

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA**

**TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



**Oleh :**

**ABDUS SALAM  
NIM. 153.152.1428**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2017**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA**

**TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



**Oleh :**

**ABDUS SALAM  
NIM. 153.152.1428**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**TESIS**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA**

**Diajukan oleh :**

**ABDUS SALAM  
NIM. 153.152.1428**

**Disetujui untuk diujikan:**

**Surabaya, 05 Agustus 2017**

**Dosen Pembimbing**



**Prof. Dr. Suharnan, MS**

**Dosen Pendamping**



**Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2017**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TESIS**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA**

**Diajukan oleh :**

**ABDUS SALAM  
NIM. 153.152.1428**

**Telah Dipertimbangkan Di Depan Tim Penguji  
Dan Dinyatakan Lulus Pada Ujian Tesis Program Magister Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada Tanggal, 08 Agustus 2017**

**Tim penguji**

**Ketua : Prof. Dr. Suharnan, MS**

**Anggota : Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog**

**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**

**Dekan**

  
**Dr. Suroso, MS., Psikolog**



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Abdus Salam  
NIM : 1531521428  
Alamat : Jl. Sersan Mesrul 3B/90 RT. 02 RW. 07 Kelurahan Gladak  
Anyar Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan  
Telepon : 087850020374

Menyatakan bahwa Tesis yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan judul: **"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA"** adalah hasil karya saya sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Fakultas Psikologi tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri.

Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari pihak manapun

Surabaya, 9 Agustus 2017

Hormat Saya



Abdus Salam

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

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa:

Nama : ABDUS SALAM  
Nomor Mahasiswa : 1531521428

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya karya ilmiah saya yang berjudul :  
HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA SISWA

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada).

Dengan demikian saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surabaya

Pada tanggal : 7 JANUARI 2019

Yang menyatakan



(ABDUS SALAM)

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

TESIS  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi

Diajukan oleh :

ABDUS SALAM  
NIM : 1531521428

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2017

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

TESIS  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi

Oleh :

ABDUS SALAM  
NIM : 1531521428

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2017



HALAMAN PERSETUJUAN

TESIS

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Diajukan oleh

ABDUS SALAM  
NIM: 1531521428

Disetujui untuk diuji:  
Surabaya, 5 Agustus 2017

Dosen Pembimbing

Dosen Pendamping

Prof. Dr. Suharnan, MS

Dr. Andik Matulessy, M.Si., Psikolog

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2017

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Tesis  
Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Mencapai derajat Sarjana

Program Studi Magister Psikologi

Diajukan oleh :

Abdus Salam  
NIM : 1531521428

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2017

HALAMAN PERSETUJUAN

TESIS

HUBUNGAN ANTARA EFikasi DIRIDAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Diajukan oleh

Abdus Salam  
NIM: 1531521428

Disetujui untuk diuj:  
Surabaya, 5 Agustus 2017

Dosen Pembimbing

Dosen Pendamping

Prof. Dr. Suharnan, MS

Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2017

HALAMAN PENGESAHAN

TESIS

HUBUNGAN ANTARA EFikasi DIRIDAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Diajukan oleh

Abdus Salam  
NIM: 1531521428

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji  
Dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal 8 Agustus 2017

Tim Penguji

Ketua : Prof. Dr. Suharnan, MS €€€€€€€€

Anggota : Dr. Andik Matulessy, M.Si., Psikolog €€€€€€€€

Dr. Rr. Amanda Pasca Rinu, M.Si., Psikolog €€€€€€€€

Dekan

Dr. Suroso, MS., Psikolog

## MOTTO

Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupan (QS. Al Baqoroh. 286)  
jadikan tanggung jawab sebagai ladang untuk tempat ibadah  
tidak ada kata menyerah untuk mencapai kesuksesan

Ingatlah bahwa kesuksesan selalu disertai dengan kegagalan  
Jadilah diri sendiri dan jangan orang lain,  
walaupun dia terlihat lebih baik dari kita  
Selalu berpikir besar, dan bertindak mulai sekarang  
Kita akan sukses jika belajar dari kesalahan

Kebiasaanmu Menunda Pekerjaan  
Hingga Engkau Mempunyai Waktu Luang  
Adalah Bagian Dari Kotoran Jiwa  
Percayalah Allah (Tuhan) tak pernah salah memberi rezeki

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Abdus Salam  
NIM : 1501501428  
Alamat : Jl. Sersan Mesrul 3B/90 RT. 02 RW. 07 Kelurahan Gladak  
Anyar Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan  
Telepon : 087850020374

Menyatakan bahwa Tesis yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan judul: ~~Hubungan~~ HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA • adalah hasil karya saya sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada klaim dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Fakultas Psikologi tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri

Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari pihak manapun

Surabaya, 21 Agustus 2017

Hormat Saya

Abdus Salam

## KATA PENGANTAR

Puji syukur pada Tuhan yang Maha Esa, atas pernyertaan dan hikmahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis berjudul *Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa*. Dalam proses penulisan sejak awal tesis ini, banyak pihak yang telah terlibat dengan *hikmah* baik pikiran, tenaga waktu dan usaha serta kesempatan untuk berdiskusi, mengoreksi dan memberikan masukan terhadap problem aktual yang sedang dikaji dan dihadapi penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan penuh rasa hormat, penulis menyampaikan penghargaan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. drg. Hj. Ida Aju Bahmasari, DiplDHE., MPA. Rektor Perguruan Tinggi 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, M.S., Psikolog selaku Dekan Program Studi *Mag* Psikologi Universitas 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Bapak Prof. Dr.H.M. Asfad Djalali, SU selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

4. Bapak Prof. D. Suharnan, MS. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.
5. Bapak Dr. Andik Matulesy, M.Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan pada program Studi Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya atas bimbingan ilmu yang telah diberikan, semoga menjadi ladang ilmu yang bermanfaat bagi penulis
7. Ibu Dra. Hj. Faridah, M.Pd. selaku Kepala UPT SMA Negeri 1 Pamekasan atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepada penulis dalam rangka mengadakan penelitian sehingga tesis ini rampung dan dapat diselesaikan
8. Bapak Moh. Kuddus, S.Ag, M.Th.I. selaku Guru Bimbingan dan Konseling UPT SMA Negeri 1 Pamekasan atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepada penulis dalam rangka mengadakan penelitian sehingga tesis ini rampung dan dapat diselesaikan.
9. Segenap siswa/i UPT SMA Negeri 1 Pamekasan tahun pelajaran 2016/2017 kelas X yang sudah menjadi responden dan telah membantu mengisi angket yang telah dibagikan sehingga mengantarkan penulis dalam menyelesaikan tesis ini.



10. Kedua orang tuaku bapak Anwar, Ibu Suhartatik dan kedua mertua bapak Mofi, Ibu Slamiyang selama ini memberikan dukungan, dofa dan nasehat nasehat sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
11. Istriku dan Anaku tercinta yang tersayang Hglimatus Sakdiyah Wildan Nur Rahman Salam, Alifia Nur Hidayat yang selama ini selalu memberikan dorongan dan motivasi serta dofa, meluangkan waktu, tenaga menemani penulis menyelesaikan tugas mata kuliah serta materi dengan penuh kesabaran dan pengertiannya sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
12. Adik-adiku tersayang, Sitti Sulaiha, Sudarman, Akhmad Darus Salam, Aifin Sofiyansyah Hidayat dan sebagainya yang selama ini telah memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis sehingga penulis diberikan kekuatan dan kemampuan menyelesaikan tesis ini.
13. Bapak Dr. Subahnan, M.Pd selaku Kepala Sekolah dan seluruh Guru dan TU beserta Staf TU di SMP Negeri 2 Palengaan yang selama ini telah memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis sehingga penulis diberikan kekuatan dan kemampuan menyelesaikan tesis ini.
14. Teman teman Guru MGBK SMP Negeri/Swasta Kabupaten Pamekasan yang selama ini memberikan dukungan dan motivasi serta dofa serta menemani penulis menyelesaikan tugas mata kuliah, sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
15. Segenap teman teman angkatan XXXIV pada program Pascasarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

16. Sahabatku: Ibu Fitriyah, mbak Evi, mbak lis, mbak Nur Laila, mbak Fitri, mas Delly, mbak Nur Aini, mbak Nisaf, mbak Pris, mas Ziyad, mas Luqman, mas Ridaf yang telah terjalin selama penulis kuliah dan menambah ilmu dengan segala suka dan duka bersama dalam Program Magister Psikologi.
17. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga segala bantuan dan kebaikan mendapatkan balasan yang sama ~~Tuhan~~ dan semoga karya yang penuh makna ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya

Surabaya, 2 Agustus 2017

Penulis

Abdus Salam

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
ABSTRAK .....	xv
ABSTRACT .....	xvi
<b>BAB I . PENDAHULUAN</b>	
A. Permasalahan	
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	8
3. Keaslian Penelitian.....	10
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	
1. Tujuan Penelitian.....	14
2. Manfaat Penelitian.....	14
 <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA, LANDASAN PEMIKIRAN, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS</b>	
A. Tinjauan Pustaka	
1. Stres Akademik.....	16
2. Efikasi Diri .....	26
3. Dukungan Sosial.....	33
4. Hubungan antara Stres Akademik dengan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial.....	43

B. Landasan Pemikiran.....	47
C. Kerangka Konsep.....	48
D. Hipotesis.....	49
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	50
B. Subyek Penelitian	
1. Populasi Penelitian.....	51
2. Sampel Penelitian.....	51
C. Variabel Penelitian dan Pengukurannya.....	52
D. Teknik Pengumpulan Data.....	54
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	62
F. Uji Asumsi.....	64
G. Analisis Data.....	73
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	81
B. Pembahasan.....	88
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran .....	96
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>98</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Halaman	
Tabel3.1 Respon Jawaban Skala.....	55
Tabel 3.2 Blue print Efikasi Diri Sebelum Uji Coba.....	56
Tabel3.3 Blue print Efikasi Diri Setelah Uji Coba.....	57
Tabel 3.4 Blue print Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	58
Tabel 3.5 Blue print Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	59
Tabel3.6 Blue print Stres Akademik Sebelum Uji Coba.....	60
Tabel3.7 Blue print Stres Akademik Setelah Uji Coba.....	61
Tabel3.8 Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	64
Tabel3.9 Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	65
Tabel3.10 Sebaran Aitem Skala Skala Efikasi Diri Sahih.....	65
Tabel3.11 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	66
Tabel3.12 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	67
Tabel3.13 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	68
Tabel3.14 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	69
Tabel3.15 Sebaran Aitem Skala Skala Dukungan Sosial Sahih.....	69
Tabel3.16 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	70
Tabel3.17 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	71
Tabel3.18 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	72
Tabel3.19 Sebaran Aitem Skala Skala Stres Akademik Sahih.....	72
Tabel3.20 Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	75
Tabel3.21 Hasil Uji Linearitas.....	76
Tabel3.22 Hasil Uji Collinearity.....	78
Tabel4.1 Analisis Regresi Linear Berganda.....	82
Tabel4.2 Anova <sup>a</sup> .....	83
Tabel4.3 Nilai Koefisien Regresi Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik.....	84
Tabel4.4 Analisis Regresi Efikasi Diri dan Stres Akademik.....	86
Tabel4.5 Analisis Regresi Dukungan Sosial dan Stres Akademik.....	87
Tabel4.6 Koefisien Korelasi Dukungan Sosial dan Stres Akademik.....	88

## DAFTAR GAMBAR

Halaman	
Gambar 21 Kerangka Konsep.....	48
Gambar 31 Variabel Penelitian.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Efikasi Diri Dukungan Sosial dan Stres	
Lampiran 2. Tabulasi Data Hasil Penelitian Efikasi Diri.....	113
Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil Penelitian Dukungan Sosial.....	118
Lampiran 4. Tabulasi Data Hasil Penelitian Stres Akademik.....	123
Lampiran 5. Hasil Uji Normalitas.....	128
Lampiran 6. Hasil Uji Linearitas Hubungan Variabel Efikasi Diri dengan Stres Akademik.....	129
Lampiran 7. Hasil Uji Linearitas Hubungan Variabel Dukungan Sosial dengan Stres Akademik.....	131
Lampiran 8. Hasil Analisis Regresi.....	133

# HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Oleh

Abdus Salam

## ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji hubungan simultan dan parsial efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pengumpulan data melalui angket yang disebarkan kepada 100 siswa urban di SMA Negeri 1 Pamekasan secara purposive. Hasil analisis uji regresi menunjukkan nilai  $F = 28,453$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) berarti efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi yang sangat signifikan. Hasil uji korelasi parsial antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik memperoleh nilai  $t = -0,145$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa antara efikasi diri dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan. Hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan stres diperoleh nilai  $t = -0,561$  dengan  $p = 0,081$  ( $p > 0,05$ ), yang artinya antara dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan.

Kata kunci :Stres akademik, efikasi diri, dukungan sosial



# THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC STRES IN STUDENTS

By

Abdus Salam

## Abstract

Research for studies both simultaneous or partial correlation of self efficacy and social support with academic stres. This study used quantitative methods, with data collection through a questionnaire that take 100 student entrants away in SMA Negeri 1 Pamekasan purposively. Results of regressions analysis showed the value of  $F = 28,45$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Means self efficacy and social support with support with academic stres has a highly significant correlation. The results of partial correlation between test self efficacy with academic stres get the value  $t = -0,145$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) which means that between self efficacy with academic stress has a significant negative correlation. The results of correlation between social support stress obtained value  $t = -0,561$  with  $p = 0,081$  ( $p > 0,05$ ), meaning that the social support with academic stress has a significant negative correlation.

Keywords :academic stress, self efficacy, social support

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Abdus Salam  
NIM : 1501501428  
Alamat : Jl. Sersan Mesrul 3B/90 RT. 02 RW. 07 Kelurahan Gladak  
Anyar Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan  
Telepon : 087850020374

Menyatakan bahwa Tesis yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan judul: ~~HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA •~~ adalah hasil karya saya sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada ~~klaim~~ dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Fakultas Psikologi tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri

Atas hal tersebut saya bersedia ~~men~~ menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan ~~seben~~ tanpa paksaan dari pihak manapun

Surabaya 9 Agustus 2017

Hormat Saya

Abdus Salam

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

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa:

Nama : ABDUS SALAM  
Nomor Mahasiswa : 1531521428

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya karya ilmiah saya yang berjudul :  
HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA SISWA

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada).

Dengan demikian saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surabaya

Pada tanggal : 7 JANUARI 2019

Yang menyatakan



(ABDUS SALAM)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur pada Tuhan yang Maha Esa, atas pernyertaan dan hikmahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis berjudul Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa dalam proses penulisan sejak awal tesis ini, banyak pihak yang telah terlibat dengan hilas baik pikiran, tenaga waktu dan usaha serta kesempatan untuk berdiskusi, mengoreksi dan memberikan masukan terhadap problem aktual yang sedang dikaji dan dihadapi penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan penuh rasa hormat, penulis menyampaikan penghargaan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. drg. Hj. Ida Aju Bahmasari, DiplDHE., MPA. Rektor Perguruan Tinggi 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, M.S., Psikolog selaku Dekan Program Studi Magister Psikologi Universitas 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Bapak Prof. Dr.H.M. As,ad Djalali, SU selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

4. Bapak Prof. D. Suharnan, MS. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.
5. Bapak Dr. Andik Matulesy, M.Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan pada program Studi Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya atas bimbingan ilmu yang telah diberikan, semoga menjadi ladang ilmu yang bermanfaat bagi penulis
7. Ibu Dra. Hj. Faridah, M.Pd. selaku Kepala UPT SMA Negeri 1 Pamekasan atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepada penulis dalam rangka mengadakan penelitian sehingga tesis ini rampung dan dapat diselesaikan
8. Bapak Moh. Kuddus, S.Ag, M.Th.I. selaku guru Bimbingan dan Konseling UPT SMA Negeri 1 Pamekasan atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepada penulis dalam rangka mengadakan penelitian sehingga tesis ini rampung dan dapat diselesaikan.
9. Segenap siswa/i UPT SMA Negeri 1 Pamekasan tahun pelajaran 2016/2017 kelas X yang sudah menjadi responden dan telah membantu mengisi angket yang telah dibagikan sehingga mengantarkan penulis dalam menyelesaikan tesis ini.

10. Kedua orang tuaku bapak Anwar, Ibu Suhartatik dan kedua mertua bapak Mo,i, Ibu Slami yang selama ini memberikan dukungan, do,a dan nasehat nasehat sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
11. Istriku dan Anaku tercinta yang tersayang Hglimatus Sakdiyah Wildan Nur Rahman Salam, Alifia Nur Hidayat yang selama ini selalu memberikan dorongan dan motivasi serta do,a, meluangkan waktu, tenaga menemani penulis menyelesaikan tugas mata kuliah serta materi dengan penuh kesabaran dan pengertiannya sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
12. Adik-adiku tersayang, Sitti Sulaiha, Sudarman, Akhmad Darus Salam, Aifin Sofiyansyah Hidayat dan sebagainya yang selama ini telah memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis sehingga penulis diberikan kekuatan dan kemampuan menyelesaikan tesis ini.
13. Bapak Dr. Subahnan, M.Pd selaku Kepala Sekolah seluruh Guru dan TU beserta Staf TU di SMP Negeri 2 Palengaan yang selama ini telah memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis sehingga penulis diberikan kekuatan dan kemampuan menyelesaikan tesis ini.
14. Teman teman Guru MGBK SMP Negeri/Swasta Kabupaten Pamekasan yang selama ini memberikan dukungan dan motivasi serta do,a serta menemani penulis menyelesaikan tugas mata kuliah, sehingga mengantarkan penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
15. Segenap teman teman angkatan XXXIV pada program Pascasarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 45 Surabaya.

16. Sahabat: Ibu Fitriyah, mbak Evi, mbak lis, mbak Nur Laila, mbak Fitri, mas Delly, mbak Nur Aini, mbak Nisa,, mbak Pris, mas Ziyad, mas Luqman, mas Rida, yang telah terjalin selama penulis kuliah dan menambah ilmu dengan segala suka dan duka bersama dalam Program Magister Psikologi.
17. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga segala bantuan dan kebaikan mendapatkan balasan yang sama dari Tuhan dan semoga karya yang penuh makna ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya

Surabaya, 2 Agustus 2017

Penulis

Abdus Salam

# HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA

Oleh

Abdus Salam

## ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji hubungan simultan dan parsial efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pengumpulan data melalui angket yang diisi oleh 100 siswa urban di SMA Negeri 1 Pamekasan secara purposive. Hasil analisis uji regresi menunjukkan nilai  $F = 28,453$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) berarti efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi yang sangat signifikan. Hasil uji korelasi parsial antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik memperoleh nilai  $t = -0,145$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa antara efikasi diri dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan. Hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan stres diperoleh nilai  $t = -0,561$  dengan  $p = 0,081$  ( $p > 0,05$ ), yang artinya antara dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan.

Kata kunci :Stres akademik, efikasi diri, dukungan sosial



# THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC STRES IN STUDENTS

By

Abdus Salam

## Abstract

Research for studies both simultaneous or partial correlation of self efficacy and social support with academic stres. This study used quantitative methods, with data collection through a questionnaire that take 100 student entrants away in SMA Negeri 1 Parakan purposively. Results of regressions analysis showed the value of  $F = 28,453$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Means self efficacy and social support with support with academic stres has a highly significant relation. The results of partial correlation between test self efficacy with academic stres get the value  $t = -0,145$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) which means that between self efficacy with academic stress has a significant negative correlation. The results of correlation between social support stress obtained value  $t = -0,561$  with  $p = 0,081$  ( $p > 0,05$ ), meaning that the social support with academic stress has a significant negative correlation.

Keywords :academic stress, self efficacy, social support

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
ABSTRAK .....	xv
ABSTRACT .....	xvi
<b>BAB I . PENDAHULUAN</b>	
A. Permasalahan	
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	8
3. Keaslian Penelitian.....	10
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	
1. Tujuan Penelitian.....	14
2. Manfaat Penelitian.....	14
 <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA, LANDASAN PEMIKIRAN, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS</b>	
A. Tinjauan Pustaka	
1. Stres Akademik.....	16
2. Efikasi Diri .....	26
3. Dukungan Sosial.....	33
4. Hubungan antara Stres Akademik dengan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial.....	43

B. Landasan Pemikiran.....	47
C. Kerangka Konsep.....	48
D. Hipotesis.....	49
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	50
B. Subyek Penelitian	
1. Populasi Penelitian.....	51
2. Sampel Penelitian.....	51
C. Variabel Penelitian dan Pengukurannya.....	52
D. Teknik Pengumpulan Data.....	54
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	62
F. Uji Asumsi.....	64
G. Analisis Data.....	73
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	81
B. Pembahasan.....	88
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran .....	96
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>98</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Halaman	
Tabel3.1 Respon Jawaban Skala.....	55
Tabel 3.2 Blue print Efikasi Diri Sebelum Uji Coba.....	56
Tabel3.3 Blue print Efikasi Diri Setelah Uji Coba.....	57
Tabel 3.4 Blue print Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	58
Tabel 3.5 Blue print Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	59
Tabel3.6 Blue print Stres Akademik Sebelum Uji Coba.....	60
Tabel3.7 Blue print Stres Akademik Setelah Uji Coba.....	61
Tabel3.8 Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	64
Tabel3.9 Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	65
Tabel3.10 Sebaran Aitem Skala Skala Efikasi Diri Sahih.....	65
Tabel3.11 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	66
Tabel3.12 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	67
Tabel3.13 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	68
Tabel3.14 Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	69
Tabel3.15 Sebaran Aitem Skala Skala Dukungan Sosial Sahih.....	69
Tabel3.16 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	70
Tabel3.17 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	71
Tabel3.18 Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	72
Tabel3.19 Sebaran Aitem Skala Skala Stres Akademik Sahih.....	72
Tabel3.20 Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	75
Tabel3.21 Hasil Uji Linearitas.....	76
Tabel3.22 Hasil Uji Collinearity.....	78
Tabel4.1 Analisis Regresi Linear Berganda.....	82
Tabel4.2 Anova <sup>a</sup> .....	83
Tabel4.3 Nilai Koefisien Regresi Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik.....	84
Tabel4.4 Analisis Regresi Efikasi Diri dan Stres Akademik.....	86
Tabel4.5 Analisis Regresi Dukungan Sosial dan Stres Akademik.....	87
Tabel4.6 Koefisien Korelasi Dukungan Sosial dan Stres Akademik.....	88

## DAFTAR GAMBAR

Halaman	
Gambar 21 Kerangka Konsep.....	48
Gambar 31 Variabel Penelitian.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Stres	
Lampiran 2. Tabulasi Data Hasil Penelitian Efikasi Diri.....	113
Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil Penelitian Dukungan Sosial.....	118
Lampiran 4. Tabulasi Data Hasil Penelitian Stres Akademik.....	123
Lampiran 5. Hasil Uji Normalitas.....	128
Lampiran 6. Hasil Uji Linearitas Hubungan Variabel Efikasi Diri dengan Stres Akademik.....	129
Lampiran 7. Hasil Uji Linearitas Hubungan Variabel Dukungan Sosial dengan Stres Akademik.....	131
Lampiran 8. Hasil Analisis Regresi.....	133