

**HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS
OF CONTROL* DENGAN STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA PEKERJA**

SKRIPSI

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



Oleh :

MAYLIA DWI PUJILESTARI
NBI: 1512200017

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL*
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
PEKERJA**

SKRIPSI

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



**Oleh :
MAYLIA DWI PUJILESTARI
NBI: 1512200017**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

**HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL*
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
PEKERJA**

SKRIPSI

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



**Oleh :
MAYLIA DWI PUJILESTARI
NBI: 1512200017**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : MAYLIA DWI PUJILESTARI
NBI : 1512200017
Program 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.

Kota, Surabaya, 24, Januari, 2026



Maylia Dwi Pujilestari

NBI: 1512200017



**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 AKADEMIS**

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

Nama : Maylia Dwi Pujilestari
NBI/NPM : 1512200017
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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

**HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL*
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PEKERJA**

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 saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 24 Januari 2026



Maylia Dwi Pujilestari

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : Maylia Dwi Pujilestari

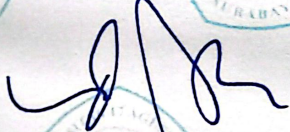
NBI : 1512200017

JUDUL : **HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL*
DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
PEKERJA**

Surabaya, 24 Januari 2026

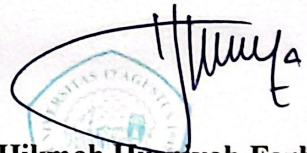
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



**Dr. Diah Sofiah, S.Psi.,
M.Si., Psikolog**

Dosen Pembimbing II



**Hikmah Husmiyah Farhanindya,
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 Derajat Sarjana Psikologi**

Dewan Penguji :

1. **Drs. Yanto Prasetyo, M.Si. Psikolog**
2. **Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog**
3. **Hikmah Husniyah Farhanindya, S.Psi., M.Psi.
Psikolog**

.....
.....
.....

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

HALAMAN MOTTO

“ Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya. Dan usahanya itu kelak akan diperlihatkan (balasannya).”

(QS. An-Najm: 39-40)

“Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah”

(QS.Al-Insyirah:7-8)

“Kunci keberhasilan bukan pada apa yang terjadi dari luar, tetapi pada bagaimana aku mengendalikan diri, dan bertawakal”

(Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala atas rahmat berkah yang diberikan, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan lancar. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini kepada :

1. Allah Subhanahu wa ta'ala dengan rahmat, hidayah, dan pertolongan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Puji syukur kepada Allah Subhanahu wa ta'ala yang mengabulkan doa dari orang-orang yang berharap kepada-Nya
2. Diri saya sendiri, karena dapat melalui perkuliahan dan berjuang hingga terselesainya skripsi ini. Jangan menyerah dalam kebaikan dan terus menuntut ilmu, terus menggapai mimpi dan terus berdoa kepada Allah Subhanahu wa ta'ala.
3. Kedua orang tua saya, khususnya ayahanda saya yang telah berpulang ke rahmatullah, dan ibu saya yang kini masih bersama saya, yang telah membantu, menguatkan, memberikan motivasi, dukungan, kasih sayang, dan doa-doa baik kepada saya. Terimakasih Ibu, saya yakin karena doa-doa ibu dan kakak, bisa melalui segala proses ini.
4. Seluruh anggota keluarga yang sudah memberi semangat kepada penulis. Semoga Allah Subhanahu wa ta'ala menjaga kalian dan melindungi kalian.
5. Almamater Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menimba ilmu di kampus merah putih.

CURRICULUM VITAE



A. Identitas Diri

1. Nama : Maylia Dwi Pujilestari
2. TTL : Sidoarjo, 12 Mei 2002
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Alamat : Perumahan TNI-AL, Sugihwaras, Candi, Sidoarjo
6. No.Telepon : 082221903622
7. Email : mayliadwipujilestari@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. TK : Dharma Wanita Sugihwaras, Candi,Sidoarjo
2. SD : SDN Sugihwaras No 56, Sugihwaras, Candi,Sidoarjo
3. SMP : SMP HangTuah 5 Candi,Sidoarjo
4. SMK : SMK 10 Nopember,Buduran, Sidoarjo

C. Riwayat Pekerjaan

Magang Asisten Keperawatan di RS Bhayangkara Porong (2019)

D. Riwayat Organisasi

1. Anggota OSIS SMP HangTuah 5 Candi Sidoarjo (2015-2017)
2. Anggota OSIS SMK 10 Nopember Buduran, Sidoarjo (2017-2019)
3. Sekretaris Esktrakulikuler Pramuka SMK 10 Nopember Buduran, Sidoarjo (2018)

E. Kemampuan

1. Mengoperasikan Microsoft Office (Word, Excell, PowerPoint)
2. Mampu bekerja dalam tim dan secara mahasiswa pekerja
3. Kemampuan organisasi dan kepemimpinan
4. Aktif dalam kegiatan sosial

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kita haturkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas rahmat dan berkah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan sebaik-baiknya. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam terselesainya skripsi ini, diantaranya:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali saya yang telah memberi arahan dalam pengambilan mata kuliah selama perkuliahan.
6. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing satu, yang telah mendidik dan berkenan memberikan waktu bimbingan, memberikan kritik, saran dan motivasi selama penyusunan skripsi.
7. Hikmah Husniyah Farhanindya, S.Psi., M.Psi. Psikolog selaku Pembimbing dua, yang telah mendidik dan berkenan memberikan waktu bimbingan, memberikan kritik, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah mendidik dan membimbing saya dengan baik dan sabar selama terlaksananya perkuliahan.
9. Kedua orang tua saya, yang telah senantiasa mendukung, mendoakan, dan memberikan motivasi kepada saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi saya.
10. Teman-teman saya yang berjuang menyelesaikan skripsi bersama (Kelas A Psikologi)

11. Ulil Izzah Al-Warisi yang telah senantiasa memberi dukungan dan memberikan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian tugas akhir.
12. Suluruh teman-teman saya di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, baik fakultas Psikologi maupun pada prodi yang termasuk di dalamnya.

HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PEKERJA

Maylia Dwi Pujilestari

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

mayliadwipujilestari@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Internal locus of control* dengan stres akademik pada mahasiswa pekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Populasi penelitian sebanyak 239 mahasiswa pekerja, dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu skala *Internal locus of control* Levenson (1981) dengan 8 item yang mengukur aspek *Internality*, menggunakan skala Likert 1-5. Sementara stres akademik diukur menggunakan *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) Gadzella (1994) dengan 19 item valid, juga dalam skala Likert 1-5. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan *non-parametrik* dan *Cronbach's Alpha* $\alpha = 0,70$, menunjukkan alat ukur berfungsi baik dan reliabel. Analisis data menggunakan *spearman rank correlation* dengan bantuan SPSS versi 27. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *Internal locus of control* dengan stres akademik $r = -0,561$, $p = 0,001$, yang berarti semakin tinggi *Internal locus of control* seorang mahasiswa pekerja, semakin rendah tingkat stres akademiknya. *Internal locus of control* memberikan sumbangan sebesar 74,2% terhadap stres akademik. Implikasi dari hasil ini, mahasiswa pekerja yang memiliki *Internal locus of control* lebih optimal dalam mengelola tekanan akademik dibandingkan rekan lainnya.

Kata Kunci: *Internal locus of control* , stres akademik, mahasiswa pekerja, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNAL LOCUS OF CONTROL AND ACADEMIC STRESS IN WORKING STUDENTS

Maylia Dwi Pujilestari

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

mayliadwipujilestari@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between *Internal locus of control* and academic stress in working students at the University of 17 August 1945 Surabaya. The study population was 239 working students, with a purposive sampling technique. The instrument used was the *Internal locus of control* scale Levenson, (1981) with 8 items measuring the *Internality* aspect, using a Likert scale of 1-5. Meanwhile, academic stress was measured using the *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) Gadzella (1994) with 19 valid items, also on a *Likert scale* of 1-5. Validity and reliability tests were carried out using non-parametrik and Cronbach's Alpha $\alpha = 0.70$, indicating that the measuring instrument functions well and is reliable. Data analysis used spearman rank correlation with the help of SPSS version 27. The results of the study showed a significant negative relationship between *Internal locus of control* and academic stress $r = -0,561$, $p = 0,001$, which means that the higher the *Internal locus of control* of a working student, the lower the level of academic stress. *Internal locus of control* contributed 74,2% to academic stress. The implication of these results is that working students who have *Internal locus of control* are more optimal in managing academic stress to other colleagues.

Keywords: Internal locus of control , academic stress, working students, University of 17 August 1945 Surabaya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	i
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
Abstrak	xi
<i>Abstract</i>	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah.....	5
B. Tujuan & Manfaat.....	6
1. Tujuan Penelitian.....	6
2. Manfaat Penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian Terdahulu.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Stres Akademik	9
1. Pengertian Stres Akademik	9
2. Aspek – aspek Stres Akademik.....	9
3. Indikator Stres Akademik.....	10
4. Faktor Penyebab Stres Akademik	11
B. <i>Internal Locus of Control</i>	13
1. Pengertian <i>Internal Locus of Control</i>	13
2. Aspek – aspek Internal Locus of Control.....	14
3. Indikator <i>Internal Locus of Control</i>	16

4. Faktor Penyebab <i>Internal locus of control</i>	18
C. Kerangka Berpikir	19
D. Hipotesis	21
BAB III METODELOGI PENELITIAN	23
A. Populasi dan Partisipan	23
1. Populasi dan Sampel	23
2. Partisipan	23
B. Desain Penelitian	23
1. Jenis Penelitian	23
2. Paradigma Penelitian	24
C. <i>Instrument</i> Pengumpulan Data	24
1. Skala Stres Akademik	25
a. Definisi Operasional	25
b. Pengembangan Alat Ukur	25
a. Uji Alat Ukur	26
1. Uji Validitas	26
2. Uji Reliabilitas	27
2. Skala <i>internal locus of control</i>	28
a. Definisi Operasional	28
b. Pengembangan Alat Ukur	28
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	31
1. Uji Prasyarat	31
a. Uji Normalitas	31
b. Uji Lineritas	32
2. Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian	31
1. Data Demografi Partisipan Penelitian	32
a. Hasil Uji Hipotesis	33
b. Mean Empirik dan Hipotetik	38
B. Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN & SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala.....	25
Tabel 3.2 Blueprint Stres Akademik.....	26
Tabel 3.3 Validitas Stres Akademik.....	27
Tabel 3.4 Uji Realibilitas Stres Akademik.....	28
Tabel 3.5 Blueprint Skala <i>Internal locus of control</i>	29
Tabel 3.6 Hasil uji validitas <i>Locus of Control</i>	30
Tabel 3.7 Uji Realibilitas <i>Locus of Control</i>	31
Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas (<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>)..	31
Tabel 3.9 Uji Linearitas	32
Tabel 4.1 Uji Hipotesis.....	33
Tabel 4.2 Distribusi Responden	36
Tabel 4.3 Mean Empiris dan Teoritis	38
Tabel 4.4 Uji Analisis Regresi.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir.....	21
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Instrumen Penelitian	51
Lampiran II Tabulasi Jawaban.....	54
Lampiran III Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	65
Lampiran IV Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	78
Lampiran V Uji Normalitas.....	79
Lampiran VI Uji Linearitas	79
Lampiran VII Korelasi	80
Lampiran VIII Rerata Variabel.....	80
Lampiran IX <i>R-Square</i>	80
Lampiran X Data Demografi.....	81