

Hubungan *Hardiness* Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh

Fikriatul Husnia¹, Safrilsyah², Usfur Ridha³, Aida Rachmiana⁴

^{1, 2, 3, 4} Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry

Correspondent: [safrilsyah@ar-raniry.ac.id](mailto:sufrilsyah@ar-raniry.ac.id)

Abstract

Abstract: *The hardiness in a Poltekes Dental Health Student Aceh also makes a difference in the face of academic stress. If students are less hardiness in coping with stress while undertaking the academic process, the students academic stress is low and can have a significant impact on the future. Academic stress is the individual's perception of academic stress and how the individual reactions to stressor. Hardiness is a set attitudes and learning skills that help individuals turn potentially threatening situations into opportunities for self-development and dig up meaning behind situations occurring around individuals so that individuals can improve their performance despite pressure and keep the individual fit. This study aims to determine the relationship between hardiness and academic stress on a Poltekes Dental Health students. This research is a quantitative research with correlational method. The measuring instrument in this study was used the hardiness scale Maddi, S. L and a academic stress scale Gadzella, B. M and Masten, W. G. The total populations are 221 students and the sample are 135 students. Sampling was done by using probability sampling method with stratified random sampling technique. Analysis of the data used is the product momen of Spearman. The results of this study indicate that there is a not significant negative relationship between hardiness and academic stress, meaning that the higher the hardiness, the lower the academic stress, and on the contrary, the lower the hardiness, the higher the academic stress.*

Keywords: *Hardiness, Academic Stress, A poltekes Dental Health Student*

Abstrak

Abstrak: *Hardiness pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh juga berpengaruh dalam menghadapi stres akademik. Jika mahasiswa masih kurang hardiness dalam mengatasi stres saat menjalani proses akademik, maka stres akademik tersebut menjadi rendah sehingga dapat memberi pengaruh signifikan pada masa depan. Stres akademik adalah persepsi individu terhadap stressor akademik dan bagaimana individu menanggapi. Hardiness seperangkat sikap dan keterampilan belajar yang membantu individu mengubah situasi yang memiliki berpotensi mengancam menjadi peluang untuk pengembangan diri dengan menggali makna dibalik situasi yang terjadi disekitar individu sehingga individu dapat meningkatkan kinerja meski berada di bawah tekanan, serta menjaga kebugaran individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala hardiness Maddi dan skala stres akademik Gadzella. Jumlah populasi sebanyak 221 mahasiswa dan sampel sebanyak 135 mahasiswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode probability sampling dengan teknik stratified random sampling. Analisis data yang digunakan adalah korelasi dari Spearman. Hasil penelitian ini menandakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara hardiness dengan stres akademik, artinya semakin tinggi hardiness maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya semakin rendah hardiness maka semakin tinggi stres akademik.*

Kata kunci: *Hardiness, Stres Akademik, Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes.*

Pendahuluan

Belajar diperguruan tinggi merupakan proses pembelajaran tingkat lanjut untuk menuntun ilmu serta mencari pengalaman yang dapat mendewasakan pola pikir. Dengan demikian setiap mahasiswa harus bisa memanfaatkan segala sesuatu yang diperoleh dalam bangku perkuliahan yaitu berupa teori dan juga pengalaman. Penguasaan teori bagi mahasiswa ialah suatu keharusan yang mutlak, namun penguasaan teori saja belum relatif sehingga wajib diikuti berbagai kemampuan yang lain mengingat pada dunia kerja kemampuan aplikasi sangat diperlukan. Untuk lebih meningkatkan mutu Sumber Daya Manusia yang berkualitas, maka pendidikan juga dituntut untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menunjang peningkatan dari kualitas peserta didik itu sendiri seperti praktek asuhan keperawatan masyarakat (Reca, Suryani, Mardelita, Zahara & Kurniawati, 2021).

Proses pembelajaran pendidikan Diploma IV Keperawatan Gigi mencakup pembelajaran teori serta praktek. Hal tersebut sesuai dengan ketentuan Keputusan Menteri Pendidikan Nasional (Kepmendiknas) Nomor 232/U/2000 tentang pedoman penyusunan kurikulum pendidikan tinggi dan penilaian hasil belajar mahasiswa, beban studi pendidikan Diploma terdiri dari 40% teori dan 60% praktek, untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pembelajaran secara maksimal dan penatalaksanaan pembelajaran, baik teori maupun praktik yang efektif dan efisien (Reca, Suryani, Mardelita, Zahara & Kurniawati, 2021).

Kurikulum Prodi Sarjana Terapan Gigi mengamanatkan pembelajaran praktek terdiri dari pembelajaran praktik pelayanan asuhan keperawatan gigi pada masyarakat sebagai wadah yang tepat untuk mengaplikasikan pengetahuan (kognitif), sikap (afektif) dan keterampilan (psikomotor) yang diperoleh pada saat proses belajar mengajar. Mahasiswa perlu menguasai materi dan praktik yang benar, hal tersebut bisa menyebabkan stres karena mahasiswa dipersiapkan untuk memberikan layanan medis langsung kepada masyarakat dikemudian hari (Shulz, 2011). Faktor akademik yang berkontribusi terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan adalah mempunyai waktu luang yang sedikit karena kegiatan praktik yang memiliki kaitan langsung dengan kondisi pasien (Reeve, dkk, 2013).

Stres didefinisikan sebagai respon tubuh terhadap tuntutan dari eksternal yang dianggap mengancam dan berbagai hal yang memicu munculnya stres disebut *stressor* (Sarafino, 2008). Stres dapat terjadi di banyak bidang kehidupan, termasuk rumah, masyarakat dan sekolah. Stres muncul dari masalah yang tidak dapat diatasi oleh individu atau masalah yang dilihat individu sebagai ancaman. Dalam dunia pendidikan, isu-isu tersebut merupakan penyebab dari adanya stres akademik. Stres tetap menjadi topik yang penting dalam lingkungan akademik maupun masyarakat. Banyak peneliti yang telah melakukan penelitian ekstensif tentang stres dan menyimpulkan bahwa masalah tersebut perlu mendapatkan perhatian lebih (Agolla dan Ongori, 2009).

Menurut hasil survei *American College Health Association* (ACHA) pada yang dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2017, 31,7 % dari total 31.463 mahasiswa mengalami stres akibat pengaruh proses akademik seperti nilai yang rendah dan melaksanakan praktikum. *University of California, Los Angeles* (UCLA) survei terhadap lebih dari 300.000 mahasiswa di lebih dari 500 kampus menemukan bahwa mahasiswa sering mengalami kewalahan, mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas kuliah dan terhadap penyesuaian diri mahasiswa tersebut dapat menimbulkan stres dan depresi pada mahasiswa (Santrock, 2007). Sedangkan untuk data tingkat stres di Indonesia menurut Fitasari (2011) dari 81 orang mahasiswa yang dilakukan penelitian stres pada mahasiswa yang ditimbulkan berkisar antara 37,50 % - 64,00 %.

Dari fenomena di atas dapat disimpulkan bahwa stres akademik muncul akibat oleh ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan banyaknya tuntutan akademik, yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan mendorong perubahan psikologis, fisik, dan perilaku (Wilks, 2008).

Peneliti melakukan pengamatan pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh yang sedang melakukan praktikum, banyak dari mereka yang merasa gugup, cemas, panik karena

belum menemukan pasien yang sesuai dengan kriteria yang diinginkan, dan takut melakukan kesalahan saat praktikum. Adapun fenomena yang peneliti temukan dari hasil observasi dilapangan dijumpai bahwasanya ada sebagian dari mahasiswa Kesehatan Gigi yang mengalami stres akademik.

Peneliti juga melakukan wawancara pada mahasiswa Kesehatan Gigi Kemenkes Poltekes Aceh dan dari hasil wawancara dengan mahasiswa Kesehatan Gigi tersebut maka dapat disimpulkan bahwa di Jurusan Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh terdapat mahasiswa yang mengalami stres akademik yang disebabkan oleh beberapa faktor, seperti tuntutan dari dosen, kesulitan mencari pasien dan terkendala pembelian alat praktikum

Reaksi terhadap stres yang dialami berbeda-beda antara individu satu dengan individu yang lain dari waktu ke waktu. Perbedaan yang ada dapat disebabkan oleh faktor psikologis dan sosial yang dapat mengubah dampak stressor pada individu. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres adalah sifat kepribadian (Smet, 2011). Kepribadian seseorang dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialaminya (Maddy dalam Alwisol, 2007). Skomorovsky dan Sudom (2011) menunjukkan bahwa faktor kepribadian merupakan variabel yang penting bagi individu dalam menghadapi situasi stres.

Schultz dan Schultz (dalam Putri & Sawitri, 2017) mengemukakan bahwa salah satu yang membedakan sikap individu ketika menghadapi masalah adalah dengan memiliki *hardiness*. Individu dengan *hardiness* yang lebih tinggi akan mampu menghadapi dan mengatasi masalah hidup. Sebaliknya, individu dengan *hardiness* rendah menganggap masalah mereka tidak dapat diatasi dalam arti menyerah pada masalah yang mereka hadapi.

Hardiness merupakan suatu ketahanan psikologis yang dapat membantu individu mengatasi stres (Sukmono, 2009). *Hardiness* adalah salah satu ciri kepribadian yang dimiliki individu ketika menghadapi situasi stres. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi akan memiliki ketahanan psikologis yang kuat dimana individu tersebut akan mampu mengatasi tekanan dengan mengubah stressor negatif menjadi tantangan yang positif dan *hardiness* menjadi dasar bagi seseorang untuk memiliki pandangan yang lebih positif terhadap dunia, meningkatkan standar hidupnya, mengubah hambatan dan tekanan menjadi sumber perkembangan dan sumber pertumbuhan (Olivia, 2014).

Metode Penelitian

Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Martono (2016) pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data yang berupa angka atau data berupa kata-kata yang dikonversikan menjadi data yang berbentuk angka. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah korelasional yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2017).

Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas dan terikat. Variabel bebas adalah suatu variabel yang mempengaruhi variabel lain sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain:

Variabel bebas (X) : *Hardiness*

Variabel terikat (Y) : Stres Akademik

Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Stres Akademik

Stres akademik merupakan persepsi individu terhadap stressor akademik dan bagaimana individu bereaksi terhadap stressor akademik yang meliputi fisik, emosi, perilaku dan kognitif sadar terhadap stressor tersebut. Tinggi rendahnya stres akademik mahasiswa diukur dengan

menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Gadzella dan Masten (2005) yaitu stressor akademik antara lain (1) frustrations (frustasi), (2) conflicts (konflik), (3) pressure (tekanan), (4) chances (perubahan) dan (5) self imposed dan reaksi terhadap stressor akademik antara lain (1) physiological (reaksi fisik), (2) emosional (reaksi emosional), (3) behavioral (reaksi perilaku), dan (4) cognitive appraisal (penilaian kognitif).

2. Hardiness

Hardiness adalah sikap dan keterampilan yang dipelajari yang membantu individu mengubah situasi yang berpotensi berbahaya menjadi peluang untuk berkembang dengan menemukan makna di balik peristiwa yang terjadi di sekitar mereka sehingga mereka dapat menjaga individu dalam keadaan normal bahkan di bawah tekanan, meningkatkan kinerja dan menjaga kesejahteraan pribadi. Tinggi dan rendahnya *hardiness* mahasiswa diukur dengan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Maddi (2013) yaitu komitmen, pengendalian dan tantangan.

Subjek Penelitian

1. Populasi

Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini, antara lain:

- a. Mahasiswa Poltekes yang sedang melakukan praktikum
- b. Jenjang pendidikan sarjana terapan (D IV)
- c. IPK tinggi dan IPK rendah
- d. Bersedia menjadi responden

2. Sampel

Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*

Teknik Pengumpulan Data

1. Persediaan Alat Ukur

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah dua skala psikologi yaitu, skala stres akademik dan skala *hardiness*, kedua skala ini disusun dengan menggunakan skala Likert. Sugiyono (2017) menyatakan dengan Skala Likert, maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan dan pertanyaan yang dirumuskan secara *favorable* dan *unfavorable* tentang variabel yang diteliti.

Adapun Skala Stres Akademik disusun dengan menggunakan Skala Likert yang mempunyai gradasi dari sangat positif sampai dengan sangat negatif yang berupa jawaban Hampir Selalu, Sering, Kadang-Kadang, Jarang, dan Tidak Pernah. Karena untuk keperluan analisis kuantitatif maka jawaban dapat diberikan skor dari 5 sampai 1 untuk aitem *favorable* dan 1 sampai 5 untuk jawaban aitem *unfavorable*. Skala *Hardiness* disusun dengan menggunakan Skala Likert yang mempunyai gradasi dari sangat positif sampai dengan sangat negatif yang berupa jawaban Sangat setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Karena untuk keperluan analisis kuantitatif maka jawaban dapat diberikan skor dari 4 sampai 1 untuk aitem *favorable* dan 1 sampai 4 untuk jawaban aitem *unfavorable*.

a. Skala Stres Akademik

Berikut adalah gambaran skala Stres Akademik yang mempunyai jawaban pilihan sesuai dengan model Skala Likert dengan bobot skor sebagai berikut:

Skor aitem skala favorable dan unfavorable

Skor Skala Favorable		Skor Skala Unfavorable	
Hampir Selalu	5	Hampir Selalu	1
Sering	4	Sering	2
Kadang-Kadang	3	Kadang-Kadang	3
Jarang	2	Jarang	4
Tidak Pernah	1	Tidak Pernah	5

Blue print sebaran aitem skala stres akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total	%
			Favourable	unfavourable		
1	Stressor akademik	- Frustration (frustasi)	9, 10, 19, 27, 33, 37, 41		7	14%
		- Conflic (konflik)	8, 11, 20		3	6%
		- Pressure (tekanan)	7, 12, 21, 28		4	8%
		- Change (perubahan)	6, 13, 22		3	6%
		- Self Impose (memaksakan diri)	5, 14, 23, 29, 34, 38		6	12%
2	Reaksi terhadap stressor akademik	- Physiological (reaksi psikologi)	1, 4, 15, 17, 24, 26, 30, 35, 39, 42, 44, 46, 49, 51		14	27%
		- Emosional (reaksi emosi)	3, 16, 25, 31		4	8%
		- Behavioral (reaksi perilaku)	2, 32, 36, 40, 43, 45, 48, 50		8	15%
		- Cognitive appraisal (penilaian kognitif)	18, 47		2	4%
Total					51	100%

b. Skala *Hardiness*

Berikut adalah gambaran Skala *Hardiness* yang mempunyai jawaban pilihan sesuai dengan model Skala Likert dengan bobot skor sebagai berikut :

Skor aitem skala favorable dan unfavorable

Skor Skala Favorable		Skor Skala Unfavorable	
SS (Sangat Setuju)	4	SS (Sangat Setuju)	1
S (setuju)	3	S (Setuju)	2
TS (Tidak Setuju)	2	TS (Tidak Setuju)	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	STS (Sangat Tidak Setuju)	4

Blue print sebaran aitem skala Hardiness

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total	%
			Favourable	unfavourable		
1	Komitmen	1. Ketertarikan dan keinginan tentang hidup	3	6		
		2. Keyakinan akan kemampuan diri	9	12		
		3. Kerelaan untuk mencari bantuan	14	16	8	40%
		4. Dukungan sosial	18	20		
2	Pengendalian	1. Keterampilan untuk membuat keputusan yang baik	2	5		
		2. Perasaan otonomi diri dan perasaan akan adanya suatu pilihan yang diambil	8	11		
		3. Kemampuan untuk melihat peristiwa yang menyebabkan stres sebagai suatu bagian dari kehidupan	13	15	8	40%
		4. Motivasi untuk berprestasi	17	19		

3	Tantangan	sesuai dengan tujuan				
		1. Memandang segala sesuatu secara positif dan optimis	1	4		
		2. Kerelaan dalam mengambil resiko	7	10	4	20%
Total		10	10	20	100%	

c. Pelaksanaan Uji Coba (*Try Out*) Alat Ukur

Uji coba alat ukur bertujuan untuk mengetahui kelayakan alat ukur berupa skala yang telah disusun dengan menguji tingkat validitas, indeks daya beda dan reliabilitas (Azwar, 2012).

Penetapan jumlah sampel uji coba, tidak memiliki ketentuan yang pasti mengenai jumlahnya. Azwar (2012) mengatakann secara statistik jumlah sampel lebih dari 60 sudah cukup banyak. Berdasarkan konsep tersebut, peneliti menggunakan jumlah subjek uji coba yang ditargetkan 60 subjek akan tetapi mendapatkan responden sebanyak 73 subjek. Aitem yang diujicobakan 20 aitem *Hardiness* dan 51 aitem Stres Akademik.

Uji coba alat ukur dilakukan selama 4 hari yaitu tanggal 21 Oktober sampai 24 Oktober 2022. Uji coba dilakukan dengan membagikan link google form lewat melalui whatApps secara pribadi.

Selanjutnya, kuesioner penelitian yang diberikan kepada setiap sampel berjumlah satu buah skala psikologi, lalu peneliti memberikan instruksi pengisian skala beserta keterangan pilihan jawaban yang tertera ada skala. Kemudian, mahasiswa diminta untuk mengisi sendiri skala yang telah disebar. Setelah semua skala telah terisi terkumpul kembali, peneliti melakukan skoring dan analisis terhadap kedua skala dengan bantuan program *SPSS versi 24.00 for Windows*. Setelah melakukan skoring dan analisis data dari hasil uji coba yaitu uji reliabilitas dan uji daya beda aitem, selanjutnya peneliti membuang aitem yang gugur (berdaya beda rendah). Aitem yang gugur tidak dimasukkan ke dalam skala yang akan digunakan dalam penelitian

2. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ketepatan dan kecemasan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Azwar (2016) mendefinisikan validitas sebagai hasil analisis statistik terhadap kelayakan isi aitem sebagai penjabaran dari indikator berperilaku atribut yang diukur. Komputasi yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah komputasi CVR (*Content Validity Radio*). Nilai yang digunakan untuk menghitung CVR (*Content Validity Radio*) didapatkan dari hasil *Subject matter Expert (SME)*.

SME diminta untuk menyatakan apakah isi suatu aitem dikatakan esensial untuk mendukung tujuan apa yang hendak diukur (Azwar, 2016). Suatu aitem dikatakan esensial apabila aitem tersebut dapat mempersentasikan dengan baik tujuan pengukuran (Azwar, 2012).

3. Uji Daya Beda Aitem

Sebelum peneliti melakukan analisa reabilitas, peneliti terlebih dahulu melakukan analisis data beda aitem yaitu sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang memiliki atribut yang di ukur. Perhitungan daya beda aitem-aitem menggunakan koefisien *korelasi product moment* dari *Pearson*.

Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan adalah berdasarkan korelasi aitem total yang menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0,25$. Setiap aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,25 daya bedanya dianggap memuaskan, sebaliknya aitem yang memiliki nilai $r_{ix} \leq 0,25$ diinterpretasikan memiliki daya beda yang rendah (Azwar, 2012). Hasil analisis daya beda aitem.

Berdasarkan tabel 3.9 di atas, setelah dilakukan *try out* maka dari 20 aitem diperoleh 19 aitem yang terpilih dan 1 aitem (15) mempunyai daya aitem di bawah 0,25 sehingga aitem tersebut tidak terpilih atau gugur dan selanjutnya 19 aitem tersebut dilakukan uji reliabilitas.

4. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan formula *Cronbach's Alpha* yang dihitung pada aitem- aitem yang telah dianggap layak. Hasil analisis reliabilitas uji coba tahap

pertama pada Skala *Hardiness* diperoleh $r = 0.806$ (tinggi). Pada tahap kedua setelah membuang aitem gugur yaitu 1 aitem dan tersisa 19 aitem Skala *Hardiness* disebarkan kepada mahasiswa sehingga diperoleh $r = 0,808$ (tinggi). Sedangkan hasil analisis reliabilitas uji coba tahap pertama pada Skala Stres Akademik diperoleh $r = 0,950$ (sangat tinggi). Pada tahap kedua setelah membuang aitem gugur yaitu 2 aitem dan tersisa 49 aitem Skala Stres Akademik disebarkan kepada mahasiswa sehingga diperoleh $r = 0,957$ (sangat tinggi).

5. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan 11 hari yaitu pada tanggal 31 Oktober sampai 10 November 2022 dengan membagikan skala penelitian dalam bentuk *google form* secara online melalui aplikasi *whatsapp* dengan meminta bantuan kepada pihak prodi jurusan Kesehatan Gigi Kemenkas Poltekes menyebarkan melalui group *whatsapp*.

Setelah pengumpulan data selesai, terkumpul jawaban kuesioner penelitian dari 135 responden, kemudian peneliti melakukan skoring dan analisis data berupa uji normalitas sebaran, uji linieritas hubungan dan uji hipotesis dengan bantuan program *SPSS versi 24.00 for Windows*.

Teknik Analisis Data

1. Uji asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Uji asumsi juga digunakan untuk mengetahui informasi mengenai sebaran variabel-variabel yang digunakan dan yang nantinya akan di uji linieritasnya dan hipotesisnya.

2. Uji Prasyarat

Uji Prasyarat yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan teknik yang digunakan untuk mengetahui apakah populasi data normal atau tidak. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji one sample kormogorov-smirnov dengan bantuan program komputer SPSS Versi 24.0. Batasan yang digunakan adalah jika $P > 0.05$ maka data tersebut berdistribusi normal, sebaliknya jika $P < 0.05$ maka data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal (Azwar, 2016).

b. Uji Linieritas

Setelah melakukan uji normalitas, maka selanjutnya peneliti melakukan uji linieritas. Uji linieritas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Uji linieritas berkaitan dengan penggunaan regresi linear. Dalam regresi variabel yang mempengaruhi disebut dependen variabel (variabel terikat) (Juliansyah, 2012). Untuk uji linieritas pada program *SPSS Versi 24.0*. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linier apabila nilai signifikansi *deviation from linierty* $P > 0,05$ (Priyanto, 2011)

3. Uji Hipotesis

Langkah ke dua yang dilakukan setelah uji asumsi terpenuhi, maka dilakukan uji hipotesis penelitian. Untuk menguji hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu bahwa *hardiness* tidak berkorelasi terhadap stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh, maka teknik analisis data yang digunakan yaitu dengan metode korelasi dari *Spearman*. Analisis penelitian data yang dipakai adalah dengan bantuan komputer prgram *SPSS version 24.0 for windows*.

Hasil

Penelitian ini menggunakan populasi mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh dengan Jumlah populasi sebanyak 221 mahasiswa, sehingga subjek penelitian ini berjumlah sebanyak 135 mahasiswa (Isaac & Michael, 1981). Pada saat penelitian, peneliti menggunakan koesioner Skala Stres Akademik dan Skala *Hardiness*. Pada saat penelitian, peneliti menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form* dengan cara membagikan link *google form* melalui bagian

prodi, kemudian dibagikan di grub chat angkatan 2019 sampai 2021. Data demografi sampel yang diperoleh pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

1. Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, menunjukkan bahwa subjek laki-laki berjumlah 26 orang (19%) dan jumlah subjek perempuan berjumlah 109 orang (81%). Dapat dikatakan bahwa subjek yang mendominasi pada penelitian ini adalah sample berjenis kelamin perempuan, sebagaimana pada tabel berikut :

Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	26	19%
	Perempuan	109	81%
Jumlah		135	100%

2. Subjek Berdasarkan Angkatan Tahun

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa jumlah sampel angkatan 2019 sebanyak 43 mahasiswa (31,9%), angkatan 2020 sebanyak 43 mahasiswa (31,9) dan angkatan 2021 sebanyak 49 mahasiswa (36,2).

Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Angkatan Tahun

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Angkatan Tahun	2019	43	31,9
	2020	43	31,9
	2021	49	36,2
Jumlah		135	100%

3. Subjek Berdasarkan IPK

Berdasarkan penelitian, menunjukkan bahwa jumlah sampel IPK >3,00 sebanyak 131 mahasiswa (97%), IPK 2,00-2,99 sebanyak 4 mahasiswa (3%), IPK 1,50-1,99 sebanyak 0 mahasiswa (0%) dan IPK <1,50 sebanyak 0 mahasiswa (0%).

Data Demografi Subjek Penelitian Kategori IPK

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
IPK	≥3,00	131	97%
	2,00-2,99	4	3%
	1,50-1,99	0	0%
	<1,50	0	0%
Jumlah		135	100%

1. Kategorisasi Data Penelitian

Peneliti melakukan pembagian kategorisasi subjek dengan menggunakan kategorisasi berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Menurut Azwar (2012), kategorisasi jenjang (ordinal) merupakan kategorisasi yang menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Pengkategorian ini akan diperoleh dengan membuat kategorisasi skor subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi (σ).

Deskripsi data hasil penelitian dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pengkategorian ini bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subjektif selama penetapan itu berada dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi.

a. Skala *Hardiness*

Peneliti menguraikan analisis secara deskriptif terhadap Skala *Hardiness* berupa analisis data hipotetik untuk melihat kemungkinan yang terjadi di lapangan dan analisis data empirik untuk melihat keadaan yang sebenarnya terjadi di lapangan. Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Deskripsi Data Penelitian Skala Hardiness

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	M	SD	XMaks	Xmin	M	SD
<i>Hardiness</i>	76	19	47,5	9,5	73	36	59,25	6,055

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

- 1) X_{maks} (Skor Maksimal) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
- 2) X_{min} (Skor Minimal) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban
- 3) M (Mean) dengan rumus $\mu = (Skor\ Maks + Skor\ Min) / 2$
- 4) SD (Standar Deviasi) dengan rumus $s = (Skor\ Maks - Skor\ Min) / 6$

Berdasarkan hasil uji coba statistik data penelitian pada tabel di atas, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal 19, jawaban maksimal 76, dengan nilai rata-rata 47,5 dan standar deviasi 9,5. Analisis deskriptif secara empirik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 36 dan jawaban maksimal 73 dengan nilai rata-rata 59,25 dan standar deviasi 6,055 deskripsi data hasil penelitian tersebut dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut rumus pengkategorian pada Skala *Hardiness*.

Rendah = $X < M - 1SD$

Sedang = $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi = $M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka diperoleh hasil kategorisasi Skala *Hardiness* yang tertera pada tabel berikut:

kategori	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 53,19$	23	17%
Sedang	$53,19 \leq X < 65,30$	102	75,6%
Tinggi	$65,30 \leq X$	10	7,4%
Jumlah		135	100%

Hasil kategorisasi Skala *Hardiness* pada tabel di atas, responden penelitian ini secara data empirik menunjukkan bahwa 23 mahasiswa (17%) memiliki *hardiness* rendah, 102 mahasiswa (75,6%) memiliki *hardiness* sedang dan 10 mahasiswa (7,4%) memiliki *hardiness* yang tinggi

b. Skala Stres Akademik

Peneliti menguraikan analisis secara deskripsi terhadap Skala Stres Akademik berupa analisis data hipotetik untuk melihat kemungkinan yang terjadi lapangan dan analisis data empirik untuk melihat keadaan yang sebenarnya terjadi di lapangan. Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	X_{maks}	X_{min}	M	SD	X_{maks}	X_{min}	M	SD
-- ..	245	49	147	32,6	221	100	153,53	21,37

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

- 1) X_{maks} (Skor Maksimal) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
- 2) X_{min} (Skor Minimal) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban
- 3) M (Mean) dengan rumus $\mu = (Skor\ Maks + Skor\ Min) / 2$
- 4) SD (Standar Deviasi) dengan rumus $s = (Skor\ Maks - Skor\ Min) / 6$

Berdasarkan hasil uji coba statistik data penelitian pada tabel di atas, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal 49, jawaban maksimal 245, dengan nilai rata-rata 147 dan standar deviasi 32,6. Analisis deskriptif secara empirik menunjukkan bahwa jawaban

minimal adalah 100 dan jawaban maksimal 221 dengan nilai rata-rata 153,53 dan standar deviasi 21,37 deskripsi data hasil penelitian tersebut dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut rumus pengkategorian pada Skala Stres Akademik.

Rendah = $X < M - 1SD$

Sedang = $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi = $M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka diperoleh hasil kategorisasi Skala Stres Akademik yang tertera pada tabel berikut:

kategori	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 132,16$	9	6,7%
Sedang	$132,16 \leq X < 174,9$	108	80,0%
Tinggi	$174,9 \leq X$	18	13,3%
Jumlah		135	100%

Hasil kategorisasi Skala Stres Akademik pada tabel di atas, responden penelitian ini secara data empirik menunjukkan bahwa 9 mahasiswa (6,7%) memiliki Stres akademik rendah, 108 mahasiswa (80,0%) memiliki stres akademik sedang dan 18 mahasiswa (13,3%) memiliki stres akademik tinggi.

2. Analisis Data

a. Uji prasyarat

Langkah pertama untuk menganalisis data penelitian ialah uji prasyarat. Uji prasyarat diperlukan untuk mengetahui apakah analisis data untuk pengujian hipotesis dapat dilakukan atau tidak.

1) Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran digunakan untuk mengetahui apakah diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan program SPSS 24.00 for Windows dengan teknik *komogorov-simrnov* diperoleh hasil uji dari ke dua variabel penelitian yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Variabel Penelitian	Koefisien K-SZ	P
<i>Hardiness</i>	0,214	,000
Stres Akademik	0,172	,000

Berdasarkan hasil kesimpulan nilai signifikansi pada uji normalitas sebaran menunjukkan nilai koefisien untuk variabel *hardiness* yaitu sebesar 0,214 dan nilai signifikansi p bernilai 0,000, sedangkan koefisien variabel stres akademik yaitu sebesar 0,172 dan nilai signifikansi p bernilai 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal dikarenakan nilai signifikansi kurang dari 0,05 dan tidak dapat digeneralisasikan pada populasi penelitian.

2) Uji Linieritas Hubungan

Hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan terhadap dua variabel penelitian ini diperoleh data yang tertera pada tabel berikut:

Variabel Penelitian	Deviation from Linearity	P
<i>Hardiness dan Stres Akademik</i>	2,056	0,006

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 24 for Windows diperoleh *deviation from linearity* dengan $F = 2,056$ dan $P = 0,006$

($p > 0,05$). Hal ini berarti kedua skala tidak memiliki sifat linear dan menyimpang dari garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang linear antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh.

b. Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, langkah selanjutnya ialah uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi dari Spearman. Analisis korelasi dilakukan untuk menganalisis hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Uji Hipotesis Data Penelitian

Variabel	Korelasi Spearman (ρ)	P
<i>Hardiness dengan Stres Akademik</i>	-0,232	0,007

Berdasarkan uji hipotesis pada tabel di atas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar $\rho = -0,232$ dengan signifikansi 0,007 hal tersebut menandakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik (hipotesis diterima). Kemudian nilai *correlation coefficient* sebesar -0,232 yang menunjukkan bahwa variabel *hardiness* dan stres akademik berkorelasi cukup kuat. Nilai *correlation coefficient* bersifat negatif menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Sehingga, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah *hardiness* yang dimiliki mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $p = 0,007$ ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis penelitian diterima. Sedangkan sumbangan relatif hasil penelitian kedua variabel dapat dilihat pada tabel berikut:

Analisis Measure of Association

Variabel	r^2
<i>Hardiness dengan Stres Akademik</i>	0,024

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kedua variabel tersebut (hipotesis diterima). Hubungan negatif dan signifikan ini mengartikan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh, dan sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh.

Hasil kategorisasi Skala *Hardiness* dan Skala Stres Akademik pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh mengalami *hardiness* dalam kategori rendah berjumlah 23 mahasiswa dengan persentase 17,0%, sedangkan stres akademik dalam kategori tinggi berjumlah 18 mahasiswa dengan persentase 13,3%.

Hasil analisis korelasi dari *Spearman* menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,232 dengan taraf signifikan $p = 0,007$ artinya terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik (hipotesis diterima). Hubungan tersebut menunjukkan semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik, begitu juga sebaliknya semakin rendah *hardiness* seorang mahasiswa maka akan tinggi pula stres akademik.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Risana dan Kustanti (2020) *hardiness* merupakan pola dari sikap dan perilaku yang dimiliki individu untuk melawan stres dengan cara mengubah keadaan yang penuh dengan tekanan menjadi peluang pertumbuhan. Riggio dan Porter (2013) juga mengungkapkan bahwa ketika individu kurang memiliki *hardiness* maka akan menimbulkan stres yang tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian

yang dilakukan oleh Azizah dan Satwika (2021) mengenai *hardiness* dengan stres akademik. Penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid-19. Hasil menunjukkan bahwa semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa. Hal ini disebabkan dengan adanya kepribadian *hardiness* maka mahasiswa dapat mengontrol, mengubah situasi yang menegangkan, memiliki komitmen untuk menyelesaikan skripsi dengan baik serta menilai bahwa perubahan merupakan suatu tantangan sehingga stres akademik yang dialami mahasiswa menjadi berkurang.

Hasil analisis pada penelitian ini juga menunjukkan sumbangan relative dari kedua variabel yang dapat dilihat dari analisis *Measures of Association*. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa nilai *r square* (r^2) = 0,024 yang artinya terdapat 2,4% pengaruh *hardiness* dengan stres akademik, sementara 97,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain. Faktor tersebut yaitu pola pikir, keyakinan, pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi yang tinggi, dorongan status sosial dan orang tua yang saling berlomba.

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa variabel *hardiness* dapat mempengaruhi stres akademik, sehingga *hardiness* juga berperan dalam meningkatkan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Karena tingkat *hardiness* yang rendah dapat meningkatkan stres akademik pada mahasiswa sehingga berdampak negatif bagi masa depan. Hal ini disebabkan karena dengan memiliki *hardiness* maka mahasiswa mempunyai komitmen yang tinggi untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan benar, memiliki pengendalian terhadap situasi yang menekan serta melihat segala sesuatu secara positif, optimis dan berani dalam mengambil resiko (Maddi, 2013).

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti tidak bisa membagikan skala secara langsung kepada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh karena ada mahasiswa yang sedang melakukan praktikum, praktik di klinik, sedang melakukan penyuluhan di desa dan penyuluhan di SD (Sekolah Dasar) sehingga peneliti melakukan penyebaran skala secara *online* menggunakan *google form* dengan membagikan link kuesioner ke bagian prodi D-IV Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh melalui whatsapp.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh (hipotesis diterima), dengan nilai koefisien korelasi sebesar $\rho = -0,232$ dan $p = 0,007$ dan $r^2 = 0,024$. Hal ini menunjukkan semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah *hardiness*.

Referensi

- Agolla, J. F., & Ongori, H. (2009). An Assesment of Academic Stress Among Undergraduate Students. *Academic Journal, Educational Research and Review*, 4(2). pp 063-067.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, (5)1, 40-47.
- Aulia, N. B. (2019). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 7 Semarang. *UNNES*, 126.
- Awilson. (2007). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stress Akademik pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 213-214.
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2016). *Konstruksi Tes Kemampuan Kognitif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Azwar, S. (2016). *Konstruksi Tes Kemampuan Kognitif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 143-146.
- Bishop, G. D. (1994). *Health Psychology*. Singapore: Allin And Bacon.
- Busari, A. O. (2011). Stress Inoculation Techniques In Fostering Adjustment to Academic Stress Among Undergraduate Students. *British Journal Of Humanities And Social Sciences*.
- Dodik, S. S., & Astuti, A. (2012). Hubungan Antara Kepribadian Hardinss dengan Stres Akdemik pada Anggota Polri Bagian Operasional Di Polresta Yogyakarta. *Insight*, 10(1), 37-48.
- Dusselier, L., Dunn, B., Wang, Y., Shelley il, M. C., & Whalen, D. F. (2005). Personal Health, Academic And Environmental Predictors Of Stress For Residence Hall Students. *Journal of American College Health*, 54(1), 15- 24
- Fitasari, & Fitasari, I. N. (2011). faktor yang berhubungan dengan kejadian stres pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya. *Surabaya; Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas airlangga*.
- Florian, V., Mikulincer, M., & Taubman, O. (1995). Does *Hardiness* Contribute to Mental Health During a Stressful Real-Life Situation? The Roles of Appraisal and Coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 687-692.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An Analisis Of The Categories In The Student-Life Stress Inventory. *American Journal Of Psychological Research*, 1-4.
- Govaerts, S., & Gregoire, J. (2004). Stressful Akademik Situations: Study on Appraisal Variables In Adolescence. *Revue Europeenne de psychologie appliquee*, 261-268.
- Hicks, T., & Heastie, S. (2008). High School to College Transition: A Profile Of The Stressors, PPhysical And Psychological Health Issues that Affect the First-Year On Campus College Student. *Journal Of Cultural Diversity*, 15(3), 143.
- Hystad, S. W., Eid, J., Laberg, J. C., Johnsen, B. H., & Bartone, P. T. (2009). Academic Stress and Health; Exploring the Moderating Role of Personality *Hardiness*. *Sandinavian journal of educational research*, 53(5), 421-429.
- Indonesia, D. P. (2000). *Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa*. Jakarta.
- Indria , I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran dan Stres Akademik pada Mahasiswa Pekanbaru. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 21-34.
- Juliansyah, N. (2012). *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis dan Disertasi Karya Ilmiah. Cetakan Kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Kadapatti, M. G., & Vijayalaxmi, A. (2012). Stressor of Academic Stress- A Study On Pre-University Students. *Indian J.Sci.Res*, 3(1), 171-175.
- Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan Antara Academic Stress dengan Smartphone Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(1), 16-21.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality Adn Health An Inquiry Into *Hardiness*. *Kournal Personality Social Psychology*, 37(1), 1-10.
- Kobasa, S. C. (2005). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Haerdiness. *Pesonality and Social Psychology*, 7.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. L., & Khan, S. (1982). *Hardiness* and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality And Social Psychology*, 42(1), 168-177.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. L., & zola, M. A. (1983). Type A *Hardiness*. *Journal Of Behafioral Medicine*, 6(1), 41-51.
- Lakaev, N. (2009). Validation of An Australian Academic stress Questionnaire. *Australian Journal of Guidance & Counselling*, 60-61.
- Lin, Y. M., & Chen, F. S. (2009). Academic stress Inventory of Student at Universities and Colleges of Tecnology. *world transaction on engineering and techology education*, 161.
- Maddi, S. L. (2013). *Hardiness Turning Stressful Circumtance Into Resilient Growth*. London: New York; Springer.
- Martono, N. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). Academic Stress of Comparison of Student and Faculty Perception: Colledge Student Journal. *American Juurnal Of*.
- Mufidah, N. L. (2021). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa. 6.

- Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas DiPonegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 297.
- Munir, T., Shafiq, S., Ahmad, Z., & Khan, S. (2015). Impact of Loneliness and Academic Stress on Psychological Well Being Among College Students. *Academic research Internasional*, 343.
- Olivia, D. O. (2014). Kepribadian *Hardiness* Dengan Prestasi Kerja pada Karyawan Bank. *Jurnal Terapan Psikologi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Malang*, 2(01).
- Prasetyaningrum, S. (2014). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Universitas Katolik Soegijapranata*.
- Priyatno, D. (2011). *Buku Suku Analisis Statistik Data Dengan SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Putra, W. (2019, maret 12). Tiga Mahasiswa Unpad Bunuh Diri, Psikiater Ungkap Penyebabnya. Retrieved from Detiknews:.
- Putri, S. A., & Sawitri, D. R. (2017). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Taruna Tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal Empati*, 320.
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal.fk.unand.ac.id*.
- Reca, Suryani, L., Mardelita, S., Zahara, E., & Kurniawati, N. (2021). *Pedoman Pelaksanaan Praktek Asuhan Keperawatan Gigi Keluarga*. Aceh.
- Reddy, K. J., Arishmarajanmenon, M., & Anjanathattil. (2018). Akademik Stres and its Sources among University Studet. *Biomedical & Pharmacology Journal*, 531-537. doi:<http://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>.
- Reeve, J. M., Warren, C. S., & Feess, P. E. (2013). *Pengantar Akuntansi Adaptasi Indonesia*. Jakarta: Salemba Empat.
- Reeve, K. L., Shumaker, C. S., Yearwood, E. L., Crowell, N. A., & Riley, J. B. (2013). Nurse Educational Today Perceivrd Stress And Social Support In Undergraduate Nurse Students. *Eductional Experiences, YNEDT*, 33(4). 419-424. <http://doi.org/10.1016/j.nedt.2012.11.009>
- Riggio, R. E., & Porter, L. W. (2013). *Introduction to Indusrial/Organizational Psychology (6 th edision)*. London: Pearson Education.
- Riggio, R. E., & Porter, L. W. (2013). *Introduction to Industrial/Organizational Psychology. (6th edition)*. London: Perason Education.
- Risana, I. W., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akdemik pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9(5) 372.
- Risdiantoro, R., Iswinarti, & Hasanati, N. (2016). Hubungan Prokrastinasi Akademik, Stres Akademik dan Kepuasan Hidup Mahasiswa. *Psychology and Humanity*, 360-373.
- Ross, S. E., Niebling, B. C., & Heckert, T. M. (1999). Source Of Stress Among College Students. *Social Psychology*, 61(5).
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja jilid 2, Edisi Kesebelas ahli bahasa oleh Benedictine Widiasilita*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New York: John Wiley & sons.
- Schultz, D., & Schultz, S. E. (2010). *Psychology & Work Today. Tenth Edition*. Upper Saddle River: Pretince Hall.
- Skomorovsky, A., & Sodom, K. A. (2011). Psychological well-Being Of Canadian Forces Officer Candidates: The Unique Role Of *Hardiness* And Personality. *Military Medicine*, 176(4). 389-390.
- Smet, B. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.3.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Wilks, S. E. (2008). Resilience Amid Academic Stress: the Moderating Impact of Social Support Among Social Works Student. *Journal Of Advances in Social Work*, 9(2), 106-125.