

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA MBKM

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Universitas 17 Agustus
1945 Surabaya untuk Memenuhi Persyaratan Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

Nama : Alvian Rizky Saputra

NPM : 1511800135

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
SEMESTER GENAP 2022/2023**

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA MBKM

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Universitas 17 Agustus
1945 Surabaya untuk Memenuhi Persyaratan Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :
Nama : Alvian Rizky Saputra
NPM : 1511800135**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
SEMESTER GENAP 2022/2023**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alvian Rizky Saputra
NBI : 1511800135
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa MBKM

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 13 Juli 2023

Alvian Rizky Saputra

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

NAMA : ALVIAN RIZKY SAPUTRA

NBI : 1511800135

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA MBKM

Surabaya, 13 Juli 2023

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Andik Matulessy, M.Si., Psikolog

Suhadianto, S.Psi, M.Psi., Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi,
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derjat Sarjana Psikologi
Pada Tanggal: 13 Juli 2023**

DEWAN PENGUJI:

1. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
2. Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog
3. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Mengesahkan,
Fakultas psikologi
Universitas 17 agustus 1945 surabaya
Dekan,

Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
NPP.20510.02.0552



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

Sebagai Civitas Akademika Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alvian Rizky Saputra
NBI : 1511800135
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah~~

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

Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa MBKM

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (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 selama :

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal : 13 Juli 2023

Yang Menyatakan,

Alvian Rizky Saputra
NBI. 1511800135

HALAMAN MOTTO

*"Menyampaikan shalawat dan salam kepada Rasulullah SAW,
membantu menghilangkan kesulitan dan melenyapkan segala
cemas." - Dr. Aidh Al-Qarni*

*"Terkadang, kesulitan harus kau rasakan terlebih dahulu sebelum
kebahagiaan sempurna datang padamu." - R.A Kartini*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan tulus dan rendah hati, saya ingin menyampaikan persembahan khusus ini kepada kedua orang tua, adik saya dan juga saudara - saudari saya yang tak henti memberikan dukungan, cinta, dan semangat dalam perjalanan studi psikologi saya. Terima kasih atas ketabahan dan doa-doa yang selalu mengiringi langkah-langkah saya menuju pencapaian ini.

Tak lupa, ucapan terima kasih saya juga disampaikan kepada sahabat yang selalu menjadi sumber keceriaan dan dukungan selama proses belajar bersama. Kerja tim, diskusi, dan kolaborasi kita telah memberikan pengalaman berharga yang tak terlupakan.

Terakhir, namun tidak kalah penting, saya ingin mengucapkan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan hidayah, kekuatan, dan berkat-Nya dalam perjalanan ini. Semua pencapaian ini adalah anugerah-Nya yang tak dapat saya bayangkan sebelumnya.

CURRICULUM VITAE

INFORMASI PRIBADI

Nama : Alvian Rizky Saputra
Jenis Kelamin : Laki – Laki
Agama : Islam
Tempat Lahir : Surabaya
Tanggal Lahir : 23 April 2000
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Jl. Jagir Sidomukti
6B/10, Surabaya
Nomor
Handphone : 0838-3003-0020
Email : vianrizky055@gmail.com



PENDIDIKAN FORMAL

2006 – 2012 : SD Muhammadiyah 7 Surabaya
2012-2015 : SMP Dr. Soetomo Surabaya
2015 – 2018 : SMA 17 Agustus 1945 Surabaya
2018 – sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum. Wr. Wb Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, pencipta alam semesta beserta isinya yang Maha pengasih dan Maha penyayang. Atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kesempatan, kemudahan dan kelancaran sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa MBKM". Skripsi ini penulis susun sebagai persyaratan untuk memperoleh sarjana pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Skripsi ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah membantu. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi atas terselesaikannya skripsi ini, Ucapan terima kasih ditunjukkan 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. Amhersita Pasca Rina, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Andik Matulessy, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama atas bimbingan, pengarahan, kesediaan waktu dan kesabaran dalam menjawab ketidaktahuan penulis selama penelitian berlangsung hingga selesai.
5. Suhadianto, S.Psi, M.Psi Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua, atas motivasi arahan serta bimbingan yang diberikan kepada penulis.
6. Dr. Dyan Evita Santi, SPsi., MSi., Psikolog selaku dosen wali atas motivasi arahan serta bimbingan yang diberikan kepada penulis.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis menempuh pendidikan.
8. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu mengurus segala macam administrasi kampus sehingga penulis merasa dimudahkan
9. Seluruh pihak Universitas yang telah menerima penulis untuk menjadi bagian dari kampus merah putih tercinta.
10. Kedua orang tua saya yang tercinta Ayah Sarbini dan Ibu Nurlianah yang telah mendidik penulis hingga akhirnya saat ini penulis dapat menamatkan pendidikan sarjana. Terimakasih atas segala do'a yang senantiasa mengiringi penulis.

11. Sahabat seperjuangan semasa perkuliahan, terimakasih untuk Febrian Eka Manu Putra dan Kevin Amiruddin yang selalu mendukung perkuliahan dan skripsi saya.
12. Terimakasih pada responden dan teman-teman yang telah mendukung dan membantu saya dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Serta semua pihak atau teman yang mungkin penulis tidak bisa sebutkan satu persatu. Terima kasih banyak. Semoga kebaikan kalian dicatat oleh Allah SWT.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap melalui skripsi ini penulis dapat berbagi ilmu dengan para pembaca. Terima kasih.

Surabaya, 13 Juli 2023
Penulis

Alvian Rizky Saputra

Abstrak

Kampus Merdeka merupakan salah satu kebijakan dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nadiem Makarim yang memberikan kebijakan Perguruan Tinggi. Tujuan dari kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka adalah mendorong mahasiswa menguasai berbagai bidang ilmu pengetahuan sesuai dengan bidang keahliannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa yang terlibat dalam program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM). Teknik analisa data yang akan di gunakan dalam penelitian ini Menggunakan metode penelitian pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasi product-moment pearson. Sampel penelitian ini terdiri dari mahasiswa mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengikuti MBKM semester gasal 2021/2022. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner google form yang berfokus pada pengukuran dukungan sosial dan stres akademik. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa MBKM. Berdasarkan hasil uji product moment Pearson melalui bantuan Statistical Package For the Social Sciences (SPSS) versi 25.0 for windows di peroleh nilai korelasi sebesar -0,514 dengan nilai signifikansi $p=0,000 < 0,01$ yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang menempuh program MBKM, maka semakin tinggi dukungan sosial pada mahasiswa maka semakin rendah stres akademik yang di alami mahasiswa, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi stres akademik yang di alami mahasiswa.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Mahasiswa MBKM, Merdeka Belajar Kampus Merdeka, Stres akademik.

Abstract

The Merdeka Campus is one of the policies of the Minister of Education and Culture Nadiem Makarim which provides Higher Education policies. The aim of the Merdeka Learning Campus policy is to encourage students to master various fields of knowledge in accordance with their areas of expertise. This study aims to explore the relationship between social support and academic stress on students who are involved in the Independent Learning Campus Merdeka (MBKM) program. The data analysis technique that will be used in this study uses a quantitative approach research method with a Pearson product-moment correlation research design. The research sample consisted of students from the Faculty of Psychology who took part in the MBKM odd semester 2021/2022. Data collection was carried out through a google form questionnaire that focused on measuring social support and academic stress. The results of data analysis show that there is a relationship between social support and academic stress on MBKM students. Based on the results of the Pearson product moment test through the help of the Statistical Package For the Social Sciences (SPSS) version 25.0 for windows, a correlation value of -0.514 was obtained with a significance value of $p = 0.000 < 0.01$, which means that there is a significant negative relationship between social support and academic stress on students taking the MBKM program, the higher the social support for students, the lower the academic stress experienced by students, conversely the lower the social support, the higher the academic stress experienced by students.

Keywords: *Academic Stress, Independent Learning Independent Campus, MBKM Students, Social Support.*

DAFTAR ISI

Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	ii
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	iii
Halaman Persetujuan Tim Penguji	iv
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Untuk Kepentingan Akademis.....	v
Halaman Motto	vi
Halaman Persembahan	vii
Curriculum Vitae	viii
Kata Pengantar.....	ix
Abstrak	xi
Abstract.....	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1.Latar Belakang Permasalahan	1
2.Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
1.Tujuan Penelitian.....	6
2.Manfaat Penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian	7
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Stres Akademik	9
1.Pengertian Stres Akademik	9
2.Aspek-aspek Stres Akademik.....	10
3.Faktor - Faktor Penyebab Stres Akademik	12
B. Dukungan Sosial.....	13
1.Pengertian Dukungan Sosial	13
2.Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	14
3.Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial	15
4.Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik.....	16
C. Kerangka Berpikir	18
D. Hipotesis Penelitian	18
BAB III	19

METODE PENELITIAN	19
A. Populasi dan Partisipan.....	19
1. Populasi	19
2. Partisipan	19
B. Desain Penelitian	20
C. Variabel Penelitian	20
D. Instrumen Pengumpulan Data	21
E. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	27
1.Uji Prasyarat.....	27
2.Analisis Data	28
BAB IV	29
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Hasil Penelitian.....	29
1.Data demografi partisipan penelitian	29
2.Hasil uji hipotesis	29
B. Pembahasan	30
BAB V	33
KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka berpikir	18
-------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Stres Akademik	19
Tabel 3. 2 Skala likert.....	21
Tabel 3. 3 Blueprint Hasil Uji Validitas Item Skala Stres Akademik	22
Tabel 3. 4 Putaran Item Uji Validitas Skala Stres Akademik	23
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	24
Tabel 3. 6 Hasil Putaran Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik	24
Tabel 3. 7 Blueprint Dukungan Sosial	24
Tabel 3. 8 Blueprint Hasil Uji Validitas Item Skala Dukungan sosial	26
Tabel 3. 9 Putaran Item Uji Validitas Skala Dukungan Sosial.....	26
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	27
Tabel 3. 11 Hasil Putaran Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	27
Tabel 3. 12 Hasil Uji Normalitas.....	27
Tabel 3. 13 Hasil Uji Linieritas	28
Tabel 4. 1 Partisipan penelitian	29
Tabel 4. 2 Hasil uji korelasi dukungan sosial dengan stres akademik	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Pengukuran Penelitian Google Form	39
Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik	43
Lampiran 3. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	46
Lampiran 4. Tabulasi skor skala dukungan sosial	49
Lampiran 5. Tabulasi Skor Stres Akademik.....	52
Lampiran 6. Tabulasi skor total	55
Lampiran 7. Uji Prasyarat Uji Normalitas dan Linieritas.....	57

