas Variabel X Variabel X (kecaknaan diri)

Butir	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
ΣXi	55	64	77	59	121	52	112	105	61	63	65	60	55	98	54	92	58	107	57	52	112	79	64	62	73	56	59	97	75	101
ΣXi ²	105	142	225	123	497	96	438	389	133	137	145	124	107	358	102	308	118	415	111	98	430	227	142	138	193	108	125	347	203	353
ΣXi.Xi	4137	4819	5692	4444	9066	3903	8376	7946	4583	4731	4883	4499	4117	7481	4064	6954	4381	8145	4292	3877	8389	5867	4788	4682	5528	4230	4477	7387	5530	7615
ΣXi ²	4.167	5.467	27.37	6.967	8.967	5.867	19.87	21.5	8.967	4.7	4.167	4	6.167	37.87	4.8	25.87	5.867	33.37	2.7	7.867	11.87	18.97	5.467	9.867	15.36667	3.467	8.967	33.37	15.5	12.97
ΣXi.Xi	39.5	51	-44.5	48.5	51.5	29	32	123.5	38.5	37.5	40.5	29	19.5	180	41	100	60	173.5	45.5	3	45	-18.5	20	63	89.5	58	81.5	160.5	-57.5	90.5
ΣXi ²	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2	882.2
r _{hitung}	0.632	0.734	-0.29	0.619	0.579	0.403	0.242	0.897	0.433	0.582	0.668	0.488	0.264	0.985	0.63	0.662	0.834	1.011	0.932	0.036	0.44	-0.14	0.288	0.675	0.768702	1.049	0.916	0.935	-0.49	0.846

Data Kembali Validitas Variabel X
Keyakinan Diri

Responden	Butir Pernyataan																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Xt	Xt ²	
1	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	46	2116
2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	5	1	1	1	1	1	1	2	38	1444
3	2	2	1	5	1	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	4	1	4	1	2	1	1	4	2	44	1936
4	1	2	1	5	1	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	45	2025
5	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	3	50	2500
6	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	51	2601
7	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	4	1	2	1	4	2	2	2	2	1	1	3	47	2209
8	2	2	3	3	1	4	2	2	2	2	3	2	4	1	3	2	4	2	2	2	2	3	3	55	3025	
9	2	2	3	4	1	2	3	3	2	1	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	4	58	3364
10	2	2	2	5	2	3	2	3	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	4	3	61	3721
11	2	2	2	4	2	4	2	2	3	3	4	2	4	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	3	63	3969
12	2	2	2	5	1	4	2	2	2	2	5	2	3	2	4	2	4	2	3	2	2	2	4	4	63	3969
13	2	2	2	4	2	4	2	2	3	2	5	2	3	2	4	2	4	2	3	2	2	3	4	4	65	4225
14	2	2	2	5	2	4	3	2	3	2	5	2	3	2	4	2	4	2	4	2	2	3	4	3	67	4489
15	2	2	2	3	2	4	1	2	2	2	4	2	4	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	3	59	3481
16	2	3	2	4	2	4	1	2	2	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	4	3	62	3844
17	2	3	2	4	2	4	2	2	2	2	3	2	4	2	5	2	4	2	2	2	2	2	4	3	62	3844
18	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	3	2	4	2	4	2	4	3	2	2	2	2	4	3	62	3844
19	2	3	2	4	1	4	2	2	2	2	3	1	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	62	3844
20	2	2	2	4	2	4	1	2	2	2	3	2	4	2	4	2	4	2	3	2	2	2	4	2	59	3481
21	2	3	1	4	1	4	3	2	2	2	3	2	4	2	4	2	4	2	3	2	2	2	3	4	60	3600
22	2	3	2	4	1	4	3	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	3	2	2	2	3	3	4	63	3969
23	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	4	2	3	2	5	2	4	2	2	2	2	2	4	4	61	3721
24	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	61	3721
25	2	2	2	4	2	4	2	2	3	2	4	2	3	3	4	2	4	2	4	2	2	2	3	4	64	4096
26	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	60	3600
27	2	2	2	4	2	4	2	3	2	2	4	2	3	2	5	2	4	2	2	2	2	2	4	4	63	3969
28	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	4	1	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	3	4	60	3600
29	1	2	2	4	2	4	2	2	2	2	3	2	4	2	5	2	3	3	2	2	2	2	4	4	61	3721
30	1	2	2	4	2	4	2	2	2	1	4	1	4	2	4	2	4	2	3	2	2	2	3	4	59	3481
ΣXi	55	64	59	121	52	105	61	63	65	60	98	54	92	58	107	57	112	62	73	56	59	97	101	1731	101409	
ΣXi ²	105	142	123	497	96	389	133	137	145	124	358	102	308	118	415	111	430	138	193	108	125	347	353			
S _x ²	0.139	0.182	0.232	0.299	0.196	0.717	0.299	0.157	0.139	0.133	1.262	0.16	0.862	0.196	1.112	0.09	0.396	0.329	0.512	0.116	0.299	1.112	0.432	9.37		

Tabel Perhitungan Uji Reliabilitas
Variabel X(Keyakinan Diri)

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
Varians	0.139	0.182	0.232	0.299	0.196	0.717	0.299	0.157	0.139	0.133	1.262	0.16	0.862	0.196	1.112	0.09	0.396	0.329	0.512	0.116	0.299	1.112	0.432

Menghitung varians tiap butir dengan rumus : Menghitung varians to Menghitung Reliabilitas :

$$S_i^2 = \frac{\sum Xi^2 - \frac{(\sum Xi)^2}{n}}{n}$$

Kesimpulan :
Dari perhitungan di atas menunjukkan bahwa r_{ii} termasuk dalam kategori (0.800 - 1.000) maka instrumen memiliki **realibilitas yang sangat tinggi**

$$r_{ii} = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S^2} \right)$$

$$S^2 = \frac{101409 - \frac{(1731)^2}{30}}{30} \quad r_{ii} = \frac{23}{23-1} \left(\frac{-9.37}{51.01} \right)$$

$$S^2 = 51.01 \quad r_{ii} = 1.05$$

$$S^2 = 0.14 \quad r_{ii} = 0.86$$

**DATA MENTAH VARIABEL X
KEYAKINAN DIRI (SELF EFFICACY)**

No. Resp.	No. Item																						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1	4	3	4	2	2	4	4	3	4	4	4	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	5	4
2	4	3	4	2	1	5	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4
3	4	3	3	2	1	5	4	3	4	5	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	4	4
4	4	3	3	2	1	4	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	5	4
5	4	3	2	3	1	4	3	4	4	5	3	4	4	2	3	2	2	2	3	2	2	5	4
6	4	3	2	4	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	2	2	4	4	2	3	5	4
7	4	3	2	3	2	4	4	4	5	5	4	5	2	2	2	2	2	4	1	3	5	3	
8	4	3	2	2	1	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	2	4	2	2	5	4
9	4	3	2	2	2	4	4	2	3	4	4	5	4	2	4	2	2	2	4	1	2	5	4
10	4	3	2	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	2	2	4	4
11	5	3	2	2	1	4	3	2	4	4	4	5	2	2	2	2	3	4	4	2	3	4	4
12	5	3	2	2	1	4	4	2	4	4	4	5	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3
13	4	3	2	2	1	4	4	3	4	4	4	5	4	2	3	3	2	2	4	1	2	4	4
14	5	2	3	2	2	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	1	2	2	4	2	2	4	4
15	4	2	3	2	1	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	5	4
16	4	3	3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	3	2	4	5	3
17	5	3	2	2	1	4	4	2	5	4	5	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	5	4
18	5	3	2	2	3	4	4	2	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	5	4
19	4	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	4	2	2	5	4
20	4	3	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	4	3	2	2	4	4
21	5	4	3	2	2	3	4	2	4	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	2	3	4	4
22	5	4	3	2	2	4	4	2	4	4	5	4	4	2	4	2	2	2	3	2	3	4	4
23	4	3	2	2	2	4	4	2	4	4	3	5	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3
24	4	3	2	3	2	3	3	2	4	4	3	5	4	2	2	2	2	2	4	2	3	5	3
25	5	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3
26	3	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	5	4	1	2	2	2	2	2	2	2	5	4
27	3	4	2	2	2	3	4	2	4	5	4	5	4	2	2	3	2	4	3	2	3	4	4
28	4	3	3	3	2	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	2	3	2	4	2	2	4	4
29	3	4	2	2	1	4	4	2	4	5	5	5	3	2	2	2	2	4	3	1	3	4	3
30	5	3	3	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	5	4
31	4	3	2	2	2	4	4	2	4	5	4	4	4	2	2	3	2	2	4	2	2	5	4
32	4	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4
33	5	2	2	2	2	4	4	2	5	4	4	5	4	2	4	2	2	2	4	2	2	4	4
34	4	2	2	2	2	4	4	2	5	4	4	5	4	1	4	2	2	3	4	2	2	4	3
35	5	3	2	3	1	4	4	2	4	4	4	5	4	2	4	2	3	2	4	2	2	5	4
36	5	3	2	4	2	5	4	2	4	4	4	5	4	3	3	3	2	2	3	3	2	5	4
37	4	3	2	4	2	4	4	2	5	4	4	4	4	2	4	2	2	2	3	2	2	5	3
38	4	4	2	2	2	4	4	2	4	4	5	4	4	2	4	2	2	2	3	2	2	5	4
39	4	3	2	2	2	4	4	2	4	5	3	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	5	4
40	5	3	2	2	1	4	4	2	4	4	5	4	2	2	4	2	3	3	3	2	2	4	4
Σ	170	121	93	92	66	160	157	97	163	166	157	174	141	82	117	84	89	97	131	77	92	179	151

X_t	X_t^2
71	5041
70	4900
70	4900
74	5476
71	5041
75	5625
73	5329
72	5184
71	5041
71	5041
71	5041
69	4761
71	5041
70	4900
71	5041
73	5329
71	5041
67	4489
71	5041
71	5041
73	5329
75	5625
67	4489
69	4761
69	4761
67	4489
73	5329
73	5329
70	4900
71	5041
72	5184
69	4761
73	5329
71	5041
75	5625
78	6084
73	5329
73	5329
71	5041
71	5041
2856	204120

DATA MENTAH VARIABEL Y

STRES

No.	No. Item																			Xt
Resp.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	2	2	1	3	4	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	4	40
2	2	3	1	2	4	4	2	2	2	1	1	4	1	2	3	2	3	1	4	44
3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	4	44
4	2	2	1	2	3	3	2	1	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	40
5	3	2	2	3	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	49
6	2	3	1	3	4	4	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	44
7	3	1	1	4	4	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	44
8	2	2	2	4	4	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	44
9	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	4	42
10	4	2	2	3	4	4	2	2	2	2	2	4	1	2	2	3	2	2	4	49
11	2	2	1	3	4	4	4	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	4	46
12	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	1	2	1	4	3	2	2	2	4	46
13	2	2	1	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	4	44
14	2	2	2	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	4	46
15	2	2	1	2	4	4	2	2	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	48
16	2	2	1	2	4	3	2	1	2	4	2	2	1	2	2	4	2	2	4	44
17	2	3	1	2	4	4	3	2	2	2	1	2	1	2	3	4	2	2	4	46
18	2	2	1	3	4	4	2	2	3	1	2	3	2	2	4	4	2	2	5	50
19	2	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	3	4	45
20	3	2	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	4	46
21	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	1	2	3	5	2	2	5	48
22	3	2	2	3	4	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	46
23	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	4	47
24	2	3	1	2	4	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	4	2	2	4	44
25	2	2	2	4	4	3	2	2	2	1	2	4	2	2	2	4	2	2	4	48
26	2	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	3	5	46
27	2	2	2	2	3	5	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	1	2	4	44
28	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	5	45
29	2	2	1	2	5	4	4	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	5	47
30	2	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	4	46
31	2	2	2	3	4	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	3	45
32	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	46
33	2	2	1	4	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	3	4	46
34	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	46
35	2	1	1	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	42
36	2	2	1	2	4	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	42
37	2	2	2	2	4	4	2	1	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	4	44
38	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	44
39	2	2	2	2	4	4	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	4	42
40	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	5	2	3	4	49
Σ	87	82	59	98	156	151	87	77	86	74	70	95	62	85	95	123	80	85	156	1808

DATA MENTAH
VARIABEL X (KEYAKINAN DIRI)
DAN VARIABEL Y (STRES)

NO	VARIABEL X	VARIABEL Y
1	71	40
2	70	44
3	70	44
4	74	40
5	71	49
6	75	44
7	73	44
8	72	44
9	71	42
10	71	49
11	71	46
12	69	46
13	71	44
14	70	46
15	71	48
16	73	44
17	71	46
18	67	50
19	71	45
20	71	46
21	73	48
22	75	46
23	67	47
24	69	44
25	69	48
26	67	46
27	73	44
28	73	45
29	70	47
30	71	46
31	72	45
32	69	46
33	73	46
34	71	46
35	75	42
36	78	42
37	73	44
38	73	44
39	71	42
40	71	49
JUMLAH	2856	1808

**Rekapitulasi Skor Total Instrumen
Hasil Penelitian**

No. Resp	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	71	40	5041	1600	2840
2	70	44	4900	1936	3080
3	70	44	4900	1936	3080
4	74	40	5476	1600	2960
5	71	49	5041	2401	3479
6	75	44	5625	1936	3300
7	73	44	5329	1936	3212
8	72	44	5184	1936	3168
9	71	42	5041	1764	2982
10	71	49	5041	2401	3479
11	71	46	5041	2116	3266
12	69	46	4761	2116	3174
13	71	44	5041	1936	3124
14	70	46	4900	2116	3220
15	71	48	5041	2304	3408
16	73	44	5329	1936	3212
17	71	46	5041	2116	3266
18	67	50	4489	2500	3350
19	71	45	5041	2025	3195
20	71	46	5041	2116	3266
21	73	48	5329	2304	3504
22	75	46	5625	2116	3450
23	67	47	4489	2209	3149
24	69	44	4761	1936	3036
25	69	48	4761	2304	3312
26	67	46	4489	2116	3082
27	73	44	5329	1936	3212
28	73	45	5329	2025	3285
29	70	47	4900	2209	3290
30	71	46	5041	2116	3266
31	72	45	5184	2025	3240
32	69	46	4761	2116	3174
33	73	46	5329	2116	3358
34	71	46	5041	2116	3266
35	75	42	5625	1764	3150
36	78	42	6084	1764	3276
37	73	44	5329	1936	3212
38	73	44	5329	1936	3212
39	71	42	5041	1764	2982
40	71	49	5041	2401	3479
Jumlah	2856	1808	204120	81936	128996

**Proses Perhitungan Menggambar Grafik Histogram
KEYAKINAN DIRI (SELF EFFICACY)**

1. Menentukan Rentang

$$\begin{aligned} \text{Rentang} &= \text{Data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 78 - 67 \\ &= 11 \end{aligned}$$

2. Banyaknya Interval Kelas (aturan sturges)

$$\begin{aligned} K &= 1 + (3.3) \text{ Log } n \\ &= 1 + (3.3) \log 40 \\ &= 1 + (3.3) \cdot 1.602060 \\ &= 1 + 5.286798 \\ &= 6.286798 \quad (\text{dibulatkan menjadi } 6) \end{aligned}$$

3. Panjang Kelas Interval (KI)

$$\begin{aligned} P &= \frac{\text{Rentang}}{\text{Kelas}} \\ &= \frac{11}{6} = 1.833333333 \quad (\text{dibulatkan menjadi } 2) \end{aligned}$$

Kelas Interval			Batas Bawah	Batas Atas	Frek. Absolut	Frek. Relatif
67	-	68	66.5	68.5	3	7.5%
69	-	70	68.5	70.5	8	20.0%
71	-	72	70.5	72.5	16	40.0%
73	-	74	72.5	74.5	9	22.5%
75	-	76	74.5	76.5	3	7.5%
77	-	78	76.5	78.5	1	2.5%
Jumlah					40	100%

Proses Perhitungan Menggambar Grafik Histogram STRES

1. Menentukan Rentang

$$\begin{aligned}\text{Rentang} &= \text{Data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 50 - 40 \\ &= 10\end{aligned}$$

2. Banyaknya Interval Kelas (aturan sturges)

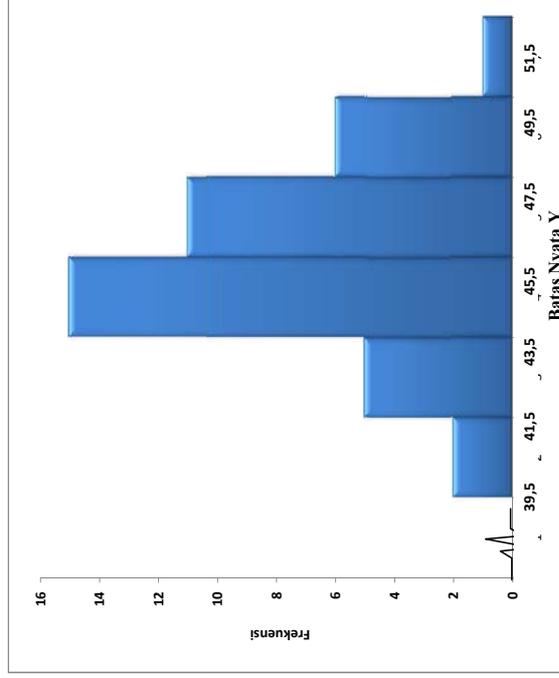
$$\begin{aligned}K &= 1 + (3.3) \text{Log } n \\ &= 1 + (3.3) \log 40 \\ &= 1 + (3.3) \cdot 1.6 \\ &= 1 + 5,286798 \\ &= 6,286798 \quad (\text{dibulatkan menjadi } 6)\end{aligned}$$

3. Panjang Kelas Interval

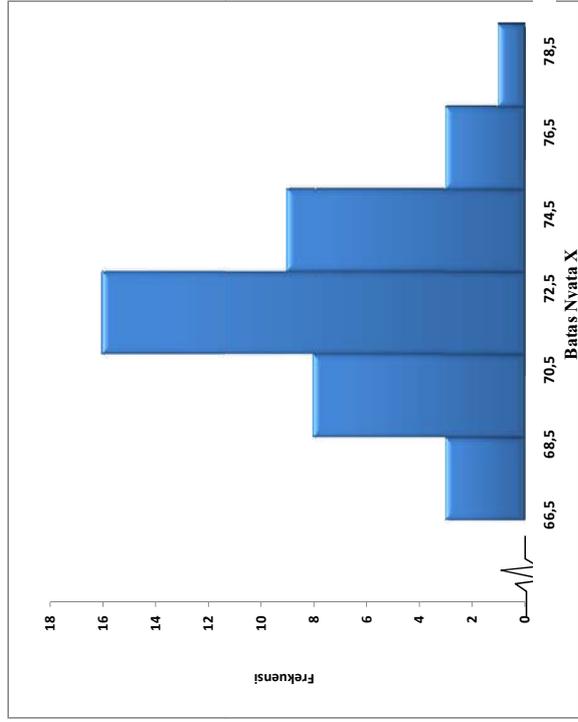
$$\begin{aligned}P &= \frac{\text{Rentang}}{\text{Kelas}} \\ &= \frac{10}{6} = 1.67 \quad (\text{dibulatkan menjadi } 2)\end{aligned}$$

Kelas Interval			Batas Bawah	Batas Atas	Frek. Absolut	Frek. Relatif
40	-	41	39.5	41.5	2	5.0%
42	-	43	41.5	43.5	5	12.5%
44	-	45	43.5	45.5	15	37.5%
46	-	47	45.5	47.5	11	27.5%
48	-	49	47.5	49.5	6	15.0%
50	-	52	49.5	52.5	1	2.5%
Jumlah					40	100%

GRAFIK HISTOGRAM
VARIABEL Y (STRES)



GRAFIK HISTOGRAM
VARIABEL X (KEYAKINAN DIRI)



PERHITUNGAN RATA-RATA, VARIANS DAN SIMPANGAN BAKU

1. Rata-rata (X)

$$\begin{aligned}\bar{X} &= \frac{\Sigma X}{n} \\ &= \frac{2856}{40} \\ &= 71.40\end{aligned}$$

1. Rata-rata (Y)

$$\begin{aligned}\bar{Y} &= \frac{\Sigma Y}{n} \\ &= \frac{1808}{40} \\ &= 45.20\end{aligned}$$

2. Varians (X)

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{\Sigma(X-\bar{X})^2}{n-1} \\ &= \frac{201.60}{39} \\ &= 5.17\end{aligned}$$

2. Varians (Y)

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{\Sigma(Y-\bar{Y})^2}{n-1} \\ &= \frac{214.40}{39} \\ &= 5.50\end{aligned}$$

3. Simpangan Baku (X)

$$\begin{aligned}S &= \sqrt{S^2} \\ &= \sqrt{5.17} \\ &= 2.27\end{aligned}$$

3. Simpangan Baku (Y)

$$\begin{aligned}S &= \sqrt{S^2} \\ &= \sqrt{5.50} \\ &= 2.34\end{aligned}$$

**TABEL PERHITUNGAN RATA-RATA,
VARIANS DAN SIMPANGAN BAKU, VARIABEL X DAN Y**

No.	X	Y	$X - \bar{X}$	$Y - \bar{Y}$	$(X - \bar{X})^2$	$(Y - \bar{Y})^2$
1	71	40	-0.40	-5.20	0.16	27.04
2	70	44	-1.40	-1.20	1.96	1.44
3	70	44	-1.40	-1.20	1.96	1.44
4	74	40	2.60	-5.20	6.76	27.04
5	71	49	-0.40	3.80	0.16	14.44
6	75	44	3.60	-1.20	12.96	1.44
7	73	44	1.60	-1.20	2.56	1.44
8	72	44	0.60	-1.20	0.36	1.44
9	71	42	-0.40	-3.20	0.16	10.24
10	71	49	-0.40	3.80	0.16	14.44
11	71	46	-0.40	0.80	0.16	0.64
12	69	46	-2.40	0.80	5.76	0.64
13	71	44	-0.40	-1.20	0.16	1.44
14	70	46	-1.40	0.80	1.96	0.64
15	71	48	-0.40	2.80	0.16	7.84
16	73	44	1.60	-1.20	2.56	1.44
17	71	46	-0.40	0.80	0.16	0.64
18	67	50	-4.40	4.80	19.36	23.04
19	71	45	-0.40	-0.20	0.16	0.04
20	71	46	-0.40	0.80	0.16	0.64
21	73	48	1.60	2.80	2.56	7.84
22	75	46	3.60	0.80	12.96	0.64
23	67	47	-4.40	1.80	19.36	3.24
24	69	44	-2.40	-1.20	5.76	1.44
25	69	48	-2.40	2.80	5.76	7.84
26	67	46	-4.40	0.80	19.36	0.64
27	73	44	1.60	-1.20	2.56	1.44
28	73	45	1.60	-0.20	2.56	0.04
29	70	47	-1.40	1.80	1.96	3.24
30	71	46	-0.40	0.80	0.16	0.64
31	72	45	0.60	-0.20	0.36	0.04
32	69	46	-2.40	0.80	5.76	0.64
33	73	46	1.60	0.80	2.56	0.64
34	71	46	-0.40	0.80	0.16	0.64
35	75	42	3.60	-3.20	12.96	10.24
36	78	42	6.60	-3.20	43.56	10.24
37	73	44	1.60	-1.20	2.56	1.44
38	73	44	1.60	-1.20	2.56	1.44
39	71	42	-0.40	-3.20	0.16	10.24
40	71	49	-0.40	3.80	0.16	14.44
Jumlah	2856	1808			201.60	214.40

PERHITUNGAN PERSAMAAN REGRESI LINEAR SEDERHANA

$$\hat{Y} = a + bX$$

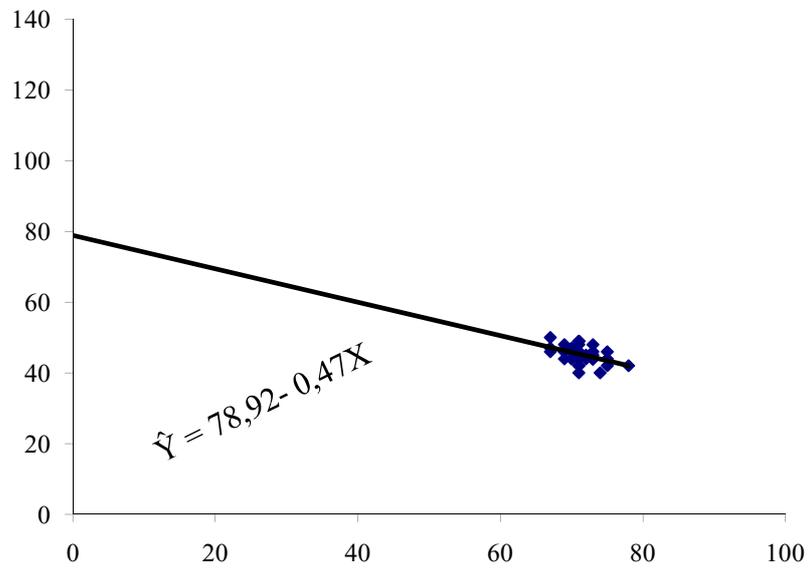
$$\begin{array}{ll} n = & 40 \\ \Sigma XY = & 128996 \\ \Sigma X = & 2856 \\ \Sigma Y = & 1808 \end{array} \qquad \begin{array}{ll} \Sigma X^2 = & 204120 \\ \Sigma Y^2 = & 81936 \\ \bar{Y} = & \frac{\Sigma Y}{n} = \frac{1808}{40} = 45.20 \end{array}$$

$$\begin{array}{ll} \Sigma x^2 = & \Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{n} \\ & = 204120 - \frac{8156736}{40} \\ & = 201.60 \\ \Sigma y^2 = & \Sigma Y^2 - \frac{(\Sigma Y)^2}{n} \\ & = 81936 - \frac{3268864}{40} \\ & = 214.40 \end{array} \qquad \begin{array}{ll} \Sigma xy = & \Sigma XY - \frac{(\Sigma X)(\Sigma Y)}{n} \\ & = 128996 - \frac{5163648}{40} \\ & = -95.20 \end{array}$$

$$\begin{array}{ll} b = & \frac{\Sigma xy}{\Sigma x^2} \\ & = \frac{-95.2}{201.60} \\ & = -0.4722 \\ & = \mathbf{-0.4722} \end{array} \qquad \begin{array}{ll} a = & \bar{Y} - b\bar{X} \\ & = 45.20 - (-0.47 \times 71.40) \\ & = \mathbf{78.92} \end{array}$$

Jadi Persamaan Regresi adalah $\hat{Y} = 78,92 - 0,47 X$

GRAFIK PERSAMAAN REGRESI



Tabel Untuk Menghitung $\hat{Y} = a + bX$

n	X	$\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$				\hat{Y}
1	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
2	70	78.92	+	-0.47	70	45.86
3	70	78.92	+	-0.47	70	45.86
4	74	78.92	+	-0.47	74	43.97
5	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
6	75	78.92	+	-0.47	75	43.50
7	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
8	72	78.92	+	-0.47	72	44.92
9	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
10	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
11	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
12	69	78.92	+	-0.47	69	46.33
13	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
14	70	78.92	+	-0.47	70	45.86
15	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
16	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
17	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
18	67	78.92	+	-0.47	67	47.28
19	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
20	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
21	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
22	75	78.92	+	-0.47	75	43.50
23	67	78.92	+	-0.47	67	47.28
24	69	78.92	+	-0.47	69	46.33
25	69	78.92	+	-0.47	69	46.33
26	67	78.92	+	-0.47	67	47.28
27	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
28	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
29	70	78.92	+	-0.47	70	45.86
30	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
31	72	78.92	+	-0.47	72	44.92
32	69	78.92	+	-0.47	69	46.33
33	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
34	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
35	75	78.92	+	-0.47	75	43.50
36	78	78.92	+	-0.47	78	42.08
37	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
38	73	78.92	+	-0.47	73	44.44
39	71	78.92	+	-0.47	71	45.39
40	71	78.92	+	-0.47	71	45.39

TABEL PERHITUNGAN RATA-RATA, VARIANS DAN SIMPANGAN BAKU
 REGRESI $\hat{Y} = 78,92-0,47X$

No.	X	Y	\hat{Y}	$(Y - \hat{Y})$	$(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}$	$[(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}]^2$
1	67	46	44.99	1.01	0.76	0.57
2	67	47	44.99	2.01	1.76	3.08
3	67	50	44.99	5.01	4.76	22.62
4	69	46	44.97	1.03	0.78	0.60
5	69	46	44.97	1.03	0.78	0.60
6	69	48	44.97	3.03	2.78	7.71
7	69	44	44.97	-0.97	-1.22	1.50
8	70	47	44.96	2.04	1.79	3.19
9	70	44	44.96	-0.96	-1.21	1.47
10	70	44	44.96	-0.96	-1.21	1.47
11	70	46	44.96	1.04	0.79	0.62
12	71	40	44.95	-4.95	-5.20	27.08
13	71	42	44.95	-2.95	-3.20	10.27
14	71	46	44.95	1.05	0.80	0.63
15	71	44	44.95	-0.95	-1.20	1.45
16	71	48	44.95	3.05	2.80	7.82
17	71	46	44.95	1.05	0.80	0.63
18	71	45	44.95	0.05	-0.20	0.04
19	71	46	44.95	1.05	0.80	0.63
20	71	49	44.95	4.05	3.80	14.41
21	71	42	44.95	-2.95	-3.20	10.27
22	71	46	44.95	1.05	0.80	0.63
23	71	49	44.95	4.05	3.80	14.41
24	71	46	44.95	1.05	0.80	0.63
25	71	49	44.95	4.05	3.80	14.41
26	72	44	44.94	-0.94	-1.19	1.43
27	72	45	44.94	0.06	-0.19	0.04
28	73	44	44.93	-0.93	-1.18	1.40
29	73	44	44.93	-0.93	-1.18	1.40
30	73	44	44.93	-0.93	-1.18	1.40
31	73	46	44.93	1.07	0.82	0.67
32	73	44	44.93	-0.93	-1.18	1.40
33	73	44	44.93	-0.93	-1.18	1.40
34	73	48	44.93	3.07	2.82	7.93
35	73	45	44.93	0.07	-0.18	0.03
36	74	40	44.92	-4.92	-5.17	26.77
37	75	44	44.91	-0.91	-1.16	1.35
38	75	42	44.91	-2.91	-3.16	10.01
39	75	46	44.91	1.09	0.84	0.70
40	78	42	44.88	-2.88	-3.13	9.82
Jumlah	2856	1808		10.16		212.52

PERHITUNGAN RATA-RATA, VARIAN, SIMPANGAN BAKU

REGRESI $\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$

$$\begin{aligned} 1. \text{ Rata-rata} &= \overline{Y - \hat{Y}} = \frac{\Sigma(Y - \hat{Y})}{n} \\ &= \frac{10.16}{40} \\ &= 0.254 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 2. \text{ Varians} &= S^2 = \frac{\Sigma\{(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}\}^2}{n - 1} \\ &= \frac{212.52}{39} \\ &= 5.45 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3. \text{ Simpangan Baku} &= S = \sqrt{S^2} \\ &= \sqrt{5.45} \\ &= 2.33 \end{aligned}$$

PERHITUNGAN NORMALITAS GALAT TAKSIRAN Y ATAS X
REGRESI $\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$

No.	$(Y - \hat{Y})$	$(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}$	Zi	Zt	F(zi)	S(zi)	F(zi) - S(zi)
1	-4.95	-5.20	-2.23	0.4868	0.013	0.0250	0.0118
2	-4.92	-5.17	-2.22	0.4864	0.014	0.0500	0.0364
3	-2.95	-3.20	-1.37	0.4147	0.085	0.0750	0.0103
4	-2.95	-3.20	-1.37	0.4147	0.085	0.1000	0.0147
5	-2.91	-3.16	-1.36	0.4115	0.089	0.1250	0.0365
6	-2.88	-3.13	-1.34	0.4099	0.090	0.1500	0.0599
7	-0.97	-1.22	-0.52	0.1985	0.302	0.1750	0.1265
8	-0.96	-1.21	-0.52	0.1985	0.302	0.2000	0.1015
9	-0.96	-1.21	-0.52	0.1985	0.302	0.2250	0.0765
10	-0.95	-1.20	-0.52	0.1950	0.305	0.2500	0.0550
11	-0.94	-1.19	-0.51	0.1950	0.305	0.2750	0.0300
12	-0.93	-1.18	-0.51	0.1915	0.309	0.3000	0.0085
13	-0.93	-1.18	-0.51	0.1915	0.309	0.3250	0.0165
14	-0.93	-1.18	-0.51	0.1915	0.309	0.3500	0.0415
15	-0.93	-1.18	-0.51	0.1915	0.309	0.3750	0.0665
16	-0.93	-1.18	-0.51	0.1915	0.309	0.4000	0.0915
17	-0.91	-1.16	-0.50	0.1879	0.312	0.4250	0.1129
18	0.05	-0.20	-0.09	0.0319	0.468	0.4500	0.0181
19	0.06	-0.19	-0.08	0.0319	0.468	0.4750	0.0069
20	0.07	-0.18	-0.08	0.0279	0.472	0.5000	0.0279
21	1.01	0.76	0.32	0.1255	0.626	0.5250	0.1005
22	1.03	0.78	0.33	0.1293	0.629	0.5500	0.0793
23	1.03	0.78	0.33	0.1293	0.629	0.5750	0.0543
24	1.04	0.79	0.34	0.1293	0.629	0.6000	0.0293
25	1.05	0.80	0.34	0.1331	0.633	0.6250	0.0081
26	1.05	0.80	0.34	0.1331	0.633	0.6500	0.0169
27	1.05	0.80	0.34	0.1331	0.633	0.6750	0.0419
28	1.05	0.80	0.34	0.1331	0.633	0.7000	0.0669
29	1.05	0.80	0.34	0.1331	0.633	0.7250	0.0919
30	1.07	0.82	0.35	0.1331	0.633	0.7500	0.1169
31	1.09	0.84	0.36	0.1368	0.637	0.7750	0.1382
32	2.01	1.76	0.75	0.2734	0.773	0.8000	0.0266
33	2.04	1.79	0.77	0.2764	0.776	0.8250	0.0486
34	3.03	2.78	1.19	0.3810	0.881	0.8500	0.0310
35	3.05	2.80	1.20	0.3830	0.883	0.8750	0.0080
36	3.07	2.82	1.21	0.3849	0.885	0.9000	0.0151
37	4.05	3.80	1.63	0.4474	0.947	0.9250	0.0224
38	4.05	3.80	1.63	0.4474	0.947	0.9500	0.0026
39	4.05	3.80	1.63	0.4474	0.947	0.9750	0.0276
40	5.01	4.76	2.04	0.4788	0.979	1.0000	0.0212

Dari perhitungan, didapat nilai L_{hitung} terbesar = 0.1382 L_{tabel} untuk $n = 40$ dengan taraf signifikan 0,05 adalah 0,14009. $L_{hitung} < L_{tabel}$. Dengan demikian dapat disimpulkan data berdistribusi Normal.

LANGKAH PERHITUNGAN UJI NORMALITAS GALAT TAKSIRAN

REGRESI $\hat{Y} = 78,92 - 0,47X$

Disertai contoh perhitungan untuk no. 1 (pada tabel normalitas)

1. Kolom $Y - \hat{Y}$

Data diurutkan dari data yang terkecil sampai yang terbesar

2. Kolom $(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}$

Mengikuti kolom $Y - \hat{Y}$

3. Kolom Z_i untuk $i = 1$

$$Z_i = \frac{\{(Y - \hat{Y}) - \overline{(Y - \hat{Y})}\}}{S} = \frac{-5,20}{2,33} = -2,22933$$

4. Kolom Z_t

Nilai Z_t dikonsultasikan pada daftar F, misalnya :

Cari -2,23 diperoleh $Z_t = 0,4868$

Untuk $Z_i = -2,2293$, maka $F(z_i) = 0,5 - 0,4868 = 0,0132$

5. Kolom $F(z_i)$

Jika Z_i negatif, maka $F(z_i) = 0,5 - Z_t$

Jika Z_i positif, maka $F(z_i) = 0,5 + Z_t$

6. Kolom $S(z_i) = \frac{\text{Nomor Responden}}{\text{Jumlah Responden}}$

$$\text{Kolom } S(z_i) = \frac{1}{40} = 0,0250$$

7. Kolom $|F(z_i) - S(z_i)|$

Nilai mutlak antara $F(z_i) - S(z_i)$

$$= |0,0132 - 0,0250| = 0,0118$$

Merupakan harga mutlak dan selisih $F(Z_i)$ dan $S(Z_i)$

PERHITUNGAN JK (G)

No.	K	n	X	Y	Y ²	XY	ΣY ²	(ΣY)	(ΣY) ²	$\frac{(\Sigma Y)^2}{nK}$	$\left\{ \Sigma Y^2 - \frac{(\Sigma Y)^2}{nK} \right\}$
1	I	3	67	46	2116	3082	6825	143	20449	6,816.33	8.67
2			67	47	2209	3149					
3			67	50	2500	3350					
4	II	4	69	46	2116	3174	8472	184	33856	8,464.00	8.00
5			69	46	2116	3174					
6			69	48	2304	3312					
7			69	44	1936	3036					
8	III	4	70	47	2209	3290	8197	181	32761	8,190.25	6.75
9			70	44	1936	3080					
10			70	44	1936	3080					
11			70	46	2116	3220					
12	IV	14	71	40	1600	2840	29176	638	407044	29,074.57	101.43
13			71	42	1764	2982	\				
14			71	46	2116	3266					
15			71	44	1936	3124					
16			71	48	2304	3408					
17			71	46	2116	3266					
18			71	45	2025	3195					
19			71	46	2116	3266					
20			71	49	2401	3479					
21			71	42	1764	2982					
22			71	46	2116	3266					
23			71	49	2401	3479					
24			71	46	2116	3266					
25			71	49	2401	3479					
26	V	2	72	44	1936	3168	3961	89	7921	3,960.50	0.50
27			72	45	2025	3240					
28	VI	8	73	44	1936	3212	16125	359	128881	16,110.13	14.88
29			73	44	1936	3212					
30			73	44	1936	3212					
31			73	46	2116	3358					
32			73	44	1936	3212					
33			73	44	1936	3212					
34			73	48	2304	3504					
35			73	45	2025	3285					
36	VII	1	74	40	1600	2960					
37	VIII	3	75	44	1936	3300	5816	132	17424	5,808.00	8.00
38			75	42	1764	3150					
39			75	46	2116	3450					
40	IX	1	78	42	1764	3276					
Σ	9	40	2856	1808	81936	128996					131.55

PERHITUNGAN UJI KEBERARTIAN REGRESI

1. Mencari Jumlah Kuadrat Total JK (T)

$$\begin{aligned} JK(T) &= \Sigma Y^2 \\ &= 81936 \end{aligned}$$

2. Mencari jumlah kuadrat regresi a JK (a)

$$\begin{aligned} JK(a) &= \frac{(\Sigma Y)^2}{n} \\ &= \frac{1808^2}{40} \\ &= 81721.60 \end{aligned}$$

3. Mencari jumlah kuadrat regresi b JK (b/a)

$$\begin{aligned} JK(b/a) &= b \cdot \Sigma xy \\ &= -0.472 \times -95.2 \\ &= 44.96 \end{aligned}$$

4. Mencari jumlah kuadrat residu JK (S)

$$\begin{aligned} JK(S) &= JK(T) - JK(a) - JK(b/a) \\ &= 81936 - 81721.60 - 44.96 \\ &= 169.44 \end{aligned}$$

5. Mencari Derajat Kebebasan

$$\begin{aligned} dk_{(T)} &= n = 40 \\ dk_{(a)} &= 1 \\ dk_{(b/a)} &= 1 \\ dk_{(res)} &= n - 2 = 38 \end{aligned}$$

6. Mencari Rata-rata Jumlah Kuadrat

$$\begin{aligned} RJK_{(b/a)} &= \frac{JK_{(b/a)}}{dk_{(b/a)}} = \frac{44.96}{1} = 44.96 \\ RJK_{(res)} &= \frac{JK_{(res)}}{dk_{(res)}} = \frac{169.44}{38} = 4.46 \end{aligned}$$

7. Kriteria Pengujian

Terima H_0 jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka regresi tidak berarti

Tolak H_0 jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka regresi berarti

8. Pengujian

$$F_{hitung} = \frac{RJK_{(b/a)}}{RJK_{(res)}} = \frac{44.96}{4.46} = 10.08$$

9. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan $F_{hitung} = 10.08$

Berdasarkan taraf signifikan 0.05, pada tabel distribusi F dengan menggunakan dk pembilang 1 dan dk penyebut $n-2 = 40-2 = 38$ dihasilkan F_{tabel} sebesar 4.10

sehingga $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi adalah **signifikan**

PERHITUNGAN UJI KELINIERAN REGRESI

1. Mencari Jumlah Kuadrat Error JK (G)

$$\begin{aligned} JK(G) &= \sum \left\{ \Sigma Y_k^2 - \frac{\Sigma Y_k^2}{n_k} \right\} \\ &= 131.55 \text{ (Lihat tabel Perhitungan JK } G_{(\text{galat})}) \end{aligned}$$

2. Mencari Jumlah Kuadrat Tuna cocok JK (TC)

$$\begin{aligned} JK(TC) &= JK(S) - JK(G) \\ &= 169.44 - 131.55 \\ &= 37.89 \end{aligned}$$

3. Mencari Derajat Kebebasan

$$\begin{aligned} k &= 9 \\ dk_{(TC)} &= k - 2 = 7 \\ dk_{(G)} &= n - k = 31 \end{aligned}$$

4. Mencari rata-rata jumlah kuadrat

$$\begin{aligned} RJK_{(TC)} &= \frac{37.89}{7} = 5.41 \\ RJK_{(G)} &= \frac{131.55}{31} = 4.24 \end{aligned}$$

5. Kriteria Pengujian

Tolak H_0 jika $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$, maka regresi tidak linier
Terima H_0 jika $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$, maka regresi linier

6. Pengujian

$$F_{\text{hitung}} = \frac{RJK_{(TC)}}{RJK_{(G)}} = \frac{5.41}{4.24} = 1.28$$

7. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan $F_{\text{hitung}} = 1.28$

Berdasarkan taraf signifikan 0,05, pada tabel distribusi F dengan

Menggunakan dk pembilang 9 dan dk penyebut 29 dihasilkan F_{tabel} sebesar = 2,22 sehingga $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$ maka dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi adalah **linier**

TABEL ANAVA UNTUK UJI KEBERARTIAN DAN UJI KELINIERAN REGRESI

Sumber Varians	dk	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F _{hitung}	F _{tabel}
Total	n	ΣY^2			
Regresi (a)	1	$\frac{(\Sigma Y)^2}{n}$			Fo > Ft Maka regresi Berarti
Regresi (b/a)	1	b . Σxy	$\frac{b \cdot \Sigma xy}{1}$	$\frac{RJK(b/a)}{RJK(res)}$	
Residu	n - 2	Jk (S)	$\frac{JK(S)}{n-2}$		
Tuna Cocok	k - 2	JK (TC)	$\frac{JK (TC)}{k-2}$	$\frac{RJK(TC)}{RJK(G)}$	Fo < Ft Maka Regresi Linier
Galat Kekeliruan	n - k	JK (G)	$\frac{JK (G)}{n - k}$		

Keterangan : *) Persamaan regresi berarti karena F_{hitung} > F_{tabel}

ns) Persamaan regresi linear karena F_{hitung} < F_{tabel}

Sumber Varians	dk	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F _{hitung}	F _{tabel}
Total	40	81936			
Regresi (a)	1	81721.60			
Regresi (b/a)	1	44.96	44.96	10.08	4,10
Residu	38	169.44	4.46		
Tuna Cocok	7	37.89	5.41	1.28 ns)	2,51
Galat Kekeliruan	31	131.55	4.24		

Keterangan : *) Persamaan regresi berarti karena F_{hitung} (10,08) > F_{tabel} (4,10)

ns) Persamaan regresi linear karena F_{hitung} (1,28) < F_{tabel} (2,51)

PERHITUNGAN KOEFISIEN KORELASI PRODUCT MOMENT

Mencari Koefisien Korelasi dengan Rumus Product Moment

Diketahui :

$$\Sigma x^2 = 201.6$$

$$\Sigma y^2 = 214.4$$

$$\Sigma xy = -95.2$$

$$r_{XY} = \frac{\Sigma xy}{\sqrt{(\Sigma x^2) \cdot (\Sigma y^2)}}$$

$$r_{XY} = \frac{-95.20}{\sqrt{201.60 \cdot 214.4}}$$

$$r_{XY} = \frac{-95.20}{207.90152}$$

$$r_{XY} = -0.458$$

Kesimpulan :

Pada perhitungan product moment di atas diperoleh $r_{hitung}(r_{xy}) = -0.458$

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara variabel X terhadap variabel Y.

PERHITUNGAN UJI KEBERARTIAN KOEFSIEN KORELASI (Uji-t)

Koefisien Korelasi Product Moment (Uji-t)

$$\begin{aligned}t_h &= \frac{r \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\&= \frac{-0.458 \sqrt{38}}{\sqrt{1-0.210}} \\&= \frac{-0.458 \times 6.16441}{\sqrt{0.790}} \\&= \frac{-2.823}{0.889} \\&= -3.175 \\&= 3.175\end{aligned}$$

Kesimpulan :

t_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 dengan dk $(n-2) = (40-2) = 38$ sebesar 1,68

Kriteria pengujian :

H_0 ditolak jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$.

H_0 diterima jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$.

Dari hasil pengujian :

$t_{\text{hitung}} [3.175] > t_{\text{tabel}} (1,68)$, maka terdapat hubungan yang **signifikan** antara variabel X dengan variabel Y

PERHITUNGAN KOEFISIEN DETERMINASI

Untuk mencari seberapa besar variasi variabel Y yang ditentukan oleh variabel X, maka digunakan Koefisien Determinasi dengan rumus :

$$\begin{aligned} \text{KD} &= r_{XY}^2 \\ &= -0.458^2 \\ &= 0.2097 \\ &= 20.97\% \end{aligned}$$

Dari hasil tersebut diinterpretasikan bahwa stres ditentukan oleh keyakinan diri sebesar 20.97%.

**SKOR DIMENSI DOMINAN VARIABEL X
KEYAKINAN DIRI (SELF EFFICACY)**

$$\text{SKOR INDIKATOR} = \frac{\text{Jumlah skor butir tiap soal indikator}}{\text{Banyaknya soal indikator}}$$

Dimensi	Indikator	Jumlah Soal	Skor	Persentase
Besarnya (<i>Magnitude</i>)	Tingkat Kesulitan Tugas	2 soal	$\frac{93+160}{2}$ = 126.5	14%
	Kesanggupan mengatasi masalah yang sulit	3 soal	$\frac{170+92+97}{3}$ = 119.67	14%
	Tingkat Penyelesaian Tugas	3 soal	$\frac{121+157+97}{3}$ = 125	14%
Jangkauan (<i>Generality</i>)	Pemecahan masalah (tugas) pada keadaan khusus	4 soal	$\frac{66+163+131+77}{4}$ = 109.25	13%
	Tindakan pada setiap situasi	1 soal	10 1 = 10	1%
	Luasnya bidang perilaku yang diyakini	1 soal	$\frac{22}{1}$ = 22	2%
Kekuatan (<i>Strength</i>)	tidak mudah frustrasi dalam menghadapi masalah	2 soal	$\frac{157+82}{2}$ = 119.5	14%
	Penyelesaian masalah dengan banyaknya penghalang	5 soal	$\frac{141+84+117+174+92}{5}$ = 121.6	14%
	Tidak mudah terguncang dalam menghadapi hambatan	2 soal	$\frac{89+151}{2}$ = 120	14%

Dari hasil perhitungan, dua dimensi tersebut memiliki kontribusi yang relatif seimbang. Dimensi besarnya (*magnitude*) dan kekuatan (*strength*) memiliki pengaruh yang besar dalam stres

SKOR INDIKATOR DOMINAN VARIABEL Y STRES

SKOR SUB INDIKATOR =

$\frac{\text{Jumlah skor butir tiap soal sub indikator}}{\text{Banyaknya soal sub indikator}}$

Indikator	Sub Indikator	Jumlah Soal	Skor	Persentase
Gejala Fisik	Gemetar	2 soal	$\frac{87+156}{2}$ = 121.5	16%
	Sakit Kepala	1 soal	$\frac{82}{1}$ = 82	11%
	Gangguan Tidur	1 soal	$\frac{59}{1}$ = 59	8%
	Produksi Keringat	2 soal	$\frac{98+151}{2}$ = 124.5	17%
	Mudah marah	5 soal	$\frac{87+74+95+95+85}{5}$ = 87.2	12%
Gejala Psikologis/Psikis	Cemas	3 soal	$\frac{77+70+62}{3}$ = 69.67	9%
	Gelisah	2 soal	$\frac{86+85}{2}$ = 85.5	11%
	Menunda Pekerjaan	3 soal	$\frac{123+80+156}{3}$ = 119.67	16%

Dari hasil perhitungan, indikator gejala fisik dan gejala psikologis atau psikis memiliki pengaruh yang paling besar dalam keyakinan diri

**Perhitungan Rata-Rata Skor Dimensi Dominan
Variabel X Keyakinan Diri (Self Efficacy)**

Skor Dimensi = $\frac{\text{Jumlah Skor Butir Tiap Soal Dimensi}}{\text{Banyaknya Soal Dimensi}}$

No	Dimensi	Jumlah Soal	Nomor Soal		Jumlah Skor Dimensi
1	Besarnya (<i>Magnitude</i>)	8	1,2,3,4,5,6,7,8,18		$\frac{170+121+93+92+66+160+157+97+97}{8} = 131,63$ $131,63 \times 100\% = 34,39\%$ 382.74
2	Jangkauan (<i>Generality</i>)	6	5,9,10,19,20,22		$\frac{66+163+166+131+77+179}{6} = 130,33$ $130,33 \times 100\% = 34,05\%$ 382.74
3	Kekuatan (<i>Strength</i>)	9	11,12,13,14,15,16,17,21,23		$\frac{157+174+141+82+117+84+89+92+151}{9} = 120,78$ $120,78 \times 100\% = 31,56\%$ 382.74

Jumlah Skor Butir Tiap Soal Dimensi :
 $\Sigma = 131,63+130,33+120,78 = 382,74$

**Perhitungan Rata-Rata Hitung Skor Indikator Dominan
Variabel X Keyakinan Diri (*Self efficacy*)**

$$\text{Skor Indikator} = \frac{\text{Jumlah Skor Butir Tiap Soal Indikator}}{\text{Banyaknya Soal Indikator}}$$

Dimensi	Indikator	Jumlah Soal	Nomor Soal	Jumlah Skor Indikator
Besarnya (Magnitude)	Tingkat Kesulitan Tugas	2	3,6	$\frac{93+160}{2} = 126.5$ $\frac{126.5}{346} \times 100\% = 36.6\%$
	kesanggupan mengatasi masalah yang sulit	3	1,4,8	$\frac{170+92+97}{3} = 119.67$ $\frac{119.67}{346} \times 100\% = 34.6\%$
	tingkat penyelesaian tugas	3	2,7,18	$\frac{121+157+97}{3} = 125$ $\frac{125}{346} \times 100\% = 36.12\%$ Jumlah Skor Indikator Keandalan $\Sigma = 126.5+94.5+125 = 346$
Jangkauan (Generality)	pemecahan masalah (tugas) pada keadaan khusus	4	5,9,19,20	$\frac{66+163+131+77}{4} = 109.25$ $\frac{109.25}{454.25} \times 100\% = 24.05\%$
	bertindak pada setiap situasi	1	10	$\frac{10}{454.25} \times 100\% = 2.20\%$
	luasnya bidang perilaku yang diyakini	1	22	$\frac{22}{454.25} \times 100\% = 4.84\%$ Jumlah Skor Indikator Keandalan $\Sigma = 109.25+166+179 = 454.25$
Kekuatan (Strength)	tidak mudah frustrasi dalam mengatasi masalah	2	11,14	$\frac{157+82}{2} = 119.5$ $\frac{119.5}{361.5} \times 100\% = 33.06\%$
	menyelesaikan masalah dengan banyaknya penghalang	5	12,13,15,16,21	$\frac{141+84+117+174+92}{5} = 121.6$ $\frac{121.6}{361.5} \times 100\% = 33.63\%$
	tidak mudah terguncang dalam menghadapi hambatan	2	16,17	$\frac{89+151}{2} = 120$ $\frac{120}{361.5} \times 100\% = 33.19\%$ Jumlah Skor Indikator Daya Tahan $\Sigma = 119.5+121.6+120 = 361.5$

**Perhitungan Rata-Rata Skor Dimensi Dominan
Variabel Y (Stres)**

Skor Dimensi = $\frac{\text{Jumlah Skor Butir Tiap Soal Dimensi}}{\text{Banyaknya Soal Dimensi}}$

No	Dimensi	Jumlah Soal	Nomor Soal		Jumlah Skor Dimensi
1	Gejala Biologis atau Fisik	6	1,2,3,4,5,6		$\frac{87+156+82+59+98+151}{6} = 105.5$ $105.5 \times 100\% = 53.85\%$ 195.88
2	Gejala Psikologis atau Psikis	13	7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19		$\frac{87+77+86+74+70+95+62+85+95+123+80+85+156}{13} = 90.38$ $\frac{90.38}{195.88} \times 100\% = 46.14\%$

Jumlah Skor Butir Tiap Soal Dimensi :

$$\Sigma = 105.5+90.38 = 195.88$$

**Perhitungan Rata-Rata Hitung Skor Indikator Dominan
Variabel Y (Stres)**

Skor Indikator =
$$\frac{\text{Jumlah Skor Butir Tiap Soal Indikator}}{\text{Banyaknya Soal Indikator}}$$

Dimensi	Indikator	Jumlah Soal	Nomor Soal	Jumlah Skor Indikator
Gejala Biologis atau Fisik	Gemetar	2	1,5	$\frac{87+156}{2} = 121.5$ $\frac{121.5}{387} \times 100\% = 31.39\%$
	sakit kepala	1	2	$\frac{82}{387} \times 100\% = 21.18\%$
	Gangguan Tidur	1	3	$\frac{59}{387} \times 100\% = 15.24\%$
	Produksi Keringat yang berlebih	2	4,6	$\frac{98+151}{2} = 124.5$ $\frac{124.5}{387} \times 100\% = 32.17\%$ Jumlah Skor dimensi gejala fisik $\Sigma = 121.5+82+59+124.5 = 387$
Gejala Psikologis/Psikis	mudah marah	4	14,12,10,15	$\frac{85+95+74+95}{4} = 87.25$ $\frac{87.25}{449.1} \times 100\% = 19.43\%$
	cemas	3	11,8,13	$\frac{70+77+62}{3} = 69.67$ $\frac{69.67}{449.1} \times 100\% = 15.51\%$
	gelisah	2	9,18	$\frac{86+85}{2} = 85.5$ $\frac{85.5}{449.1} \times 100\% = 19.03\%$
	menunda pekerjaan	3	16,17,19	$\frac{123+80+156}{3} = 119.67$ $\frac{119.67}{449.1} \times 100\% = 26.65\%$ Jumlah Skor dimensi gejala psikologis $\Sigma = 87+87.25+69.67+85.5+119.67 = 449.09$

	$(Y - \hat{Y})$	$(Y - \hat{Y}) - (\overline{Y - \hat{Y}})$
1	-4.95	-5.20
2	-4.92	-5.17
3	-2.95	-3.20
4	-2.95	-3.20
5	-2.91	-3.16
6	-2.88	-3.13
7	-0.97	-1.22
8	-0.96	-1.21
9	-0.96	-1.21
10	-0.95	-1.20
11	-0.94	-1.19
12	-0.93	-1.18
13	-0.93	-1.18
14	-0.93	-1.18
15	-0.93	-1.18
16	-0.93	-1.18
17	-0.91	-1.16
18	0.05	-0.20
19	0.06	-0.19
20	0.07	-0.18
21	1.01	0.76
22	1.03	0.78
23	1.03	0.78
24	1.04	0.79
25	1.05	0.80
26	1.05	0.80
27	1.05	0.80
28	1.05	0.80
29	1.05	0.80
30	1.07	0.82
31	1.09	0.84
32	2.01	1.76
33	2.04	1.79
34	3.03	2.78
35	3.05	2.80
36	3.07	2.82
37	4.05	3.80
38	4.05	3.80
39	4.05	3.80
40	5.01	4.76



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Iggha Istya lahir di Semarang, 27 September 1991. Anak pertama dari empat bersaudara dari pasangan Bapak Akhmadi, S.Pd dan Istiqomariah. Alamat rumah di Jalan Swadaya No. 43C RT002/RW004, Kelurahan Kelapa Dua Wetan, Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur 13730.

Pendidikan formal yang pernah dijalani yaitu, bersekolah di SDN Ciracas 10 pagi (1997), SMPN 208 Jakarta (2004-2006), SMAN 64 Jakarta (2007-2009), dan Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Ekonomi, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Program Studi Pendidikan Tata Niaga (2009-2013).

Selama masa kuliah mempunyai pengalaman mengajar di SMK Negeri 51 Jakarta sebagai guru PPL dengan mengajar mata pelajaran Menata Produk pada kelas X, XI, XII Pemasaran pada tahun 2012. Selain itu mempunyai pengalaman Praktek Kerja Lapangan (PKL) sebagai staf di Koperasi Badan Kepegawaian Negara (BKN) pada tahun 2012.