

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah singkat Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari

Banjarmasin

Penelitian ini berlokasi di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang bertempat di Jl. A. Yani Km. 4.5, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora berdiri sejak tahun 1961 atas kerja keras tokoh-tokoh ulama dan masyarakat Amuntai, yang didukung pemerintah daerah. Kemudian, pada tahun 1964 oleh pemerintah pusat Fakultas Ushuluddin dinegerikan.

Dalam perkembangan berikutnya, berdasarkan pertimbangan untuk meningkatkan mutu ilmiah dan efisiensi kerja IAIN Antasari, melalui SK Menteri Agama RI Nomor: 40 tahun 1978, Fakultas Ushuluddin diintegrasikan ke Banjarmasin. Dengan diterbitkannya SK Menteri Agama ini, maka penerimaan mahasiswa baru sejak saat itu dilakukan di Banjarmasin bergabung dengan fakultas-fakultas lainnya.

Jurusan yang pertama dibuka adalah Jurusan Perbandingan Agama yang dibuka pada tahun 1977. Kemudian, Fakultas Ushuluddin terus mengalami perkembangan yang sangat pesat hingga sekarang terdapat lima jurusan yang dikembangkan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, yaitu:

- a. Jurusan Studi Agama-Agama (sebelumnya Perbandingan Agama)
- b. Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

- c. Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam
 - d. Jurusan Psikologi Islam, dan
 - e. Ilmu Hadis¹
2. Visi dan Misi
- a. Visi
Menjadi pusat pengembangan ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang unggul dan berakhlak
 - b. Misi
 - 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang diintegrasikan dengan ilmuilmu sosial.
 - 2) Mengembangkan penelitian ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang relevan dengan kebutuhan masyarakat.
 - 3) Membangun kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat.
3. Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin
- a. Menghasilkan lulusan yang menguasai ilmu-ilmu keushuluddinan yang terintegrasi dengan ilmu-ilmu sosial humaniora.
 - b. Menghasilkan penelitian ilmu-ilmu keushuluddinan yang terintegrasi dengan ilmu-ilmu sosial humaniora yang relevan dengan kebutuhan masyarakat.

¹“Sejarah Fakultas Ushuluddin dan Humaniora”, diakses 18 Desember 2023, <https://fuh.uin-antasari.ac.id/sejarah>.

- c. Terlaksananya kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat sesuai dengan kompetensi bidang ilmu keushuluddinan dan humaniora.²

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Intrumen Penelitian

a. Uji Validitas

Uji validitas merupakan pengujian sebuah instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui validitas suatu aitem, dengan menggunakan hasil r hitung yang dibandingkan dengan r tabel berdasarkan tingkat signifikansi 5%. Jika r hitung $>$ r tabel, maka item dinyatakan valid. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Pearson Product Moment* dengan bantuan *SPSS Statistic 22 for windows*. Alat ukur ini di buat untuk mengetahui kontribusi *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Sehingga untuk mengetahui validitas instrumen, *tryout* dilakukan menggunakan 30 responden dengan r tabel berdasarkan tingkat signifikansi 5% sebesar 0,361.

1) Skala *Self Efficacy*

Angket dari skala *Self Efficacy* disusun berdasarkan 3 dimensi. Dari 3 dimensi menghasilkan 24 item pernyataan, dengan hasil 20 item valid dan 4 item tidak valid, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.1 sebagai berikut:

²Visi, Misi, dan Tujuan, “diakses 18 Desember 2023, <https://fuh.uin-antasari.ac.id/visi-misi-dan-tujuan/>

TABEL 4.1 HASIL UJI VALIDITAS SKALA *SELF EFFICACY*

No.	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem				Total
			<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1	<i>Level</i> (tingkat kesulitan)	Tingkat kesulitan tugas	1	2	5	-	6
		Keyakinan dalam mengatasi tugas yang sulit	4,6	-	3	-	
2	<i>Strength</i> (kekuatan)	Mamu bertahan dalam berbagai kondisi	8,9	7	10	-	15
		Keyakinan dalam mempertahankan perilaku	11	13	15	-	
		Keyakinan dapat mencapai tujuan	14, 19	-	18	12	
		Tenang menghadapi tugas yang sulit	17, 20, 21	-	16	-	
3	<i>Generality</i> (keluasan)	Menemukan solusi untuk menyelesaikan suatu masalah	24, 23	-	22	-	3
Total			13	3	7	1	24

2) Skala *Grit*

Skala *Grit* terdiri dari 2 dimensi, dari 2 dimensi menghasilkan 12 item pernyataan, dengan hasil 12 item valid dinyatakan valid, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

TABEL 4.2 HASIL UJI VALIDITAS SKALA *GRIT*

No.	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem				Total
			<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1	<i>Consistency of Interest</i> (konsistensi Minat)	Mempertahankan minat dalam jangka panjang	2, 9, 4	-	6, 3	-	5

LANJUTAN TABEL 4.2

No.	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem				Total
			<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
2	<i>Perseverance of Effort</i> (ketekunan)	Ketahanan dalam menyelesaikan tugas	1, 7	-	5	-	7
		Usaha untuk mencapai tujuan	10, 12	-	8, 11	-	
Total			7	-	5	-	12

3) Skala Stres Akademik

Skala Stres Akademik terdiri dari 2 dimensi, dari 2 dimensi menghasilkan 28 item pernyataan, dengan hasil 23 item valid dan 5 item tidak valid, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.3 sebagai berikut:

TABEL 4.3 HASIL UJI VALIDITAS SKALA STRES AKADEMIK

No.	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem				Total
			<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1	<i>Stressor Akademik</i>	<i>Frustration</i>	1, 2, 4	-	3	-	15
		<i>Conflicts</i>	5	-	7	-	
		<i>Pressures</i>	6	10	9, 8	-	
		<i>Changes</i>	11, 13	-	-	-	
		<i>Self-Imposed</i>	15	14	12	-	
2	Reaksi terhadap <i>Stressor Akademik</i>	<i>Psysiological</i>	17, 16, 18	-	-	-	13
		<i>Emotional</i>	20, 19	-	-	-	
		<i>Behavioral</i>	22, 24	21	-	23	
		<i>Cognitive</i>	25, 27	-	28	26	
Total			17	3	6	2	28

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Suatu alat tes dikatakan reliabel jika memiliki nilai $\alpha \geq r$ tabel. Uji reliabilitas dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan aplikasi SPSS dengan nilai *alpha cronbach* $> 0,6$ sehingga dapat dinyatakan reliabel. Dengan hasil yang didapatkan sebagai berikut:

TABEL 4.4 HASIL UJI RELIABILITAS ITEM *SELF EFFICACY*

<i>Reliability Statistic</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.864	20

Pada tabel 4.4 menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* 0,864 dengan jumlah 20 item. Nilai *Cronbach's Alpha* $0,864 > 0,60$, maka disimpulkan bahwa variabel *self efficacy* dapat digunakan untuk menjadi alat untuk pengumpulan data dalam penelitian ini.

TABEL 4.5 HASIL UJI RELIABILITAS ITEM *GRIT*

<i>Reliability Statistic</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.759	12

Pada tabel 4.5 memperlihatkan nilai *Cronbach's Alpha* 0,759 dengan jumlah 12 item. Nilai *Cronbach's Alpha* $0,759 > 0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel *grit* dalam penelitian ini dapat digunakan menjadi alat untuk pengumpulan data.

TABEL 4.6 HASIL UJI RELIABILITAS ITEM STRES AKADEMIK

<i>Reliability Statistic</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.855	23

Pada tabel 4.6 menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* 0,855 dengan jumlah 23 item. Nilai *Cronbach's Alpha* 0,855 > 0,60, maka disimpulkan bahwa variabel stres akademik dapat digunakan untuk menjadi alat untuk pengumpulan data dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil pengujian validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan terhadap variabel *self efficacy*, *grit*, dan stres akademik. Maka dapat dinyatakan bahwa ketiga variabel tersebut valid dan reliabel.

2. Hasil Analisis dan Interpretasi Data

a. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik responden diperoleh melalui penyebaran kuesioner menggunakan *google form* yang dilakukan secara *online* dan *offline*. Dalam penelitian ini terdapat responden sebanyak 100 orang mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Karakteristik responden yang digunakan yaitu jenis kelamin, jurusan, dan tahun angkatan. Berikut ini data karakteristik dari 100 orang responden sebagai berikut:

TABEL 4.7 GAMBARAN KARAKTERISTIK RESPONDEN

Variabel	F	Percent
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	32.0
Perempuan	68	68.0
Angkatan		
2018	8	8.0
2019	78	78.0
2020	14	14.0
Jurusan		
Aqidah dan Filsafat Islam	9	9.0
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	14	14.0
Psikologi Islam	74	74.0
Studi Agama-Agama	3	3.0
Ilmu Hadis	-	-

b. Uji Analisis Deskriptif

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data melalui penjelasan atau pengumpulan data yang telah diketahui tanpa bermaksud untuk menggeneralisasikannya atau mengolah kesimpulan umumnya.³ Skala *self efficacy* memiliki 20 item pertanyaan sehingga skor minimal 20 (1×20), skor maksimal 80 (4×20), Mean ialah $(X_{\min} + X_{\max})/2$ yaitu 50, Range ($X_{\max} - X_{\min}$) yaitu 60 dan standar deviasi ($R/6$) adalah 10.

Kemudian skala *grit* yaitu memiliki 12 item pertanyaan sehingga skor minimal 12 (1×12), skor maksimal 48 (4×12), Mean ialah $(X_{\min} + X_{\max})/2$ yaitu 30, Range ($X_{\max} - X_{\min}$) yaitu 36 dan standar deviasi ($R/6$) adalah 6. Dan skala stres akademik memiliki 23 item pertanyaan sehingga skor minimal 23 (1×23), skor maksimal 92 (4×23), Mean ialah $(X_{\min} + X_{\max})/2$ yaitu 57,5, Range ($X_{\max} - X_{\min}$) yaitu 92 dan standar deviasi ($R/6$) adalah 11,5.

TABEL 4.8 ANALISIS DATA DESKRIPTIF

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Self Efficacy</i>	100	20	80	50	10
<i>Grit</i>	100	12	48	30	6
Stres Akademik	100	23	92	57,5	11,5

Berdasarkan hasil uji deskriptif statistik diketahui nilai minimum, maksimum, *standard deviation* dan mean pada variabel *self efficacy*, *grit*, dan stres akademik seperti yang terlampir pada tabel 4.8. Kemudian, penentuan kategorisasi untuk setiap variabel, peneliti membagi skor menjadi 3 kategori yakni rendah,

³ Sandu Siyoto, "Dasar Metodologi Penelitian" (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 111

sedang dan tinggi. Pedoman yang digunakan untuk mengkategorikan hasil pengukuran menjadi 3 kategori sebagai berikut:

TABEL 4.9 RUMUS KATEGORISASI

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

a. Analisis Data Variabel *Self Efficacy*

Berdasarkan hasil analisis pada data variabel *self efficacy*, diperoleh nilai kategorisasi sebagai berikut:

TABEL 4.10 KATEGORISASI TINGKAT *SELF EFFICACY*

		Interval	Frequency	Percent
Valid	Rendah	$X < 40$	-	-
	Sedang	$40 \leq X < 60$	72	72.0
	Tinggi	$60 \leq X$	28	28.0
	Total		100	100.0

Dari tabel di atas diketahui bahwa skor *self efficacy* dari 100 partisipan tidak ada yang berada pada kategori rendah. Sebanyak 72 partisipan memiliki skor yang berada pada kategori sedang sebesar 72%. Dan 28 partisipan memiliki skor *self efficacy* yang berada pada kategori tinggi sebesar 28%.

b. Analisis Data Variabel *Grit*

Berdasarkan hasil analisis pada data variabel *grit*, diperoleh nilai kategorisasi sebagai berikut:

TABEL 4.11 KATEGORISASI TINGKAT *GRIT*

		Interval	Frequency	Percent
Valid	Rendah	$X < 24$	-	-
	Sedang	$24 \leq X < 36$	63	63.0
	Tinggi	$36 \leq X$	37	37.0
	Total		100	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa skor *grit* dari 100 partisipan tidak ada yang berada pada kategori rendah. Sebanyak 63 partisipan memiliki skor yang berada pada kategori sedang sebesar 63%. Dan 37 partisipan memiliki skor *grit* yang berada pada kategori tinggi sebesar 37%.

c. Analisis Data Variabel Stres Akademik

Berdasarkan hasil analisis pada data variabel stres akademik, diperoleh nilai kategorisasi sebagai berikut:

TABEL 4.12 KATEGORISASI TINGKAT STRES AKADEMIK

		Interval	Frequency	Percent
Valid	Ringan	$X < 46$	3	3.0
	Sedang	$46 \leq X < 69$	64	64.0
	Berat	$69 \leq X$	33	33.0
	Total		100	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa skor stres akademik dari 100 partisipan terdapat 3 partisipan yang berada pada kategori ringan sebesar 3%. Sebanyak 64 partisipan memiliki skor yang berada pada kategori sedang sebesar 64%. Dan 33 partisipan memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori berat.

c. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat distribusi data variabel dan menentukan apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Untuk menentukan normalitas data penelitian, peneliti memakai metode uji statistik nonparametrik *kolmogorof-smirnov*, yang mana apabila nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2 tailed*) $> 0,05$, sehingga data yang diuji bisa dinyatakan berdistribusi normal.

TABEL 4.13 HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.88834489
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.052
	Negative	-.046
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas *kolmogorov-smirnov* yang telah dilakukan, diketahui bahwa nilai Sig. 0,200 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual pada variabel penelitian ini berdistribusi normal.

d. Uji Multikolinieritas

Uji Multikolinieritas merupakan metode untuk menguji model regresi apakah terdapat korelasi antar variabel bebas atau independen pada penelitian. Model regresi yang baik pada dasarnya tidak terjadi korelasi diantara variabel bebas. Pengambilan keputusan berdasar pada nilai *Tolerance* dan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*), jika nilai *tolerance* > 0,1 dan nilai VIF < 10 maka artinya tidak terjadi multikoineritas dalam model regresi.

TABEL 4.14 HASIL UJI MULTIKOLINERITAS

Model		<i>Collinearity Statistic</i>	
		<i>Tolerance</i>	VIF
1	<i>Self Efficacy</i>	.661	1.514
	<i>Grit</i>	.661	1.514

a. *Dependent Variable: Stres Akademik*

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai *tolerance* masing-masing variabel $>0,1$ yaitu nilai *self efficacy* dan *grit* sebesar $0,661 > 0,1$. Sedangkan nilai VIF *self efficacy* dan *grit* sebesar $1,514 < 10$. Dengan demikian disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel.

e. Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan metode pengujian yang bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Diketahui bahwa model regresi yang baik adalah tidak adanya heteroskedastisitas, uji heteroskedastisitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan Uji White, yakni pengujian terhadap gejala heteroskedastisitas dengan cara meregresi residual kuadrat dengan variabel independen, variabel independen kuadrat dan perkalian variabel independen. Dilakukan dengan membandingkan X^2 dan X^2 tabel hitung, jika $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$, maka tidak terjadi heteroskedastisitas.

TABEL 4.15 HASIL UJI HETEROKEDASTISITAS

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.327 ^a	.107	.059	89.85647

a. Predictors: (Constant), X1X2, Self Efficacy, Grit, X1_Kuadrat, X2_Kuadrat

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas untuk mendapatkan nilai X^2_{hitung} dihitung menggunakan $X^2_{hitung} (N \times R)$ diperoleh hasil X^2_{hitung} sebesar $(100 \times 0,107 = 10,7)$. Dan X^2_{tabel} dapat dihitung menggunakan $(df = n - 1)$ dimana $n =$ jumlah sampel, dan diperoleh nilai X^2_{tabel} dengan menggunakan tingkat signifikan 0,05 sebesar 123,22. Dari data tersebut diketahui bahwa nilai $10,7 < 123,22$, maka dapat disimpulkan bahwa uji white tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

f. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda merupakan analisis yang digunakan pada model yang memiliki lebih dari satu variabel independen, yang digunakan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap variabel dependen. Sehingga pada regresi berganda terdapat satu variabel dependen dan lebih dari satu variabel independen. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji regresi linear berganda dengan tingkat signifikansi 5%. Dengan hasil sebagai berikut:

TABEL 4.16 HASIL UJI REGRESI LINEAR BERGANDA

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.061	5.687		19.354	.000
	SE	-.393	.116	-.340	-3.390	.001
	G	-.705	.198	-.358	-3.569	.001

a. Dependent Variable: Y

Model regresi berdasarkan hasil diatas adalah

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + e$$

$$Y = 110,061 - 0,393X_1 - 0,705X_2 + e$$

Persamaan regresi linear berganda diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Konstanta memiliki nilai sebesar 110,061 artinya jika *self efficacy* (X1) dan *grit* (X2) tidak ada atau 0, maka Stres Akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Antasari Banjarmasin akan tetap sebesar 110,061 dengan asumsi variabel lainnya adalah tetap atau konstan.

- 2) Pada variabel *self efficacy* memiliki nilai koefisien regresi yang negatif sebesar -0,393, yang menunjukkan bahwa setiap *self efficacy* menurun sebesar satu satuan, maka besarnya nilai stres akademik akan meningkat sebesar 0,393 atau setiap penurunan nilai stres akademik satu satuan artinya telah terjadi peningkatan *self efficacy* sebesar 0,460 dengan asumsi bahwa variabel yang diujikan tetap atau konstan.
- 3) Nilai koefisien regresi pada variabel *grit* sebesar -0,705, yang menunjukkan bahwa setiap *grit* menurun sebesar satu satuan, maka besarnya nilai stres akademik akan meningkat sebesar -0,705 atau setiap penurunan nilai stres akademik satu satuan artinya telah terjadi peningkatan *grit* sebesar 0,705 dengan asumsi bahwa variabel lainnya adalah tetap.

g. Uji Hipotesis

1) Uji Koefisien Determinasi

Nilai koefisien korelasi (R) menunjukkan seberapa besar korelasi atau hubungan antara variabel-variabel independen dengan variabel dependen. Koefisien dapat dikatakan kuat jika nilai $R > 0,5$ atau mendekati 1. Koefisien determinasi (*R Square*) menunjukkan seberapa besar variabel independen menjelaskan variabel dependennya. Jika nilai *R square* semakin mendekati satu, maka variabel-variabel independen memberikan semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel dependen.

TABEL 4.17 HASIL UJI KOEFISIEN DETERMINASI *SELF EFFICACY* TERHADAP STRES AKADEMIK

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.559 ^a	.313	.306	7.046

a. Predictors: (Constant), SE

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa model *summary* dengan nilai $R^2 = 0,313$ yang artinya variasi atau perubahan *self efficacy* terhadap stres akademik sebesar 31,3%, sedangkan sisanya sebesar 68,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar penelitian ini.

TABEL 4.18 HASIL UJI KOEFISIEN DETERMINASI *GRIT* TERHADAP STRES AKADEMIK

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.566 ^a	.321	.314	7.006

a. Predictors: (Constant), G

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa model *summary* dengan nilai $R^2 = 0,321$ yang artinya variasi atau perubahan *grit* terhadap stres akademik sebesar 32,1%, sedangkan sisanya sebesar 67,9% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar penelitian ini.

TABEL 4.19 HASIL UJI KOEFISIEN DETERMINASI *SELF EFFICACY* DAN *GRIT* TERHADAP STRES AKADEMIK

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.627 ^a	.393	.380	6.658

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai $R^2 = 0,393$ yang artinya 39,3% variasi atau perubahan dalam stres akademik dapat dijelaskan oleh variabel *self efficacy* dan *grit*, sedangkan sisanya sebesar 60,7% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

2) Uji T

Uji T bertujuan untuk mengetahui pengaruh pada masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen. Jika nilai sig. $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak dan jika nilai sig. $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

TABEL 4.20 HASIL UJI T

Model		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.061	5.687		19.354	.000
	SE	-.393	.116	-.340	-3.390	.001
	G	-.705	.198	-.358	-3.569	.001

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan hasil uji T yang telah dilakukan maka diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 1,660. Hasil uji T menunjukkan bahwa:

a) Uji T Variabel *Self Efficacy*

Nilai sig. *self efficacy* $0,001 < 0,05$, artinya signifikan, sedangkan hasil uji t diketahui nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sebesar $3.390 > 1,660$ maka disimpulkan *self efficacy* secara parsial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres akademik, yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima. Koefisien *self efficacy* yang bertanda negatif bermakna bahwa *self efficacy* yang semakin meningkat akan menyebabkan

stres akademik menurun, sebaliknya semakin menurun *self efficacy* maka stres akademik akan meningkat.

b) Uji T Variabel *Grit*

Nilai sig. *grit* $0,001 < 0,05$, artinya signifikan, sedangkan hasil uji t diketahui nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sebesar $3,569 > 1,660$ maka disimpulkan *grit* secara parsial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres akademik, yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima. Koefisien *grit* yang bertanda negatif bermakna bahwa *grit* yang semakin meningkat akan menyebabkan stres akademik menurun, sebaliknya semakin menurun *grit* maka stres akademik akan meningkat.

3) Uji F

Uji F bertujuan untuk mengetahui pengaruh seluruh variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Dengan nilai signifikansi 5% atau 0,05 maka jika nilai sig. $> 0,05$ H_0 diterima dan H_a ditolak dan jika nilai sig. $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Uji F dapat juga diketahui dengan melihat F_{hitung} dan F_{tabel} , yakni H_0 ditolak dan H_a diterima jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan sebaliknya H_0 diterima dan H_a ditolak jika $F_{hitung} < F_{tabel}$.

TABEL 4.21 HASIL UJI F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2778.619	2	1389.310	31.337	.000 ^b
	Residual	4300.421	97	44.334		
	Total	7079.040	99			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), G, SE

Berdasarkan hasil yang diperoleh, diketahui nilai sig. bernilai $0,000 < 0,05$. Sementara nilai F_{hitung} sebesar 31,337, nilai tersebut lebih besar dari F_{tabel} yaitu $(31,337 > 3,09)$. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga pada variabel bebas yaitu *self efficacy* dan *grit* berpengaruh secara simultan terhadap variabel stres akademik.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya dan seberapa besar kontribusi *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Adapun responden dalam penelitian ini sebanyak 100 orang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora angkatan 2018, 2019, dan 2020. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dengan menggunakan skala *self efficacy*, *grit* dan stres akademik, maka diuraikan bahwa:

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat kontribusi *self efficacy* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Berdasarkan hasil tingkat *self efficacy* diperoleh persentase yang berbeda-beda pada masing-masing kategori. Dari 100 mahasiswa terdapat 72% berada pada kategori sedang dan 28% berada pada kategori tinggi, hasil ini menjelaskan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas ushuluddin dan humaniora lebih dominan memiliki tingkat *self efficacy* pada kategori sedang, bermakna bahwa sebagian besar mahasiswa cukup yakin terhadap kemampuannya untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Mahasiswa yang memiliki tingkat

self efficacy rendah memiliki ciri seperti tidak mau berusaha, lamban, tidak yakin, seringkali menghindari kesulitan, mudah merasa cemas, dan komitmen diri yang rendah. Sedangkan mahasiswa yang memiliki tingkat *self efficacy* tinggi akan merasa percaya diri dengan kemampuan, memiliki komitmen yang kuat, serta memandang kegagalan sebagai sebuah tantangan khususnya pada saat mengerjakan skripsi. Sejalan dengan hal tersebut, Bandura (dalam Usher dan Pajares) menjelaskan bahwa *self efficacy* dapat membantu seseorang dalam membuat pilihan, usaha, dan ketekunan yang dilakukan dalam menghadapi kesulitan.⁴ Sehingga, mahasiswa yang memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan akademiknya dapat mengatur waktu dengan lebih efektif, efisien dan menunjukkan kegigihan lebih dari mahasiswa dengan *self efficacy* yang rendah.

Beratnya beban tugas atau tanggung jawab seringkali memunculkan stres yang pada akhirnya dapat menimbulkan respon dapat berupa fisik, perilaku, pikiran ataupun emosi negatif. Sehingga dengan menanamkan keyakinan pada diri dapat mempengaruhi cara seseorang dalam mengatur serta mengimplementasikan tindakan pada situasi dan kondisi tertentu. Sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Cahyani Dwi Agustina, bahwa tingkat *self efficacy* seseorang tergantung pada seberapa yakin seseorang terhadap kemampuannya sendiri dan dapat mengatasi setiap keraguan pada kemampuan saat menyelesaikan tugas, sehingga keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tuntutan akademik akan berkaitan dengan stres akademik yang dialami, dalam penelitian tersebut *self*

⁴Ellen L. Usher dan Frank Pajares, "Sources Of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions" *Review of Educational Research*, Vol.78, No. 4. December 2008, 751

efficacy memberikan sumbangan efektif sebesar 24,5% terhadap penurunan stres akademik.⁵

Dalam penelitian ini kontribusi *self efficacy* terhadap stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi diketahui hasil perhitungan uji parsial atau uji t dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sebesar $-3,390 > 1,660$ dengan nilai sig. *self efficacy* $0,001 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya *self efficacy* secara parsial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres akademik. Koefisien *self efficacy* yang bertanda negatif bermakna bahwa *self efficacy* yang semakin meningkat akan menyebabkan stres akademik menurun, sebaliknya semakin menurun *self efficacy* maka stres akademik akan meningkat. Hal ini sejalan dengan penelitian Zajacova, Lynch dan Espenshade, menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan stres pada mahasiswa, dalam tuntutan perguruan tinggi, ketika mahasiswa memiliki *self efficacy* lebih tinggi maka akan menghasilkan tingkat stres yang lebih rendah.⁶

Besar koefisien determinasi 0,313 bermakna bahwa *self efficacy* berpengaruh sebesar 31,3% terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, sedangkan 68,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain diluar dari riset ini. Dalam penelitian ini *self efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Ketika mahasiswa memiliki *self efficacy* yang baik maka akan mempengaruhi menurunnya stres

⁵Cahyani Dwi Agustina, "Hubungan Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Stres Akademik (Academic Stress) Pada Siswa SMA Negeri 17 Makassar" Skripsi 2019

⁶Anna Zajacova, Scott M. Lynch, dan Thomas J. Espenshade, "Self-Efficacy, Stress, And Academic Success In College" Research in Higher Education, Vol. 46, No. 6, September 2005, 682

akademik yang dialami. Keyakinan diri untuk mampu menyelesaikan skripsi, dibutuhkan bagi mahasiswa untuk menunjang berkurangnya stres akademik. Karena *self efficacy* akan mendorong mahasiswa untuk selalu berusaha dan mampu mengatasi masalah yang menghambat pada saat mengerjakan skripsi.

Grit merupakan usaha dan kerja keras dalam menghadapi tantangan, mempertahankan upaya dan minat dalam waktu yang lama, terlepas dari kegagalan, kesulitan, serta kemajuan yang tidak stabil.⁷ Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat kontribusi *grit* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Berdasarkan hasil tingkat *grit* diperoleh persentase yang berbeda-beda pada masing-masing kategori. Dari 100 mahasiswa hasil dari kategorisasi tingkat *grit* ialah tidak terdapat responden yang berada pada kategori rendah, seseorang dengan tingkat *grit* yang rendah memiliki ciri kurang mampu dalam mempertahankan fokus dan mudah menyerah. Kemudian, mayoritas responden berada pada kategori sedang sebanyak 63%, pada tingkatan ini mahasiswa dianggap memiliki konsistensi serta ketekunan yang cukup pada saat mengerjakan skripsi. Sedangkan 37% responden berada pada kategori tinggi, hasil ini menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi akan menunjukkan kerja keras dan usaha meskipun mengalami hambatan atau kesulitan pada saat mengerjakan skripsi.

Dalam Islam, *grit* dikaitkan dengan bekerja keras untuk kepentingan dalam memperoleh rezeki atau mencapai kesuksesan. Sebab Allah Swt. memerintahkan

⁷Angela L. Duckworth et al, "Grit: Perseverance and Passion For Long-Term Goals" Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 92, No. 6, 2007, 1087

manusia agar berusaha dan bekerja keras, sehingga seseorang yang tidak mau berusaha dan bersifat pemalas pada dasarnya bertentangan dengan perintah Allah Swt. Bekerja keras dan gigih dalam hidup merupakan suatu langkah nyata yang dapat menghasilkan kesuksesan. Namun tentunya semua itu perlu melalui proses yang penuh dengan tantangan dan resiko, sehingga seseorang yang gigih dan berani melewati rintangan akan memperoleh peluang kesuksesan yang lebih besar.

Grit diketahui sebagai salah satu sumber daya psikologis yang dilaporkan dapat mempengaruhi penilaian seseorang terhadap stresor akademik. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lee, menemukan bahwa *grit* berkorelasi negatif dengan stres akademik, penelitian ini mengungkapkan bahwa stres akademik disebabkan oleh adanya persepsi akan kegagalan dalam hal akademik⁸, artinya semakin seseorang takut akan kegagalan maka akan berpotensi untuk mengalami stres yang tinggi. Sehingga, seseorang dengan *grit* yang tinggi akan mampu mengatasi setiap hambatan dan ketakutan akan kegagalan, bahkan disaat orang lain mungkin lebih memilih untuk menyerah.⁹ Hal ini dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi stres akademik pada saat mengerjakan skripsi, dengan semakin terdorong untuk mengatasi setiap hambatan dan tidak mudah berputus asa selama proses mengerjakan skripsi. Sejalan dengan hal tersebut, Muenks, Wigfield, Yang, dan O'neal, mengemukakan bahwa *grit* dapat mendorong seseorang untuk memiliki

⁸Wincy Wing Sze Lee, "Relationships among grit, academic performance, perceived academic failure, and stres in associate degree students", *Journal of Adolescence* vol 60, 2017. 151.

⁹Nurfaidah Ardis dan Mira Aliza, "Grit as a Solution for Academic Stress in Students during the Covid-19 Pandemic" *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology: UMSIDA Vol 1 No 1 2021*. 3

kesadaran diri sehingga seseorang dengan *grit* dapat tetap konsisten pada tujuan, meskipun sulit dan membosankan.¹⁰

Dalam penelitian ini *grit* terhadap stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi diketahui melalui hasil perhitungan uji parsial atau uji t dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sebesar $-3,569 > 1,660$ dengan nilai sig. *grit* $0,001 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka disimpulkan *grit* secara parsial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres akademik. Koefisien *grit* yang bertanda negatif bermakna bahwa *grit* yang semakin meningkat akan menyebabkan stres akademik menurun, sebaliknya semakin menurun *grit* maka stres akademik akan meningkat. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian oleh Amal Alhadabi dan Aryn C. Karpinski menjelaskan bahwa seseorang yang *gritty* akan mengerahkan upaya yang lebih besar saat menghadapi kesulitan. Namun sebaliknya, seseorang dengan tingkat *grit* yang rendah dan kurang tekun selama menghadapi kesulitan akademik dan memungkinkan dirinya untuk menghindari tantangan tersebut.¹¹

Besaran koefisien determinasi 0,321 bermakna bahwa setiap variasi atau perubahan *grit* terhadap stres akademik sebesar 32,1% pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, sedangkan sisanya sebesar 67,9% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar penelitian ini. Dalam penelitian ini *grit* berpengaruh secara signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Grit* pada

¹⁰Katherine Muenks, Allan Wigfield, dkk, "How true is grit? Assessing its relations to high school and college students' personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement", American Psychological Association, Manuscript Version. 2016. 34

¹¹Amal Alhadabi dan Aryn C. Karpinski, "Grit, Self-Efficacy, Achievement Orientation Goals, and Academic Performance in University Students", International Journal Of Adolescence And Youth. 2019, 4

mahasiswa saat mengerjakan skripsi dapat menumbuhkan ketekunan akan kerja keras serta mengerahkan semua kemampuan, walaupun banyaknya hambatan serta tekanan pada saat mengerjakan skripsi.

Dari hasil perhitungan menunjukkan bahwa terdapat kontribusi *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Berdasarkan hasil tingkat stres akademik dari 100 mahasiswa diperoleh hasil bahwa terdapat 3% responden yang berada pada kategori rendah atau ringan, diketahui bahwa seseorang dengan tingkat stres akademik yang rendah menandakan bahwa mereka memiliki gejala stres ringan yang biasanya tidak sampai merusak atau mempengaruhi aspek fisiologis seseorang yang dapat berakhir dalam beberapa menit atau beberapa jam tergantung situasi setiap orang. Kemudian, mayoritas responden berada pada kategori sedang sebanyak 64%, mahasiswa yang berada pada tingkatan ini memungkinkan mereka mengalami stres akademik yang terjadi dalam waktu yang lebih lama dari beberapa jam hingga beberapa hari, hal ini dapat diakibatkan karena beban revisi atau tuntutan yang belum terpenuhi atau diselesaikan. Sedangkan 33% responden berada pada kategori berat, hasil ini menjelaskan bahwa terdapat 33 orang mahasiswa yang mengalami stres akademik dalam jangka waktu yang lama selama proses mengerjakan skripsi, yang jika tidak diatasi akan mempengaruhi kondisi fisiologis mahasiswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Sarafino dan Smith bahwa seseorang yang mengalami stres akademik

akan memberikan reaksi fisiologis dan cenderung menimbulkan reaksi emosi seperti perasaan sedih, kecemasan, depresi ataupun kemarahan.¹²

Dalam Islam stres dapat diartikan sebagai ujian, datangnya ujian inilah yang menjadi pemicu tekanan dan beban dalam diri seseorang. Dikatakan bahwa ujian yang diberikan Allah SWT kadarnya sedikit bila dibandingkan dengan potensi yang telah diberikan Allah SWT kepada manusia, sehingga setiap yang diuji akan mampu memikulnya jika dapat menggunakan potensi-potensi yang dianugerahkan oleh Allah tersebut. Seperti halnya dengan ujian dalam pendidikan, semakin tinggi jenjang pendidikan semakin berat juga soal ujian yang diberikan. Setiap yang diuji akan lulus jika mampu mempersiapkan diri dengan baik. Takut menghadapi ujian merupakan gerbang kegagalan, sehingga dengan menghadapi sesuatu yang ditakuti adalah cara membentengi diri dari gangguannya.¹³ Termasuk dalam mengerjakan skripsi, jika mampu menghadapi tekanan serta tuntutan yang muncul pada saat mengerjakan skripsi maka dapat membantu mahasiswa memperoleh hasil yang maksimal.

Stres akademik diketahui berkaitan dengan kegagalan mahasiswa dalam menyelesaikan tuntutan akademik, penundaan penyelesaian tugas, tuntutan bersosialisasi, *deadline* tugas ataupun prestasi akademik yang rendah. Sejalan dengan hal tersebut, Menurut Bedewy dan Gabriel, faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu *pressure to perform* (tekanan untuk melakukan sesuatu), *self-perception* (persepsi diri terhadap akademik), *perception of workload and*

¹²Edward P. Sarafino dan Timothy W. Smith, "Health Psychology Biopsychosocial Interactions (7th Edition)" (America: John Wiley & Sons), 60-64

¹³M. Quraish Shihab, "Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an" Volume 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 365-366

examination (persepsi terhadap beban kerja dan ujian), dan *time restraints* (pembatasan waktu).¹⁴ Ismiati memaparkan bahwa hal yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi yaitu seperti manajemen waktu yang kurang baik, tidak *assertive*, lingkungan tempat tinggal yang kurang nyaman, kurangnya referensi ataupun kesulitan untuk melakukan bimbingan.¹⁵

Dari hasil perhitungan analisis regresi linear berganda mengenai *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik diperoleh nilai F_{hitung} sebesar $(31,337 > 3,09)$ dengan nilai $sig. 0,000 < 0,05$. Maka diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga diketahui bahwa *self efficacy* dan *grit* berpengaruh secara simultan terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Besaran koefisien determinasi sebesar 0,393 yang artinya 39,3% variasi atau perubahan dalam stres akademik dapat dijelaskan oleh variabel *self efficacy* dan *grit*, sedangkan sisanya sebesar 60,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar penelitian ini. Dalam penelitian ini *self efficacy* dan *grit* berpengaruh secara signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

¹⁴Dalia Bedewy dan Adel Gabriel, "Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale" *Health Psychology Open*, 2 (2) 2015, 5

¹⁵Ismiati, "Problematika dan Coping Stress Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi" *Jurnal Al-Bayan*, Vol. 21, No. 32, Juli-Desember 2015, 22-23

Sejalan dengan hasil penelitian oleh Tegar Dhananjaya Widyoyoko bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh terhadap tinggi rendahnya stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi yaitu sebesar 54%¹⁶. Dan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyunianti, Lukman dan Asmulyani Asri, menjelaskan bahwa *grit* memberikan pengaruh sebesar 7,8% terhadap stres akademik pada dokter muda (*co-assistant*) dimana semakin tinggi *grit* yang dialami maka akan semakin rendah stres akademik yang dimiliki oleh dokter muda, begitupun sebaliknya.¹⁷

Dengan demikian, berdasarkan dari analisis yang telah dilakukan disimpulkan bahwa terdapat kontribusi antara *self efficacy* dan *grit* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Dan dari besar koefisien determinasi yang telah dilakukan antara *self efficacy* dan *grit* diketahui bahwa *grit* berpengaruh lebih besar dari *self efficacy* terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

¹⁶Tegar Dhananjaya Widyoyoko, "Pengaruh *Self-Efficacy* Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir" Skripsi. 58

¹⁷Sri Wahyunianti, Lukman dan Asmulyani Asri, "Pengaruh *Grit* terhadap Stres Akademik pada Dokter Muda (*Co-assistant*)" Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa. Vol. 2, No. 1 Juli 2022. 32

D. Alur Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap Awal

- a. Peneliti melakukan riset pendahuluan ke lokasi penelitian dan wawancara kepada beberapa mahasiswa di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
- b. Menentukan variabel penelitian, membatasi masalah dan tujuannya untuk dimuat kedalam proposal penelitian.
- c. Menentukan metode, sumber data, dan sampel penelitian.
- d. Berkonsultasi kepada dosen pembimbing terkait proposal penelitian.
- e. Menentukan indikator atau *blueprint* skala variabel untuk membuat instrumen penelitian.
- f. Mengkonsultasikan instrumen penelitian yang akan diujikan kepada dosen pembimbing dan *expert judgement*.
- g. Melakukan revisi atau perbaikan instrumen penelitian sebelum turun lapangan.
- h. Membuat surat izin riset penelitian dari fakultas.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Melakukan *try out* kepada mahasiswa diluar dari sampel penelitian.
- b. Melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk mengetahui aitem skala yang dinyatakan valid dan reliabel kemudian menyusun kembali untuk dijadikan alat ukur siap pakai dalam penelitian.
- c. Melaksanakan pengambilan data penelitian sesuai dengan sampel penelitian.

3. Tahap Akhir

- a. Melakukan skoring dan membuat tabulasi data di *microsoft excel*.
- b. Menganalisis, mengolah dan melakukan intepretasi seluruh data menggunakan *software SPSS version 22*.
- c. Membuat simpulan dan laporan penelitian yang disusun secara sistematis dengan bimbingan dari dosen pembimbing.
- d. Laporan hasil penelitian siap diajukan dan dipertahankan pada saat sidang skripsi.

E. Temuan Penelitian

Adapun hasil temuan dalam penelitian ini adalah:

1. Tidak terdapat *self efficacy* dikategori rendah pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Dengan kata lain sebagian besar mahasiswa cukup yakin terhadap kemampuannya untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Tidak terdapat *grit* dikategori rendah pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Dengan kata lain sebagian besar mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki konsistensi serta ketekunan yang cukup pada saat mengerjakan skripsi.
3. Perbandingan karakteristik antar angkatan terhadap variabel *grit* ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengerjakan skripsi angkatan 2020 memiliki tingkat *grit* yang tinggi, hal ini disebabkan semakin tinggi harapan lulus tepat waktu maka semakin tinggi *grit* pada mahasiswa.

F. Keterbatasan Penelitian

Berikut adalah beberapa keterbatasan yang diidentifikasi dalam penelitian yang dilakukan, diantaranya:

1. Penelitian ini hanya menyajikan hasil mengenai *self efficacy*, *grit*, dan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora angkatan 2018, 2019, dan 2020. Sedangkan untuk angkatan lain tidak dilakukan.
2. Keterbatasan populasi: penelitian ini hanya melibatkan mahasiswa di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin sebagai populasi penelitian. Sehingga, generalisasi hasil penelitian ini terbatas pada populasi tersebut dan tidak dapat diterapkan secara lebih luas pada populasi mahasiswa dari institusi atau fakultas lain.
3. Keterbatasan dalam pengambilan data lapangan dan metode pengumpulan data: peneliti menghadapi keterbatasan dalam mencari sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu sebagian besar pengumpulan data dilakukan secara online, yang dapat menyebabkan keterbatasan dalam mengawasi dan memastikan keakuratan pengisian kuesioner oleh responden penelitian.
4. Terdapat faktor selain *self efficacy* dan *grit* yang juga memiliki pengaruh terhadap variabel stres akademik, namun hal tersebut tidak dapat dikaji lebih lanjut dalam penelitian ini dikarenakan berada di luar ruang lingkup penelitian.

