

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN  
HARDINESS DENGAN KECEMASAN KARIR DI MASA  
DEPAN PADA MAHASISWA AKHIR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Erika Renanda Putri Wardani**  
**NPM : 1511900104**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**i**

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN  
HARDINESS DENGAN KECEMASAN KARIR DI MASA  
DEPAN PADA MAHASISWA AKHIR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Erika Renanda Putri Wardani**

**NPM : 1511900104**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Erika Renanda Putri Wardani

NBI : 1511900104

Studi : Psikologi

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Sidoarjo, 25 Juni 2023



Erika Renanda Putri Wardani

1511900104



**UNIVERSITAS 17  
AGUSTUS 1945  
SURABAYA**

**BADAN PERPUSTAKAAN**  
Jl. Semolowaru 45 Surabaya  
Tlp. 0315931800  
Email : [perpus@untag-sby.ac.id](mailto:perpus@untag-sby.ac.id)

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

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Erika Renanda Putri Wardani

NBI : 1511900104

Fakultas : Psikologi

Program : Psikologi

Jenis Karya : ~~Tugas Akhir / Skripsi / Tesis / Desertasi / Laporan Penelitian~~  
~~/Makalah~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive)* karya ilmiah saya yang berjudul :

**Hubungan Antara Stres Akademik dan Hardiness dengan Kecemasan Karir di Masa Depan pada Mahasiswa Akhir**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 25 Juni 2023

Sidoarjo, 25 Juni 2023

Erik:   
1511900104

SEPULUH RIBU RUPIAH  
10000  
METERAI  
TEMPEL  
0118EAKX521656580  
dani

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**Nama : Erika Renanda Putri Wardani**

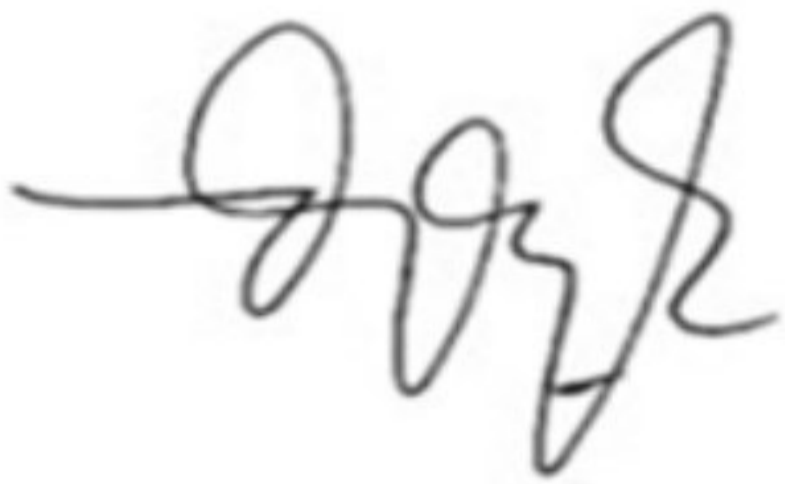
**NPM : 1511900104**

**Judul : Hubungan Antara Stres Akademik dan *Hardiness* dengan Kecemasan Karir di Masa Depan pada Mahasiswa Akhir**

**Sidoarjo, 25 Juni 2023**

**Disetujui Oleh :**

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. Dyan Evita Santi., S.Psi., M.Si**

**NPP. 20510.02.0550**

**Dosen Pembimbing II**



**Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**

**NPP. 20510.17.0738**

## HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dipertahankan di depan dewan penguji skripsi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan diterima untuk memenuhi sebagian syarat- syarat Guna memperoleh derajat sarjana psikologi

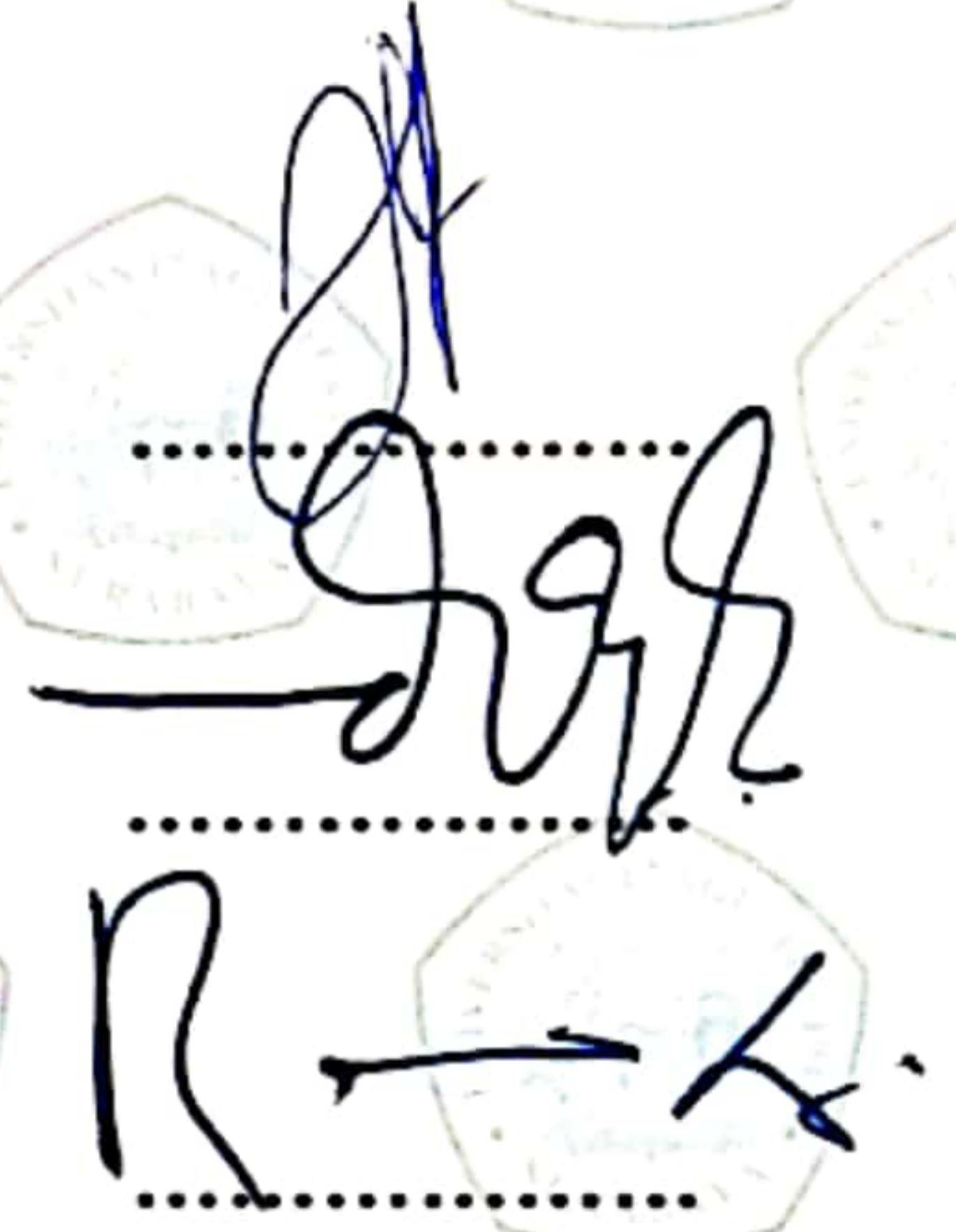
Pada tanggal : 27 Juni 2023

Dewan Penguji

1. Aliffia Ananta, S.Psi., M.Psi., Psikolog

2. Dr. Dyan Evita Santi., S.Psi., M.Si

3. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog



Mengesahkan  
Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



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

NPP. 20510.02.0552

## HALAMAN MOTTO

Ketika kamu melakukan sesuatu yang kamu mau, maka jagat raya akan membantu memperjuangkannya – Paulo Coelho.

Begitulah hidup yang mengatur segala sesuatu. Dalam alkimia, itu namanya Jiwa Dunia. Kalau kamu menginginkan sesuatu sepenuh hatimu, saat itulah kamu berada amat sangat dekat dengan Jiwa Dunia - Paulo Coelho.

Saat orang mengambil keputusan berarti dia menceburkan diri dalam arus deras yang akan membawanya ke tempat-tempat yang tak pernah dibayangkannya ketika dia pertama-tama mengambil keputusan tersebut –Paulo Coelho.

Kamu akan selalu menjadi tanggung jawab untuk selama-lamanya atas apa yang telah kamu pilih. Kamu bertanggung jawab atas pilihanmu. Dan aku, bertanggung jawab atas pilihanku.

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Saya persembahkan karya ini

Untuk Mama, Ayah, Adik, dan keluarga besar saya. Terimakasih untuk semua dukungan yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

Untuk teman-teman saya yang selama ini memberikan dukungan dan meyakinkan bahwa saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

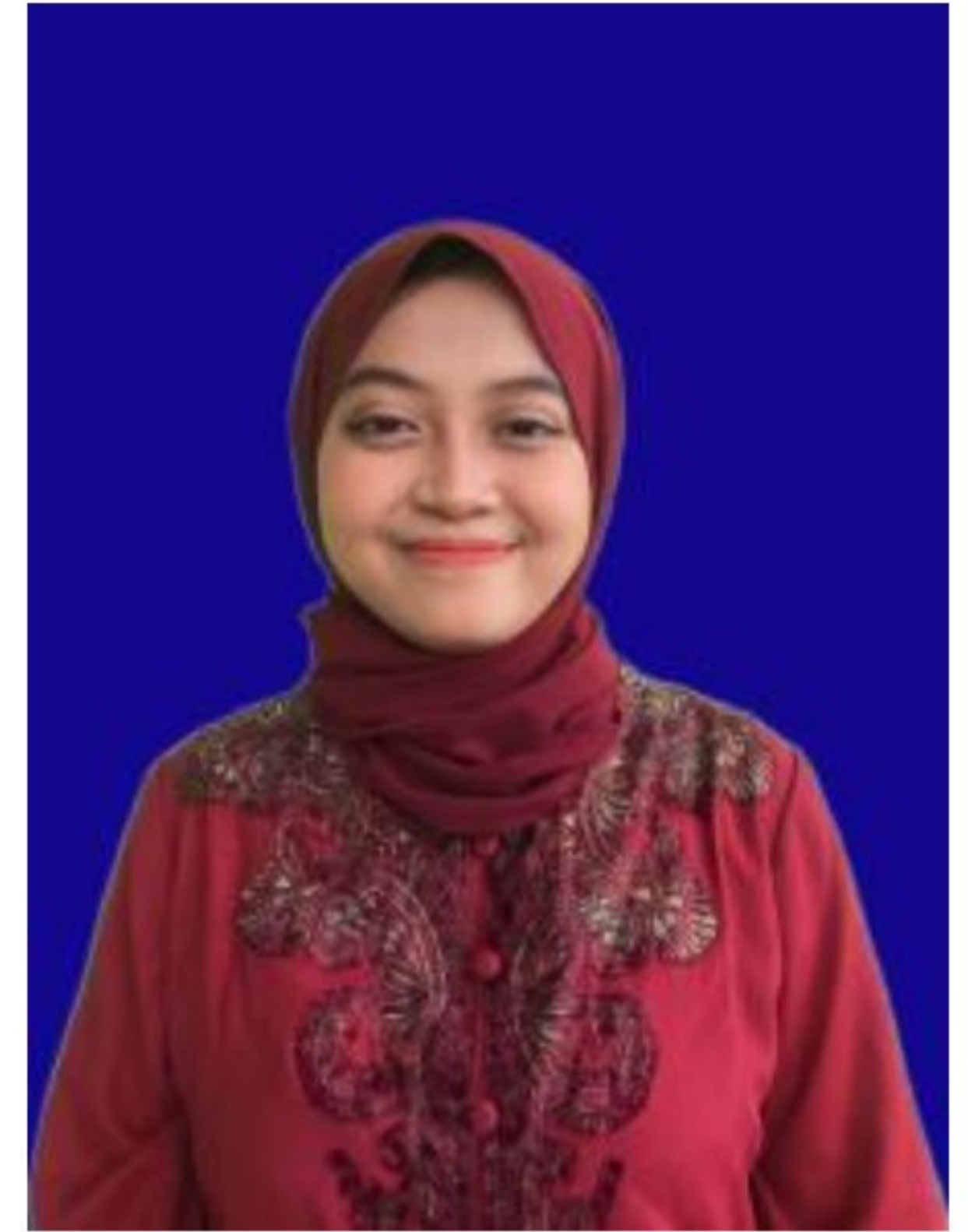
Untuk diri saya sendiri terima kasih tidak pernah menyerah, terima kasih sudah berjuang sampai akhir.



## CURRICULUM VITAE

### A. Identitas Diri

Nama : Erika Renanda Putri Wardani  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Tempat Lahir : Kediri  
Tanggal Lahir : 12 Agustus 2001  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Jl. Raya Taman Tengah II Blok A.  
No. Telephone : 082229149541  
Alamat Email : [erikarenanda12@gmail.com](mailto:erikarenanda12@gmail.com)



### B. Riwayat Pendidikan

2007 – 2013 : SDN Geluran 1 Taman  
2013 - 2016 : SMP Muhammadiyah 2 Taman  
2016 – 2019 : SMA Muhammadiyah 1 Taman  
2019 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### C. Kemampuan

- 1) Microsoft Word
- 2) Microsoft Excel
- 3) Power Point
- 4) Canva
- 5) Administrasi Alat Tes Psikologi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami ucapkan kehadiran Tuhan atas segala rahmat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi sampai dengan selesai dengan judul “Hubungan Antara Stres Akademik dan *Hardiness* dengan Kecemasan Karir di Masa Depan pada Mahasiswa Akhir”

Tidak lupa kami mengucapkan terima kasih terhadap bantuan dari pihak yang telah berkontribusi dengan memberikan sumbangan baik pikiran maupun materinya. Maka dengan rasa tulus dan ikhlas penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada:

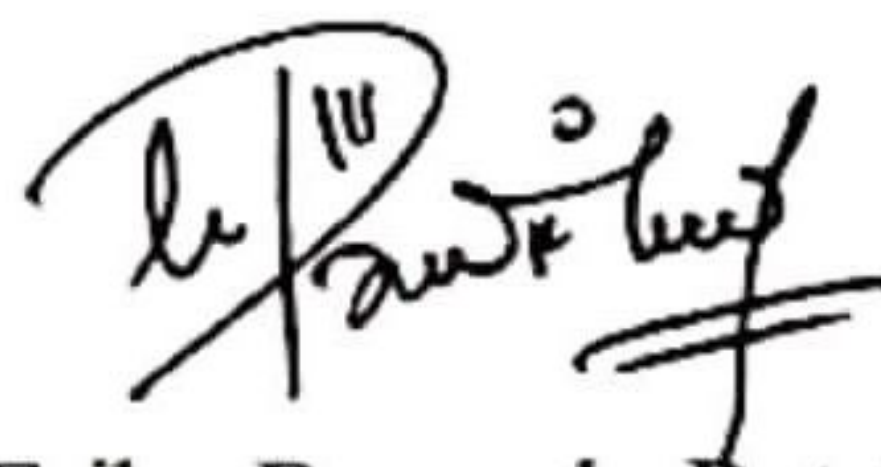
1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Dyan Evita Santi., S.Psi, M.Psi., selaku dosen pembimbing pertama yang telah percaya bahwa saya dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.
5. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan masukan agar mampu menyelesaikan skripsi dengan baik.
6. Diah Sofiah., S.Psi., M.Psi., selaku dosen wali selama menjalankan perkuliahan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat tentang ilmu yang saya inginkan dan saya minati yakni psikologi.
8. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam setiap urusan mata kuliah dan administrasi skripsi.
9. Mama, Ayah, Adik, dan seluruh keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima kasih sudah percaya dengan mimpi-mimpi saya, selalu mendukung serta mendoakan saya sampai detik ini.
10. Nabillah Eka Putri dan Belva Artanti Suryadiningrum, selaku sahabat baik saya selama masa perkuliahan. Terima kasih sudah kebersamai saya sampai akhir masa perkuliahan.
11. Ardelia Nabilah Priyandoko, Salsabilla Wardani, Sofia Indrianti selaku sahabat baik saya. Terima kasih sudah meluangkan waktu dan sudah bersedia menjadi kantong sampah psikologis selama proses pengerjaanskripsi.
12. Marshanda Hanna dan Citra Ayu selaku teman seperbimbingan, terima kasih untuk dukungannya.
13. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih sebanyak- banyaknya.
14. Terima kasih untuk diri sendiri yang sudah hebat karena bisa menyelesaikan ini semua dengan baik.

Penulis sangat berharap semoga skripsi ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi pembaca. Bagi kami sebagai

penulis merasa bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman kami. Untuk itu kami sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Sidoarjo, 25 Juni 2023



Erika Renanda Putri Wardani

1511900104

# HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN *HARDINESS* DENGANKECEMASAN KARIR DI MASA DEPAN PADA MAHASISWA AKHIR

**Erika Renanda Putri Wardani**

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[erikarenanda12@gmail.com](mailto:erikarenanda12@gmail.com)

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan *hardiness* dengan kecemasan karir di masa depan pada mahasiswa akhir. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jumlah 121 subjek. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di semester akhir. Berdasarkan perhitungan analisis regresi diketahui bahwa uji hipotesis 1 menunjukkan bahwa nilai  $t = 10,410$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara stres akademik dengan kecemasan karir di masa depan pada mahasiswa akhir. Uji hipotesis 2 menunjukkan bahwa nilai  $t = -2,003$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan karir di masa depan pada mahasiswa akhir. Sementara itu uji hipotesis 3 diperoleh skor  $F = 88,446$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dan *hardiness* dengan kecemasan karir di masa depan pada mahasiswa akhir.

Kata Kunci : *hardiness*, kecemasan karir, mahasiswa akhir, stres akademik

# THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS AND HARDINESS ABOUT CARRIER ANXIETY FOR FINAL-YEAR STUDENT

**Erika Renanda Putri Wardani**

Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya  
[erikarenanda12@gmail.com](mailto:erikarenanda12@gmail.com)

## *Abstract*

This study aimed to determine the relationship between academic stress and *hardiness* with future career anxiety in final students. This study used quantitative research with a total of 121 subjects. The sampling technique in this study is *purposive sampling* technique. The sample in this study is active students who are studying in the final semester. Based on the calculation of regression analysis, it is known that hypothesis test 1 shows that the value of  $t = 10.410$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ), meaning that there is a very significant relationship between academic stress and future career anxiety in final students. Test hypothesis 2 shows that the value of  $t = -2.003$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ), means that there is a very significant relationship between *hardiness* and future career anxiety in final students. Meanwhile, hypothesis test 3 obtained a score of  $F = 88.446$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ), meaning that there is a significant relationship between academic stress and *hardiness* with future career anxiety in final students.

Keyword : academic stress, career anxiety, final student, hardiness

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
CURRICULUM VITAE .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. PERMASALAHAN .....</b>	<b>1</b>
1. Latar Belakang Masalah .....	1
2. Rumusan Masalah.....	4
<b>B. TUJUAN DAN MANFAAT .....</b>	<b>4</b>
1. Tujuan Penelitian .....	4
2. Manfaat Penelitian.....	4
<b>C. KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>5</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>

A.	KECEMASAN KARIR .....	9
1.	Pengertian Kecemasan Karir .....	9
2.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Karir .....	10
3.	Aspek-Aspek Kecemasan Karir .....	11
B.	STRES AKADEMIK.....	13
1.	Pengertian Stres Akademik .....	13
2.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik .....	14
3.	Aspek-Aspek Stres Akademik.....	16
C.	<i>HARDINESS</i> .....	17
1.	Pengertian <i>Hardiness</i> .....	17
2.	Faktor-Faktor <i>Hardiness</i> .....	19
3.	Aspek-Aspek <i>Hardiness</i> .....	20
D.	KERANGKA BERFIKIR .....	21
E.	HIPOTESIS .....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>25</b>
A.	Populasi dan Sampel .....	25
1.	Populasi.....	25
2.	Sampel.....	25
B.	DESAIN PENELITIAN.....	26
C.	INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA .....	26
1.	Skala Kecemasan Karir .....	27
2.	Skala Stres Akademik .....	30
3.	Skala <i>Hardiness</i> .....	33
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	36
1.	Uji Prasyarat .....	36
2.	Analisis Data .....	38



<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	39
A.    HASIL PENELITIAN .....	39
1.    Pelaksana Penelitian .....	39
2.    Data Demografi .....	39
3.    Analisis Deskriptif.....	42
B.    HASIL PENELITIAN .....	45
C.    PEMBAHASAN.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	51
A.    KESIMPULAN .....	51
B.    SARAN .....	51
1.    Bagi Subjek Penelitian.....	51
2.    Bagi Peneliti Selanjutnya .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN .....	57

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Respon Jawaban Skala Likert .....	27
Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan Karir .....	28
Tabel 3. Uji Validasi Skala Kecemasan Karir .....	29
Tabel 4. Uji Diskriminasi Skala Kecemasan Karir .....	30
Tabel 5. Hasil Uji Reabilitas Kecemasan Karir .....	30
Tabel 6. Blue Print Stres Akademik .....	31
Tabel 7. Uji Validitas Skala Stres Akademik .....	32
Tabel 8. Hasil Uji Diskriminasi Skala Stres Akademik .....	32
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik .....	33
Tabel 10. Blue Print Skala <i>Hardiness</i> .....	34
Tabel 11. Uji Validitas Skala <i>Hardiness</i> .....	35
Tabel 12. Uji Validitas Skala <i>Hardiness</i> .....	35
Tabel 13. Uji Reliabilitas Skala <i>Hardiness</i> .....	35
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas Kecemasan Karir .....	36
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas Stres Akademik dan <i>Hardiness</i> .....	37
Tabel 16. Hasil Uji Multikolinieritas Stres Akademik dan <i>Hardiness</i> .....	37
Tabel 17. Hasil Uji Heteroskedasitas Stres Akademik dan <i>Hardiness</i> .....	38
Tabel 18. Rekapitulasi Responden Peneliti Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Tabel 19. Rekapitulasi Responden Peneliti Berdasarkan Usia .....	40
Tabel 20. Rekapitulasi Responden Peneliti Berdasarkan Semester .....	40
Tabel 21. Rekapitulasi Responden Peneliti Berdasarkan Jurusan .....	40
Tabel 22. Rumusan Kategorisasi Data Hasil Penelitian .....	43
Tabel 23. Kategorisasi Subjek pada Skala Kecemasan Karir dengan Statistik Hipotetik .....	43
Tabel 24. Kategorisasi Subjek pada Skala Stres Akademik dengan Statistik Hipotetik .....	44
Tabel 25. Kategorisasi Subjek pada Skala <i>Hardiness</i> dengan Statistik Hipotetik .....	44
Tabel 26. Hasil Penelitian Hipotesis 1 .....	45
Tabel 27. Hasil Penelitian Hipotesis 2 .....	45
Tabel 28. Hasil Penelitian Hipotesis 3 .....	46
Tabel 29. Komponen Rumus Sumbangan Efektif Tiap Variabel Bebas Terhadap Variabel Terikat .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Daftar Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	23
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Alat Ukur.....	57
Lampiran 2. Hasil Tabulasi Data Skala Kecemasan Karir .....	64
Lampiran 3. Hasil Tabulasi Data Stres Akademik .....	75
Lampiran 4. Hasil Tabulasi Data <i>Hardiness</i> .....	86
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Karir .....	97
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	100
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Hardiness</i> .....	104
Lampiran 8. Hasil Uji Normalitas.....	109
Lampiran 9. Hasil Uji Linearitas .....	109
Lampiran 10. Hasil Uji Multikolinearitas .....	111
Lampiran 11. Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	111
Lampiran 12. Hasil Koefisien Determinasi (R Square) .....	112
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis 1 ( $X_1$ , $X_2$ , $Y$ ) .....	112
Lampiran 14. Hasil Uji Hipotesis 2 dan 3 .....	113
Lampiran 15. Hasil Sumbangan Efektif.....	113
Lampiran 14. Hasil Turnitin .....	115