

**HUBUNGAN ANTARA GRIT DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA
SISWA SMK X DI KABUPATEN SIDOARJO**

SKRIPSI

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



Oleh :

MAYLISTA KIRANA DEWI BUDIANTO
NBI: 1512200007

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA
SMK X DI KABUPATEN SIDOARJO**

SKRIPSI

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



Oleh :

MAYLISTA KIRANA DEWI BUDIANTO

NBI: 1512200007

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

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA
SMK X DI KABUPATEN SIDOARJO**

SKRIPSI

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



Oleh :

MAYLISTA KIRANA DEWI BUDIANTO

NBI: 1512200007

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

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : MAYLISTA KIRANA DEWI BUDIANTO

NBI : 1512200007

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.

Surabaya, 7 Januari 2026



Maylista Kirana Dewi Budianto

NBI: 1512200007



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 : Maylista Kirana Dewi Budianto Dewi Budianto

NBI/ NPM : 1512200007

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 GRIT DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG
TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SMK X DI**

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 : 7 Januari 2026



Yang Menyatakan

Maylista Kirana Dewi Budianto

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

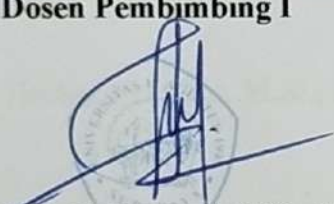
NAMA : Maylista Kirana Dewi Budianto
NBI : 1512200007
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA
SISWA SMK X DI KABUPATEN SIDOARJO

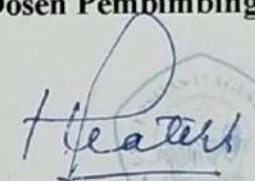
Surabaya, 7 Januari 2026

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi


Drs. Herlan Pratikto, M.Si., 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

Pada Tanggal : 10 Januari 2026

Dewan Penguji :

1. Dr. Devi Puspitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog
2. Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi
3. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog

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

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,


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

NPP. 20510.02.0551

HALAMAN MOTTO

Bukan saya yang hebat, tetapi doa orang tua saya yang terlalu kuat

*If you can't do great things, start with small ones.
Simple, yet meaningful for those who need it.*

“Banyaklah rancangan di hati manusia, tetapi keputusan TUHANlah yang terlaksana” – Amsal 19:21

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih, anugerah, dan penyertaan-Nya yang senantiasa menyertai penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi ini sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan antara *Grit* dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik pada Siswa SMK X di Kabupaten Sidoarjo. Oleh karena kekuatan dan hikmat yang berasal dari-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, ayah dan ibu. Penulis mampu melangkah hingga sampai tahap ini tidak mungkin tanpa adanya dukungan baik secara moril dan materi, serta doa yang selalu menyertai penulis.
2. Adik-adik penulis yang tercinta, Javier dan Carissa, yang telah menemani penulis selama menyusun skripsi, terutama pada masa-masa sulit. Penulis berharap adik-adik mampu menyelesaikan pendidikan pada jenjang yang setara atau lebih tinggi.
3. N. W. T., seseorang yang pernah memiliki peran penting dalam perjalanan akademik penulis, yang telah memberikan semangat, dukungan, serta berbagai fasilitas yang membantu kelancaran proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
4. Teman-teman dekat sekaligus teman seperjuangan (Maylia, Aca, Aliyyah, Cinta dan Cantika), yang telah menemani perjalanan penulis dalam menempuh pendidikan, memberikan dukungan, semangat, serta kebersamaan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. Penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri yang telah memilih untuk tetap melangkah dan berusaha, meskipun berada dalam fase-fase yang cukup memengaruhi kondisi penulis selama proses akademik berlangsung.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Maylista Kirana Dewi Budianto
Tempat Lahir : Sidoarjo
Tanggal Lahir : 28 Mei 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen
Alamat : Perumahan GKSA, Sumpat, Driyorejo, Gresik
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : maylistabudianto@gmail.com
No. Telepon : 081231962257



B. Riwayat Pendidikan

SD : SDN 1 Driyorejo
SMP : SMP Katolik St. Yustinus de Yacobis
SMK : SMK Krian 1 Sidoarjo
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

- Fotografer
- Magang di PT. Wings Surya – Admin Gudang
- Magang di SMPN 32 Surabaya – Program Surabaya Mengajar *Batch 07*
- Sekolah Orang Tua Hebat – BKKN dan Pemerintah Kota Surabaya

D. Riwayat Organisasi

- Kenosis, Perkantas Surabaya (2023 - Sekarang)
- KPU Fakultas Psikologi (2024 – 2025) – Komisi Sosialisasi & Pendidikan
- FOCUS, Perkantas Surabaya (2025 – Sekarang)
- Brave to Talk and Share Community (2025 – Sekarang)

E. Kemampuan

- Administrasi Psikotes
- Observasi dan Wawancara
- Team-work
- Microsoft Office
- Manajemen Kelas

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan antara *Grit* dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik pada Siswa SMK X di Kabupaten Sidoarjo. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan program Strata-1 di Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Peneliti perlu untuk menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya dan sebesar-besarnya kepada:

1. Herjo Seputro, S.T., M.T., selaku Pj. 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 Effendy, S.Pd., M.Psi., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi
4. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi S1 Fakultas Psikologi
5. Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi selaku dosen pembimbing I atas bimbingan, arahan, serta masukan yang diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog selaku pembimbing II atas bimbingan, arahan, serta masukan yang diberikan dengan penuh kesabaran. Kesediaan beliau dalam meluangkan waktu, disertai semangat dan dorongan yang terus diberikan, menjadi faktor penting yang membantu penulis tetap maju hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog atas bantuan dalam proses pengolahan data, melalui saran dan koreksi yang sangat berarti, sehingga hasil olah data penulis dapat disempurnakan dengan baik.
8. Para dosen Program Studi Sarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dengan penuh kesabaran dan keikhlasan sehingga menjadi pengetahuan penulis saat menyusun skripsi ini.
9. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu mengurus dan memudahkan proses segala sesuatu yang berkaitan dengan administrasi penulis sebagai mahasiswa.
10. Ayah dan ibu, selaku orang tua kandung saya yang telah mendidik dan membesarkan saya dengan sepenuh hati, memberikan nasehat, dan banyak dukungan kepada penulis.
11. N. W. T., seseorang yang pernah memiliki peran penting dalam perjalanan akademik penulis, yang telah memberikan semangat, dukungan, serta berbagai

fasilitas yang membantu kelancaran proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

12. Teman-teman terkasih dan seperjuangan dalam mengejar gelar sarjana, Maylia, Aca, Aliyyah, Cinta dan Cantika.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dalam berbagai aspek. Namun, melalui segala proses yang telah dilalui, penulis berharap karya ini dapat memberikan makna, manfaat, serta kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan bagi setiap pihak yang membacanya.

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SMK X DI KABUPATEN SIDOARJO

Maylista Kirana Dewi Budianto
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
maylistabudianto@gmail.com

Abstrak

Stres akademik merupakan kondisi psikologis yang umum dialami oleh siswa, khususnya siswa SMK yang dihadapkan pada tuntutan akademik dan keterampilan vokasional secara bersamaan. Faktor internal seperti *grit* serta faktor eksternal seperti dukungan sosial orang tua diduga berperan dalam membantu siswa menghadapi stres akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan dukungan sosial orang tua dengan stres akademik pada siswa SMK Krian 1 Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 301 siswa yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling berdasarkan tabel Isaac dan Michael pada taraf kepercayaan 95%. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala ESSA, Grit-S, dan CASSS. Analisis data menggunakan korelasi Spearman Rank karena data tidak berdistribusi normal dan tidak memenuhi asumsi linearitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif namun tidak signifikan dengan stres akademik ($r = -0,040$; $p > 0,05$), begitu pula dukungan sosial orang tua yang menunjukkan hubungan negatif tidak signifikan dengan stres akademik ($r = -0,006$; $p > 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa stres akademik pada siswa SMK dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar *grit* dan dukungan sosial orang tua, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel lain yang lebih komprehensif, seperti beban tugas, tekanan akademik, *self-regulated learning*, *coping* stres, atau lingkungan sekolah.

Kata Kunci: stres akademik, *grit*, dukungan sosial orang tua, siswa SMK, remaja akhir

THE RELATIONSHIP BETWEEN GRIT AND PARENTAL SOCIAL SUPPORT AND ACADEMIC STRESS AMONG GRADE X STUDENTS IN SIDOARJO REGENCY

Maylista Kirana Dewi Budianto
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
maylistabudianto@gmail.com

Abstract

Academic stress is a psychological condition commonly experienced by students, particularly vocational high school students who are simultaneously confronted with academic demands and vocational skill requirements. Internal factors such as grit and external factors such as parental social support are assumed to play a role in helping students cope with academic stress. This study aimed to examine the relationship between grit and parental social support with academic stress among students of SMK Krian 1 Sidoarjo. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The research participants consisted of 301 students selected using stratified random sampling based on the Isaac and Michael table at a 95% confidence level. Data were collected using academic stress, grit, and parental social support scales administered online. Data analysis was conducted using Spearman Rank correlation because the data were not normally distributed and did not meet the assumption of linearity. The results showed that grit had a negative but non-significant relationship with academic stress ($r = -0.040$; $p > 0.05$), and parental social support also showed a negative and non-significant relationship with academic stress ($r = -0.006$; $p > 0.05$). These findings indicate that academic stress among vocational high school students is influenced by various factors beyond grit and parental social support; therefore, future research is recommended to examine other variables more comprehensively, such as academic workload, academic pressure, self-regulated learning, stress coping, or the school environment.

Keywords: academic stress, grit, parental social support, vocational high school students, adolescents

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA	
ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	v
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR	x
Abstrak	xii
<i>Abstract</i>	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	3
B. Tujuan dan Manfaat.....	3
1. Tujuan Penelitian	3
2. Manfaat Penelitian.....	3
C. Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Stres Akademik.....	7
1. Definisi Stres Akademik.....	7
2. Aspek Stres Akademik	7
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres Akademik	9
B. <i>Grit</i>	11
1. Definisi <i>Grit</i>	11

2. Aspek <i>Grit</i>	12
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Grit</i>	13
C. Dukungan Sosial Orang Tua.....	14
1. Definisi Dukungan Sosial Orang Tua.....	14
2. Aspek Dukungan Sosial Orang Tua	15
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial Orang Tua ..	16
D. Kerangka Berpikir	17
E. Hipotesis Penelitian	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	19
A. Populasi dan Partisipan.....	19
1. Populasi	19
2. Partisipan	19
B. Desain Penelitian	20
C. Instrumen Pengumpulan Data	21
1. Skala I (Stres Akademik).....	21
2. Skala II (<i>Grit</i>)	25
3. Skala III (Dukungan Sosial Orang Tua)	27
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	30
1. Uji Prasyarat	30
2. Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian.....	33
1. Pelaksanaan Penelitian	33
2. Data Demografi	33
3. Uji Deskriptif.....	34
4. Uji Hipotesis	35
B. Pembahasan	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	45

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert.....	21
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Sebaran Aitem Skala Stres Akademik	22
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Aitem Skals Stres Akademik	23
Tabel 3. 4 <i>Blueprint</i> Aitem Skala Stres Akademik	24
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala Stres Akademik	25
Tabel 3. 6 <i>Blueprint</i> Sebaran Aitem Skala <i>Grit</i>	25
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Grit</i>	26
Tabel 3. 8 <i>Blueprint</i> Aitem Skala <i>Grit</i>	26
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Grit</i>	27
Tabel 3. 10 <i>Blueprint</i> Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Orang Tua	28
Tabel 3. 11 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial Orang Tua	29
Tabel 3. 12 <i>Blueprint</i> Aitem Skala Dukungan Sosial Orang Tua	29
Tabel 3. 13 Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Orang Tua	30
Tabel 3. 14 Hasil Uji Normalitas	31
Tabel 3. 15 Hasil Uji Linieritas	31
Tabel 3. 16 Hasil <i>Spearman Rank Correlation</i>	31
Tabel 4. 1 Rekapitulasi Responden Penelitian Berdasarkan Kelas	33
Tabel 4. 2 Analisis Deskriptif <i>Grit</i>	34
Tabel 4. 3 Analisis Deskriptif Dukungan Sosial Orang Tua	34
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Stres Akademik	34
Tabel 4. 5 Korelasi dan Signifikansi.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	18
Gambar 2 Skema Desain Penelitian	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Stres Akademik	45
Lampiran 2 Skala <i>Grit</i>	46
Lampiran 3 Skala Dukungan Sosial Orang Tua	50
Lampiran 4 Uji Validitas Skala ESSA.....	53
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Skala ESSA.....	55
Lampiran 6 Uji Validitas Skala <i>Grit-S</i>	56
Lampiran 7 Uji Reliabilitas Skala <i>Grit-S</i>	60
Lampiran 8 Uji Validitas Skala CASSS	60
Lampiran 9 Uji Reliabilitas CASSS	62
Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas	62
Lampiran 11 Hasil Uji Linieritas.....	62
Lampiran 12 Hasil <i>Spearman Rank Correlation</i>	63
Lampiran 13 Tabulasi Jawaban Stres Akademik.....	64
Lampiran 14 Tabulasi Jawaban <i>Grit</i>	69
Lampiran 15 Tabulasi Jawaban Dukungan Sosial Orang Tua	74
Lampiran 16 Hasil Turnitin	79
Lampiran 17 Surat Ijin Penelitian.....	88