

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA MAHASISWA KESEHATAN GIGI POLTEKES  
KEMENKES ACEH**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**FIKRIATUL HUSNIA**

**NIM. 180901040**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2022**

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN STRES AKADEMIK PADA  
MAHASISWA KESEHATAN GIGI POLTEKES KEMENKES ACEH**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Oleh :**

**Fikriatul Husnia  
NIM. 180901040**

**Disetujui Oleh :**

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

**Pembimbing 1**

**Pembimbing 2**



**Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si**  
**NIP. 197004201997031001**



**Usfur Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog**  
**NIDN. 2006078301**

**HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN STRES AKADEMIK PADA  
MAHASISWA KESEHATAN GIGI POLTEKES KEMENKES ACEH**

**SKRIPSI**

**Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai  
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Diajukan Oleh :**


**Fikriatul Husnia  
NIM. 180901040**

**Pada Hari/Tanggal :**


**Kamis, 15 November 2022**

**Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi**


**Ketua,**

  
**Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si**  
**NIP. 197004201997031001**

**Sekretaris,**

  
**Usfur Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog**  
**NIDN. 2006078301**

**Penguji 1,**


  
**Miftahul Jannah, S.Ag., M.Psi**  
**NIP. 197601102006042002**

**Penguji 2,**

  
**Karjuniwati, S.Psi., M.Psi., Psikolog**  
**NIDN. 0019068202**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry**

  
**Dr. Muslim, M.Si**  
**NIP. 196610231994021001**

## PERNYATAAN KEASLIAAN PENELITIAN

Dengan ini saya :

Nama : Fikriatul Husnia

NIM : 180901040

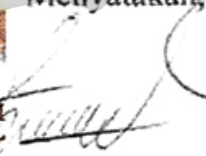
Jenjang : Strata Satu (S-1)

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

A R - R A N I R Y  
Banda Aceh, 15 November 2022

Yang Menyatakan,



METERAL  
TEMPEL  
20E2EAKX113521657

Fikriatul Husnia

NIM 180901040

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji beserta syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap saat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Hardiness* dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh”. Shalawat dan salam kehadiran Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang. Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, arahan dan bimbingan selama penulis menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari tanpa bantuan dan partisipasi dari berbagai pihak, penulis tidak akan mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Selanjutnya penulis mengucapkan terimakasih kepada yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. Muslim, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa psikologi.
2. Bapak Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si. sebagai Wakil Dekan 1 bidang Akademik dan Kelembagaan dan juga selaku pembimbing I dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah memberikan motivasi, masukan, dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis.

3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag., P.hD sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
4. Bapak Drs. Nasruddin, M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
5. Bapak Julianto Saleh, S.Ag.,M.Si selaku Ketua Prodi Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
6. Ibu Cut Rizka Aliana,S.Psi, M.Si selaku Sekretaris Prodi Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
7. Ibu Rawdhah Binti Yasa, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Penasehat akademik, yang telah membimbing dan mengarahkan serta selalu mendukung penulis agar dapat melaksanakan dan menyelesaikan studi dan proses penulisan tugas akhir dengan semangat dan tekun. Hanya doa yang dapat penulis curahkan kepada Allah untuk penasehat akademik sekaligus dosen pembimbing.
8. Ibu Usfur Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pembimbing II dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah memberikan motivasi, masukan, dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis.
9. Dosen penguji, yaitu ibu Karjuniwati, S.Psi., M.Psi., Psikolog dan ibu Miftahul Jannah S.Ag., M.Si yang telah membimbing, memberi masukan, saran dan dukungan yang sangat berharga dalam penyempurnaan penulisan tugas akhir ini.

10. Seluruh dosen dan seleuruh civitas akademik Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
11. Terima kasih kepada orang tua yang telah membesarkan, menjaga, mendidik, memberikan kasih sayang kepada penulis dari kecil sampai sekarang, memberikan dukungan moral dan moril serta doa yang tiada henti. Terima kasih telah menjadi orang tua terhebat, yang selalu memberikan nasehat, menanyakan kabar penulis setiap hari, sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita. Kesuksesan dan segala hal baik yang kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk kalian berdua.
12. Terima kasih buat adik tersayang, Bella Nadira dan Ranga Rinaldi yang telah memberikan semangat dan doanya.
13. Terimakasih kepada Keluarga Besar Neknyang Atia, Nenek Mardiaty tersayang dan tercinta, Bunda Nurul Hayati, Yanda Irwan, Bapak Rahmad Fajri, Acik Asmanidar, Mamang Dudi Hidayat, serta Keluarga Besar Nenek Nur Iman atas dukungannya, nasehat, penjagaan dan motivasi yang selalu diberikan untuk penulis.
14. Terimakasih kepada sahabat-sahabat penulis, Mutiara Rahma, S.E, Raudhatul Jannah,S.E, Nelli Septiawati dan terkhusus Fahriani Delly, S.Tr. Kes. Gigi dengan penuh sabar dan penuh perhatian membantu peneliti dalam penyusunan Tugas Akhir, untuk waktu kalian dari kecil sampai dengan sekarang yang selalu mau direpotkan, menjadi pendengar keluh kesah penulis

dalam menyelesaikan Tugas Akhir dan juga memberi semangat bagi penulis hingga penyusunan skripsi. Sukses terus untuk kita semua ☺

15. Terimakasih kepada teman seperjuangan Ferlita Putri, Nur Zakiah, Cut One Muhairami, dan Cut Dhara Maulydistira, S.Psi yang sudah menjadi teman terbaik selama menempuh perkuliahan ini dan mengajarkan banyak hal. Pengalaman yang luar biasa bersama kalian akan menjadi moment yang tidak terlupakan dan sangat dirindukan. Semoga pertemanan kita akan terus berlanjut selamanya. Dan Sukses Untuk Kita Semua☺
16. Sahabat SMP penulis, Melfa Intan Febrina dan Surya Noerva Diesma yang dengan suka rela meluangkan waktu diselah kesibukan masing-masing, tapi bagaimanapun terima kasih sudah mensupport sahabatmu ini untuk terus mengembangkan karirnya. I miss you so much girls, ayo kita sukses bersama yaa☺
17. Terimakasih kepada grup Be Better yaitu Cut Nova Rizki Wulandari S.Psi, Cut Sabawa Kemala Zuhra, Kamila Muliawati, dan Rini Safitri yang telah membantu serta memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
18. Terima kasih kepada grup Be Worse yaitu Tarmizi, T. Wanza Agha, dan Putra Mahfud telah membantu serta memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
19. Terima kasih kepada Universitas Poltekes Kemenkes Aceh khususnya Jurusan Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh yang telah berkontribusi banyak dalam proses pengumpulan data sehingga memudahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk ketua Prodi D-IV Ibu Andriani, SKM,



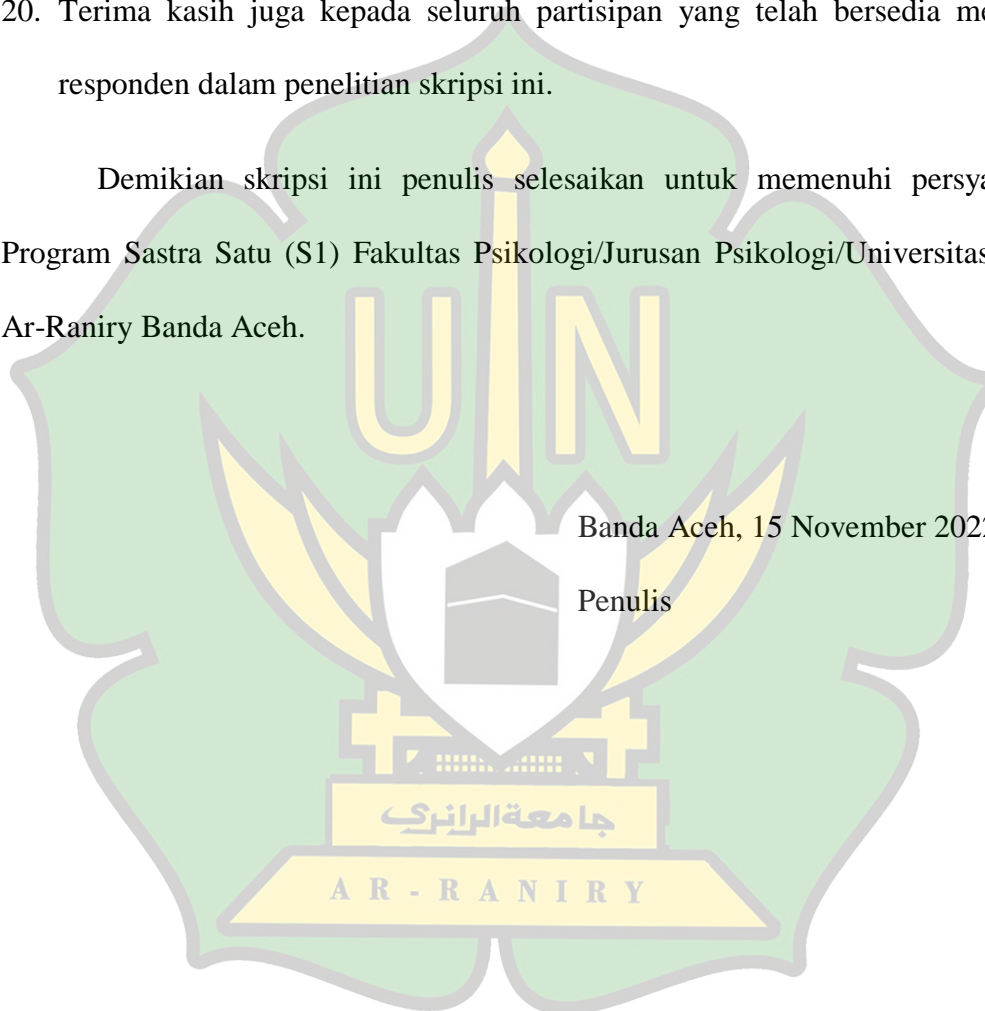
M.Kes yang sudah memberikan izin, membantu dan memudahkan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini dan terima kasih kepada Ibu Hera Mutia, SST yang sudah berjasa menyebarkan kuesioner penelitian kepada siswa kelas XII.

20. Terima kasih juga kepada seluruh partisipan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian skripsi ini.

Demikian skripsi ini penulis selesaikan untuk memenuhi persyaratan Program Sastra Satu (S1) Fakultas Psikologi/Jurusan Psikologi/Universitas UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 15 November 2022

Penulis



## DAFTAR ISI

### COVER

LEMBAR PERSETUJUAN .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>12</b>
A. Stres Akademik .....	12
1. Pengertian Stres Akademik .....	12
2. Aspek-aspek Stres Akademik .....	13
3. Faktor-Faktor Penyebab Stres Akademik .....	16
B. <i>Hardiness</i> .....	18
1. Pengertian <i>Hardiness</i> .....	18
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i> .....	20
3. Faktor-Faktor <i>Hardiness</i> .....	23
4. Manfaat <i>Hardiness</i> .....	24
C. Hubungan <i>Hardiness</i> dengan Stres Akademik .....	24
D. Hipotesis .....	27

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	29
D. Subjek Penelitian .....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel .....	31
E. Teknik pengumpulan data.....	32
1. Persediaan Alat Ukur .....	32
a. Skala stres akademik.....	33
b. Skala <i>hardiness</i> .....	35
c. Pelaksanaan Uji Coba alat Ukur .....	37
2. Uji Validitas .....	38
3. Uji Daya Beda Aitem.....	40
4. Uji Reliabilitas .....	45
5. Pelaksanaan Penelitian .....	47
F. Teknik Analisis Data .....	47
1. Uji Asumsi .....	47
2. Uji Prasyarat.....	48
3. Uji Hipotesis .....	48
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>50</b>
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	50
1. Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
2. Subjek Berdasarkan Angkatan Tahun.....	51
3. Subjek Berdasarkan IPK .....	51
B. Hasil Penelitian .....	51
1. Kategorisasi Data Penelitian .....	51
2. Analisis Data .....	56
C. Pembahasan.....	60
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>64</b>
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran.....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Populasi .....	30
Tabel 3.2	Jumlah Sampel .....	32
Tabel 3.3	Skor Aitem Skala <i>Favorabel</i> dan <i>Unfavorabel</i> .....	34
Tabel 3.4	Blue Print Sebaran Aitem Skala Stres Akademik .....	35
Tabel 3.5	Skor Aitem Skala <i>Favorabel</i> dan <i>Unfavorabel</i> .....	36
Tabel 3.6	Blue Print Sebaran Aitem Skala <i>Hardiness</i> .....	36
Tabel 3.7	Koefisien CVR Skala <i>Hardiness</i> .....	39
Tabel 3.8	Koefisien CVR Skala Stres Akademik .....	40
Tabel 3.9	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Uji Coba <i>Hardiness</i> ....	42
Tabel 3.10	Koefisien Daya Beda Aitem Skala <i>Hardiness</i> .....	42
Tabel 3.11	Blue Print Akhir Skala <i>Hardiness</i> .....	43
Tabel 3.12	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Uji Coba stres Akademik .....	44
Tabel 3.13	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Stres Akademik.....	44
Tabel 3.14	Blue Print Akhir Aitem Skala Stres Akademik .....	45
Tabel 3.15	Koefisien Reliabiliti <i>Alpha Cronbach</i> .....	46
Tabel 4.1	Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin.....	50
Tabel 4.2	Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Angkatan Tahun.....	51
Tabel 4.3	Data Demografi Subjek Penelitian Kategori IPK .....	51
Tabel 4.4	Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Hardiness</i> .....	52
Tabel 4.5	Kategori Skala <i>Hardiness</i> .....	54
Tabel 4.6	Deskripsi Data Penelitian Skala Stres Akademik .....	54
Tabel 4.7	Kategori Skala Stres Akademik .....	56
Tabel 4.8	Hasil Uji Normalitas Sebaran .....	57
Tabel 4.9	Hasil Uji Linieritas Hubungan .....	58
Tabel 4.10	Uji Hipotesis Data Penelitian.....	59
Tabel 4.11	Analisis <i>Measure of Association</i> .....	60

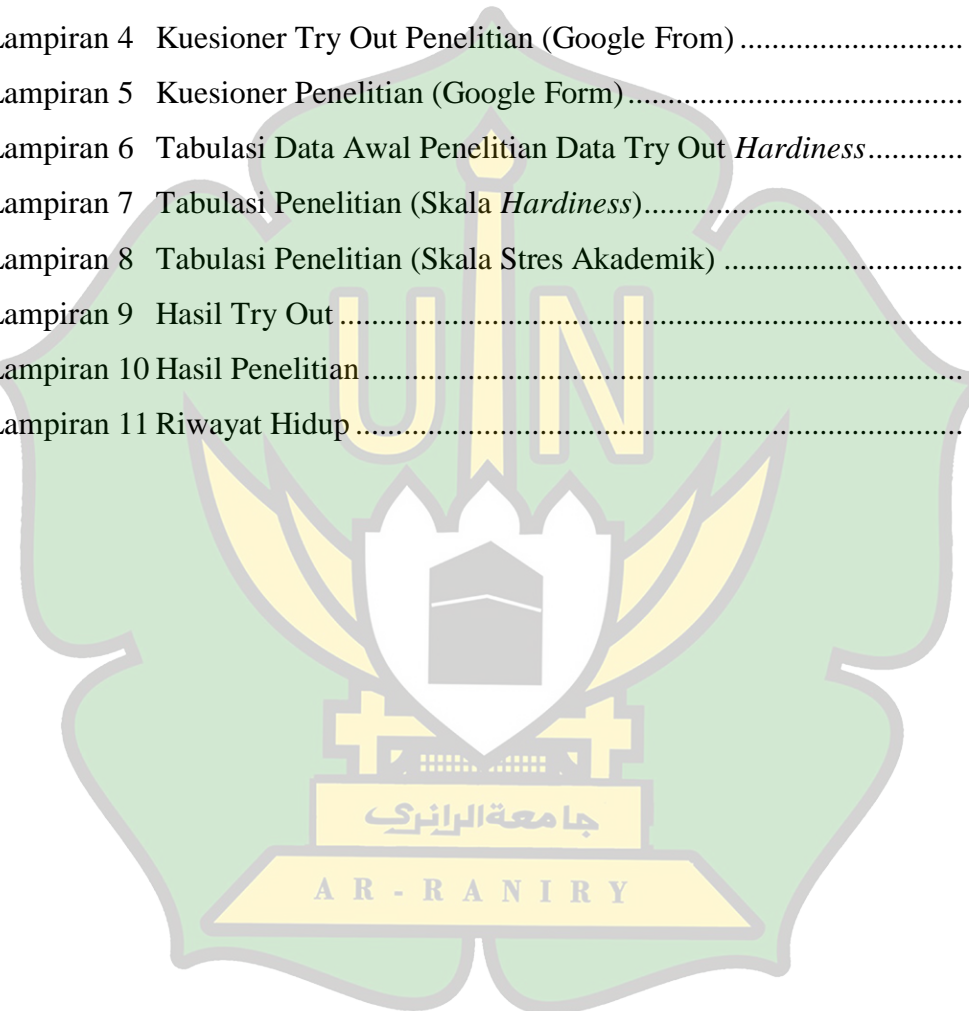
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	28
--------------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.....	71
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	72
Lampiran 3 Surat Selesai Penelitian.....	73
Lampiran 4 Kuesioner Try Out Penelitian (Google From) .....	74
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian (Google Form).....	78
Lampiran 6 Tabulasi Data Awal Penelitian Data Try Out <i>Hardiness</i> .....	82
Lampiran 7 Tabulasi Penelitian (Skala <i>Hardiness</i> ).....	86
Lampiran 8 Tabulasi Penelitian (Skala Stres Akademik) .....	92
Lampiran 9 Hasil Try Out .....	99
Lampiran 10 Hasil Penelitian .....	102
Lampiran 11 Riwayat Hidup .....	109



## HUBUNGAN *HARDINESS* DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KESEHATAN GIGI POLTEKES KEMENKES ACEH

### 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 (reaksi fisik, emosional, dan perilaku dari stressor tersebut, serta kesadaran kognitif). *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* berdasarkan teori Maddi, S. L (2013) dan skala stres akademik berdasarkan teori Gadzella, B. M & Masten, W.G (2005). 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 menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $\rho = -0,232$  dengan  $p = 0,007$  hal tersebut 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.

A R - R A N I R Y

**Kata Kunci :** *Hardiness, Stres Akademik dan Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes*

## **THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS WITH ACADEMIC STRESS IN A POLTEKES DENTAL HEALTH STUDENT ACEH**

### **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 (physiological, emotional, behavioral and cognitive appraisal). 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 based on Maddi, S. L theory (2013) and a academic stress scale based on the Gadzella, B. M and Masten, W. G theory (2005). 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 a correlation coefficient is  $\rho = -0,232$  with  $p = ,007$ . This 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 and A poltekes Dental Health Student*





# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Belajar diperguruan tinggi merupakan proses pembelajaran tingkat lanjut untuk menuntut 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 (Kemendiknas) 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 %.

Penelitian mengenai stres yang dialami oleh mahasiswa berkaitan dengan proses akademik pernah dilakukan oleh Misra dan McKean pada tahun 2000. Sampel penelitian berjumlah 249 mahasiswa di Universitas Midwestern Amerika Serikat. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan ketidakmampuan mahasiswa mengatasi stressor saat menjalani proses akademis yang menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan serta kekacauan dalam manajemen waktu (Misra & McKean, 2000). Kejadian yang melibatkan tiga orang mahasiswa di Universitas Padjajaran (UNPAD) menjadi salah satu permasalahan terkait stres akademik yang dialami mahasiswa, mereka mengalami stres karena beban tugas yang tak kunjung selesai, dan tidak bisa lulus yang beresiko bunuh diri dan putus kuliah (Putra W. , 2019).

Penelitian Indria, Siregar dan Herawati (2019) menemukan bahwa sebanyak 56 dari 120 mahasiswa di Perguruan Tinggi Swasta di Pekanbaru mengalami stres akademik, termasuk banyaknya tugas di satu mata kuliah, mayoritas peserta memperoleh nilai dalam kategori sedang yaitu sebesar 46,7 % dari 100% partisipan.

Penelitian Risdiantoro, Iswinarti, dan Hasanati (2016) menunjukkan bahwa mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta mengalami tingkat stres yang lebih tinggi akibat persaingan dalam memasuki dunia kerja nantinya dibandingkan mahasiswa di Perguruan Tinggi Negeri. Tingkat stres yang tinggi menyebabkan masalah kesehatan seperti depresi dan kecemasan berlebihan. Stres juga dapat menyebabkan gangguan memori, konsentrasi yang buruk, dan kemampuan memecahkan masalah yang buruk. Oleh karena itu, penting untuk memahami penyebab dan akibat dari stres akademik sehingga dapat dilakukan pencegahan yang tepat (Reddy, Arishmarajanmenon, & Anjanathattil, 2018).

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 Poltekkes Aceh dengan uraian sebagai berikut:

Cuplikan Wawancara 1 :

*“...Itu membuat saya sangat pusing mencarinya, karena dimana kami harus mencari pasien yang harus ada kasusnya dimulut pasien tersebut seperti kasus yang diinginkan, dan itu sangat sulit mencarinya, karna saat kita mencari kita harus memeriksa dulu pasiennya, kita liat dulu giginya, itu yang membuat membuang-buang waktu dan sangat melelahkan jika tidak dapat harus cari yang lain gitu (wawancara personal, 10 April 2022, FD).*

Cuplikan Wawancara 2:

*“...ketika dalam praktek, pemeriksaan itu terkadang saya juga diawal masih merasa gugup, karena emmm saya belum terlalu bisa dalam pemeriksaan atau tindakan, jadi saya terkadang merasa gugup takut salah, tindakan yang saya lakukan itu. Pada saat di leb kami juga didampingi oleh dosen-dosen yang emm dapat mengajarkan kami, pada saat dosen itu menghampiri kami, itu yang membuat saya sangat deg-degan dan ketakutan apabila saya salah melakukan tindakan (wawancara personal, 10 April 2022 RS).*

Cuplikan Wawancara 3:

*“...harus tahu cara kerjanya, harus dihafal prosedur pekerjaannya terutama sekali, terus penggunaan alatnya kita harus tahu, kemudian mencari pasien sesuai dengan kriteria yang diminta oleh pihak kampus. Pada saat praktikum saya merasa gugup karena baru pertama kali, kemudian banyak salah, takut dimarahi oleh pembimbing jika saya salah. Ketika melakukan praktikum setelah melakukan tindakan pasti akan dicek kembali oleh dosen pembimbing, disaat itulah saya merasa ketakutan (wawancara personal, 16 September 2022 HD).*

Cuplikan Wawancara 4:

*“...saya merasa lelah ketika mencari pasien kepanti, kedesa-desa, kami harus meminta izin keorang tua pasien tapi tidk diberikan izin oleh orang tua pasien padahal sudah dapat kasus ataupun kriteria yang dibutuhkan. Jadi saya harus mencari lagi. Itulah yang membuat saya sangat lelah. Kemudian saya kesulitan membeli alat praktikum yang harus kami beli dan itu harganya gak murah (wawancara personal, 16 September 2022 RS).*

Dari hasil wawancara dengan mahasiswa Kesehatan Gigi tersebut maka dapat disimpulkan bahwa di Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes 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.

Kreitner dan Kinicki (dalam Putri & Sawitri, 2017) mengemukakan bahwa *hardiness* merupakan perilaku seseorang yang mengubah stressor negatif menjadi stressor positif yaitu memandang stressor sebagai tantangan dan *hardiness* memiliki peran dalam proses individu memaknai kondisi yang

menyebabkan timbulnya stres. *Hardiness* dapat membantu individu beradaptasi dengan keadaan yang menekan, sehingga individu cenderung tidak memiliki perasaan negatif atau mudah terbawa emosi, *hardiness* juga memacu individu untuk terus maju, terus menjadi lebih baik dan menjadi pribadi yang terus bertumbuh (Skomorovsky dan Sudom, 2011).

*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).

Berdasarkan uraian di atas serta fenomena yang terjadi, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul “hubungan *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa kesehatan gigi poltekes kemenkes Aceh”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dirumuskan rumusan masalah yaitu “Apakah ada hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh?”.

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai pada penelitian ini ialah untuk mengetahui “Hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh”.

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data empiris bagi disiplin ilmu psikologi terutama teori-teori yang berkaitan dengan *hardiness* dan stres akademik, serta hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan teoritis dan empiris sebagai penunjang untuk penelitian dimasa yang akan datang dan juga meningkatkan pemahaman di bidang terkait.

#### 2. Secara Praktis

##### a. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan wawasan luas, menjadi acuan atau referensi untuk mengurangi stres akademik yang ada di dunia perkuliahan.

##### b. Manfaat bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan bagi mahasiswa mengenai hubungan *hardiness* dengan stres akademik yang terjadi di perkuliahan sehingga dapat lebih menyadari dan mengurangi penyebab terjadinya stres akademik.



c. Manfaat bagi lembaga

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai pedoman dan diharapkan dapat memberikan gambaran kepada lembaga mengenai *hardiness* dengan stres akademik.

## E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat diketahui melalui sub penelitian yang dilakukan pada penelitian sebelumnya, maka perlu dilakukan upaya komparasi (perbandingan) untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan atau persamaan dengan konteks penelitian ini, namun terdapat beberapa perbedaan dalam identifikasi variabel, karakteristik subjek, jumlah dan metode yang digunakan.

Penelitian Azizah dan Satwika (2021) meneliti hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan populasi berjumlah 231 dengan menggunakan kriteria mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2016 - 2017 yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *hardiness* dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada lokasi penelitian, metode penelitian, metode pengambilan sampel dan subjek penelitian.

Penelitian Putri dan Sawitri (2017) meneliti hubungan antara *hardiness* dengan stress akademik pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayanan Semarang. Populasi pada penelitian ini 337 orang, sampel sebanyak 173 orang

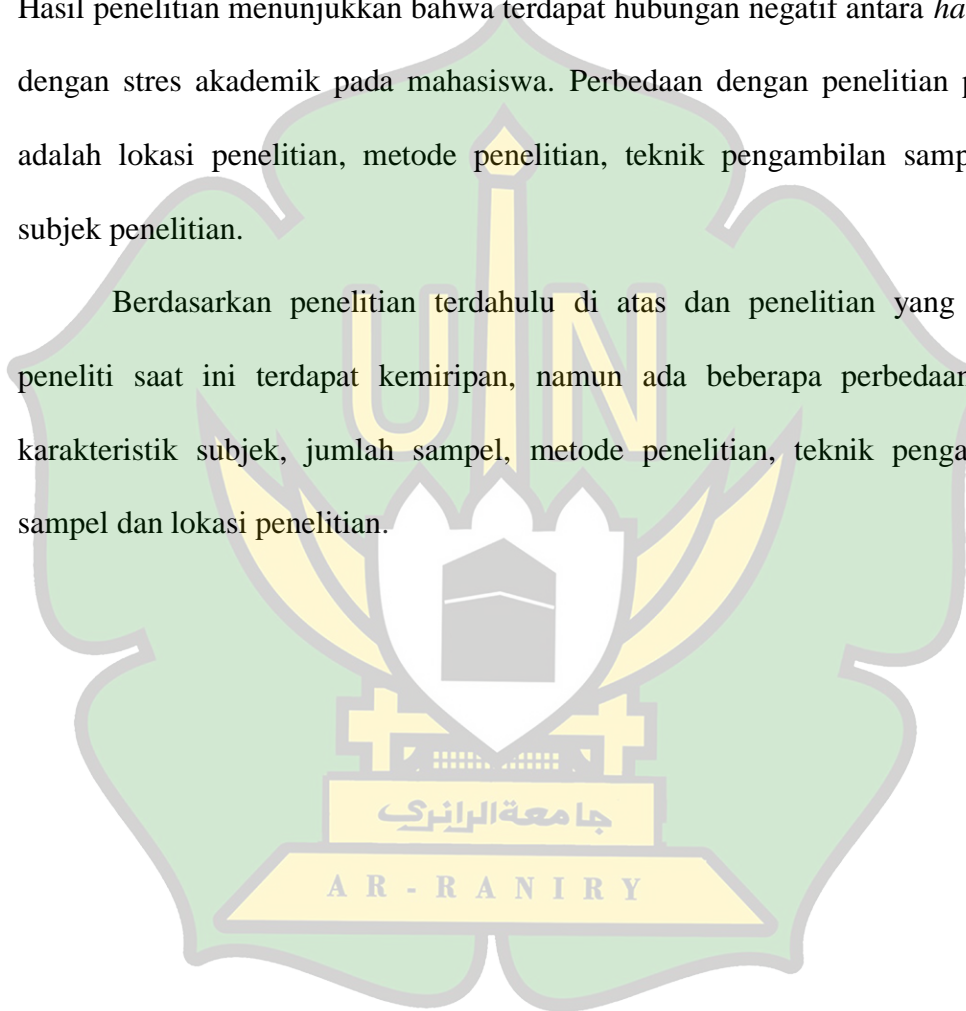
diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik. Perbedaan dengan penelitian peneliti terletak pada lokasi penelitian, metode penelitian, teknik pengambilan sampel dan subjek penelitian.

Penelitian Aulia (2019) tentang hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 7 Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah dari siswa kelas XI di SMA Negeri 7 Semarang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *teknik cluster sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik. Perbedaan dengan survei peneliti adalah lokasi, metode survei, teknik pengambilan sampel dan subjek survei.

Penelitian Risana dan Kustanti (2020) tentang hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro. Populasi penelitian terdiri dari mahasiswa Teknik sipil angkatan 2017 sebanyak 210 mahasiswa dan sampel penelitian sebanyak 118 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro Angkatan 2017. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada lokasi, metode penelitian, teknik pengambilan sampel dan subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Mufidah (2021) dengan judul hubungan *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa. Populasi pada penelitian ini berjumlah 34.000 subjek dengan sampel penelitian berjumlah 380 subjek. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa. Perbedaan dengan penelitian peneliti adalah lokasi penelitian, metode penelitian, teknik pengambilan sampel dan subjek penelitian.

Berdasarkan penelitian terdahulu di atas dan penelitian yang diteliti peneliti saat ini terdapat kemiripan, namun ada beberapa perbedaan yaitu karakteristik subjek, jumlah sampel, metode penelitian, teknik pengambilan sampel dan lokasi penelitian.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Stres Akademik**

##### **1. Pengertian Stres Akademik**

Stres akademik adalah keadaan dimana seseorang merasakan banyak tuntutan dan tekanan, kekhawatiran akan tugas dan ujian, buruknya manajemen waktu, serta ketidakmampuan dalam mengatasi permasalahan (Munir, Shafiq, Ahmad & Khan, 2015). Menurut Mulya dan Indrawati (2016) stres akademik adalah rasa cemas, tekanan fisik dan emosional, ketegangan dan kekhawatiran yang dialami mahasiswa untuk mendapatkan nilai yang bagus, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, menyelesaikan tugas dengan baik, persyaratan pekerjaan rumah yang tidak jelas dan kondisi pendidikan yang tidak nyaman.

Govaert dan Gregoire (dalam Karuniawan & Cahyanti, 2013) menjelaskan bahwa stres akademik merupakan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik yang memberikan tekanan pada individu yang berkaitan dengan pendidikan dan ilmu pengetahuan di perguruan tinggi. Menurut Gadzella dan Masten (2005) stres akademik terdiri dari persepsi individu terhadap stressor akademik dan respons fisik, emosional, perilaku dan kognitif individu terhadap stressor tersebut.

Lin dan Chen (2009) menemukan bahwa stres akademik mempengaruhi dari hasil antara dosen dan mahasiswa, kecemasan tentang hasil belajar yang dicapai, ujian atau ulangan yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya, kompetensi teman sebaya dan persepsi terhadap

kemampuan belajar yang dibuat oleh mahasiswa. Menurut Taufiq, Ifdil dan Muharrifah (dalam Barseli, Ifdil & Nikmarijal, 2017) stres akademik terjadi ketika adanya harapan untuk prestasi meningkat, baik dari orang tua, dosen atau teman sebaya memiliki ekspektasi kinerja yang tinggi.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa definisi stres akademik Gadzella dan Masten (2005) memiliki landasan jelas dan sesuai dengan kebutuhan penelitian. Dalam hal ini yang dimaksud dengan stres akademik adalah persepsi individu terhadap stressor akademik dan bagaimana individu menanggapi, termasuk efek fisik, emosional, dan perilaku dari stressor tersebut, serta kesadaran kognitif.

## **2. Aspek-Aspek Stres Akademik**

Gadzella dan Masten (2005) mengukur stres akademik dalam dua aspek, yaitu stressor dan reaksi terhadap stressor akademik.

### **a. Stressor akademik**

Stressor akademik merupakan peristiwa atau situasi (stimulus) yang menuntut penyesuaian diri di luar hal-hal yang biasa terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Stressor akademik terdiri dari 5 kategori yakni:

- 1) *Frustrations* (frustasi), adalah ketika kebutuhan pribadi terhalang untuk mencapai tujuan hidup, ketika kegiatan sehari-hari sulit, ketika tujuan yang ditetapkan tidak dapat tercapai, kurangnya sumber, tidak diterima di lingkungan sosial, kecewa dalam menjalin hubungan dengan orang lain serta melewatkan kesempatan yang sering terjadi.

- 2) *Conflicts* (konflik) berkaitan antara dua atau lebih alternatif yang diinginkan, antara dua atau lebih alternatif yang tidak diinginkan dan alternatif yang diinginkan maupun yang tidak diinginkan.
  - 3) *Pressure* (tekanan) berkaitan dengan kompetisi, deadline, serta beban kerja yang berlebihan dan hubungan antar pribadi.
  - 4) *Change* (perubahan) merupakan perilaku yang dimunculkan individu karena disebabkan oleh beberapa hal, seperti adanya pengalaman yang tidak menyenangkan, perubahan dalam waktu bersamaan dan perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu.
  - 5) *Self imposed* yaitu tentang bagaimana individu membebani dirinya sendiri. Misalnya, keinginan untuk berkompetisi, dicintai semua orang, khawatir berlebihan, solusi permasalahan, kecemasan menghadapi ujian dan prokrastinasi.
- b. Reaksi terhadap stressor akademik
1. *Physiological* (reaksi psikologis) menekankan hubungan antara pemikiran dan fisik individu. pada umumnya ditandai dengan keluarnya keringat secara berlebihan, gemetar, gagap, bergerak dengan cepat, kelelahan, gangguan pencernaan, gangguan pernafasan, sakit punggung, reaksi pada kulit, sakit kepala, berat badan berkurang, berat badan bertambah, nyeri akritis dan sakit perut.
  2. *Emotional* (reaksi emosional) yang diamati pada respon terhadap stres ialah emosi, seperti rasa takut, bersalah, kecewa, panik, merasa kesal/merah dan kesedihan.

3. *Behavioral* (reaksi perilaku) berkaitan dengan emosional individu yang dapat memberikan reaksi seperti menangis, merusak diri, merokok berlebihan, mencoba bunuh diri, irasional terhadap orang lain, cepat marah terhadap orang lain, mekanisme pertahanan dan menyendiri.
4. *Cognitive appraisal* (penilaian kognitif) berkaitan dengan menganalisis situasi yang menekan dan menggunakan strategi yang tepat untuk memecahkan situasi yang menekan.

Menurut Lakaev (2009) terdapat beberapa aspek stres akademik diantaranya yaitu:

a. Aspek Fisiologis

Mengacu pada keadaan seseorang yang berhubungan dengan fungsi dan organ-organ yang dimiliki.

b. Aspek Kognitif

Mengacu pada keadaan individu yang berkaitan dengan nalar atau proses berpikir berupa kemampuan dan aktifitas otak untuk mengembangkan kemampuan rasional.

c. Aspek Afektif

Mengacu pada keadaan individu yang berkaitan dengan sikap dan nilai, mencakup watak perilaku seperti perasaan minat, sikap, emosi dan nilai.

d. Aspek Kognitif

Mengacu pada aktivitas psikis yang mengandung usaha aktif dan berhubungan dengan pelaksanaan pencapaian tujuan

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa aspek dari stres akademik ada dua yaitu (1) stressor akademik, dengan 5 kategori, yaitu *frustration* (frustasi), *conflicts* (konflik), *pressure* (tekanan), *change* (perubahan) dan *self-imposed* (kegiatan diri). (2) reaksi terhadap stressor akademik, dengan 4 kategori, yaitu *physiological* (reaksi fisik), *emotional* (reaksi emosi), *behavioral* (reaksi perilaku) dan *cognitive appraisal* (penilaian kognitif). Peneliti memilih aspek yang dikemukakan oleh Gadzella dan Masten karena cakupan aspeknya lebih luas.

### 3. Faktor-faktor penyebab stres akademik

Beberapa faktor yang mempengaruhi stres akademik menurut Puspitasari (dalam Barseli & Ifdil, 2017) yaitu:

#### a. Faktor internal

- 1) Pola pikir, stres akademik yang dialami yang dialami individu merupakan salah satu dari stres yang bersifat negatif atau distress, artinya stres bersumber dari pola pikir individu yang negatif.
- 2) Kepribadian. Kepribadian setiap individu menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres individu yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan dengan sifat individu yang pesimis. Salah satu aspek kepribadian adalah *hardiness*. Kobasa, menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan sifat kepribadian yang dapat membuat seseorang menjadi lebih kuat, tangguh dan stabil dalam menghadapi tekanan hidup, dan mengurangi resiko negatif.



- 3) Keyakinan, keyakinan diri individu dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

b. Faktor eksternal

- 1) Pelajaran lebih padat. Mata pelajaran yang banyak menimbulkan beban individu yang semakin meningkat.
- 2) Tekanan untuk berprestasi yang tinggi. Tekanan ini terutama datang dari orang tua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.
- 3) Dorongan status sosial. Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial, individu dengan prestasi yang tinggi akan disukai, sebaiknya individu yang tidak mempunyai prestasi akan cenderung ditolak di lingkungannya.
- 4) Orang tua saling berlomba. Pada kalangan orang tua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemauan dalam berbagai aspek juga lebih keras.

Adapun beberapa faktor stres akademik menurut Lin dan Chen (2009)

adalah:

- a. Stres yang berhubungan dengan tenaga pengajar, meliputi bahan ajar yang diberikan pengajar, metode pengajaran dan tugas-tugas yang diberikan kepada mahasiswa oleh dosen.
- b. Stres dari hasil akademis, termasuk ekspektasi orang tua dan nilai yang buruk.

- c. Stres ujian, seperti persiapan ujian dan kemungkinan harus mengulang mata kuliah wajib di tahun berikutnya.
- d. Stres dari pembelajaran kelompok, seperti penugasan makalah secara kelompok dan penugasan anggota kelompok yang tidak sesuai harapan.
- e. Stres terkait teman sebaya, meliputi persaingan teman sebaya dan gangguan dari teman sebaya selama kegiatan akademik.
- f. Stres yang timbul dari manajemen waktu, antara lain mengatur kegiatan sosial dan akademik serta memprioritaskan agenda-agenda yang ada.
- g. Stres yang berasal dari diri pribadi, stres ini disebabkan oleh ekspektasi kinerja individu dan pilihan bidang peneltiani yang diminati.

Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berarti faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, sedangkan faktor eksternal berarti faktor yang berasal dari luar diri individu atau dari lingkungan individu.

## **B. *Hardiness***

### **1. Pengertian *Hardiness***

Menurut Kobasa dkk (1982) kepribadian tangguh atau *hardiness* berfungsi sebagai perisai terhadap stres yang ekstrim. Bigshop (1994) menyatakan bahwa, meskipun *hardiness* merupakan salah satu tipe kepribadian yang tahan terhadap stres, *hardiness* juga merupakan kombinasi dari ciri-ciri kepribadian yang dapat dipercaya untuk melukiskan gambaran individu yang berkinerja baik di bawah tekanan kesulitan. Schulz dan Schulz (2006)

menyatakan bahwa *hardiness* merupakan variabel kepribadian yang dapat menjelaskan perbedaan individu dalam kerentanan stres. Berbagai macam kepribadian individu telah banyak dipertimbangkan sebagai suatu trait dan karakteristik yang dapat mengurangi dampak stres secara fisik maupun psikologi, salah satunya adalah *hardiness*.

Kobasa (1979) menyatakan bahwa tipe kepribadian *hardiness* ini menunjukkan komitmen, kontrol dan tantangan yang tinggi. Menurut Maddi (2013) *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.

Berdasarkan pengertian diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa teori definisi *hardiness* menurut Maddi (2013) memiliki landasa yang jelas dan sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian. Definisi *hardiness* adalah sikap dan keterampilan belajar yang dipelajari untuk membantu individu mengubah situasi yang berpotensi berbahaya menjadi peluang untuk berkembang, menemukan makna di balik situasi yang terjadi disekitar mereka, tetap berada pada kondisi normal di bawah tekanan, dan meningkatkan kinerja dan mempertahankan kesejahteraan pribadi.

## 2. Aspek-Aspek *Hardiness*

Menurut Maddi (2013) , kepribadian *hardiness* terdiri dari tiga aspek, antara lain:

### a. Komitmen

Komitmen melibatkan keyakinan bahwa seberapapun mengerikan situasi yang terjadi, individu harus tetap terlibat dalam kejadian tersebut dari pada menghindar atau menarik diri dari lingkungan. Komitmen tersebut, yaitu (1) ketertarikan dan keinginan tentang hidup, (2) keyakinan akan kemampuan diri, (3) kerelaan untuk mencari bantuan, (4) dan dukungan sosial.

### b. Pengendalian

Pengendalian mengakibatkan keyakinan bahwa tidak peduli seburuk apapun keadaan yang terjadi, individu tetap mencoba mengubah keadaan yang memiliki potensi ancaman menjadi suatu peluang dalam mengembangkan diri pada masa tidak berdaya dan bersikap pasif. Pengendalian terdiri dari empat komponen, antara lain (1) keterampilan untuk membuat keputusan yang baik, (2) perasaan otonomi diri dan perasaan akan adanya suatu pilihan yang diambil, (3) kemampuan untuk melihat peristiwa yang menyebabkan stres sebagai suatu bagian dari kehidupan, dan (4) motivasi untuk berprestasi sesuai dengan tujuan.

### c. Tantangan

Tantangan melibatkan sikap penerimaan individu yang memandang kehidupan sebagai sumber stres. Sikap penerimaan ini akan membantu

individu dalam mencari makna positif dari sumber stres sehingga individu dapat belajar dari kegagalan yang dihadapinya sebagai suatu proses menuju kesuksesan dan tidak berfikir untuk tetap berada di zona aman dan nyaman. Tantangan terdiri dari beberapa komponen, antara lain memandang segala sesuatu secara positif dan optimis serta keberanian mengambil resiko.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa dimensi *hardiness* yaitu terdiri dari tiga aspek antara lain *commitment*, *control* dan *challenge* (Maddi, 2013).

Menurut Kobasa (1979) dimensi *hardiness* terdiri dari 3 dimensi yaitu:

a. *Commitment* (Komitmen)

Komitmen merupakan kecenderungan individu untuk terlibat dalam kehidupan sehari-hari. Individu dengan komitmen yang tinggi umumnya memiliki tujuan yang membantu mereka dalam mengidentifikasi dan menentukan makna dibalik peristiwa, hal yang dijumpai, serta yang berasal dari orang-orang disekeliling mereka. Individu dengan komitmen yang tinggi tidak mudah terpengaruh oleh situasi dibawah tekanan karena mereka berfokus pada diri sendiri dan bagaimana hubungan dirinya dengan orang yang berada disekitarnya. Singkatnya, individu yang memiliki komitmen yang baik membangun hubungan sosial dengan terlibat aktif dan melakukan pendekatan dengan lingkungan sekitarnya dan bukan sebaliknya, menjadi pasif lalu menghindar dari lingkungan sosialnya.

b. *Control* (Kontrol)

Kontrol adalah kecenderungan individu untuk merasa dan bertindak seolah-olah semua sikap yang diambil akan memiliki pengaruh terhadap kehidupan (bukan merasa tak berdaya). Individu dengan kontrol yang tinggi mempersepsikan kehidupan melalui imajinasi, pengetahuan, keterampilan serta pilihan yang dimilikinya serta memiliki kendali kognitif atau kemampuan menginterpretasikan, menilai, menyatukan berbagai peristiwa kedalam rencana kehidupan selanjutnya. Kontrol meningkatkan ketahanan stres individu dengan meningkatkan perseptual bahwa peristiwa yang menimbulkan stres adalah suatu hal yang alami. Aspek kontrol muncul dalam bentuk kemampuan untuk mengendalikan proses pengambilan keputusan pribadi dan kemampuan untuk memilih dengan bebas diantara beragam tindakan yang dapat diambil. Kobasa juga mengatakan bahwa individu dengan kontrol yang tinggi memiliki keterampilan untuk mengatasi masalah dengan respon-respon yang tepat. Dengan demikian, orang-orang yang memiliki kontrol yang kuat akan lebih optimis dalam menghadapi hal-hal di luar dirinya.

c. *Challenge* (Tantangan)

Secara kognitif, individu dengan aspek tantangan yang tinggi memiliki keluwesan dalam bersikap sehingga dapat mengintegrasikan dan menilai ancaman dari situasi baru secara efektif. Keluwesan kognitif ini menjadikannya terlatih untuk merespon kejadian yang tidak terduga sebagai suatu masalah atau tantangan yang perlu diatasi. Tantangan

meringankan stress dengan mempersepsikan peristiwa yang menimbulkan stres sebagai suatu hal yang menarik dari pada suatu hal yang mengancam. Tantangan akan membuat individu lebih terbuka dan fleksibel dalam menghadapi berbagai situasi, serta menjadikan individu tersebut menjadi lebih terintegrasi dan efektif dalam memberikan penilaian pada peristiwa yang dihadapi.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Hardiness*

Menurut Florian, Mikulincer & Taubman (1995) faktor yang mempengaruhi *hardiness* antara lain:

- a. Kemampuan untuk membuat rencana yang realistis. Kemampuan individu untuk merencanakan secara realistis ketika menghadapi masalah memungkinkan individu untuk mengetahui hal terbaik yang dapat individu lakukan dalam situasi tersebut.
- b. Percaya diri membuat individu lebih rileks dan optimis. Individu yang percaya diri yang tinggi dan memiliki citra diri yang positif maka individu akan menghindari stres.
- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi dan kemampuan untuk menghadapi emosi dan implus yang kuat.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *hardiness* adalah kemampuan merencanakan, memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan positif serta dapat mengembangkan keterampilan komunikasi dan pengolahan perasaan yang kuat.

#### 4. Manfaat Kepribadian *Hardiness*

Menurut Kobasa, Maddi dan Zola (1983) mengemukakan bahwa individu dengan ciri kepribadian *hardiness* memiliki kontrol pribadi, komitmen dan kemauan untuk menghadapi tantangan, artinya perubahan-perubahan yang terjadi di dalam diri maupun di luar dirinya sebagai suatu kesempatan untuk tumbuh bukan sebagai suatu ancaman terhadap dirinya. Individu yang memiliki karakter kepribadian *hardiness* dianggap menjadi tetap sehat meskipun mengalami kejadian-kejadian yang penuh dengan stress.

*Hardiness* merupakan ciri kepribadian yang berfungsi sebagai sumber perlawanan ketika individu menghadapi peristiwa yang mengancam (Kobasa, Maddi dan Khan, 1982). Kobasa juga mengatakan bahwa *hardiness* merupakan konstelasi ciri-ciri kepribadian yang bermanfaat untuk membantu mengatasi stres dalam hidup.

Lebih lanjutnya Kobasa menjelaskan bahwa kepribadian *hardiness* dapat membantu mengurangi respon *Cardiovaskular* terhadap stres. Individu dengan sifat kepribadian *hardiness* akan lebih kuat secara fisik dan mental karena adanya komitmen, kontrol dan tantangan. Individu memiliki pandangan positif terhadap peristiwa dalam hidup yang menekan dari pada individu yang kurang tanggu.

#### C. Hubungan *Hardiness* dengan Stres Akademik

Astuti (dalam Dodik dkk, 2012) *hardiness* memberikan konstelasi ciri-ciri kepribadian yang menguntungkan membantu seseorang mengatasi tekanan hidup dan menjadi “tahan banting”. Dengan kata lain, orang yang memiliki



*hardiness* tidak dapat dengan mudah lepas dari adaptasi *maladaptive*. *Hardiness* adalah kepribadian tangguh, sehingga dapat berpengaruh dalam respon yang diberikan individu guna menghadapi stres akademik yang sedang dihadapi. Individu yang memiliki *hardiness* yang tinggi, lebih kuat, tahan banting dan penuh semangat dalam menghadapi stres akademik. Sebaliknya, jika individu memiliki *hardiness* yang rendah, maka individu tersebut akan merasa kesulitan dalam menghadapi stres akademik.

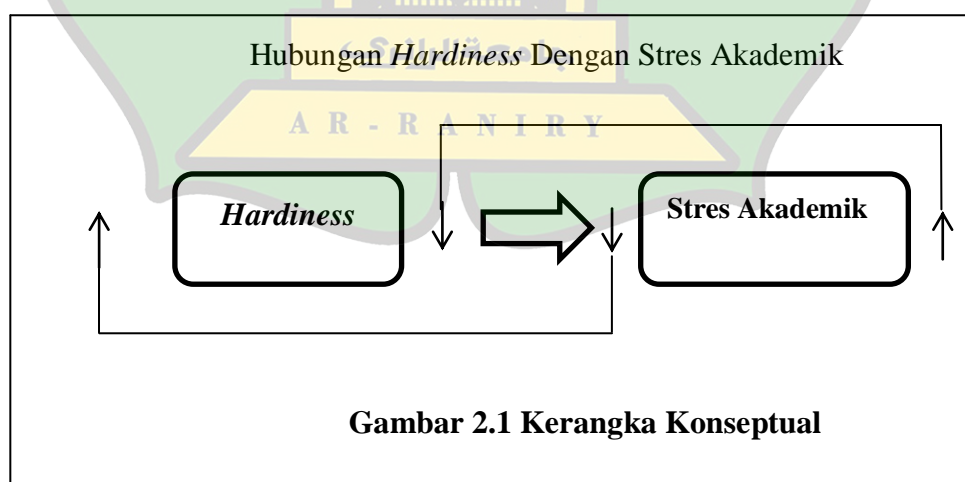
Mahasiswa yang memiliki tekanan pada bidang akademik dapat memiliki resiko mengalami stres akademik yang dapat mempengaruhi nilai akademik mahasiswa. Stres akademik adalah rasa cemas, tertekan secara fisik dan emosional, ketegangan dan kekhawatiran yang dialami oleh mahasiswa yang khawatir akan perolehan nilai tinggi dari dosen dan orang tua, menyelesaikan tugas tepat waktu, pekerjaan rumah terlalu menuntut dan keadaan lingkungan kelas yang kurang nyaman, maka *hardiness* ditujukan untuk mengubah situasi yang berpotensi mengancam menjadi peluang untuk mengembangkan diri dan meningkatkan dorongan individu untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Mulya & Indrawati, 2016).

Putri dan Sawitri (2017) melakukan penelitian tentang hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikansi antar *hardiness* dengan stres akademik. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *hardiness* memberikan pengaruh sebesar 39% terhadap stres akademik. Penelitian Prasetyaningrum (2014) juga melakukan penelitian tentang hubungan *hardiness* dengan stres

akademik pada mahasiswa. Hasil menunjukkan hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik. Riggio dan Porter (2013) menunjukkan bahwa ketika individu kurang memiliki *hardiness* maka akan menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Stres dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi stres akademik salah satunya adalah *hardiness*. Studi tersebut menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki dampak 39% terhadap stres akademik.

Hubungan *hardiness* dengan stres akademik dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres akademik yang terjadi pada individu (mahasiswa) dipengaruhi oleh *hardiness*. Untuk mengatasi stres akademik maka, diperlukan *hardines* yang tinggi. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness*, maka semakin tinggi stres akademik.

Hubungan kedua variabel secara deskripsi dapat dilihat pada gambar 2.1 berikut.



#### D. Hipotesis

Berdasarkan uraian dalam konsep teoritis di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis dalam usulan ini yang berbunyi: Terdapat hubungan negatif antara kepribadian *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh. Artinya, semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. 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).

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017) variabel penelitian berupa suatu atribut, sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas dan terikat. Variabel bebas adalah suatu variable yang mempengaruhi variabel lain sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain.

- a. Variabel bebas (X) : *Hardiness*
- b. Variabel terikat (Y) : Stres Akademik

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk memperjelas pengertian variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan definisi secara operasional. Berikut merupakan definisi operasional pada tiap-tiap variabel.

### 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) *changes* (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.

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek/objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Pada penelitian ini, populasi merupakan mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekes Kemenkes Aceh tahun 2019 sampai dengan 2021 sebanyak 221 mahasiswa.

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

**Tabel 3.1.**

*Jumlah Populasi Mahasiswa Kesehatan Gigi Kemenkes Poltekes Jenjang Pendidikan Sarjana Terapan (D IV) Aceh Pada Tahun 2019 hingga 2021*

No	Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1	2019	70
2	2020	71
3	2021	80
<b>Total</b>		<b>221 Mahasiswa</b>

## 2. Sampel

Menurut Sugiyono (2017) sampel merupakan bagian dari banyaknya populasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *metode probability sampling* dengan teknik *stratified random sampling*. Teknik ini digunakan bila populasi mempunyai anggota yang tidak homogen dan berstrata secara proposional dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2017).

Peneliti menentukan terlebih dahulu sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Penentuan sampel dalam penelitian mengacu pada tabel yang dikembangkan Isaac dan Michael pada tingkat kesalahan 5%. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 221 mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh. Sehingga jika dilihat pada tabel Isaac dan Michael maka jumlah sampel yang digunakan adalah 135 mahasiswa. Berikut merupakan rumus yang digunakan dalam menentukan jumlah sampel.

Oleh karena itu pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling*, maka untuk menentukan sampel setiap angkatan digunakan rumus berikut (Priyono, 2016).

$$\text{Sampel} = \frac{\text{Populasi setiap angkatan}}{\text{Total populasi}} \times \text{Total Sample}$$

Keterangan:

Sampel	= jumlah sampel setiap angkatan
Populasi	= jumlah mahasiswa setiap angkatan
Total Populasi	= jumlah keseluruhan populasi
Total Sampel	= jumlah keseluruhan sampel penelitian

Tabel 3.2  
*Sampel Penelitian*

No	Angkatan	Jumlah populasi	Perhitungan sampel	Pembulatan
1	2019	70	$\frac{70}{221} \times 135 = 42,76$	43
2	2020	71	$\frac{71}{221} \times 135 = 43,37$	43
3	2021	80	$\frac{80}{221} \times 135 = 48,86$	49
<b>Total</b>		301	134,99	135

### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu cara yang digunakan untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian. Tanpa mengetahui teknik pengolahan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang dianalisis.

#### 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 *unfavorabel* tentang variabel yang diteliti.

Kedua skala dibagikan dalam bentuk *google form*. Setiap skala dibagikan terdiri dari dua pernyataan yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorabel*, pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung variabel yang



dapat diukur sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung variabel yang dapat diukur (Azwar, 2016).

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*

Berikut ini adalah penjelasan skala yang digunakan dalam penelitian ini:

a. Skala Stres Akademik

Penelitian ini menggunakan skala stres akademik berdasarkan teori dari Gadzella dan Masten (2005) yang mengukur stres akademik dalam dua aspek, yaitu stressor dan reaksi terhadap stressor akademik. Aitem – aitem skala dari Skala Indonesia adaptasi *of the Student-Life Stress Inventory: Psychometric properties and factor structure* yang diadopsi oleh Pragholapati, A., Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., dan Sulastri, A (2021) dengan nilai Cronbach Alpha yaitu 0,788. Pada skala ini, responden menilai masing-masing aitem yang menggunakan Skala Likert yakni Tidak

Pernah (skor = 1), Jarang (skor = 2), Kadang-Kadang (skor = 3), Sering (skor = 4), dan Hampir Selalu (skor = 5). Nilai untuk masing-masing dari delapan kategori pertama dijumlahkan dan dicatat. Nilai untuk kategori terakhir (kognitif) terlebih dahulu dibalik kemudian dijumlahkan dan dicatat. Skor total dari skala ini diperoleh dengan menjumlahkan skor dari sembilan aspek yang terdiri dari lima kategori yakni frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri dan empat kategori dari reaksi terhadap stressor akademik yakni reaksi fisik, emosi, tingkah laku dan kognitif (Gadzella & Masten, 2005).

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

*Tabel 3.3.  
Skor aitem skala favorable dan unfavorable*

<b>Skor Skala Favorable</b>		<b>Skor Skala Unfavorable</b>	
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

Tabel 3.4.  
Blue print sebaran aitem skala stres akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem	Total	%
			Favourable		
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%
<b>Total</b>			<b>51</b>	<b>51</b>	<b>100%</b>

#### b. Skala *Hardiness*

*Hardiness* dapat diukur dengan menggunakan skala *hardiness* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Maddi (2013). Skala *Hardiness* disusun sebanyak 20 aitem pernyataan yang terdiri dari 10 aitem *unfavourable* dan 10 aitem *unfavourable*. Pada skala ini, responden menilai masing-masing aitem yang menggunakan Skala Likert yakni Sangat Setuju (skor = 1), Setuju (skor = 2), Tidak Setuju (skor = 3), Sangat Tidak Setuju (skor = 4).

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

*Tabel 3.5.  
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

*Tabel 3.6.  
Blue print sebaran aitem skala Hardiness*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total	%
			Favourable	unfavourable		
1	Komitmen	1. Ketertarikan dan keinginan tentang hidup	3	6	8	40%
		2. Keyakinan akan kemampuan diri	9	12		
		3. Kerelaan untuk mencari bantuan	14	16		
		4. Dukungan sosial	18	20		
2	Pengendalian	1. Keterampilan untuk membuat keputusan yang baik	2	5	8	40%
		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		
		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%
<b>Total</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

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

Peneliti melakukan pelaksanaan uji coba alat ukur, dimana sebelum alat ukur penelitian digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba kepada sejumlah mahasiswa dengan ketentuan mahasiswa tersebut merupakan bagian dari populasi tetapi mereka berada diluar sampel penelitian yang sebenarnya, sehingga mereka memiliki karakteristik yang relatif sama dengan sampel penelitian. 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, dengan link sebagai berikut :

[https://docs.google.com/forms/d/1Fu7J5po1AjKvEzJ1PAJ-](https://docs.google.com/forms/d/1Fu7J5po1AjKvEzJ1PAJ-jTLBD2fHaqP5XylDoi9CXhY/edit)

[jTLBD2fHaqP5XylDoi9CXhY/edit](https://docs.google.com/forms/d/1Fu7J5po1AjKvEzJ1PAJ-jTLBD2fHaqP5XylDoi9CXhY/edit). 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). Adapun CVR dirumuskan sebagai berikut:

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan:

ne = Banyaknya SME yang menilai suatu aitem “esensial”

n = Banyaknya SME yang melakukan penilaian

Hasil komputasi CVR dari skala *Hardiness* dengan menggunakan metode *expert judgement* dengan bantuan tiga orang *expert*, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.7.  
Koefisien CVR Skala *Hardiness*

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	11	1
2	1	12	1
3	1	13	1
4	1	14	1
5	1	15	1
6	1	16	1
7	1	17	1
8	1	18	1
9	1	19	1
10	1	20	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian SME pada Skala *Hardiness*, didapatkan data bahwa semua koefisien CVR menunjukkan nilai diatas nol (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

Hasil komputasi CVR dari skala Stres Akademik dengan menggunakan metode *expert judgement* dengan bantuan tiga orang *expert*, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.8.  
Koefisien CVR Skala Stres Akademik

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	18	1	35	1
2	1	19	1	36	1
3	1	20	1	37	1
4	1	21	1	38	1
5	1	22	1	39	1
6	1	23	1	40	1
7	1	24	1	41	1
8	1	25	1	42	1
9	1	26	1	43	1
10	1	27	1	44	1
11	1	28	1	45	1
12	1	29	1	46	1
13	1	30	1	47	1
14	1	31	1	48	1
15	1	32	1	49	1
16	1	33	1	50	1
17	1	34	1	51	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian SME pada Skala Stres Akademik, didapatkan data bahwa semua koefisien CVR menunjukkan nilai diatas nol (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

### 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*. Formula *Pearson* untuk komputasi koefisien korelasi aitem-aitem total (Azwar, 2016).

$$r_{iX} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum X^2 - (\sum X)^2/n]}}$$

Keterangan:

- i = Skor aitem
- r = Nilai Pearson
- X = Skor skala
- n = Banyaknya responden
- $\sum$  = Jumlah skor tiap aitem

Uji daya beda aitem dapat dilakukan seiringan ketika melakukan uji reliabilitasi setelah mendapatkan hasil dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* pada program SPSS versi 24 *for windows*. Daya beda aitem dapat dilihat pada kolom *corrected item-total correlation* sesuai dengan ketentuan mengganti aitem yang memiliki nilai  $< 0,25$  karena memiliki daya beda aitem yang rendah.

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

Skala *Hardiness* dari data uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel

berikut :

*Tabel 3.9.*  
*Koefisien Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Hardiness*

No	Rix	No	Rix
1	0.409	11	0.363
2	0.332	12	0.399
3	0.507	13	0.414
4	0.392	14	0.295
5	0.419	<b>15</b>	<b>0.174</b>
6	0.394	16	0.380
7	0.290	17	0.304
8	0.481	18	0.261
9	0.326	19	0.409
10	0.410	20	0.468

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.

Skala *Hardiness* dari data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

*Tabel 3.10.*  
*Koefisien Daya Beda Aitem Skala Hardiness*

No	Rix	No	Rix
1	0.419	11	0.374
2	0.330	12	0.395
3	0.491	13	0.414
4	0.388	14	0.343
5	0.415	16	0.379
6	0.388	16	0.272
7	0.312	17	0.258
8	0.512	18	0.375
9	0.353	19	0.468
10	0.386		

Setelah dihapuskan aitem yang gugur maka diperoleh 19 aitem yang akan digunakan dalam penelitian. Berikut *blueprint* akhir Skala *Hardines*.

Tabel 3.11.  
Blue print akhir aitem skala Hardiness

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total	%
			Favourable	Unfavourable		
1	Komitmen	1. Ketertarikan dan keinginan tentang hidup	3	6	8	40%
		2. Keyakinan akan kemampuan diri	9	12		
		3. Kerelaan untuk mencari bantuan	14	16		
		4. Dukungan sosial	18	20		
2	Pengendalian	1. Keterampilan untuk membuat keputusan yang baik	2	5	7	40%
		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	19		
		4. Motivasi untuk berprestasi sesuai dengan tujuan	17	19		
3	Tantangan	1. Memandang segala sesuatu secara positif dan optimis	1	4	4	20%
		2. Kerelaan dalam mengambil resiko	7	10		
<b>Total</b>			<b>10</b>	<b>9</b>	<b>19</b>	<b>100%</b>

Skala Stres Akademik dari data uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel

berikut :

Tabel 3.12.

*Koefisien Daya Beda Aitem Skala Uji Coba Stres Akademik*

No	Rix	No	Rix	No	Rix
1	0,484	18	<b>-0,403</b>	35	0,644
2	0,379	19	0,700	36	0,662
3	0,540	20	0,589	37	0,642
4	0,554	21	0,589	38	0,485
5	0,319	22	0,580	39	0,429
6	0,522	23	0,555	40	0,505
7	0,594	24	0,559	41	0,782
8	0,326	25	0,458	42	0,639
9	0,573	26	0,507	43	0,638
10	0,546	27	0,618	44	0,625
11	0,646	28	0,562	45	0,505
12	0,599	29	0,447	46	0,512
13	0,753	30	0,605	47	<b>-0,271</b>
14	0,346	31	0,714	48	0,397
15	0,596	32	0,661	49	0,483
16	0,576	33	0,629	50	0,520
17	0,312	34	0,422	51	0,395

Berdasarkan tabel 3.12 di atas, setelah dilakukan *try out* maka dari 51 aitem diperoleh 49 aitem yang terpilih dan 2 aitem (aitem 18 dan aitem 47) mempunyai daya aitem di bawah 0,25 sehingga aitem tersebut tidak terpilih atau gugur dan selanjutnya 49 aitem tersebut dilakukan uji reliabilitas. Berikut *blueprint* akhir Skala Stres Akademik.

Tabel 3.13.

*Koefisien Daya Beda Aitem Skala Stres Akademik*

No	Rix	No	Rix	No	Rix
1	0,477	18	0,711	35	0,653
2	0,381	19	0,595	36	0,637
3	0,547	20	0,599	37	0,497
4	0,551	21	0,584	38	0,431
5	0,319	22	0,574	39	0,495
6	0,524	23	0,559	40	0,783
7	0,587	24	0,470	41	0,646

8	0,315	25	0,496	42	0,638
9	0,566	26	0,622	43	0,624
10	0,543	27	0,571	44	0,502
11	0,652	28	0,457	45	0,519
12	0,603	29	0,587	46	0,434
13	0,757	30	0,706	47	0,486
14	0,358	31	0,651	48	0,515
15	0,598	32	0,612	49	0,404
16	0,584	33	0,423		
17	0,322	34	0,647		

Setelah dihapuskan aitem yang gugur maka diperoleh 49 aitem yang akan digunakan dalam penelitian. Berikut *blueprint* akhir Skala Stres Akademis:

Tabel 3.14.  
*Blue print akhir aitem skala stres akademik*

No	Aspek	Indikator	Aitem	Total	%
			Favourable		
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	29%
		- Emosional (reaksi emosi)	3, 16, 25, 31	4	8%
		- Behavioral (reaksi perilaku)	2, 32, 36, 40, 43, 45, 48, 50	8	17%
<b>Total</b>			<b>49</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>

#### 4. Uji Reliabilitas

Pengertian reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi alat ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2012). Perhitungan ini dilakukan dengan komputer menggunakan

program *SPSS version 24.00 for Windows*. Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan formula *Cronbach's Alpha* yang dihitung pada aitem-aitem yang telah dianggap layak, dengan rumus sebagai berikut (Azwar, 2016).

$$\alpha = 2[1 - (Sy_1^2 + Sy_2^2) / Sx^2]$$

keterangan :

$Sy_1^2$  dan  $Sy_2^2$  = Varian skor Y1 dan Varian skor Y2

$Sx^2$  = Varian skor X

Menurut Guilford (dalam Sugiyono, 2007) kriteria koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dapat dikategorikan seperti tabel dibawah ini :

*Tabel 3.15.*  
*Koefisien Reliabilitas Alpha Cronbach*

<b>Kriteria</b>	<b>Koefisien</b>
Sangat reliabel	>0.900 (sangat reliabel)
Reliabel	0.700-0.900 (tinggi)
Cukup reliabel	0.400-0.700 (sedang)
Kurang reliabel	0.200-0.400 (rendah)
Tidak reliabel	<0.200 (sangat rendah)

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 Kemenkes Poltekkes menyebarkannya melalui group *whatsapp*, peneliti juga membagikan dengan cara personal dan juga melalui instastory melalui link berikut:

[https://docs.google.com/forms/d/1M7la\\_5-rYUvbMTGRgh1RB4C5WuHviNKD2ggZIXEcFf0/edit](https://docs.google.com/forms/d/1M7la_5-rYUvbMTGRgh1RB4C5WuHviNKD2ggZIXEcFf0/edit). Aitem yang dipakai saat penelitian berjumlah 69 aitem, dengan rincian 49 aitem stres akademik dan 19 aitem *hardiness*.

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*.

### F. 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 (Toban, 2015). Uji asumsi terdiri dari beberapa uji prasyarat berikut :

## 2. Uji Prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu;

a. 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 Poltekkes 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*. Rumus korelasi dari *Spearman* (Sugiyono, 2016) adalah sebagai berikut :

$$r_{ix} = \frac{N \sum xy (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = koefisiensi korelasi antara variabel x dan variabel y
- $\sum xy$  = jumlah perkalian x dan y
- $\sum x$  = jumlah skor skala variabel x
- $\sum y$  = jumlah skor sakal variabel y
- $N$  = banyaknya subjek



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Subjek Penelitian

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 :

*Tabel 4.1*

*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).

Tabel 4.2

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%).

Tabel 4.3

Data Demografi Subjek Penelitian Kategori IPK

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

## B. Hasil Penelitian

### 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 ( $\sigma$ ).

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 :

Tabel 4.4  
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  $\mu = (\text{Skor Maks} + \text{Skor Min})/2$
- 4)  $SD$  (Standar Deviasi) dengan rumus  $s = (\text{Skor Maks} - \text{Skor Min})/6$

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*.

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < M - 1SD \\ \text{Sedang} &= M - 1SD \leq X < M + 1SD \\ \text{Tinggi} &= M + 1SD \leq X \end{aligned}$$

Keterangan:

$M$  = Mean (rata-rata)

$SD$  = Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka diperoleh hasil kategorisasi Skala *Hardiness* yang tertera pada tabel 4.5 berikut :

*Tabel 4.5*  
*Kategorisasi Skala Hardiness*

<b>kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
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 :

*Tabel 4.6*  
*Deskripsi Data Penelitian Skala Stres Akademik*

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	M	SD	XMaks	Xmin	M	SD
<i>Hardiness</i>	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  $\mu = (\text{Skor Maks} + \text{Skor Min})/2$
- 4)  $SD$  (Standar Deviasi) dengan rumus  $s = (\text{Skor Maks} - \text{Skor Min})/6$

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 4.7 berikut :

*Tabel 4.7*  
*Kategorisasi Skala Stres Akademik*

<b>kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
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 (Noor, 2011).

#### 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 :

*Tabel 4.8*  
*Hasil Uji Normalitas Sebaran*

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

Uji linieritas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas dan terikat. Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya peneliti melakukan uji linieritas hubungan. Gunawan (2016) menyatakan bahwa uji linieritas hubungan merupakan syarat untuk semua uji hipotesis hubungan yang bertujuan untuk melihat apakah hubungan variabel membentuk garis lurus linier. Uji linieritas dilakukan untuk membuktikan bahwa masing-masing variabel bebas mempunyai hubungan linieritas pada SPSS digunakan *test deviation*

*from linearity*, dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang dapat ditarik lurus apabila nilai signifikansi pada linieritas lebih dari 0,05 (Priyatno,2011). Hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan terhadap dua variabel penelitian ini diperoleh data yang tertera pada tabel berikut :

*Tabel 4.9  
Hasil Uji Linieritas Hubungan*

<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Deviation from Linearity</b>	<b>P</b>
<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 :

*Tabel 4.10*  
*Uji Hipotesis Data Penelitian*

Variabel	Korelasi Spearman ( $\rho$ )	P
Hardiness dengan Stres Akademik	-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 4.11 berikut :

Tabel 4.11  
*Analisis Measure of Association*

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

Berdasarkan tabel *measure of association* di atas menunjukkan bahwa penelitian ini memperoleh sumbangan relatif antara kedua variabel  $r^2 = 0,024$  yang artinya terdapat 2,4% pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa, sementara 97,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor internal lain seperti pola pikir, keyakinan dan faktor eksternal yaitu pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi yang tinggi, dorongan status sosial, dan orang tua saling berlomba.

### C. Pembahasan

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 Poltekkes 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 Poltekkes 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 aplikasi *whatsapp*.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. 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 Poltekkes Kemenkes Aceh (hipotesis diterima), dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $\rho = -0,232$  dan  $p = 0,007$  dan  $r \text{ squared} = 0,024$ . Hal ini menunjukkan semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah *hardiness*.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

##### 1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu mengurangi stres akademik dengan meningkatkan *hardiness* pada diri mahasiswa. Meningkatkan *hardiness* dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres, dapat membantu individu beradaptasi dengan situasi yang menekan, memacu individu untuk terus maju dan terus menjadi lebih baik ke depannya.

##### 2. Bagi Pembaca dan Peneliti Selanjutnya

Pembaca dan peneliti selanjutnya diharapkan mampu melanjutkan penelitian ini dengan variabel-variabel psikologi yang lain. Dengan demikian, peneliti selanjutnya dapat memberikan hasil serta melihat aspek



psikologis secara lebih luas dengan keunikan dan keasliannya. Penelitian ini dilakukan pada awal semester ajaran sehingga populasi tidak terbatas, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian memperhatikan waktu pelaksanaan penelitian agar data populasi lebih lengkap.



## DAFTAR PUSTAKA

- 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 Akdemik pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 213-214.
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- 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 Stres 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, Physical 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*. *Scandinavian 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 Juornal 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). Academic Stress and its Sources among University Student. *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 Industrial/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 Akademik 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 Widyasilita*. 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: Prentice Hall.
- Skomorovsky, A., & Sudom, 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.

## LAMPIRAN

### SURAT KEPUTUSAN DEKA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY TENTANG PEMBIMBING SKRIPSI

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY  
Nomor B-1470/Un.93/FPsi/Kp.00.4/09/2022  
TENTANG  
PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2022/2023  
PADA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY

#### DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Menimbang :
- Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi Mahasiswa Semester Ganjil Tahun Akademik 2022/2023 pada Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, dipandang perlu menetapkan pembimbing skripsi;
  - Bahwa nama yang tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap diberi tugas sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat :
- Undang-Undang No 20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
  - Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
  - Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
  - Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Pendidikan Nasional;
  - Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
  - Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
  - Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
  - Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
  - Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
  - Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendidikan IAIN Ar-Raniry;
  - Keputusan Menteri Agama No. 40 Tahun 2006 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
  - Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor: 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
  - Hasil Penetapan Ketua Prodi Psikologi tanggal 25 Februari 2022;
  - Hasil Musyawarah Dosen Pembimbing, dan ditetapkannya kembali oleh Ketua Prodi Psikologi UIN Ar-Raniry pada tanggal 28 September 2022.

#### MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
- Pertama :
- |  |  |
|--|--|
| Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi tentang Pembimbing Skripsi. |  |
| Menunjuk Saudara   | 1. Dr. Sahliyah, S.Ag., M.Si<br>2. Ustuz Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog |
|  | Sebagai Pembimbing Pertama<br>Sebagai Pembimbing Kedua                   |

#### Untuk membimbing Skripsi:

Nama : Fikriatul Husnia  
NIM/Prodi : 180901010 / Psikologi  
Judul : Hubungan Moralitas dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh

- Kedua :
- Ketiga :
- Keempat :
- Kelima :

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : 28 September 2022 M  
2 Rabiul Awal 1444 H

Dekan Fakultas Psikologi,



- Tembusan
- Rector UIN Ar-Raniry,
  - Kabang Keuangan dan Akuntasi UIN Ar-Raniry,
  - Pembimbing Skripsi,
  - Yang bersangkutan

AR-RANIRY

## SURAT IZIN PENELITIAN



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jl. Syeikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh  
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : 1397/Un.08/FPsi I/KS.00/09/2022

Lamp : -

Hal : **Penelitian Ilmiah Mahasiswa**

Kepada Yth,

1. Kepada Yth, Ketua Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh
2. Kepada Yth Ketua Prodi D3 Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh
3. Kepada Yth Ketua Prodi D4 Sarjana Terapi Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh
- 4.

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **FIKRIATUL HUSNIA / 180901040**

Semester/Jurusan : IX / Psikologi

Alamat sekarang : Jln. Lingkar Kampus, Lr.Tgk Di Blang 2, Darussalam

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Psikologi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **Hubungan Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Aceh**

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 16 September 2022

an. Dekan  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan  
Kelembagaan,



A R - R A N I R Y

Berlaku sampai : 30  
September 2022

Jasmadi, S.Psi., M.A., Psikolog.



**KUESIONER TRY OUT PENELITIAN SKALA *HARDINESS* (GOOGLE FORM)**

Nama (Inisial) :

Angkatan Tahun :

Jenis Kelamin :

IPK :

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan ini, kemudian pilih alternatif jawaban saudara/i pada bagian bawah setiap pernyataan berikut ini.

No	Pernyataan	SS	S	TD	STS
1	Saya bersemangat ketika menemukan hal baru yang belum pernah saya ketahui				
2	Saya tidak peduli dengan permasalahan yang sedang saya alami				
3	Saya mampu mengerjakan tugas secara mandiri tanpa bantuan dari teman				
4	Saya kewalahan jika harus mengerjakan tugas sendirian				
5	Saya akan meminta bantuan kepada teman jika mengalami masalah				
6	Saya tidak akan meminta bantuan orang lain				
7	Saya akan memberikan saran kepada teman yang membutuhkan				
8	Saya tidak perlu membantu teman yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, karena itu tanggung jawabnya				
9	Ketika proses perkuliahan berlangsung saya merekam materi yang disampaikan dosen agar tidak lupa				
10	Saya sulit mengambil keputusan dengan cepat saat dihipit oleh berbagai permasalahan				

11	Jika tidak mengerti dengan materi pembelajaran saya berinisiatif bertanya kepada dosen				
12	Saya tidak bisa mengutarakan pendapat mengenai materi pembelajaran di depan banyak orang				
13	Tekanan dalam belajar membuat saya menjadi pribadi yang tangguh				
14	Banyaknya tekanan dalam hidup membuat saya menyerah				
15	Saya berupaya meningkatkan kemampuan akademik yang saya miliki untuk meraih nilai tertinggi				
16	Saya tidak pernah menentukan target dalam belajar untuk mendapatkan hasil yang terbaik				
17	Saya yakin dengan tugas dan situasi yang menantang dapat meningkatkan kemampuan saya				
18	Kegagalan membuat saya kecewa				
19	Saya berani meninggalkan zona nyaman untuk meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tantangan-tantangan akademis				
20	Saya tidak memiliki percaya diri yang tinggi dalam mengambil keputusan yang tepat				

**KUESIONER PENELITIAN SKALA STRES AKADEMIK (*GOOGLE FROM*)**

Nama (Inisial) :

Angkatan Tahun :

Jenis Kelamin :

IPK :

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan ini, kemudian pilih alternatif jawaban saudara/i pada bagian bawah setiap pernyataan berikut ini.

No	pernyataan	HS	S	KK	J	TP
1	Saya pernah mengalami frustrasi karena penundaan pencapaian tujuan					
2	Saya pernah mengalami kesulitan sehari-hari yang mempengaruhi saya untuk mengejar tujuan					
3	Saya pernah mengalami kekurangan sumber (uang untuk mobil, buku, dll)					
4	Saya pernah mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang saya tetapkan					
5	Saya belum pernah diterima secara sosial (menjadi orang buangan sosial)					
6	Saya mengalami frustrasi saat berkencan					
7	Saya merasa peluang saya ditolak, terlepas dari kualifikasi saya					
8	Dihasilkan oleh dua orang atau lebih alternatif yang diinginkan					
9	Dihasilkan oleh dua orang atau lebih alternatif yang tidak diinginkan					
10	Dihasilkan ketika tujuan memiliki alternatif positif dan negatif					
11	Sebagai akibat dari persaingan (tentang penghargaan, pekerjaan, hubungan dengan pasangan dan /atau teman)					
12	Dikarenakan tenggat waktu (dokumen jatuh tempo, pembayaran harus dilakukan, dll)					
13	Dikarenakan kelebihan beban (mencoba terlalu banyak hal sekaligus)					
14	Dikarenakan hubungan interpersonal (keluarga dan/atau teman, harapan, tanggung jawab pekerjaan)					
15	Perubahan cepat yang tidak menyenangkan					
16	Perubahan yang terlalu banyak yang terjadi pada waktu yang bersamaan					
17	Perubahan yang mengganggu hidup dan/atau tujuan saya					
18	Saya suka bersaing dan menang					
19	Saya suka diperhatikan dan dicintai semua orang					
20	Saya sangat khawatir tentang semua hal dan semua orang					
21	Saya memiliki kecenderungan untuk menunda-nunda (menunda hal-hal yang harus dilakukan)					
22	Saya merasa harus menemukan sosial yang tepat untuk masalah yang saya hadapi					

23	Saya khawatir dan cemas ketika ujian					
24	Berkeringat (telapak tangan berkeringat)					
25	Gagap (tidak bisa berbicara dengan jelas)					
26	Gemetar (gugup, menggigit kuku, dll)					
27	Gerak cepat (bergerak cepat dari satu tempat ke tempat lain)					
28	Kelelahan (leleha, merasa terbakar)					
29	Peradangan usus tukak lambung, dll					
30	Asma, spasme bronkial, hiperventilasi					
31	Sakit punggung, otot sesak (kram), menggeretakkan gigi					
32	Gatal-gatal, kulit gatal, alergi.					
33	Sakit kepala: migrain, hipertensi, detak jantung cepat.					
34	Radang sendi, nyeri seluruh badan.					
35	Virus, pilek, flu.					
36	Penurunan berat badan (tidak bisa makan)					
37	Berat badan (makan banyak)					
38	Ketakutan, kecemasan, kekhawatiran.					
39	Marah.					
40	Rasa bersalah.					
41	Berduka, depresi.					
42	Menangis.					
43	Melecehkan/menyalahgunakan orang lain (secara verbal dan/atau fisik).					
44	Melecehkan/menyalahgunakan diri sendiri (obat-obatan bekas, dll).					
45	Merokok secara berlebihan.					
46	Mudah tersinggung terhadap orang lain.					
47	Mencoba bunuh diri.					
48	Menggunakan mekanisme pertahanan					
49	Memisahkan diri dari orang lain.					
50	Memikirkan dan menganalisis seberapa stres situasi ini					
51	Memikirkan dan menganalisis apakah strategi yang saya gunakan paling efektif.					

**KUESIONER PENELITIAN SKALA STRES AKADEMIK (GOOGLE FROM)**

Nama (Inisial) :

Angkatan Tahun :

Jenis Kelamin :

IPK :

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan ini, kemudian pilih alternatif jawaban saudara/i pada bagian bawah setiap pernyataan berikut ini.

No	pernyataan	HS	S	KK	J	TP
1	Saya pernah mengalami frustrasi karena penundaan pencapaian tujuan					
2	Saya pernah mengalami kesulitan sehari-hari yang mempengaruhi saya untuk mengejar tujuan					
3	Saya pernah mengalami kekurangan sumber (uang untuk mobil, buku, dll)					
4	Saya pernah mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang saya tetapkan					
5	Saya belum pernah diterima secara sosial (menjadi orang buangan sosial)					
6	Saya mengalami frustrasi saat berkencan					
7	Saya merasa peluang saya ditolak, terlepas dari kualifikasi saya					
8	Dihasilkan oleh dua orang atau lebih alternatif yang diinginkan					
9	Dihasilkan oleh dua orang atau lebih alternatif yang tidak diinginkan					
10	Dihasilkan ketika tujuan memiliki alternatif positif dan negatif					
11	Sebagai akibat dari persaingan (tentang					

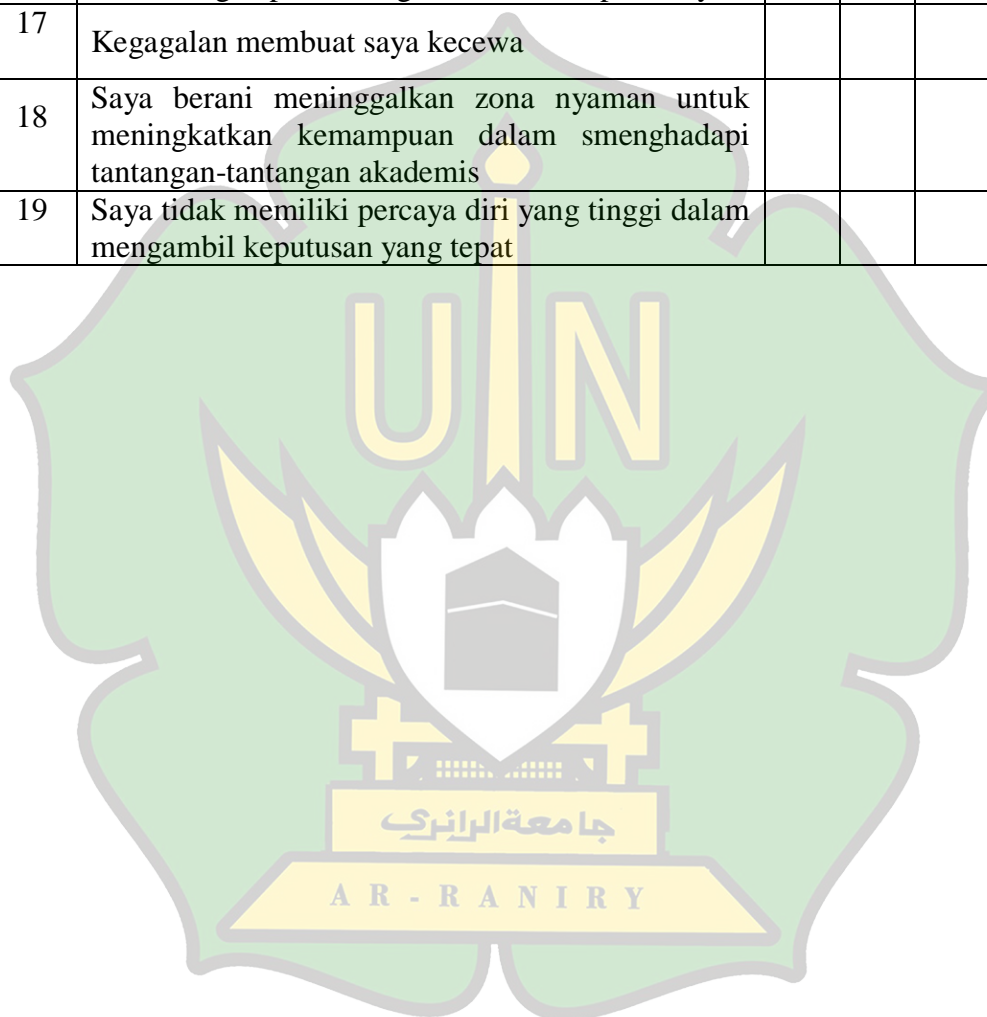
	penghargaan, pekerjaan, hubungan dengan pasangan dan /atau teman)					
12	Dikarenakan tenggat waktu (dokumen jatuh tempo, pembayaran harus dilakukan, dll)					
13	Dikarenakan kelebihan beban (mencoba terlalu banyak hal sekaligus)					
14	Dikarenakan hubungan interpersonal (keluarga dan/atau teman, harapan, tanggung jawab pekerjaan)					
15	Perubahan cepat yang tidak menyenangkan					
16	Perubahan yang terlalu banyak yang terjadi pada waktu yang bersamaan					
17	Perubahan yang mengganggu hidup dan/atau tujuan saya					
18	Saya suka bersaing dan menang					
19	Saya suka diperhatikan dan dicintai semua orang					
20	Saya sangat khawatir tentang semua hal dan semua orang					
21	Saya memiliki kecenderungan untuk menunda-nunda (menunda hal-hal yang harus dilakukan)					
22	Saya merasa harus menemukan sosial yang tepat untuk masalah yang saya hadapi					
23	Saya khawatir dan cemas ketika ujian					
24	Berkeringat (telapak tangan berkeringat)					
25	Gagap (tidak bisa berbicara dengan jelas)					
26	Gemetar (gugup, menggigit kuku, dll)					
27	Gerak cepat (bergerak cepat dari satu tempat ke tempat lain)					
28	Kelelahan (leleha, merasa terbakar)					
29	Peradangan usus tukak lambung, dll					
30	Asma, spasme bronkial, hiperventilasi					
31	Sakit punggung, otot sesak (kram), menggeretakkan gigi					
32	Gatal-gatal, kulit gatal, alergi.					
33	Sakit kepala: migrain, hipertensi, detak jantung cepat.					
34	Radang sendi, nyeri seluruh badan.					
35	Virus, pilek, flu.					
36	Penurunan berat badan (tidak bisa makan)					
37	Berat badan (makan banyak)					
38	Ketakutan, kecemasan, kekhawatiran.					
39	Marah.					
40	Rasa bersalah.					
41	Berduka, depresi.					

42	Menangis.					
43	Melecehkan/menyalahgunakan orang lain (secara verbal dan/atau fisik).					
44	Melecehkan/menyalahgunakan diri sendiri (obat-obatan bekas, dll).					
45	Merokok secara berlebihan.					
46	Mudah tersinggung terhadap orang lain.					
47	Mencoba bunuh diri.					
48	Menggunakan mekanisme pertahanan					
49	Memisahkan diri dari orang lain.					

**KUESIONER PENELITIAN SKALA STRES AKADEMIK (GOOGLE FROM)**

No	Pernyataan	SS	S	TD	STS
1	Saya bersemangat ketika menemukan hal baru yang belum pernah saya ketahui				
2	Saya tidak peduli dengan permasalahan yang sedang saya alami				
3	Saya mampu mengerjakan tugas secara mandiri tanpa bantuan dari teman				
4	Saya kewalahan jika harus mengerjakan tugas sendirian				
5	Saya akan meminta bantuan kepada teman jika mengalami masalah				
6	Saya tidak akan meminta bantuan orang lain				
7	Saya akan memberikan saran kepada teman yang membutuhkan				
8	Saya tidak perlu membantu teman yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, karena itu tanggung jawabnya				
9	Ketika proses perkuliahan berlangsung saya merekam materi yang disampaikan dosen agar tidak lupa				
10	Saya sulit mengambil keputusan dengan cepat saat dihipit oleh berbagai permasalahan				
11	Jika tidak mengerti dengan materi pembelajaran saya berinisiatif bertanya kepada dosen				
12	Saya tidak bisa mengutarakan pendapat mengenai materi pembelajaran di depan banyak orang				

13	Tekanan dalam belajar membuat saya menjadi pribadi yang tangguh				
14	Banyaknya tekanan dalam hidup membuat saya menyerah				
15	Saya tidak pernah menentukan target dalam belajar untuk mendapatkan hasil yang terbaik				
16	Saya yakin dengan tugas dan situasi yang menantang dapat meningkatkan kemampuan saya				
17	Kegagalan membuat saya kecewa				
18	Saya berani meninggalkan zona nyaman untuk meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tantangan-tantangan akademis				
19	Saya tidak memiliki percaya diri yang tinggi dalam mengambil keputusan yang tepat				





### Tabulasi Data Try Out Skala Stre Akademik

2	4	3	5	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	4	4	5	5	4	2	5	3	5	3	189				
2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	4	2	1	2	1	2	4	1	2	1	2	3	3	2	4	5	1	5	4	1	2	5	2	1	2	5	2	1	1	2	3	3	4	4	4	2	3	120						
4	3	3	5	1	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	5	4	4	3	5	4	5	5	2	4	2	5	2	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	2	4	2	5	3	3	204	
1	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	3	4	3	4	3	2	2	3	4	4	5	4	5	5	3	3	5	5	4	3	5	4	3	4	4	5	1	4	1	2	2	4	177			
4	3	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	5	1	1	3	3	4	3	4	2	4	3	5	2	5	1	3	3	4	5	2	5	5	4	4	5	5	4	4	1	5	5	2	5	1	5	2	1	173			
5	2	3	5	4	5	5	4	3	3	4	4	2	3	1	3	2	3	2	4	4	3	3	3	2	5	4	5	5	5	4	5	4	2	4	5	2	1	2	5	3	4	1	3	5	3	3	4	2	3	3	174			
1	3	4	5	3	2	5	5	3	5	5	1	2	3	4	1	4	1	4	5	4	2	4	4	2	2	3	3	3	5	5	5	4	2	4	5	5	2	2	5	5	5	1	5	5	3	1	2	5	2	3	174			
2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	4	5	4	2	1	5	4	2	3	5	3	1	3	3	5	2	4	3	2	3	4	143			
2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	5	2	2	5	5	3	2	5	4	3	4	3	5	3	4	2	3	4	4	151			
3	5	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	4	5	3	3	3	4	5	5	5	2	2	5	5	2	2	4	3	2	4	2	5	3	3	3	2	4	3	154			
2	4	2	3	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	5	2	2	5	5	2	3	5	3	1	4	3	5	2	3	3	3	3	2	150				
2	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	5	5	5	2	2	5	4	2	3	5	3	2	3	3	5	3	3	3	2	4	3	152			
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	1	1	2	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	4	4	2	3	4	4	159		
3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	4	3	2	2	3	5	5	5	3	1	5	5	2	4	5	2	1	4	2	5	2	4	3	2	3	3	157			
2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	4	2	3	3	3	155		
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	5	3	2	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	4	2	3	3	3	156
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	4	2	3	3	3	157		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	4	2	3	3	3	161		
4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2	2	2	3	4	2	5	5	3	2	2	3	5	5	5	3	1	5	4	2	3	4	3	1	3	2	5	2	4	3	3	4	3	164			
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	4	2	4	3	4	160			
4	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	2	3	2	3	4	2	4	5	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	3	4	2	1	4	2	5	3	3	3	2	4	3	159			
2	4	4	5	2	5	5	4	5	4	5	5	5	2	5	2	3	2	2	4	2	4	3	2	3	5	3	5	2	5	4	5	5	3	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	2	5	5	5	5	202	
3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	2	4	5	2	3	3	3	5	5	5	3	2	5	4	2	3	5	2	3	4	1	5	2	3	3	3	4	4	161				
3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	3	2	3	4	2	4	5	3	2	3	4	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	2	3	2	5	2	3	3	2	4	3	159			
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	152		
4	3	3	5	2	3	2	2	1	1	3	2	1	2	3	2	3	4	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	3	5	2	1	1	1	109		
3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	2	3	4	2	4	5	3	3	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	3	5	3	2	4	3	5	2	3	3	2	4	3	161			
3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	5	3	4	2	2	2	2	4	2	3	4	3	3	3	3	5	5	5	3	2	5	4	2	3	5	2	2	3	2	5	2	4	2	3	4	2	158				
3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	3	1	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	5	5	3	3	2	5	3	2	5	3	2	3	5	3	2	3	3	5	3	2	3	3	4	3	154

4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	5	4	3	1	3	2	2	3	1	4	4	3	3	2	4	5	5	4	2	3	5	4	2	3	5	2	2	3	2	5	3	3	3	2	3	3	157				
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	1	3	3	3	3	2	5	4	3	2	2	4	5	5	3	2	2	5	3	2	3	5	3	2	2	2	5	2	3	3	1	3	4	148				
3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	2	5	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	1	2	5	3	1	4	2	5	2	3	4	3	4	2	157				
3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	3	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	2	3	2	5	2	3	3	2	4	3	149				
2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	4	1	1	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	2	3	5	5	3	4	3	5	3	5	2	3	4	4	166			
3	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	5	5	3	4	2	5	3	1	3	5	2	2	3	2	5	2	4	3	3	3	3	147				
3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	3	5	2	3	4	5	165					
4	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	2	2	4	2	4	1	3	2	3	4	2	3	5	2	2	2	5	5	5	4	4	1	5	4	2	3	5	4	2	4	1	5	2	4	3	3	5	2	161				
3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	4	1	1	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	3	5	2	3	4	4	164				
3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	5	5	5	3	1	5	4	1	2	5	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	141				
4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	134				
4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	5	4	5	4	3	4	5	5	3	4	5	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	177			
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	2	3	2	3	2	5	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	147				
1	3	2	4	1	3	2	5	3	3	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	4	3	4	5	4	4	3	3	3	2	5	4	4	4	4	5	4	4	2	2	4	4	166	
3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	1	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	5	2	2	5	4	2	3	5	3	2	2	1	5	3	3	3	4	3	2	141				
3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	4	1	3	3	3	5	2	4	4	3	2	2	4	5	5	5	3	2	5	3	2	2	5	2	1	3	2	5	3	3	3	4	3	2	154				
2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	2	4	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	4	2	3	3	5	3	3	3	3	3	3	156				
2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	4	3	3	3	2	3	5	5	3	3	2	5	3	2	2	5	3	2	2	2	5	2	3	2	1	3	3	141
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	5	2	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	3	2	1	5	3	2	3	5	3	1	2	2	5	2	3	3	3	3	2	145				
4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	1	3	5	5	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	3	3	5	4	3	3	3	5	3	2	4	3	4	4	184		
3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	3	2	2	5	3	2	2	1	5	2	3	2	2	2	3	137				
3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	4	3	2	1	4	4	5	5	4	2	5	4	3	2	5	2	2	2	1	5	2	3	3	3	3	2	141				
3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	5	3	3	2	3	3	4	5	5	4	2	5	3	1	3	5	3	2	2	1	5	2	3	3	2	2	2	139				
3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	2	1	3	3	2	5	2	3	5	3	3	3	3	4	5	5	3	2	5	3	2	3	5	3	2	3	2	5	2	3	3	4	5	3	166				
3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	4	2	2	2	4	5	3	2	2	4	5	3	3	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	2	5	2	3	3	1	3	3	142			
4	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	4	5	5	4	3	2	5	3	2	3	4	3	2	2	1	5	2	4	3	2	3	3	151				
3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	5	3	4	1	2	2	2	2	2	5	3	2	2	2	4	4	5	4	3	2	5	2	2	2	5	3	3	2	2	5	3	3	3	2	4	3	143				
3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	5	5	3	2	3	3	4	5	2	3	3	4	5	3	5	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	197		
5	4	4	5	3	4	2	4	5	5	4	2	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	200			
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	153			
2	4	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	5	4	3	2	5	3	2	2	5	4	3	3	2	5	2	3	3	3	3	2	148				

2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	5	3	2	2	3	4	5	5	3	1	5	1	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	2	3	4	143									
3	4	2	2	1	3	2	3	2	1	2	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	4	1	2	4	3	2	4	4	5	5	5	2	2	5	4	2	3	4	3	2	3	2	5	2	1	3	3	3	3	145					
3	4	3	4	1	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	3	1	3	2	4	4	2	3	4	3	2	3	3	5	5	5	4	2	5	4	2	2	5	4	2	3	1	5	2	4	2	2	3	3	154					
3	3	2	2	3	4	2	3	4	4	4	2	2	3	1	3	2	2	1	3	3	3	3	2	5	4	3	2	2	3	5	5	5	4	2	5	5	3	3	5	3	3	3	2	5	3	3	3	3	3	160						
3	4	2	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	5	2	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	4	5	5	5	4	2	5	3	2	3	4	3	1	2	2	5	2	5	3	3	2	2	155					
3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	4	5	5	5	3	2	5	2	3	2	5	2	2	2	3	5	3	4	2	2	3	3	143
3	3	4	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	1	2	2	2	4	1	3	4	3	2	2	3	5	5	4	4	2	5	5	3	3	5	2	1	3	2	5	2	4	3	1	3	3	148					
4	4	2	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	5	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	4	5	5	4	3	2	5	3	2	2	5	3	2	2	2	2	5	3	4	2	1	2	4	146				
4	5	2	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	2	1	2	5	5	3	3	2	5	3	1	3	5	3	3	3	2	5	3	2	3	3	3	3	151					
3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	5	2	3	2	2	2	3	3	2	5	3	3	2	1	4	5	5	4	3	2	5	5	3	2	5	1	2	3	2	5	2	4	3	3	3	3	151					
3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	3	1	3	5	2	2	2	2	5	2	4	3	2	2	3	140					
4	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	5	3	3	2	3	3	5	5	5	3	2	5	2	2	2	2	5	3	2	2	2	5	4	4	3	2	3	4	151			
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	5	3	3	1	5	3	3	2	5	3	2	2	2	5	2	4	3	2	3	3	140					
3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	5	5	4	4	2	5	2	3	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	3	3	3	148					
2	2	2	3	4	3	2	4	3	2	4	2	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	1	3	2	4	3	4	2	5	2	5	4	2	4	5	4	2	5	5	2	3	1	4	5	3	3	4	3	2	4	169					
3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	5	5	2	5	5	5	5	4	4	5	4	1	5	5	5	5	178			
3	4	2	5	2	3	2	4	2	2	5	2	1	1	4	2	2	3	3	2	3	4	1	4	1	5	2	3	1	5	4	5	4	3	5	5	4	3	4	5	5	2	1	1	2	4	5	3	4	2	3	160					
3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	5	5	5	3	1	5	5	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	2	2	3	3	145				
2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	5	2	3	3	5	3	5	4	3	3	5	3	3	3	5	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	169					
5	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	3	4	5	2	4	3	3	3	195	
4	3	4	5	4	5	2	4	3	4	4	2	5	2	5	3	3	2	3	3	3	3	4	5	3	5	3	3	3	5	4	5	5	3	3	5	5	5	2	5	3	3	4	4	5	3	3	3	5	5	3	196					
4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	4	3	3	5	5	3	3	3	3	4	4	4	4	5	3	3	3	3	3	3	175				
4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	5	3	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	183				
3	3	5	5	3	5	2	4	5	3	5	2	5	5	3	5	4	3	5	3	5	5	3	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	2	3	4	5	222
3	5	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	4	2	2	4	2	4	1	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	5	5	5	2	2	5	3	2	2	5	3	2	2	3	5	2	3	3	2	5	3	155					
4	5	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	1	3	2	3	4	2	4	3	4	3	2	3	5	5	5	3	2	5	4	4	3	5	2	2	2	2	2	2	5	2	3	3	3	3	3	162			
4	5	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	5	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	3	3	2	3	3	148			
4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	4	2	3	5	4	2	1	3	5	5	3	3	3	5	5	2	3	5	2	2	3	2	5	2	3	3	4	3	3	164					
2	4	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	5	5	3	2	5	4	2	3	5	4	2	2	2	2	5	3	3	3	2	3	4	149				
2	4	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	4	1	3	3	3	3	2	5	3	3	2	3	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	2	2	2	5	2	3	3	3	3	2	149					
3	4	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	4	1	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	3	4	3	150					

3	5	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	5	5	3	3	2	5	2	2	2	5	2	2	2	3	5	3	3	3	4	3	3	151								
3	4	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	5	5	5	2	2	5	4	2	2	5	3	2	2	2	5	2	3	3	2	3	4	149					
3	4	4	5	2	3	2	3	4	4	5	2	4	1	3	2	2	4	3	3	4	4	2	2	2	5	4	2	2	4	4	5	5	3	5	5	5	3	4	5	3	2	2	3	5	4	5	2	5	5	3	181				
4	4	4	4	1	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	3	2	3	2	1	3	3	3	2	4	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	1	3	2	5	2	4	3	1	3	4	154				
4	4	3	4	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	4	4	5	5	5	3	2	5	4	3	3	4	4	2	3	2	5	2	4	2	2	3	4	153				
4	4	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	4	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	4	3	5	5	5	2	2	5	5	2	2	5	4	2	2	2	5	2	4	2	3	3	3	148				
3	4	2	4	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	2	3	3	3	2	1	5	3	3	2	4	3	5	5	5	3	2	5	5	2	3	5	4	2	3	2	5	2	3	3	3	3	2	156				
4	4	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	2	3	2	2	5	4	3	2	3	2	5	5	5	3	2	5	5	2	2	5	4	2	3	2	5	2	4	3	3	3	3	157				
3	3	3	3	1	4	2	3	4	2	3	2	3	4	3	4	3	4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	3	5	3	2	2	2	5	2	4	3	2	4	3	155				
2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	1	3	2	2	3	2	4	4	3	2	2	4	5	5	5	3	2	5	5	2	2	5	2	2	3	2	5	3	2	3	3	3	3	149				
3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	4	5	5	4	3	2	5	5	2	3	5	3	2	3	2	5	3	3	3	4	5	2	160				
5	4	3	4	3	5	2	3	5	2	4	2	4	3	5	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	4	5	5	2	2	5	5	2	5	5	5	2	4	4	5	4	4	2	5	5	2	177				
3	2	4	5	5	4	2	5	5	4	5	2	4	4	5	3	4	2	5	4	4	4	4	4	5	3	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	2	3	5	5	2	214
5	4	4	5	4	4	2	4	4	5	4	2	5	5	5	2	4	2	3	4	4	4	4	4	5	3	5	3	5	3	5	3	2	5	5	5	2	5	5	3	3	3	5	5	3	4	3	3	2	3	201					
4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	143			
3	4	3	5	5	4	2	4	5	4	5	2	5	3	4	4	5	2	3	4	3	5	4	4	3	5	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	3	5	3	4	5	5	217
4	2	3	4	5	3	2	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	3	3	5	4	4	3	4	3	4	196		
5	4	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	2	5	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	5	4	2	2	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	5	3	4	4	4	4	5	3	3	2	4	4	3	189		
1	3	2	4	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	1	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4	3	2	5	4	4	3	5	2	4	4	173				
2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	5	2	3	2	5	3	2	3	5	3	3	3	3	3	5	2	3	2	3	3	3	140			
4	3	3	3	5	5	2	3	4	3	4	2	5	3	3	4	1	2	3	4	3	1	4	1	4	3	5	4	5	3	4	3	4	1	4	3	5	1	5	4	4	3	4	2	4	3	1	3	3	1	2	162				
3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	5	3	3	2	5	3	2	2	5	2	3	2	2	5	2	4	2	3	2	2	133				
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	4	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	2	5	3	3	2	5	2	3	1	4	1	3	3	3	5	3	3	3	2	2	2	134			
2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	1	4	2	1	5	2	5	2	3	3	5	3	1	1	5	2	3	2	3	5	1	4	1	2	1	1	119				
3	1	1	1	1	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	1	2	1	3	3	5	3	1	1	2	2	5	3	1	1	5	4	3	3	3	5	1	3	3	3	1	1	120				
4	2	3	4	2	3	2	3	3	4	4	2	5	5	2	2	5	1	1	1	1	4	3	2	2	5	3	3	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2	3	5	4	4	1	1	1	1	5	1	4	4	4	158				
2	4	4	4	1	5	2	3	5	5	5	2	5	3	5	4	3	4	3	4	5	5	5	5	5	3	5	4	5	3	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	4	5	5	4	4	3	5	5	4	214			
2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	5	1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	4	5	2	3	3	4	162				
4	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	4	5	5	2	2	5	4	2	3	5	4	2	3	2	5	2	4	2	2	3	4	150				
3	4	2	2	1	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	4	2	3	2	2	2	2	4	4	3	2	3	3	5	5	5	2	2	5	4	2	2	5	2	2	3	2	5	1	4	4	3	3	3	147				
2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	5	5	2	3	5	5	4	3	5	5	3	4	3	5	4	5	2	3	4	4	170				

2	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	5	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	4	5	5	3	3	5	5	4	4	3	5	4	5	2	3	4	4	171
2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	5	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	4	3	161		
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	4	4	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	162			
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	160				
5	4	3	4	4	4	2	5	5	5	5	2	4	3	4	4	4	2	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	4	3	5	3	3	3	219			
5	4	3	4	4	4	2	5	4	5	5	2	5	3	5	4	4	1	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	2	4	4	4	224	
3	3	3	4	2	4	2	4	4	2	3	2	2	3	2	4	2	3	4	3	2	2	2	5	4	3	3	5	3	5	5	2	5	5	5	4	5	5	4	3	2	5	5	4	4	2	3	5	2	179					
4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	5	5	5	2	2	5	5	1	5	5	4	5	4	2	4	2	4	1	5	2	1	164					
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	133				
3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	4	2	5	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	1	2	3	2	5	3	3	4	3	3	3	150			
3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	3	3	152				
3	3	2	2	2	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	5	2	3	4	3	3	3	147				
2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	5	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	5	5	2	2	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	4	5	2	3	4	4	164			





3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	1	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	5	5	3	3	2	5	3	2	3	5	3	2	3	3	5	3	3	3	4	3	149				
4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	5	4	1	3	2	2	3	1	4	4	3	3	2	4	5	5	4	2	3	5	4	2	3	5	2	2	3	2	5	3	3	2	3	3	151				
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	4	3	1	3	3	3	3	2	5	4	3	2	2	4	5	5	3	2	2	5	3	2	3	5	3	2	2	2	5	2	3	1	3	4	142				
3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4	2	5	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	1	2	5	3	1	4	2	5	2	4	3	4	2	150				
3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	3	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	2	3	2	5	2	3	2	4	3	143				
2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	1	1	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	2	3	5	5	3	4	3	5	3	2	3	4	4	157				
3	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	5	5	3	4	2	5	3	1	3	5	2	2	3	2	5	2	3	3	3	3	140				
3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	3	2	3	4	5	156				
4	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	2	2	4	2	1	3	2	3	4	2	3	5	2	2	2	5	5	5	4	4	1	5	4	2	3	5	4	2	4	1	5	2	3	3	5	2	153				
3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	3	2	3	4	4	155				
3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	5	5	5	3	1	5	4	1	2	5	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	135				
4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	128				
4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	5	4	5	4	3	4	5	5	3	4	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	171				
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	2	3	2	3	2	5	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	141				
1	3	2	4	1	3	3	5	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	4	3	4	5	4	4	3	3	3	2	5	4	4	4	4	5	4	2	2	4	4	159
3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	5	2	2	5	4	2	3	5	3	2	2	1	5	3	3	4	3	2	135		
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	1	3	3	3	3	5	2	4	4	3	2	2	4	5	5	5	3	2	5	3	2	2	5	2	1	3	2	5	3	3	4	3	2	147			
2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	4	2	4	4	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	4	2	3	3	5	3	3	3	3	3	150				
2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	1	4	3	3	3	2	3	5	5	3	3	2	5	3	2	2	5	3	2	2	5	3	2	2	2	5	2	2	1	3	3	135
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	5	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	3	2	1	5	3	2	3	5	3	1	2	2	5	2	3	3	3	2	140				
4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	5	5	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	3	3	5	4	3	3	3	5	3	4	3	4	4	181		
3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	3	2	2	5	3	2	2	1	5	2	2	2	2	3	130				
3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	2	4	3	2	1	4	4	5	5	4	2	5	4	3	2	5	2	2	2	1	5	2	3	3	3	2	135				
3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	5	3	3	2	3	3	4	5	5	4	2	5	3	1	3	5	3	2	2	1	5	2	3	2	2	2	133			
3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	1	3	3	2	5	2	3	5	3	3	3	3	4	5	5	3	2	5	3	2	3	5	3	2	3	2	5	2	3	4	5	3	161				
3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	1	2	4	2	2	2	4	5	3	2	2	4	5	3	3	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	5	2	3	1	3	3	136				
4	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	4	5	5	4	3	2	5	3	2	3	4	3	2	2	1	5	2	3	2	3	3	143				
3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	5	3	1	2	2	2	2	2	5	3	2	2	2	4	4	5	4	3	2	5	2	2	2	5	3	3	2	2	5	3	3	2	4	3	136				
3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	5	5	3	2	3	4	5	2	3	3	4	5	3	5	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	5	5	4	5	4	4	4	192				





4	5	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	5	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	5	2	3	2	3	3	142								
4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	2	3	5	4	2	1	3	5	5	3	3	3	5	5	2	3	5	2	2	3	2	5	2	3	4	3	3	158								
2	4	2	2	1	3	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	5	5	3	2	5	4	2	3	5	4	2	2	2	5	3	3	2	3	4	142								
2	4	3	3	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	5	3	3	2	3	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	2	2	2	5	2	3	3	3	2	142								
3	4	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	1	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	4	3	143								
3	5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	5	5	3	3	2	5	2	2	2	5	2	2	2	3	5	3	3	4	3	3	145								
3	4	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	5	5	5	2	2	5	4	2	2	5	3	2	2	2	5	2	3	2	3	4	142								
3	4	4	5	2	3	3	3	4	4	5	5	4	1	3	2	2	3	3	4	4	2	2	2	5	4	2	2	4	4	5	5	3	5	5	5	3	4	5	3	2	2	3	5	4	2	5	5	3	172								
4	4	4	4	1	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	2	4	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	1	3	2	5	2	3	1	3	4	146								
4	4	3	4	1	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	4	4	5	5	5	3	2	5	4	3	3	4	4	2	3	2	5	2	2	2	3	4	145								
4	4	2	3	1	2	1	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	4	3	5	5	5	2	2	5	5	2	2	5	4	2	2	2	5	2	2	3	3	3	140							
3	4	2	4	1	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	1	5	3	3	2	4	3	5	5	5	3	2	5	5	2	3	5	4	2	3	2	5	2	3	3	3	2	149								
4	4	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	5	4	3	2	3	2	5	5	5	3	2	5	5	2	2	5	4	2	3	2	5	2	3	3	3	3	149								
3	3	3	3	1	4	2	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	3	5	3	2	2	2	5	2	3	2	4	3	147								
2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	4	3	1	3	2	2	3	2	4	4	3	2	2	4	5	5	5	3	2	5	5	2	2	5	2	2	3	2	5	3	3	3	3	3	145								
3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	4	5	5	4	3	2	5	5	2	3	5	3	2	3	2	5	3	3	4	5	2	154							
5	4	3	4	3	5	3	3	5	2	4	4	4	3	5	2	4	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	4	5	5	2	2	5	5	2	5	5	5	2	4	4	5	4	2	5	5	2	171								
3	2	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	5	3	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	3	5	5	2	210								
5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	2	4	3	4	4	4	4	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	2	5	5	5	2	5	5	3	3	3	5	5	3	3	3	2	3	195								
4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	137							
3	4	3	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	5	3	4	3	5	4	4	3	5	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	3	3	4	5	5	210				
4	2	3	4	5	3	5	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	5	4	4	5	5	4	3	3	5	4	3	4	3	4	188
5	4	4	4	2	4	5	3	3	3	3	3	4	2	5	3	3	3	3	3	4	4	3	2	5	4	2	2	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	5	3	4	4	4	4	5	3	2	4	4	3	182							
1	3	2	4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	1	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4	3	2	5	4	4	5	2	4	4	166								
2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	5	2	3	2	5	3	2	3	5	3	3	3	3	3	5	2	2	3	3	3	133							
4	3	3	3	5	5	2	3	4	3	4	1	5	3	3	4	1	3	4	3	1	4	1	4	3	5	4	5	3	4	3	4	1	4	3	5	1	5	4	4	3	4	2	4	3	3	3	1	2	159								
3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	5	3	3	2	5	3	2	2	5	2	3	2	2	5	2	2	3	2	2	125								
3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	2	5	3	3	2	5	2	3	1	4	1	3	3	3	5	3	3	2	2	2	127								
2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	1	4	2	1	5	2	5	2	3	3	5	3	1	1	5	2	3	2	3	5	1	1	2	1	1	112					

3	1	1	1	1	3	3	2	1	1	3	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	1	3	3	5	3	1	1	2	2	5	3	1	1	5	4	3	3	3	5	1	3	3	1	1	114					
4	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	5	5	5	2	2	5	1	1	1	4	3	2	2	5	3	3	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2	3	5	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	152					
2	4	4	4	1	5	5	3	5	5	5	4	5	3	5	4	3	3	4	5	5	5	5	3	5	4	5	3	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	4	5	5	4	3	5	5	4	206					
2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	2	3	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	4	2	3	3	4	152				
4	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	5	5	2	2	5	4	2	3	5	4	2	3	2	5	2	2	2	3	4	142				
3	4	2	2	1	4	1	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	4	3	2	3	3	5	5	5	2	2	5	4	2	2	5	2	2	3	2	5	1	4	3	3	3	139					
2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	5	5	2	3	5	5	4	3	5	5	3	4	3	5	4	2	3	4	4	161					
2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	4	5	5	3	3	5	5	4	4	3	5	4	2	3	4	4	161					
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	5	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	4	3	154					
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	4	4	4	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	156					
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	154					
5	4	3	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	3	5	4	5	3	3	3	214			
5	4	3	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	221			
3	3	3	4	2	4	5	4	4	2	3	5	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	2	2	5	4	3	3	5	3	5	5	2	5	5	5	4	5	5	4	3	2	5	5	4	2	3	5	2	171					
4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	5	5	5	5	2	2	5	5	1	5	5	4	5	4	2	4	2	1	5	2	1	156
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	5	2	2	5	5	2	2	5	2	5	2	2	4	2	5	2	2	127
3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	4	2	5	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	1	2	3	2	5	3	4	3	3	3	3	145				
3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	5	3	2	5	4	2	2	5	3	2	3	2	5	2	3	3	3	3	3	146				
3	3	2	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	5	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	2	2	2	5	2	4	3	3	3	3	140				
2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	5	5	2	2	5	5	3	3	5	5	3	4	3	5	4	2	3	4	4	154					

جامعة الرانيري

AR - RANIRY

**Tabulasi Data Try Out Skala *Hardiness***

4	4	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	61
4	4	4	1	1	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	61
4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	70
4	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	59
3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	66
4	3	3	2	3	2	4	4	4	1	2	3	3	3	3	3	3	4	1	3	58
3	3	3	2	2	2	4	3	4	1	3	3	4	3	3	3	4	4	1	3	58
3	2	4	2	3	2	3	2	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	2	3	57
4	3	4	1	1	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	59
4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	67
4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	1	2	3	4	3	4	4	4	1	4	62
3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	3	1	4	1	4	4	4	3	3	3	61
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	48
3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	57
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	57
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	58
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	53
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	50
3	3	3	4	2	2	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	56
4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	71
4	4	4	1	1	4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	4	1	50
3	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	67
4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	1	1	3	4	63
4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	69
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	50
3	4	3	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	68
3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	1	3	55
3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	66
4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	65
3	2	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	61
3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	63
2	2	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	51
3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	70

4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	62
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	54
3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	65
3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	65
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	76
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
3	4	3	2	2	1	2	4	3	2	3	2	3	4	1	2	2	2	1	2	48
4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	56
2	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	4	52
2	1	3	3	2	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	3	4	3	4	62
3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	58
3	4	4	1	2	4	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	64
4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	65
3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	64
3	4	4	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	56
3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	50
3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	4	2	3	3	4	2	3	55
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	55
3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	4	3	3	4	4	1	1	56
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	54
4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	63
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	53
4	3	4	3	2	2	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	66
2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	57
4	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	53
3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	65
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	57
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	56
4	1	3	1	1	1	4	4	2	1	1	1	4	4	2	4	4	4	1	1	48
3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	58
3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	1	1	2	4	3	4	4	4	3	4	61
3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	60
3	3	4	2	2	4	4	4	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	61

**Tabulasi Data Penelitian Skala *Hardiness***

3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	54
3	3	3	1	1	4	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	1	3	47
4	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	1	3	63
4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	1	3	65
3	4	4	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	56
4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	53
4	2	3	2	3	2	3	2	4	3	1	4	4	3	4	4	3	4	3	58
2	3	2	1	2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	4	4	3	3	3	51
3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	1	3	58
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	60
3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	63
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	61
4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	61
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	61
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	58
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	52
3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	2	4	60
3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	64
4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	66
3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	63
1	3	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	2	3	2	3	4	4	2	56
3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	61
3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	61
1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	4	37
3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	1	4	4	1	4	4	4	2	52
3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	64
3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	64
3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	4	64

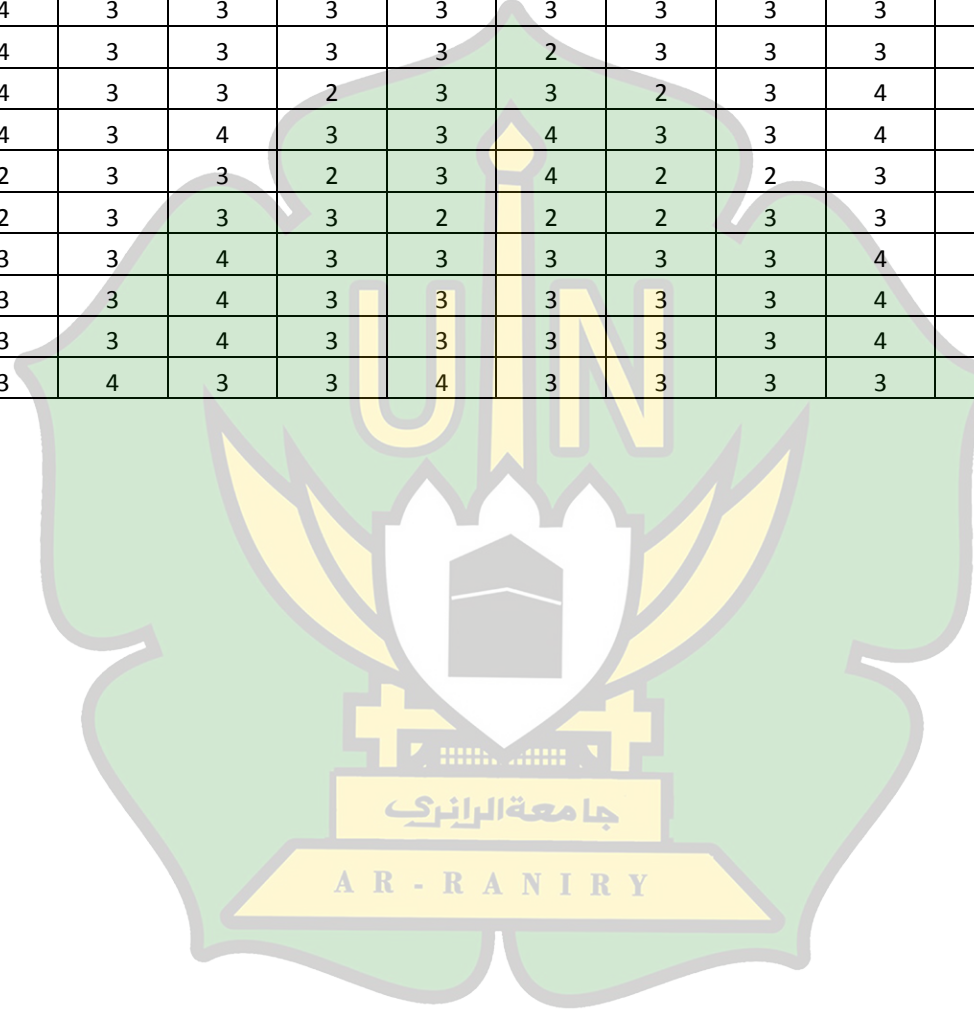
3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	65
3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	64
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	62
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	65
4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	64
3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	64
4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	1	3	63
3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	65
4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	1	3	60
3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	66
1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	4	4	1	4	4	46
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	49
1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	1	1	1	4	43
3	4	4	2	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	1	3	63
3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	66
3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	73
3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	64
3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	66
3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	65
3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	2	4	55
4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	67
3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	67
3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	67
3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	63
3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	64
3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	64
3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	64
3	2	1	1	3	3	2	1	2	2	4	4	2	1	4	3	2	2	4	46
3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	52
3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	66

3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	64
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	63
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	61
3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	63
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	63
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	62
3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	64
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	61
3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	63
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	62
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	61
3	3	3	1	1	4	3	3	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	49
1	1	1	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	48
4	3	4	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	61
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	62
4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	55
3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	62
2	3	3	2	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	54
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	52
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	53
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	55
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	62
3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	61
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	60
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	64
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	62

3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	60
4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	65
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	61
3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	63
3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	62
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	61
3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	58
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	51
3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	61
3	3	4	3	2	4	3	4	1	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	59
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	51
3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	59
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	4	57
3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	57
4	2	4	1	4	1	1	3	2	2	1	1	2	3	3	4	1	3	3	45
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	56
1	3	1	4	2	2	1	1	2	1	2	4	3	1	1	1	2	2	2	36
3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	55
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	54
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	54
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	56
2	1	3	1	2	3	4	3	4	3	2	4	1	2	2	3	4	3	3	50
4	2	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	4	60
4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	1	4	63
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	62
4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	63



4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	1	3	63
3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	4	57
4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	66
4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	59
3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	1	4	57
1	3	3	2	1	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	4	3	1	4	53
3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	2	1	2	2	56
3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	51
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	51
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	61
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	62
4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	62



## HASIL TRY OUT

### UJI DAYA BEDA AITEM DAN RELIABILITY

#### SKALA HARDINESS

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,806	20

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	55,3562	44,482	,409	,796
VAR00002	55,6438	43,844	,332	,800
VAR00003	55,2329	43,348	,507	,791
VAR00004	55,9452	43,053	,392	,796
VAR00005	56,2055	43,777	,419	,795
VAR00006	55,6301	43,236	,394	,796
VAR00007	55,6027	44,687	,290	,802
VAR00008	55,3288	42,668	,481	,791
VAR00009	55,7671	44,403	,326	,800
VAR00010	55,7397	43,195	,410	,795
VAR00011	55,9178	44,021	,363	,798
VAR00012	55,8630	43,287	,399	,796
VAR00013	55,6438	43,955	,414	,795
VAR00014	55,5068	45,087	,295	,801
<b>VAR00015</b>	<b>55,4932</b>	<b>45,920</b>	<b>,174</b>	<b>,808</b>
VAR00016	55,5205	44,031	,380	,797
VAR00017	55,3973	44,771	,304	,801
VAR00018	55,3151	45,580	,261	,803
VAR00019	55,8767	43,165	,409	,795
VAR00020	55,4247	42,831	,468	,792

## UJI DAYA BEDA AITEM DAN RELIABILITY SKALA STRES

### AKADEMIK

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,950	51

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	130,2877	781,097	,484	,949
VAR00002	130,1918	789,740	,379	,949
VAR00003	129,9452	779,914	,540	,948
VAR00004	130,7260	775,257	,554	,948
VAR00005	129,8767	790,971	,319	,950
VAR00006	130,1918	777,713	,522	,948
VAR00007	130,4247	775,081	,594	,948
VAR00008	130,1781	791,982	,326	,949
VAR00009	130,4247	775,387	,573	,948
VAR00010	130,0822	777,549	,546	,948
VAR00011	130,2603	773,417	,646	,948
VAR00012	130,1644	769,917	,599	,948
VAR00013	130,1370	769,203	,753	,947
VAR00014	129,5616	788,694	,346	,949
VAR00015	130,4384	769,833	,596	,948
VAR00016	129,9589	782,846	,576	,948
VAR00017	129,5616	792,861	,312	,949
<b>VAR00018</b>	<b>130,0548</b>	<b>833,997</b>	<b>-,403</b>	<b>,953</b>
VAR00019	129,7260	768,035	,700	,947
VAR00020	129,8493	780,046	,589	,948
VAR00021	129,7808	779,951	,589	,948
VAR00022	130,1096	776,210	,580	,948
VAR00023	129,9041	777,116	,555	,948
VAR00024	130,0548	771,053	,559	,948
VAR00025	129,6027	784,132	,458	,949
VAR00026	130,8904	776,293	,507	,949
VAR00027	130,1370	776,814	,618	,948

VAR00028	130,1918	777,018	,562	,948
VAR00029	129,6849	782,413	,447	,949
VAR00030	131,3836	778,879	,605	,948
VAR00031	130,5890	767,412	,714	,947
VAR00032	131,2055	772,916	,661	,948
VAR00033	131,0685	772,454	,629	,948
VAR00034	129,8767	782,471	,422	,949
VAR00035	130,3699	766,236	,644	,948
VAR00036	131,3425	772,784	,662	,948
VAR00037	131,0411	771,096	,642	,948
VAR00038	129,8219	780,426	,485	,949
VAR00039	130,3288	781,279	,429	,949
VAR00040	131,1781	778,787	,505	,949
VAR00041	130,6301	767,542	,782	,947
VAR00042	130,3562	773,010	,639	,948
VAR00043	130,0274	776,027	,638	,948
VAR00044	130,7534	773,688	,625	,948
VAR00045	131,4384	780,111	,505	,949
VAR00046	130,2055	778,249	,512	,949
<b>VAR00047</b>	<b>130,0548</b>	<b>826,941</b>	<b>-,271</b>	<b>,953</b>
VAR00048	129,6986	787,102	,397	,949
VAR00049	130,6301	778,486	,483	,949
VAR00050	130,3425	779,256	,520	,948
VAR00051	129,7808	785,674	,395	,949

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

## HASIL PENELITIAN

### SKALA PENELITIAN HARDINESS

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,808	19

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	52,3014	42,186	,419	,798
VAR00002	52,5890	41,662	,330	,803
VAR00003	52,1781	41,287	,491	,794
VAR00004	52,8904	40,904	,388	,799
VAR00005	53,1507	41,602	,415	,798
VAR00006	52,5753	41,109	,388	,799
VAR00007	52,5479	42,251	,312	,804
VAR00008	52,2740	40,202	,512	,792
VAR00009	52,7123	41,930	,353	,801
VAR00010	52,6849	41,247	,386	,799
VAR00011	52,8630	41,703	,374	,800
VAR00012	52,8082	41,129	,395	,799
VAR00013	52,5890	41,745	,414	,798
VAR00014	52,4521	42,446	,343	,802
VAR00015	52,4658	41,836	,379	,800
VAR00016	52,3425	42,839	,272	,806
VAR00017	52,2603	43,362	,258	,806
VAR00018	52,8219	41,315	,375	,800
VAR00019	52,3699	40,653	,468	,794

## SKALA PENELITIAN STRES AKADEMIK

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,957	49

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	124,6164	821,768	,477	,956
VAR00002	124,5205	830,114	,381	,956
VAR00003	124,2740	819,785	,547	,956
VAR00004	125,0548	815,580	,551	,956
VAR00005	124,2055	831,527	,319	,957
VAR00006	124,5205	817,781	,524	,956
VAR00007	124,7534	815,577	,587	,955
VAR00008	124,5068	833,115	,315	,957
VAR00009	124,7534	815,911	,566	,956
VAR00010	124,4110	817,884	,543	,956
VAR00011	124,5890	813,107	,652	,955
VAR00012	124,4932	809,615	,603	,955
VAR00013	124,4658	808,947	,757	,955
VAR00014	123,8904	828,432	,358	,957
VAR00015	124,7671	809,681	,598	,955
VAR00016	124,2877	822,763	,584	,956
VAR00017	123,8904	832,877	,322	,957
VAR00018	124,0548	807,330	,711	,955
VAR00019	124,1781	819,954	,595	,956
VAR00020	124,1096	819,710	,599	,955
VAR00021	124,4384	816,111	,584	,955
VAR00022	124,2329	816,126	,574	,956
VAR00023	124,3836	811,073	,559	,956
VAR00024	123,9315	823,842	,470	,956
VAR00025	125,2192	817,118	,496	,956
VAR00026	124,4658	816,780	,622	,955
VAR00027	124,5205	816,697	,571	,956

VAR00028	124,0137	822,125	,457	,956
VAR00029	125,7123	819,986	,587	,956
VAR00030	124,9178	807,826	,706	,955
VAR00031	125,5342	813,530	,651	,955
VAR00032	125,3973	813,521	,612	,955
VAR00033	124,2055	822,721	,423	,956
VAR00034	124,6986	805,963	,647	,955
VAR00035	125,6712	813,307	,653	,955
VAR00036	125,3699	811,403	,637	,955
VAR00037	124,1507	819,935	,497	,956
VAR00038	124,6575	821,395	,431	,956
VAR00039	125,5068	819,642	,495	,956
VAR00040	124,9589	807,401	,783	,955
VAR00041	124,6849	812,663	,646	,955
VAR00042	124,3562	816,177	,638	,955
VAR00043	125,0822	813,771	,624	,955
VAR00044	125,7671	820,570	,502	,956
VAR00045	124,5342	818,002	,519	,956
VAR00046	124,0274	825,416	,434	,956
VAR00047	124,9589	818,512	,486	,956
VAR00048	124,6712	819,807	,515	,956
VAR00049	124,1096	825,488	,404	,956

### Hasil uji kategori hardiness

		interval			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Rendah	23	17,0	17,0	17,0
	Sedang	102	75,6	75,6	92,6
	Tinggi	10	7,4	7,4	100,0
Total		135	100,0	100,0	

### Hasil uji kategori variabel stres akademik

		Interval			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Rendah	9	6,7	6,7	6,7
	Sedang	108	80,0	80,0	86,7
	Tinggi	18	13,3	13,3	100,0
	Total	135	100,0	100,0	

### Uji normalitas

Statistics		
hardiness		
N	Valid	135
	Missing	0

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Hardiness	135	37	36	73	59,25	6,055
stres akademik	135	121	100	221	153,53	21,372
Valid N (listwise)	135					

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		hardiness	stres akademik
N		135	135
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	59,25	153,53
	Std. Deviation	6,055	21,372
Most Extreme Differences	Absolute	,214	,172
	Positive	,103	,172
	Negative	-,214	-,102
Test Statistic		,214	,172
Asymp. Sig. (2-tailed)		,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>



### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		135
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	21,11594879
Most Extreme Differences	Absolute	,141
	Positive	,141
	Negative	-,101
Test Statistic		,141
Asymp. Sig. (2-tailed)		,000 <sup>c</sup>

### Uji linieritas

#### Case Processing Summary

	Included		Cases Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
stres akademik * hardiness	135	100,0%	0	0,0%	135	100,0%

#### Report

stres akademik hardiness	Mean	N	Std. Deviation
36	159,00	1	.
37	146,00	1	.
43	141,00	1	.
45	166,00	1	.
46	160,00	2	45,255
47	112,00	1	.
48	174,00	1	.
49	166,50	2	6,364
50	152,00	1	.
51	145,40	5	17,785
52	141,00	4	29,155
53	189,00	3	28,160
54	153,50	4	39,837

55	171,00	4	37,488
56	162,67	6	33,518
57	184,50	4	24,624
58	154,25	4	12,659
59	186,33	3	28,989
60	157,33	6	24,361
61	149,85	20	15,034
62	146,82	17	12,822
63	155,64	14	13,776
64	145,21	14	7,485
65	154,67	6	13,216
66	142,50	6	9,397
67	132,67	3	2,517
73	147,00	1	.
Total	153,53	135	21,372

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
stres akademik * hardiness	Between Groups	(Combined)	20725,78	26	797,146	2,127	,004
		Linearity	1457,298	1	1457,298	3,888	,051
		Deviation from Linearity	19268,48	25	770,739	2,056	,006
		Within Groups	40479,87	108	374,814		
		Total	61205,65	134			

### Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
stres akademik * hardiness	-,154	,024	,582	,339

## Uji hipotesis

### Correlations

		hardiness	stres akademik
Spearman's rho	Hardiness	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	135
	stres akademik	Correlation Coefficient	-,232**
		Sig. (2-tailed)	,007
		N	135

).



## RIWAYAT HIDUP

### Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Fikriatul Husnia
2. Tempat/Tanggal Lahir : Ds. Panjang Baru, 23 Maret 2001
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. NIM : 180901040
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat
  - a. Kabupaten/Kota : Aceh Barat Daya
  - b. Kecamatan : Susoh
8. Provinsi : Aceh
9. No. Telp/Hp : 085359693250
10. Email : fikriatul.husnia@gmail.com
11. Riwayat Pendidikan
  - a. SD/MIN : SDN Panjang Baru
  - b. SMP/Mts : MtsN Unggul Susoh
  - c. SMA/SMK : MAN Aceh Barat Daya
12. Orangtua/Wali
  - a. Nama Ayah : Damhuri
  - b. Nama Ibu : Nur Sa'adah
13. Pekerjaan Orangtua
  - a. Ayah : Nelayan
  - b. Ibu : Irt
14. Alamat Orangtua
  - a. Ayah : Ds. Panjang Baru
  - b. Ibu : Ds. Panjang Baru

Banda Aceh, 15 Desember 2022  
Penulis,

Fikriatul Husnia  
NIM. 180901048