

ABSTRAK

Siti Rizqa Padila. 190103040231. *Kontribusi Self Efficacy dan Grit Terhadap Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.* Pembimbing (1) Dra. Hj. Siti Faridah, M. Ag dan Pembimbing (2) Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog, pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. 2024.

Kata Kunci: *self efficacy*, *Grit*, Stres Akademik, Skripsi, Mahasiswa

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mendapatkan pemecahan masalah mengenai penelitian yang dikaji, namun pada kenyataannya sebagian mahasiswa terhambat pada saat penyusunan skripsi. Banyaknya hambatan serta tuntutan yang dialami mahasiswa menyebabkan beberapa mahasiswa memandang bahwa tuntutan dari pengerjaan skripsi tersebut melebihi kemampuan yang dimilikinya, sehingga mahasiswa yang tidak siap akan tuntutan-tuntutan dalam lingkup akademik akan merasakan ketidaksiapan dan mengalami keadaan yang disebut stres akademik.

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional, sampel terdiri dari 100 orang responden dengan data primer sebagai sumber data yang diperoleh dari hasil penyebaran angket. Model analisis dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda, uji multikolinieritas, uji heterokedastisitas, serta uji hipotesis.

Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan pendekatan korelasional, sampel terdiri dari 100 orang responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) tingkat *self efficacy* sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 72 %. 2) Tingkat *grit* mayoritas berada pada kategori sedang sebesar 63%. 3) Tingkat stres akademik sebagian besar diketahui berada pada kategori sedang 64%. 4) Berdasarkan hasil uji t dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($-3,390 > 1,660$) dan sig. *self efficacy* $0,001 < 0,05$, artinya *self efficacy* secara parsial memberikan kontribusi yang signifikan terhadap variabel stres akademik sebesar 31,3%. 5) berdasarkan hasil uji t dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($-3,569 > 1,660$) dan sig. *grit* $0,001 < 0,05$, maka disimpulkan bahwa *grit* secara parsial memberikan kontribusi yang signifikan terhadap variabel stres akademik sebesar 32,1%. 5) Dari hasil perhitungan nilai F_{hitung} ($31,337 > 3,09$) dan sig. $0,000 < 0,05$, maka diketahui bahwa *self efficacy* dan *grit* berkontribusi secara simultan terhadap tingkat stres akademik sebesar 39,3%, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima.