

**HUBUNGAN ANTARA *BIG FIVE PERSONALITY* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

*Ditujukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Strata Satu Psikologi*



OLEH

OLIVIA AYUNINGRUM

178110122

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2022

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA *BIG FIVE PERSONALITY* DENGAN STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA**

OLIVIA AYUNINGRUM

178110122

**Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal
10 Maret 2022**

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Ahmad Hidayat, S.Th.I., Psikolog

Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog

Yulia Herawaty, S.Psi., M.A

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi**

Pekanbaru, 28 Maret 2022

Mengesahkan

Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini yakni mahasiswi Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau:

Nama : Olivia Ayuningrum

NPM : 178110122

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Big Five Personality* dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa

Menyatakan tugas akhir atau skripsi yang telah dikerjakan oleh penulis ini ialah karya sendiri dan belum pernah diteliti untuk mendapatkan gelar strata satu di suatu perguruan tinggi. Sehubungan dengan pengetahuan saya tidak terdapat penelitian yang pernah diciptakan atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis ditunjukkan pada naskah ini dan disebutkan dalam referensi penelitian. Jika terdapat suatu hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini bersedia untuk dicabut gelar kesarjanaannya.

Pekanbaru, Desember 2021

Yang menyatakan,

Olivia Ayuningrum

178110122

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan:

Teruntuk diri saya sendiri

Teruntuk Bapak, Sugianto

Teruntuk Ibu, Poniyati, S.Pd

Teruntuk Abang pertama, Aprie Andrie Nurdiansyah, Amd.Kep

Teruntuk Kakak, Yulianda Fonny Andristia, S.Pd

Teruntuk Abang kedua, Bobie Rifkia Putra, S.P

Atas dukungan, semangat, serta doa yang tiada henti diberikan kepada penulis



MOTTO

Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)

-QS, Al-Insyirah:6-7

Learn from yesterday, live for today, hope for tomorrow. The important thing is not to stop questioning

-Albert Einstein-

I may fall down and get hurt, but I still run endlessly towards my dreams

-BTS, Young Forever-



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah meilmpahkan segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Big Five Personality dengan Stres Akademik pada Mahasiswa**” . Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi, SH, MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku Dosen Penasehat Akademik
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi, M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
7. Bapak Didik Widiatoro M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
8. Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang sangat baik, selalu membimbing dan memberikan arahan serta saran kepada penulis dalam pembuatan skripsi hingga saat ini.
9. Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Ibu Syarifah Farradina, M.A., Ph.D, Ibu Leni Armayanti, S.Psi, M.Si, Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Ibu dr. Raihanatu Binqalbi Ruzain, M.Kes, Ibu Icha Herawati, M.Soc., Sc, Ibu Irfani Rizal, S.Psi, M.Si, Ibu Wina Diana Sari, S.Psi, M.B.A dan Ibu Nindy Amita, M.Psi., Psikolog. Terimakasih atas ilmu dan dukungan yang diberikan sangat bermanfaat bagi penulis
10. Staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas ilmu dan dukungan yang diberikan sangat bermanfaat bagi penulis
11. Terimakasih kepada Orangtua penulis Bapak Sugianto dan Ibu Poniwati, S.Pd yang selalu memberikan dukungan dan doa terbaik untuk penulis
12. Terimakasih kepada abangku Aprie Andrie Nurdiansyah, Amd. Kep beserta istri Mery Farida Safitri, Amd. Kep, kakak Yulianda Fonny Andristia, S.Pd. serta abangku Bobie Rifkia Putra, S.P yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis

13. Terimakasih kepada diri saya sendiri yang telah bertahan dan berjuang hingga saat ini
14. Terimakasih kepada Nindy Sugesty, Mega Septriani, Windi Riskianti, Evi Khasanah, Aprilliya Ningsih, Sulistianti Abiyus, Nadilla Rahma Yusti, dan Vika Berliana yang telah memberikan dukungan, motivasi serta menjadi *support system* bagi penulis
15. Terimakasih kepada Arina Manasika, Sinta Mulifa Sari, Vina Yogi Noviana, dan Risha Fadhillah Azzah yang menjadi teman seperjuangan dalam skripsi dan telah memberikan dukungan, semangat, serta membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini
16. Terima kasih kepada teman-teman angkatan 2017 serta adik tingkat yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan semua pihak yang telah turut membantu dalam proses pengerjaan skripsi

Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan belum sepenuhnya sempurna, apabila terdapat kekurangan dalam skripsi ini semoga dapat menjadi bahan masukan atau pertimbangan bagi penulis lain, serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi penulis karya ilmiah selanjutnya.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Pekanbaru, Desember 2021

Olivia Ayuningrum

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
ABSTRAK	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	11
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
21 Stres Akademik	12
2.1.1 Pengertian Stres	12

2.1.2	Pengertian Stres Akademik.....	13
2.1.3	Aspek-Aspek Stres Akademik.....	15
2.1.4	Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	17
22	<i>Big Five Personality</i>	18
2.2.1	Pengertian Kepribadian	18
2.2.2	<i>Big Five Personality</i>	19
2.2.3	Dimensi <i>Big Five Personality</i>	20
23	Hubungan <i>Bg Five Personality</i> dengan Stres Akademik	23
24	Hipotesis	27
 BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Jenis Penelitian.....	28
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
3.3	Definisi Operasional.....	29
3.3.1	Stres Akademik.....	29
3.3.2	<i>Big Five Personality</i>	29
3.4	Populasi dan Sampel.....	29
3.4.1	Populasi Penelitian.....	29
3.4.2	Sampel Penelitian.....	30
3.4.3	Teknik Pengambilan Sampel	31
3.5	Metode Pengumpulan Data.....	32
3.5.1	Skala Stres Akademik.....	32
3.5.2	Skala <i>Big Five Inventory</i>	35
3.6	Validitas dan Reliabilitas.....	36

3.6.1	Validitas	36
3.6.2	Reliabilitas	37
3.7	Teknik Analisis Data.....	37
3.7.1	Uji Asumsi.....	38
3.7.2	Uji Hipotesis.....	38

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Prosedur Penelitian.....	40
4.1.1	Orientasi Kanchah Penelitian	40
4.1.2	Uji Cobs Alat Ukur	40
4.1.3	Pelaksanaan Penelitian.....	44
4.2	Hasil Penelitian.....	45
4.2.1	Deskripsi Subjek Penelitian	45
4.2.2	Deskripsi Data Penelitian.....	46
4.2.3	Hasil Analisis Data	52
4.2.3.1	Uji Asumsi.....	52
4.2.3.2	Uji Hipotesis.....	54
4.3	Pembahasan.....	59

BAB V PENUTUP

5.1	Kesimpulan	68
5.2	Saran	68

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Model Kepribadian Lima Faktor McCrae dan Costa	21
Tabel 3.1 Data Mahasiswa Aktif Semester Genap Tahun Akademik 2017-2020	30
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik Sebelum <i>Try Out</i>	34
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Big Five Personality</i> Sebelum <i>Try Out</i>	36
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Penelitian Stres Akademik (Y)	42
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Skala Penelitian <i>Big Five Personality</i> (X)	43
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas	44
Tabel 4.4 Data Demografi Penelitian	45
Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian	46
Tabel 4.6 Rumus Kategorisasi	47
Tabel 4.7 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Extraversion</i>	48
Tabel 4.8 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Agreeableness</i>	48
Tabel 4.9 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Conscientiousness</i>	49
Tabel 4.10 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Neuroticism</i>	50
Tabel 4.11 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Openness</i>	50
Tabel 4.12 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik	51
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas Dimensi <i>Big Five Personality</i> dan Stres Akademik	52
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas Dimensi <i>Big Five Personality</i> dan Stres Akademik	54
Tabel 4.15 Hasil Uji <i>Spearman's Rank</i> Dimensi <i>Extraversion</i> dan Stres Akademik	55

Tabel 4.16 Hasil Uji <i>Spearman's Rank</i> Dimensi <i>Agreeableness</i> dan Stres Akademik.....	56
Tabel 4.17 Hasil Uji <i>Spearman's Rank</i> Dimensi <i>Counsientiousness</i> dan Stres Akademik.....	57
Tabel 4.18 Hasil Uji <i>Spearman's Rank</i> Dimensi <i>Neuroticism</i> dan Stres Akademik	58
Tabel 4.19 Hasil Uji <i>Spearman's Rank</i> Dimensi <i>Openness</i> dan Stres Akademik....	59



HUBUNGAN ANTARA *BIG FIVE PERSONALITY* DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA

Olivia Ayuningrum

178110122

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

ABSTRAK

Stres akademik terjadi karena individu tidak mampu untuk menyelesaikan tuntutan akademik yang ada. Stres akademik sangat erat kaitannya dengan kepribadian. Seorang mahasiswa memiliki respon serta tingkat ketahanan yang berbeda dalam menghadapi tuntutan akademik yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dimensi *big five personality* dengan stress akademik pada mahasiswa dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 116 orang mahasiswa. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Big Five Inventory* (BFI) dan skala stress akademik. Penelitian ini menggunakan teknik analisis non parametrik dengan metode *Spearman's Rank*. Hasil uji analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang positif antara dimensi *neuroticism* dengan stress akademik. Sedangkan dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* mempunyai hubungan signifikan yang negatif dengan stress akademik.

Kata Kunci: stres akademik, *big five personality*, kepribadian

THE RELATIONSHIP BETWEEN BIG FIVE PERSONALITY AND ACADEMIC STRESS ON STUDENTS

Olivia Ayuningrum

178110122

***FACULTY OF PSYCHOLOGY
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU***

ABSTRACT

Academic stress occurs because individuals are unable to complete existing academic demands. Academic stress is closely related to personality. A student has a different response and level of resilience in the face of existing academic demands. This study aims to determine the relationship between the dimensions of the big five personality with academic stress on students with a total sample of 116 students. The scale used in this study is the Big Five Inventory (BFI) and the academic stress scale. This study uses a non-parametric analysis technique with the Spearman's Rank method. The results of the statistical analysis test showed that there was a significant positive relationship between the dimensions of neuroticism and academic stress. While the dimensions of extraversion, agreeableness, conscientiousness, and openness have a significant negative relationship with academic stress.

Keywords : academic stress, big five personality, personality

العلاقة بين شخصية خامسة كبيرة والضغوط الأكاديمية لدى الطلبة

أوليفيا أيونينجروم

١٧٨١١٠١٢٢

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

الملخص

تحدث الضغوط الأكاديمية لأن الأفراد غير قادرين على إكمال المطالب الأكاديمية الحالية. ترتبط الضغوط الأكاديمية ارتباطاً وثيقاً بالشخصية. يتمتع الطالب باستجابة ومستوى مختلفين من المرونة في مواجهة المتطلبات الأكاديمية الحالية. يهدف هذا البحث إلى تحديد العلاقة بين أبعاد الشخصية الخامسة الكبيرة والضغوط الأكاديمية على الطلبة بعينة إجمالية من ١١٦ طالباً. المقياس المستخدم في هذا البحث هو شخصية خامسة كبيرة (ب.ف. إي) ومقياس الضغوط الأكاديمية. يستخدم هذا البحث تقنية تحليل غير بارامترية مع سييرمان رتبة. أظهرت نتائج اختبار التحليل الإحصائي وجود علاقة موجبة معنوية بين أبعاد العصائية والتوتر الأكاديمي. في حين أن أبعاد الانبساط والقبول والضمير والانفتاح لها علاقة سلبية كبيرة بالضغوط الأكاديمية.

الكلمات المفتاحية: الضغوط الأكاديمية، شخصية خامسة كبيرة، الشخصية

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini, pendidikan bisa diperoleh individu dari mana saja, siapa saja, serta dalam keadaan apa saja, baik itu secara formal, informal, maupun secara nonformal. Pendidikan secara formal dapat dilakukan di sebuah instansi pendidikan seperti di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, maupun Sekolah Menengah Atas. Secara informal, pendidikan yang diterima oleh individu dapat ditempuh melalui mengikuti kegiatan kursus, privat, dan kegiatan lainnya. Sedangkan secara nonformal, pembelajaran dapat diperoleh individu melalui lingkungan, baik itu dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial yang lebih luas (Sulfasyah & Arifin, 2016).

Sebagai negara hukum, Indonesia mengatur hak setiap warga negara untuk mendapatkan bangku pendidikan pada UU nomor 20 tahun 2003. Bahkan mulai Juni 2015 pemerintah sudah mulai mencanangkan wajib belajar 12 tahun. Maksudnya adalah, setiap warga negara wajib untuk mengikuti pendidikan formal selama 12 tahun, dalam artian wajib mendapatkan pendidikan formal sampai jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Setelah melewati proses pendidikan formal selama 12 tahun mulai dari Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Menengah Atas, sebagian besar siswa mulai memikirkan untuk mencari sebuah pekerjaan. Namun, tidak sedikit pula siswa yang memutuskan untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang perguruan tinggi.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa merupakan seorang pelajar yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016). Peserta didik yang telah terdaftar di sebuah perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa. Menurut UU nomor 12, mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi. Mahasiswa dalam sistem pendidikan di Indonesia diposisikan sebagai seseorang yang memiliki kesadaran sendiri untuk mengembangkan potensi dalam dirinya agar dapat menjadi seseorang yang memiliki intelektual yang tinggi, ilmuwan, praktisi ataupun profesional (Undang-Undang Republik Indonesia No.12 tentang Pendidikan Tinggi).

Seorang mahasiswa membawa sebuah status baru untuk individu, di mana seorang mahasiswa diharapkan agar dapat menjadi *agent of change*, yang mana status ini menjadi suatu beban dan tanggung jawab yang harus diemban oleh individu, terlepas dari tugas dan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa sesuai dengan peraturan yang berlaku ditempatnya menuntut ilmu. Mahasiswa juga dianggap mampu untuk menyampaikan berbagai inspirasi untuk memajukan bangsa sehingga seorang mahasiswa harus dapat berjuang melalui berbagai tantangan untuk mencapai gelar sarjana agar dapat segera turut andil dalam membangun negara (Jannah & Sulianti, 2021). Perjuangan seorang mahasiswa dimulai dari semester awal hingga semester akhir, yang dimulai dari mengikuti kegiatan perkuliahan, menyusun makalah, menulis laporan, melakukan pratikum baik di laboratorium maupun di lapangan, magang, melaksanakan KKL (Kuliah Kerja Lapangan), KKN (Kuliah Kerja Nyata)

hingga pada akhirnya seorang mahasiswa memiliki kewajiban untuk menyusun tugas akhir berupa skripsi sebagai syarat kelulusan bagi mahasiswa tingkat strata 1 (S1) mengikuti Standar Nasional Pendidikan (SNP) yang berlaku untuk memperoleh gelar sarjana (Alwi, 2021).

Mahasiswa memiliki tingkat ketahanan dalam menghadapi berbagai kesulitan yang berbeda-beda. Tingkat ketahanan yang tinggi dalam menghadapi sebuah kesulitan sangat dibutuhkan oleh mahasiswa. Menurut Gunarsa (dalam Prasetyawan & Ariati, 2018) menjelaskan bahwa seorang mahasiswa mempunyai berbagai macam tantangan dalam menghadapi dunia perkuliahan. Berbagai macam perubahan dialami oleh individu. Perubahan tersebut mulai dari terjadinya perbedaan bentuk kegiatan pembelajaran antara sekolah menengah atas (SMA) atau sekolah menengah kejuruan (SMK) dengan perguruan tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial interpersonal, pemilihan jurusan atau bidang studi, serta permasalahan ekonomi.

Dyson dan Renk (2006) menjelaskan bahwa masalah lain yang dapat terjadi bagi seorang mahasiswa seperti menghadapi tekanan akibat proses akulturasi budaya baru di tempat pendidikan. Seorang mahasiswa harus dapat menghadapi arus perubahan yang terjadi, antara lain seperti kebudayaan, gaya hidup, lingkungan serta dituntut agar dapat mengatasi problematika dengan baik agar tidak menghambat proses pendidikan yang sedang dijalani. Menjadi seorang mahasiswa mengharuskan individu agar dapat melakukan berbagai penyesuaian diri atau adaptasi dengan situasi dan tuntutan yang ada (Prasetyawan dan Ariati, 2018). Ketidakmampuan individu dalam melakukan

penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan berbagai tekanan bagi mahasiswa yang bersangkutan. Hal tersebut apabila terus diabaikan tanpa penyelesaian yang baik, maka dapat mempengaruhi kesehatan mental individu (Siswanto, dalam Prasetyawan & Ariati, 2018).

Mahasiswa yang tidak mampu untuk memenuhi berbagai tuntutan akademik yang dihadapi akan cenderung mengalami stres (Musradinur, 2016). Stres dapat dirasakan oleh semua orang baik dari berbagai usia, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang (Kupriyanov, dalam Jatira & Suhaili, 2021). Stres pada mahasiswa umumnya dapat disebabkan adanya kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di bidang akademik maupun sosial pada lingkungan sekitar, sehingga hal tersebut dapat mengurangi pengoptimalan kemampuan mahasiswa dalam melakukan pengembangan diri di bidang akademik maupun sosial (Sari, 2017).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Arta (Kholidah & Alsa, 2012) yang menemukan bahwa stres pada mahasiswa yang disebabkan oleh lingkungan sekitar mencapai 64,1%. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2003) menemukan bahwa stres yang terjadi pada mahasiswa dikarenakan beban tugas sebesar 46,9% (dalam Kholidah & Alsa, 2012).

Stres merupakan respon individu terhadap suatu perubahan dan kejadian yang mengancam. Secara umum stressor pada setiap orang mengembangkan kemampuan dan potensi dirinya dengan belajar mengenai berbagai hal, salah satunya yakni melalui jalur pendidikan sampai ke jenjang perguruan tinggi.

Santrock (2012) menyatakan bahwa seorang individu yang memasuki perguruan tinggi dapat menentukan pilihan terhadap bidang ilmu yang ingin didalami, memiliki banyak waktu untuk bersosialisasi dengan teman-teman, mendapat lebih banyak kebebasan karena berkurangnya pantauan dari orang tua, serta memiliki tantangan yang lebih besar pada tugas-tugas akademis (dalam Purwati & Rahmandani, 2018).

Transisi akademis yang sangat berbeda dari tingkat SMA ke perguruan tinggi ini membuat individu harus belajar untuk menyelesaikan berbagai tugas, baik secara akademik maupun non akademik. Berbagai tuntutan tugas di dunia perkuliahan tersebut mengharuskan mahasiswa untuk dapat mengelola diri dengan baik, mampu untuk menguasai permasalahan yang ada, menghadapi segala tantangan dan hambatan, serta tidak pantang menyerah dalam menghadapi situasi yang ada. Jika individu tidak mampu untuk menjalani berbagai tuntutan yang terjadi pada perubahan transisi tersebut, maka individu tersebut akan mengalami stres (Santrock, dalam Purwati & Rahmandani, 2018).

Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2013) menunjukkan bahwa stres pada remaja berprevalensi mengalami peningkatan setiap tahunnya. Sejumlah 6,0% populasi penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas menderita gangguan mental emosional seperti depresi, kecemasan, serta stres. Prevalensi untuk kelompok usia 15 hingga 24 tahun yakni sejumlah 5,6% (Kemenkes RI, 2013)

Stres terjadi karena ketidakmampuan individu dalam menghadapi setiap masalah dalam hidupnya (Hariyanto, 2013). Stres dapat muncul dalam berbagai

situasi yang berbeda pada diri individu. Stres juga dapat terjadi pada berbagai lingkup kehidupan, baik di dalam keluarga, lingkup sosial, dan lingkup pendidikan. Proses awal terjadinya stres yaitu berawal dari sebuah masalah yang tidak dapat diatasi oleh individu atau dianggap mengancam bagi individu itu sendiri (Solikhah, 2019). Dalam dunia pendidikan, permasalahan tersebut merupakan penyebab dari munculnya stres akademik. Stres yang dialami oleh mahasiswa dikarenakan ketidakmampuannya untuk melaksanakan suatu kewajiban seorang mahasiswa atau dapat disebabkan karena permasalahan lain (Agolla & Ongori, 2009).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Indah, dkk (2019) permasalahan yang berkaitan dengan stres akademik pada mahasiswa di salah satu universitas swasta di Pekanbaru disebabkan karena adanya tugas yang beragam serta mahasiswa dituntut untuk melakukan praktikum baik di laboratorium maupun terjun ke lapangan secara langsung. Permasalahan lain yang dihadapi oleh mahasiswa dikarenakan mahasiswa sulit untuk turut andil dalam melaksanakan tugas kelompok karena setiap mahasiswa memiliki jadwal kuliah yang berbeda-beda (Indria, Siregar, & Herawaty, 2019).

Stres akademik yang dialami oleh seorang mahasiswa mengalami peningkatan di tiap semesternya (Suwartika, Nurdin, & Ruhmadi, 2014). Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan oleh Khumas, dkk (2005) mengenai stres akademik yang terjadi di berbagai Perguruan Tinggi Makassar, ditemukan sekitar 102 mahasiswa yang telah diketahui bahwa ada 18% mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang rendah, 69%

mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang sedang, serta 15% mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang tinggi. Hal ini telah membuktikan bahwa stres akademik membutuhkan perhatian yang lebih spesifik (Agolla & Ongori, 2009).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh Ritonga (2021) di kampus UIR, menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami masalah stres dalam dunia perkuliahan. Stres yang dialami oleh mahasiswa diantaranya yakni mahasiswa kesulitan untuk mendapatkan nilai yang bagus dari dosen meskipun mahasiswa telah mengerjakan tugas dengan baik, beberapa mahasiswa yang kurang bisa beradaptasi dengan lingkungan kampus dikarenakan di lingkungan kampus terdapat beberapa mahasiswa yang membedakan dalam hal berteman sehingga mahasiswa lain merasa minder karena lingkungan tersebut kemudian masalah tersebut membuat mahasiswa kurang mendapatkan informasi tentang perkuliahan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Efrianti (2021) kepada 87 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menunjukkan hasil bahwa stres akademik yang dialami oleh mahasiswa psikologi termasuk dalam kategori sedang dengan jumlah 43 responden atau setara dengan 49,4%. Hal ini berarti stres akademik mahasiswa psikologi tidak tergolong tinggi maupun rendah.

Stres akademik bisa disebabkan karena adanya stressor yang berasal dari faktor internal dan eksternal. Stressor merupakan segala sesuatu hal yang terjadi dalam diri seseorang dan yang memperkuat perasaan tidak dapat

mengatasi daripada kondisi dapat mengatasi. Stressor menurut asalnya dapat dibedakan menjadi stressor eksternal dan stressor internal. Stressor eksternal merupakan suatu penyebab stres yang berasal dari luar diri seseorang seperti banyaknya tugas-tugas dan persaingan yang terjadi dengan teman, sedangkan stressor internal merupakan suatu penyebab stres yang berasal dari dalam diri seseorang, yaitu sebuah tuntutan dari dalam diri sendiri seperti keinginan untuk selalu menjadi yang terbaik dan kepribadian masing-masing individu (Chada, dalam Solikhah, 2019).

Mahasiswa yang mengalami stres harus mampu mengelola masalah yang membebani dan menimbulkan stres atau yang sering disebut dengan *coping*. Kemampuan *coping* penting dikembangkan untuk membantu dalam mengatasi atau mengurangi stres yang terjadi (Santrock, 2007). Hal ini didukung oleh penelitian Sari (2010) yang menunjukkan bahwa remaja akhir (mahasiswa) cenderung menggunakan *problem focused coping* dalam mengatasi masalah.

Setiap individu memiliki ciri khas nya tersendiri dibandingkan individu yang lain. Kekhasan tersebut salah satunya adalah mencakup hal sifat dan karakteristik kepribadian. Sifat-sifat atau karakteristik dari individu yang relatif menetap, dalam psikologi disebut dengan kepribadian. Kepribadian merupakan suatu aspek yang penting dalam psikologi untuk menentukan perilaku individu. (Endah, 2005).

Kepribadian merupakan topeng yang dipakai untuk menampilkan diri pada lingkungan sekitarnya. Kepribadian meliputi semua sifat atau karakteristik

yang relatif permanen yang menyebabkan konsistensinya suatu perilaku manusia (Jess & Gregory, dalam Margolang dan Kolopaking, 2017). Menurut Larsen dan Buss (dalam Endah, 2005) kepribadian merupakan sekumpulan trait psikologis dan mekanisme didalam individu yang diorganisasikan, relatif bertahan yang mempengaruhi interaksi dan adaptasi individu didalam lingkungan (meliputi lingkungan intrafisik, fisik dan lingkungan sosial). Menurut Allport (dalam Feist, Feist, & Roberts, 2018) kepribadian merupakan sesuatu yang terorganisasi dan terpola yang bersifat dinamis dari dalam diri individu yang merupakan sebuah sistem psikofisik dan hal tersebut dapat menentukan penyesuaian diri individu secara unik terhadap lingkungan disekitarnya.

Salah satu teori kepribadian yang fokus dalam membahas atau membicarakan *trait* adalah *five factor theory of personality* yang lebih sering dikenal dengan *big five personality* yang dicetuskan pertama kali oleh Goldberg pada tahun 1981 kemudian mengalami penyempurnaan oleh McRae dan Costa yang terdiri dari lima dimensi utama dalam menjelaskan kepribadian yaitu *Opennes to New Experience*, *Conscientiusness*, *Extraversion*, *Agreeableness*, dan *Neuroticism*. Dimana dimensi-dimensi ini disingkat dengan OCEAN.

Kepribadian sangat erat kaitannya dengan stres akademik. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi munculnya stres akademik pada mahasiswa, salah satunya adalah kepribadian yang merupakan faktor internal (Sholikhah, 2019). Dari berbagai teori mengenai kepribadian, teori kepribadian lima faktor menjadi teori yang paling disepakati di berbagai literatur (Jia, Jia,

& Karau, 2013).

Kepribadian sebagai faktor penyebab munculnya stres akademik pada mahasiswa didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yeni (2019) yang menemukan bahwa terdapat hubungan antara kelima dimensi kepribadian *big five* dengan stres akademik, dimana terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* dengan stres akademik. Hal ini bermakna apabila semakin tinggi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* yang dimiliki oleh individu maka stres akademik yang dialami oleh individu akan rendah. Sedangkan trait *neuroticism* memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan stres akademik. Artinya, semakin tinggi *neuroticism* pada individu maka akan semakin tinggi pula stres akademik yang dialami individu.

Berdasarkan dari hasil penjelasan latar belakang tersebut, faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa salah satunya yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri seseorang yaitu kepribadian. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk melakukan sebuah penelitian untuk dapat mengetahui adanya suatu hubungan antara *big five personality* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *big five personality* dengan stres akademik pada mahasiswa.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian, maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara *big five personality* dengan stres akademik pada mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan dilakukan penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pemikiran dan informasi serta ilmu pengetahuan khususnya dibidang psikologi klinis dan bidang psikologi pendidikan serta dapat menjadi referensi bagi para peneliti lain yang tertarik untuk meneliti hubungan antara *big five personality* dengan stres akademik.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dengan dilakukan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta penjelasan yang konkrit dan terinci serta dapat di aplikasikan informasi mengenai bagaimana hubungan antara *big five personality* dengan stres akademik dalam kehidupan sehari-hari.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres Akademik

2.1.1 Pengertian Stres

Sarafino dan Smith (dalam Purwati dan Rahmandani, 2018) mendefinisikan stres adalah kondisi seseorang yang diakibatkan adanya interaksi individu dengan lingkungan yang menyebabkan individu tersebut melihat ketidaksesuaian antara tuntutan fisik atau keadaan psikologis dengan tuntutan sosial. Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis dan psikologis atau sistem sosial individu tersebut (Sarafino dan Smith, 2012).

Stres merupakan suatu perasaan ragu akan kemampuan untuk dapat mengatasi sesuatu (Carlson, dalam Solikhah, 2019). Stres adalah respons tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Misalnya bagaimana respons tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila individu mampu untuk mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres, namun sebaliknya bila ternyata individu tersebut mengalami gangguan pada salah satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik maka ia disebut mengalami stres (Hawari, dalam Solikhah, 2019).

Stres merupakan persepsi dari kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya. Stres merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (Barseli dan Ifdil, 2017). Yusuf (2011) mengemukakan bahwa stress merupakan fenomena psikofisik yang bersifat manusiawi, dalam artian bahwa stres itu bersifat inheren dalam diri setiap orang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari (Azmi, Nurihsan, & Yudha, 2017).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa stres merupakan tekanan yang terjadi akibat adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan harapan, di mana terdapat kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya yang dinilai potensial membahayakan, mengancam, mengganggu, dan tidak terkendali.

2.1.2 Pengertian Stres Akademik

Desmita (dalam Widiyastari, 2019) mengungkapkan bahwa stres akademik merupakan ketegangan emosional yang berasal dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan akan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademik. Menurut Govarest dan Gregoire (2004) stres akademik erat kaitannya dengan kehidupan akademik yang dialami individu tergantung pada situasi dan keadaan dimana individu mencari ilmu (Widiyastari, 2019).

Lin dan Chen (dalam Widiyastari, 2019) mengatakan bahwa stres akademik bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam manajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang dapat mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan.

Alvin (2007) mendefinisikan bahwa stres akademik sebagai stres yang terjadi karena adanya tekanan-tekanan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan individu yang membuat mereka merasa terbebani oleh adanya tuntutan dan tekanan tersebut (dalam Purwati dan Rahmandani, 2018). Stres akademik disebabkan karena adanya *academic stressor*. *Academic stressor* merupakan penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya waktu belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai atau prestasi serta cemas dalam menghadapi ujian (Barseli, Ifdil, & Fitria, 2020).

Olenjik dan Holschuh (dalam Prasetyawan & Ariati, 2018) menggambarkan stres akademik merupakan suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa atau mahasiswa. Stres akademik muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan stres ini meningkat setiap tahunnya seiring dengan berbagai tuntutan terhadap individu yang berbakat dan berprestasi yang tak pernah berhenti.

Berdasarkan berbagai definisi yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan sebuah ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa yang terjadi di kehidupan dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri individu, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku.

2.1.3 Aspek-Aspek Stres Akademik

Aspek-aspek stress akademik menurut Sarafino dan Timothy (2012) yaitu sebagai berikut:

1) Aspek Biologis

Pada aspek biologis, stress yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, maka akan ada reaksi atau respon fisiologis dari tubuh individu terhadap stress yang ditimbulkan seperti detak jantung yang meningkat, tangan atau kaki yang gemetar.

2) Aspek Psikososial

Pada aspek psikososial menjelaskan bahwa stress yang muncul disebabkan karena adanya pengaruh keadaan lingkungan. Stressor akan menghasilkan perubahan-perubahan psikologis dan juga sosial individu. Perubahan-perubahan tersebut antara lain:

a) Emosi

Emosi cenderung menyertai stress dan seseorang sering menggunakan emosi mereka untuk menilai kondisi stress yang

dialami. Stres juga dapat menimbulkan perasaan sedih atau depresi.

Individu yang mengalami stress dalam aspek emosi akan cenderung:

- 1) Memiliki suasana hati yang menyedihkan hampir setiap hari.
- 2) Tampak lesu, kehilangan energi, kesenangan dan konsentrasi
- 3) Menunjukkan kebiasaan tidur yang buruk dan nafsu makan yang buruk atau nafsu makannya meningkat drastis.
- 4) Memiliki pikiran untuk bunuh diri atau merasa putus asa tentang masa depan.
- 5) Memiliki harga diri rendah, sering menyalahkan diri mereka sendiri atas keinginan mereka.

b) Kognitif

Tingkat stress yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian dari individu. Stress dapat merusak fungsi kognitif, dimana dapat mengalihkan perhatian individu. Kebisingan dapat menjadi stressor bagi individu untuk mengalami stress.

c) Perilaku Sosial

Stres dapat mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain. Dalam situasi yang penuh stres, seperti kecelakaan kereta api, gempa bumi, dan bencana lainnya, banyak orang bekerja sama untuk saling membantu. Namun pada situasi stres yang lain, bisa

menyebabkan individu kurang sosial atau kurang peduli bahkan cenderung bermusuhan dengan orang lain dan tidak sensitif. Saat stres dan kemarahan bergabung, perilaku sosial negatif sering meningkat..

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek dalam stress akademik, seperti pada aspek biologis yang ditandai dengan adanya perubahan respon fisiologis dari tubuh, aspek psikososial yang terjadi karena lingkungan dan mempengaruhi emosi, kognitif serta perilaku sosial individu.

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Davidson dan Coper (dalam Widiyastari, 2019) menjabarkan beberapa faktor yang mempengaruhi stress akademik antara lain:

1) Faktor Internal

Faktor internal yang dapat memengaruhi stres akademik bersumber dari dalam diri atau pribadi individu seperti kepribadian. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa stres negatif berkorelasi dengan harga diri, *locus of control*, dan efikasi diri yaitu sumber stres yang dialami mahasiswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan penyelesaian terhadap beberapa beban tugas akademik (Greenberg dalam Widiyastari, 2019).

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang dapat memengaruhi munculnya stres akademik

pada individu seperti faktor lingkungan rumah, lingkungan belajar dan lingkungan masyarakat. Stress akademik dapat timbul karena dampak dari adanya tuntutan akademik, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat.

Berdasarkan berbagai penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik adalah faktor internal berupa kepribadian serta faktor eksternal seperti faktor lingkungan rumah, lingkungan belajar dan lingkungan masyarakat.

2.2 *Big Five Personality*

2.2.1 Pengertian Kepribadian

Kepribadian berasal dari bahasa Yunani kuno yakni *persona* atau *prosopon* yang berarti topeng. Topeng yang dimaksud di sini adalah topeng yang digunakan dalam seni dalam pementasan teater. Secara harfiah, “topeng” yang dimaksud adalah perilaku yang diperlihatkan sehingga memberikan kesan diri terhadap lingkungan sosial. Konsep inilah yang kemudian menjadi awal dari konsep kepribadian (Alwi, 2021). Kepribadian merupakan pola perilaku, pemikiran, tatakrama, dan emosi yang bersifat khas sebagai karakter dari individu yang terjadi sepanjang waktu dan dalam situasi yang berbeda (Santi, 2020).

Menurut Allport (dalam Feist, Feist, dan Roberts, 2018) kepribadian merupakan sesuatu yang terorganisasi dan terpolanya yang bersifat dinamis dari

dalam diri individu yang merupakan sebuah sistem psikofisik dan hal tersebut dapat menentukan penyesuaian diri individu secara unik terhadap lingkungan disekitarnya. Menurut Burger (2008), kepribadian adalah pola perilaku yang konsisten dan proses interpersonal yang terjadi dalam diri individu (dalam Shaifa dan Supriyadi, 2013).

Berdasarkan penejelasan dari berbagai definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa kepribadian merupakan pola perilaku atau sifat yang terorganisir dan khas yang dimiliki oleh setiap individu.

2.2.2 *Big Five Personality*

Big Five merupakan taksonomi kepribadian yang disusun berdasarkan pendekatan *lexical*, yaitu mengelompokkan kata-kata atau bahasa yang digunakan di dalam kehidupan sehari-hari, untuk menggambarkan ciri-ciri individu yang membedakannya dengan individu lain (Ramdhani, 2012). Menurut Fiedman dan Schustack (2008) *the big five personality traits* adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam melihat kepribadian melalui trait yang tersusun dalam lima tipe kepribadian yang telah terbentuk dengan menggunakan analisis faktor (dalam Ariska, 2019).

Menurut Pervin (2004), kepribadian *Big Five* adalah penggambaran faktor-faktor dalam banyak golongan sifat tertentu. McCrae dan Costa menyatakan bahwa kepribadian *big five* suatu usaha untuk mengidentifikasi sifat dasar kepribadian seseorang yang terungkap lewat analisis faktor sehingga dapat memprediksi dan menjelaskan perilaku seseorang. Kepribadian *Big Five*

yang dikembangkan oleh McCrae dan Costa mengenai taksonomi sifat dari kepribadian yang seiring pertambahan usia cenderung mempertahankan struktur kepribadiannya (dalam Margolang & Kolopaking, 2017).

Berdasarkan berbagai definisi di atas, peneliti menyimpulkan bahwa *big five personality* merupakan suatu pendekatan digunakan untuk mengungkapkan gambaran dan ciri-ciri kepribadian yang dimiliki oleh individu dan membedakannya dengan individu yang lain.

2.2.3 Dimensi *Big Five Personality*

McCrae dan Costa (dalam Feist, dkk., 2018) mengonsepan *big five personality* dibangun dengan menggunakan pendekatan yang sederhana. Peneliti tersebut meneliti poin dasar dari kepribadian dengan melakukan observasi dan menganalisa perkataan orang dalam kehidupan sehari-hari untuk bisa menggambarkan adanya suatu kepribadian tiap individu. Pada akhirnya dihasilkan *five factors* (lima faktor) dari kepribadian yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism* serta *openness to experience*.

Tabel 2.1

Model Kepribadian Lima Faktor McCrae dan Costa

Dimensi	Skor Tinggi	Skor Rendah
Ekstraversi (<i>Extraversion</i>)	Penuh kasih sayang Mudah bergaul Banyak bicara Menyukai kesenangan Aktif Bersemangat	Tidak peduli Penyendiri Pendiam Serius Pasif Tidak berperasaan
Keramahan (<i>Agreeableness</i>)	Berhati lembut Mudah percaya Dermawan Ramah Toleran Bersahabat	Keras hati Penuh curiga Pelit Bermusuhan Kritis Mudah marah
Kesadaran (<i>Conscientiousness</i>)	Teliti Bekerja keras Teratur Tepat waktu Ambisius Gigih	Ceroboh Malas Tidak terartur Terlambat Tidak punya tujuan Mudah menyerah
Neurotisme (<i>Neuroticism</i>)	Pencemas Temperamental Sentimental Emosional Rentan	Tenang Terkadang temperamen Bangga dengan diri sendiri Tidak emosional Kuat
Keterbukaan (<i>Openness</i>)	Imajinatif Kreatif Inovatif Penasaran Bebas	Realitas Tidak kreatif Konvensional Tidak penasaran Konservatif

- 1) *Extraversion*, yaitu berkaitan dengan tingkat kenyamanan individu dalam sebuah hubungan. Individu dengan skor tinggi pada ekstrasversi cenderung penuh dengan kasih sayang, ceria, senang berbicara, senang berkumpul, dan menyenangkan. Sebaliknya, individu yang memiliki skor E yang rendah biasanya cenderung tertutup, pendiam, penyendiri, pasif, dan tidak mempunyai cukup kemampuan untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan.
- 2) *Agreeableness*, yaitu kepribadian yang cenderung tunduk kepada orang lain. Seseorang dengan tingkat *agreeableness* yang tinggi, adalah orang yang kooperatif, murah hati, pengalah, mudah menerima, memiliki perilaku yang baik, dan cenderung mudah percaya. Sedangkan seseorang yang mendapat skor rendah, adalah individu yang cenderung penuh curiga, tidak ramah, mudah kesal, dan penuh kritik terhadap orang lain.
- 3) *Conscientiousness*, yaitu seseorang dengan tipe kepribadian ini digambarkan sebagai individu yang ambisius, teratur, penuh pengendalian diri, terorganisasikan, serta fokus pada pencapaian. Pada umumnya seseorang yang memiliki skor tinggi dalam *conscientiousness* adalah pekerja keras, tekun, peka terhadap suara hati dan tepat waktu. Sebaliknya, seseorang dengan skor rendah cenderung tidak terorganisasikan, ceroboh, malas dan tidak memiliki tujuan serta mudah menyerah.
- 4) *Neuroticism*, yaitu seseorang yang mempunyai skor tinggi

neuroticism cenderung mudah menjadi cemas, temperamental, emosional, mengasihani diri, serta rapuh terhadap gangguan yang berkaitan dengan stress. Sedangkan seseorang yang mempunyai skor rendah biasanya lebih tenang, bertemperamen lembut, dan merasa puas dengan dirinya sendiri.

- 5) *Openness to experience*, yaitu kepribadian seseorang yang secara konsisten mencari sebuah pengalaman yang berbeda dan beragam akan memperoleh skor tinggi dalam *openness to experience*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *big five personality* memiliki lima faktor kepribadian yang bisa digunakan untuk menggambarkan kepribadian individu, yakni *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, dan *openness to experience*.

2.3 Hubungan *Big Five Personality* dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa

Setiap mahasiswa yang mengalami stres akademik akan memiliki perasaan cemas, takut, gelisah terhadap tugas-tugas akademik yang ada. Stres akademik terjadi karena adanya kesenjangan antara tuntutan yang ada dengan harapan atau kenyataan yang terjadi di lingkungan individu. Stres akademik dapat membuat mahasiswa kehilangan konsentrasi dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Stres akademik pada mahasiswa merupakan bentuk interaksi yang tercipta antara individu dengan lingkungannya yang dianggap sebagai sesuatu hal yang membebani ataupun suatu hal yang melampaui batas kemampuan yang

dimiliki individu serta mengancam kesejahteraan yang tertanam dalam dirinya (Hariyanto, 2013).

Stres yang dirasakan oleh setiap individu dipicu oleh adanya tuntutan yang muncul dari tugas akademik serta tuntutan dari orang lain disekitar dirinya maupun dari dalam diri invidiu itu sendiri yang mempunyai harapan yang tinggi untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki. Tekanan-tekanan yang dirasakan tersebut dapat menjadi stressor yang kuat dari dalam diri individu (Hariyanto, dalam Solikhah, 2019).

Stres akademik yang terjadi dapat membuat mahasiswa mengalami perubahan baik dari fisik maupun keadaan psikisnya. Keadaan fisik dapat terlihat dari luar seperti berkeringat, badan bergemetar, jantung berdegup kencang. Keadaan psikis ditandai dengan perubahan emosi yang drastis. Emosi negatif akan dirasakan oleh mahasiswa yang mengalami stres akademik dan bisa memperburuk keadaannya. Emosi positif dalam individu akan menurun dan digantikan oleh emosi negatif yang akan mendominasi tubuh serta pikiran (Zhang, dalam Solikhah, 2019).

Stress dapat muncul dalam situasi yang berbeda-beda dan setiap individu memiliki respon yang berbeda-beda dalam menghadapi stressor yang di alami. Pada stress akademik, sressor berasal dari adanya tuntutan akademik dan juga dari lingkungan sekitar individu seperti orang tua atau teman dekat. Jika individu merespon stressor secara berlebihan maka akan berdampak menjadi stress akademik. Stress yang di alami oleh individu dapat

mempengaruhi aspek psikologis individu yakni aspek kognitif dan aspek emosi (Sarafino dan Smith, 2012).

Respon berbeda yang muncul pada diri individu merupakan salah satu bentuk *coping stress* yang dipengaruhi oleh kepribadian sebagai faktor internal. Kepribadian sangat erat kaitannya dengan stress akademik. Setiap individu memiliki kepribadian yang berbeda dengan individu lainnya. Allport (dalam Feist, 2018)) menjelaskan kepribadian sebagai suatu organisasi yang bersifat dinamik yang terdapat dalam diri individu yang merupakan sistem psikofisik dan menentukan penyesuaian diri individu dengan lingkungan sekitarnya.

Sejalan dengan penelitian ini, teori mengenai *big five personality* dalam hubungannya dengan stres akademik sudah dikemukakan oleh beberapa ahli dalam penelitian sebelumnya. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan hasil bahwa dimensi *trait extraversion, agreeableness, conscientiousness*, dan *openness* memiliki hubungan yang negatif dengan stres akademik. Sedangkan dimensi *trait neuroticism* memiliki hubungan yang positif dengan stress akademik (Yeni, 2019 ; Alwi, 2021).

Hasil penelitian di atas tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Natasya dan Christiana (2021) dan Musabiq dan Geshica (2017) yang menemukan bahwa terdapat hubungan positif signifikan pada *trait* kepribadian neurotisme (*neuroticism*) terhadap *psychological distress*, sedangkan ekstrasversi (*extraversion*) dan kehati-hatian (*conscientiousness*) memiliki hubungan negatif signifikan dengan *psychological distress*. Tetapi tidak ada hubungan

signifikan antara keterbukaan (*openness to experience*) dan keramahan (*agreeableness*) terhadap distress psikologis (Rizky dan Soetjningsih, 2021).

Penelitian lain dilakukan oleh Ghoshal dan Banerjee (2021) tentang tiga trait kepribadian yakni *extraversion*, *Openness*, dan *conscientiousness* dengan stress akademik menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara trait *extraversion* dan *openness* dengan stress akademik, tetapi terdapat hubungan positif antara *conscientiousness* dengan stress akademik.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Mohammad, dkk (2007) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *extraversion* dan *conscientiousness* dengan stress akademik serta hubungan positif signifikan antara *neuroticism* dengan stress akademik.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Rahmadini dan Indrawati (2019) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah korelasi negatif antara trait *conscientiousness* dengan stress akademik. Artinya, semakin tinggi *conscientiousness* yang dimiliki oleh individu maka semakin rendah stress akademik yang di alami oleh individu. Sebaliknya, semakin rendah *conscientiousness* yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi stress akademik yang di alami oleh individu.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Ebstrup, dkk (2011) tentang tiga dari lima *personality traits* antara lain *neuroticism*, *extraversion*, dan *conscientiousness* dengan stress yang dimediasi oleh *self efficacy* pada

mahasiswa menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *conscientiousness* dan *extraversion* dengan stress.

Setiap individu mampu untuk menyelesaikan permasalahan dari stress akademik yang di alaminya apabila individu tersebut memiliki kepribadian yang tenang dan santai. Namun, jika individu memiliki kepribadian yang tegang, cemas maka individu tersebut akan merasa kesulitan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada (Endah, 2005).

2.4 Hipotesis

Hipotesis didefinisikan sebagai suatu kesimpulan yang belum sempurna (Bungin, 2005). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

H1 : Adanya hubungan yang negatif antara kepribadian *Extraversion* dengan stres akademik pada mahasiswa

H2 : Adanya hubungan yang negatif antara kepribadian *Agreeableness* dengan stres akademik pada mahasiswa

H3 : Adanya hubungan yang negatif antara kepribadian *Conscientiousness* dengan stres akademik pada mahasiswa

H4 : Adanya hubungan yang positif antara kepribadian *Neuroticism* dengan stres akademik pada mahasiswa

H5 : Adanya hubungan yang negatif antara kepribadian *Openness to experience* dengan stres akademik pada mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang berfungsi untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Basyari, 2013). Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dan membuat suatu kesimpulan antara dua variabel, dimana variabel tersebut adalah *big five personality* dan stres akademik.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu dalam bentuk apapun yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan dipahami sehingga peneliti mendapatkan informasi mengenai hal tersebut dan untuk kemudian dapat ditarik sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2019). Mengacu pada jenis penelitian ini tentang hubungan antara *big five personality* dengan stres akademik, maka identifikasi menggunakan dua variabel, yaitu:

1. Variabel Bebas (X) : *Big Five Personality*
2. Variabel Bebas (Y) : Stres Akademik

3.3 Definisi Operasional

3.3.1 Stres Akademik

Stres akademik merupakan merupakan suatu ketegangan emosional yang muncul akibat dari peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupan individu yang menimbulkan reaksi mahasiswa terhadap tuntutan (*stressor*) yang ada berupa peristiwa, objek atau orang di lingkungan akademik yang dinilai sebagai ancaman atau tekanan sehingga dapat mempengaruhi kondisi fisik, perilaku sosial, kognitif, dan emosi. Stres akademik di ukur dengan menggunakan skala stres akademik yang telah di adaptasi oleh Amalia (2017) berdasarkan teori dari Sarafino dan Timothy (2012).

3.3.2 *Big Five Personality*

Kepribadian *big five* merupakan sifat-sifat yang dimiliki oleh individu dimana didalamnya terdiri dari lima dimensi utama yaitu *Extraversion*, *Agreeableness*, *Conscientiousness*, *Neuroticism*, dan *Openness to New Experience*. Pengukuran kepribadian *big five* ini menggunakan skala *big five inventory* oleh Ramdhani (2012) yang mengacu pada teori McCrae dan Costa dan telah diadaptasi oleh Ariska (2019).

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2010) populasi merupakan objek yang secara keseluruhan dapat digunakan untuk penelitian. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 843 mahasiswa aktif di Fakultas Psikologi

Universitas Islam Riau Tahun Akademik 2017-2020 dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1

Data Mahasiswa Aktif Semester Genap Tahun Akademik 2017-2020

Angkatan Tahun	Semester	Jumlah
2017	VIII	205
2018	VI	214
2019	IV	191
2020	II	233
Total Jumlah Populasi		843

Sumber: Data bagian akademik di Tata Usaha, 2021

3.4.2 Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019) sampel merupakan bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Menurut Sevilla (dalam Ariska, 2019) sampel merupakan kelompok kecil yang kita amati. Dalam penelitian ini, yang menjadi sampel untuk menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin (Siregar, 2020) dengan tingkat kesalahan 10% dengan jumlah populasi sebanyak 843 orang, sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini ditentukan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

$$n = \frac{843}{1+843(0,1)^2}$$

$$n = \frac{843}{9,43}$$

$$n = 89,39$$

Keterangan : n = sampel

N = populasi

e = perkiraan tingkat kesalahan

Berdasarkan rumus tersebut, maka diperoleh jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 90 orang mahasiswa aktif di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Namun, dalam pelaksanaannya peneliti mendapatkan 116 orang mahasiswa.

3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* yang merupakan salah satu teknik pengambilan sampel dimana setiap anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Adapun metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode *Convenience Sampling*. Menurut Etikan, dkk (2016) metode *convenience sampling* merupakan metode pengambilan sampel berdasarkan kemudahan peneliti sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan peneliti. Pengambilan sampel dalam penelitian ini

dilakukan dengan cara peneliti memposting skala melalui *google form* untuk kemudian responden mengisi skala yang telah disebarakan secara *online* melalui *WhatsApp*, *Line*, dan *Instagram* dengan kriteria mahasiswa Fakultas Psikologi dari tahun angkatan 2017-2020.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan sebuah metode pengumpulan data yang menggunakan skala untuk memperoleh data atau informasi dari objek penelitian yang akan diteliti (Bungin, 2005). Metode ini digunakan untuk membantu peneliti memperoleh informasi dimana data atau informasi yang didapatkan akan digunakan untuk menjelaskan teori yang digunakan dalam penelitian.

Menurut Arikunto (2010) metode pengumpulan data adalah cara bagaimana data, mengenai variabel-variabel dalam penelitian dapat diperoleh. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala sebagai pernyataan tertulis yang digunakan untuk mendapatkan data melalui respon terhadap pernyataan yang ada.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala Stres Akademik dan *Big Five Inventory* dengan model likert. Skala dalam penelitian ini terdapat aitem *favorable* dan *unfavorable* dengan kategori SS: Sangat Sesuai, S: Sesuai, TS: Tidak Sesuai, dan STS: Sangat Tidak Sesuai.

3.5.1 Skala Stres Akademik

Skala stres akademik dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah disusun oleh Amalia (2017) berdasarkan teori dari Sarafino dan Timothy

(2012) yang terdiri dari aspek biologis dan aspek psikososial. Skala stres akademik disusun bertujuan untuk mengukur tingkat stress akademik pada mahasiswa. Skala stres akademik terdiri dari 40 aitem pernyataan, 36 aitem *favorable* dan 4 aitem *unfavorable*.

Penyajian skala ini terdiri dari dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan empat alternatif pilihan jawaban. Pernyataan *favorable* menunjukkan pada indikasi bahwa subjek mendukung pernyataan dan mempunyai tingkat penilaian nilai 4 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 3 untuk jawaban S (Sesuai), nilai 2 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 1 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai). Sedangkan pernyataan *unfavorable* menunjukkan pada indikasi bahwa subjek tidak mendukung pernyataan dan mempunyai tingkat penilaian nilai 1 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 2 untuk jawaban S (Sesuai), nilai 3 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 4 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai).

Tabel 3.2

Blue Print Skala Stres Akademik Sebelum Try Out

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Reaksi Biologis	1. Sakit kepala	26		9
	2. Sakit perut	39		
	3. Jantung berdebar-debar	10		
	4. Insomnia	38		
	5. Mudah lelah	19		
	6. Keluar keringat dingin	3, 31		
	7. Kurang selera makan	36		
	8. Sering buang air kecil	32		
Reaksi Emosi	1. Mudah marah dan cemas	4,28		8
	2. Mudah tersinggung	1,5		
	3. Gelisah saat menghadapi ujian	24		
	4. Panik ketika banyak tugas	2,8	25	
Reaksi Kognitif	1. Tidak percaya diri	35		9
	2. Mudah lupa	40		
	3. Berpikir negatif		30	
	4. Prestasi menurun	29		
	5. Kehilangan harapan	20,34	37	
	6. Merasa diri tidak berguna		33	
	7. Sulit mengambil keputusan	9		
Reaksi Perilaku Sosial	1. Gugup	6		14
	2. Suka berbohong	11		
	3. Sering membolos	16		
	4. Tidak disiplin	13,15,27		
	5. Tidak peduli mata kuliah	14,17		
	6. Suka menggerutu	18		
	7. Menyendiri	7,12		
	8. Takut bertemu dosen	21,22,23		
Total		36	4	40

3.5.2 Skala *Big Five Inventory*

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala *Big Five Inventory* yang disusun mengacu pada teori McCrae dan Costa dari skala terjemahan yang dilakukan oleh Ramdhani (2012) yang telah diadaptasi oleh Ariska (2019). Skala ini terdiri dari 44 aitem, 15 aitem *favorable* sedangkan sisanya *unfavorable*.

Penyajian skala ini terdiri dari dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan empat alternatif pilihan jawaban. Pernyataan *favorable* menunjukkan pada indikasi bahwa subjek mendukung pernyataan dan mempunyai tingkat penilaian nilai 4 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 3 untuk jawaban S (Sesuai), nilai 2 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 1 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai). Sedangkan pernyataan *unfavorable* menunjukkan pada indikasi bahwa subjek tidak mendukung pernyataan dan mempunyai tingkat penilaian nilai 1 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 2 untuk jawaban S (Sesuai), nilai 3 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 4 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai).

Tabel 3.3

Blue Print Skala Big Five Inventory Sebelum Try Out

Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Extraversion</i>	5,17,37	2,6,15,20,39	8
<i>Agreeableness</i>	9,31,36	26,32,35,41,43,44	9
<i>Conscientiousness</i>	4,14,23,34	1,12,25,29,30	9
<i>Neuroticism</i>	11,38,42	8,27,28,40,33	8
<i>Openness</i>	19,22	3,7,10,13,16,18,21,24	10
Total	15	29	44

3.6 Validitas dan Reliabilitas**3.6.1 Validitas**

Validitas memiliki artian sejauh mana suatu alat ukur tepat atau sesuai untuk mengukur apa yang akan diukur. Uji validitas suatu alat ukur bertujuan untuk mengetahui sejauh mana skala yang digunakan dalam penelitian mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan apa yang akan diukur (Azwar, 2014). Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah validitas isi dengan cara *experts judgement* yaitu meminta penilaian dari profesional untuk memberikan penilaian antara aitem, indikator, dan aspek dari suatu alat ukur. Suatu alat ukur dikatakan valid dan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tes tersebut mampu untuk menjalankan ukurannya atau memberikan hasil ukur yang sesuai atau tepat dengan tujuan alat ukur tersebut.

3.6.2 Reliabilitas

Reliabilitas menurut Azwar (2014) sejauh mana suatu alat ukur memiliki konsisten. Pengukuran suatu alat ukur yang dikatakan *reliable* adalah pengukuran yang memiliki realibilitas tinggi, dimana hasil pengukuran tersebut dapat dipercaya apabila dilakukan beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang diukur pada diri subjek tidak berubah

Uji reliabilitas mengacu kepada seberapa tinggi ketepatan atau kecermatan dan konsisten sebuah alat ukur. Koefisien reliabilitas (r_{xy}) berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Jika koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati 1,00 berarti pengukuran tersebut semakin reliabel. Teknik yang digunakan untuk uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah teknik konsistensi internal, yaitu menghitung koefisien relasi pada jumlah skor yang didapatkan pada setiap butir dengan skor total (Azwar, 2014). Dalam penelitian ini untuk uji reliabilitas menggunakan pendekatan *single trial* dengan formula *Alpha Cronbach* yang merupakan sebuah ukuran keandalan yang memiliki nilai berkisar dari nol sampai dengan satu.

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan sebuah proses kategori urutan data yang digunakan untuk mengorganisasikannya ke dalam satu pola sehingga dapat menjelaskan pola uraian dan mencari hubungan diantara uraian-uraian tersebut. Peneliti melakukan analisis data menggunakan teknik korelasi yang dilakukan dengan menggunakan uji asumsi normalitas dan linearitas terlebih dahulu untuk kemudian melakukan uji hipotesis dengan menggunakan IBM

SPSS Statistic version 22.0 for windows.

3.7.1 Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Menurut Siregar (2020), uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah skor dari variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Adapun norma yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Jika p dari nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Namun, jika p dari nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Peneliti menggunakan aplikasi IBM SPSS 22 *for windows* untuk menguji normalitas pada penelitian ini.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel terikat (Y) dengan variabel bebas (X). Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan teknik analisis *statistic test for linearity* dengan melihat tabel ANOVA. Jika nilai signifikansi (p) dari nilai F (*linearity*) $< 0,05$, maka hubungan antara variabel bebas dan terikat linier, tetapi jika nilai signifikansi (p) dari nilai F (*linearity*) $> 0,05$, maka hubungan antara variabel bebas dan terikat tidak linier. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan IBM SPSS 22 *for windows*.

3.7.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah uji normalitas dan uji linieritas. Jika data berdistribusi normal dan linier, maka gunakan uji statistik *pearson product*

moment. Tetapi jika data tidak berdistribusi normal dan atau linier maka gunakan uji statistik *Spearman Rank Order*. Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan mencari hubungan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Jika signifikansi (p) $< 0,05$ maka terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Tetapi apabila signifikansi (p) $> 0,05$ maka tidak terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan IBM SPSS 22 *for windows*.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Persiapan Penelitian

4.1.1 Orientasi Kancan Penelitian

Tahap awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah peneliti menentukan terlebih dahulu subjek penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu menentukan jumlah populasi mahasiswa aktif di Fakultas Psikologi angkatan 2017-2020, dimana data tersebut peneliti peroleh melalui bagian akademik di Tata Usaha (TU) di Fakultas Psikologi UIR. Jumlah populasi mahasiswa aktif psikologi angkatan 2017-2020 yaitu sebanyak 843 orang dan dari jumlah populasi tersebut, peneliti mengambil sampel sebanyak 90 orang dengan menggunakan rumus slovin. Namun pada pelaksanaannya peneliti mendapatkan 116 orang mahasiswa.

4.1.2 Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk melihat aitem-aitem yang layak digunakan untuk penelitian. Alat ukur yang diuji cobakan adalah skala *big five inventory* dan skala stres akademik. Kedua skala diuji cobakan pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau sebanyak 50 orang mahasiswa yang disebarkan melalui *google form* pada tanggal 04 Maret 2021-10 April 2021. Uji coba alat ukur dilakukan pada mahasiswa dengan sampel yang memiliki karakteristik yang sama. Setelah

melakukan uji coba alat ukur, maka selanjutnya peneliti memberikan skor dan melakukan pengujian analisis daya beda aitem dan reliabilitas menggunakan program SPSS 22.0 *for windows*.

a. Analisis Daya Beda Aitem

Analisis daya beda aitem dilakukan untuk mengungkap perbedaan individual dengan melihat kesesuaian antara fungsi aitem terhadap fungsi skala (Azwar, 2014). Azwar (2014) menyatakan bahwa apabila koefisien daya beda aitem mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 maka daya bedanya dianggap memuaskan.

Azwar (2014) mengatakan apabila aitem yang memiliki koefisien korelasi aitem-total sama dengan atau lebih besar daripada 0,30 dan jumlahnya melebihi jumlah aitem yang dispesifikasikan dalam rencana skala, maka dapat dipilih aitem yang memiliki indeks daya beda diskriminasi tertinggi. Sebaliknya apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2014).

Berdasarkan uji analisis daya beda aitem pada skala Stres Akademik, maka dari 40 aitem yang telah diuji cobakan, terdapat 19 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 1,5,10,11,12,14,15,16,17,20,21,22,23,25,27,30,32,33, dan aitem 37. Berdasarkan hasil analisis daya beda aitem tersebut, maka disusun kembali *blue print* skala Stres Akademik yang akan digunakan untuk penelitian. Hal ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.1

Blue Print Skala Penelitian Stres Akademik (Y)

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Reaksi Biologis	1. Sakit kepala	12		7
	2. Sakit perut	20		
	3. Jantung berdebar-debar	-		
	4. Insomnia	19		
	5. Mudah lelah	10		
	6. Keluar keringat dingin	2,15		
	7. Kurang selera makan	18		
	8. Sering buang air kecil	-		
Reaksi Emosi	1. Mudah marah dan cemas	3,13		5
	2. Mudah tersinggung	-		
	3. Gelisah saat menghadapi ujian	11		
	4. Panik ketika banyak tugas	1,6		
Reaksi Kognitif	1. Tidak percaya diri	17		5
	2. Mudah lupa	21		
	3. Berpikir negatif	-		
	4. Prestasi menurun	14		
	5. Kehilangan harapan	16		
	6. Merasa diri tidak berguna	-		
	7. Sulit mengambil keputusan	7		
Reaksi Perilaku Sosial	1. Gugup	4		4
	2. Suka berbohong	-		
	3. Sering membolos	-		
	4. Tidak disiplin	8		
	5. Tidak peduli mata kuliah	-		
	6. Suka menggerutu	9		
	7. Menyendiri	5		
	8. Takut bertemu dosen	-		
Total		21	-	21

Berdasarkan hasil uji analisis daya beda aitem terhadap 44 aitem skala *Big Five Inventory* yang telah diuji cobakan, terdapat 11 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 14,19,20,22,26,27,32, 35,36,38, dan aitem 43. Berdasarkan hasil analisis daya beda aitem tersebut, maka disusun kembali *blue print* skala *Big Five Inventory* yang akan digunakan untuk penelitian. Hal ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.2
***Blue Print* Skala Penelitian *Big Five Personality* (X)**

Dimensi	F	UF	Jumlah
<i>Extraversion</i>	5,16,28	2,6,14,29	7
<i>Agreeableness</i>	9,25	31,33	4
<i>Conscientiousness</i>	4,19,27	1,12,21,23,24	8
<i>Neuroticism</i>	11,32	8,22,30,26	6
<i>Openness</i>	-	3,7,10,13,15,17,18,20	8
Total	10	23	33

b. Reliabilitas Skala

Berdasarkan hasil uji reliabilitas terhadap uji coba skala penelitian, maka diperoleh koefisien reliabilitas dari setiap variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.3
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Koefisien Reliabilitas
Big Five Personality	
a. <i>Extraversion</i>	0,829
b. <i>Agreeableness</i>	0,672
c. <i>Conscientiousness</i>	0,729
d. <i>Neuroticism</i>	0,666
e. <i>Openness to Experience</i>	0,772
Stres Akademik	0,846

4.1.3 Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan mulai dari tanggal 20 April 2021 sampai dengan 20 Mei 2021 dengan jumlah sampel sebanyak 116 orang. Penelitian ini dilaksanakan dengan cara membagikan skala melalui *Google form* dimana link skala tersebut dibagikan kepada individu yang menjadi sampel dalam penelitian melalui *Group WhatsApp*, serta penulis juga memberikan petunjuk pengisian skala dalam *google form* tersebut.

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Deskripsi Subjek Penelitian

Berikut ini merupakan data demografi dari responden penelitian yang dapat dilihat pada tabel 4.4 dibawah ini:

Tabel 4.4
Data Demografi Penelitian

Detail Data Demografi	Frekuensi	Persentase (%)	Jumlah	
Usia	17	1	0,86	100%
	18	5	4,31	
	19	18	15,52	
	20	27	23,28	
	21	36	31,03	
	22	23	19,83	
	23	4	3,45	
	24	2	1,72	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	21	18,10	100%
	Perempuan	95	81,90	
Tahun Angkatan	2017	46	39,70	100%
	2018	24	20,70	
	2019	21	18,10	
	2020	25	21,60	

Berdasarkan tabel data demografi di atas, responden dalam penelitian ini berjumlah 116 orang mahasiswa. Dari data di atas, dapat dilihat bahwa rentang usia responden dalam penelitian ini yakni berkisar dari 17 sampai dengan 24 tahun dengan responden terbanyak pada usia 21 tahun dengan jumlah 36 responden atau sama dengan 31,03%. Data demografi menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 21 orang (18,10%) dan responden perempuan yakni 95 orang (81,90%). Berdasarkan tahun angkatan,

dibagi menjadi 4 tahun angkatan mulai dari angkatan 2017 sampai angkatan 2020 dan dari data tersebut ditemukan bahwa responden terbanyak berasal dari angkatan 2017 yakni 46 orang atau setara dengan 39,70%.

4.2.2 Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data dalam penelitian ini yaitu tentang hubungan antara *Big Five Personality* dengan Stres Akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Hasil data penelitian yang telah didapatkan terkait dengan *big five personality* dan stres akademik, data tersebut dimasukkan ke dalam *excel*, kemudian peneliti melakukan proses olah data menggunakan SPSS 22.0 *for windows* sehingga diperoleh gambaran data penelitian seperti tabel 4.5 dibawah ini:

Tabel 4.5
Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Skor yang diperoleh (skor empirik)				Skor yang dimungkinkan (skor hipotetik)			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
<i>Extraversion</i>	8	22	16,01	2,405	7	28	17,5	3,5
<i>Agreeableness</i>	5	10	7,46	1,058	4	16	10	2
<i>Conscientiousness</i>	11	26	17,22	2,537	8	32	20	4
<i>Neuroticism</i>	11	19	15,51	1,681	6	24	15	3
<i>Openness</i>	10	23	17,35	2,397	8	32	20	4
Stres Akademik	42	72	57,22	5,324	21	84	52,5	10,5

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai rata-rata (*mean*) dimensi kepribadian *extraversion* sebesar 16.01 dengan standar deviasi sebesar 2.405, dimensi *agreeableness* memiliki *mean* sebesar 7.46 dengan standar deviasi sebesar 1.058, dimensi *conscientiousness* memiliki *mean* sebesar 17.22 dengan standar deviasi sebesar 2.537, dimensi *neuroticism* memiliki *mean* sebesar 15.51 dengan standar deviasi sebesar 1.681, dimensi *openness* memiliki *mean* sebesar 17.35 dengan standar deviasi sebesar 2.397 dan stres akademik memiliki *mean* sebesar 57.22 dengan standar deviasi sebesar 5.324.

Berdasarkan tabel tersebut, skor dimensi kepribadian *big five* yakni *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, *openness* dan stres akademik dibuat kategorisasi. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengelompokkan dengan jenjang menggunakan aspek yang diukur. Pengelompokkan tersebut dilakukan dengan menggunakan data empirik yang dihitung berdasarkan rumus kategorisasi berikut:

Tabel 4.6
Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Sangat tinggi	$M + 1,5 SD < X \leq X_{Max}$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat rendah	$X_{Min} < M - 1,5 SD$

Keterangan:

M: Mean

SD: Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi tersebut, maka kategorisasi dimensi kepribadian *extraversion* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Extraversion*

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$20 \leq X < 22$	3	2.6
Tinggi	$17 \leq X < 20$	34	29.3
Sedang	$15 \leq X < 17$	23	19.8
Rendah	$12 \leq X < 15$	51	44.0
Sangat rendah	$8 \leq X < 12$	5	4.3
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *big five personality* diatas, menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *extraversion* berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 44,0 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 51 orang memiliki dimensi kepribadian *extraversion* pada kategori rendah. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *agreeableness* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.8
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Agreeableness*

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$9 \leq X < 10$	2	1.7
Tinggi	$8 \leq X < 9$	15	12.9
Sedang	$7 \leq X < 8$	41	35.3
Rendah	$6 \leq X < 7$	39	33.6
Sangat rendah	$5 \leq X < 6$	19	16.4
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, variabel *big five personality* menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *agreeableness* berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 35,3 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 41 orang memiliki dimensi kepribadian *agreeableness* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *conscientiousness* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.9
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Conscientiousness*

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$21 \leq X < 26$	9	7.8
Tinggi	$18 \leq X < 21$	17	14.7
Sedang	$16 \leq X < 18$	43	37.1
Rendah	$13 \leq X < 16$	42	36.2
Sangat rendah	$11 \leq X < 13$	5	4.3
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, variabel *big five personality* menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *conscientiousness* berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 37,1 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 43 orang memiliki dimensi kepribadian *conscientiousness* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *neuroticism* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.10

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Neuroticism*

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$18 \leq X < 19$	5	4.3
Tinggi	$16 \leq X < 18$	24	20.7
Sedang	$15 \leq X < 16$	29	25.0
Rendah	$13 \leq X < 15$	50	43.1
Sangat rendah	$11 \leq X < 13$	8	6.9
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, variabel *big five personality* menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *neuroticism* berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 43,1 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 50 orang memiliki dimensi kepribadian *neuroticism* pada kategori rendah. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *openness* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.11

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Openness*

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$21 \leq X < 23$	4	3.4
Tinggi	$19 \leq X < 21$	17	14.7
Sedang	$16 \leq X < 19$	61	52.6
Rendah	$14 \leq X < 16$	23	19.8
Sangat rendah	$10 \leq X < 14$	11	9.5
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, variabel *big five personality* menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *openness* berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52,6 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 61 orang memiliki dimensi kepribadian *openness* pada kategori sedang. Sedangkan kategorisasi skor stres akademik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.12
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Pesentase (%)
Sangat tinggi	$65 \leq X < 72$	4	3.4
Tinggi	$60 \leq X < 65$	28	24.1
Sedang	$55 \leq X < 60$	44	37.9
Rendah	$49 \leq X < 55$	28	24.1
Sangat rendah	$42 \leq X < 49$	12	10.3
Jumlah		116	100

Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel stres akademik menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 37,9 %. Hal tersebut menandakan bahwa dari 116 subjek, 44 orang memiliki tingkat stres akademik pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari 116 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki skor dan berada pada kategori rendah pada variabel *big five personality* yaitu pada dimensi *extraversion* dan *neuroticism*, pada kategori sedang yakni pada dimensi

agreeableness, conscientiousness, openness serta memiliki skor dan berada pada kategori sedang pada variabel stress akademik.

4.2.3 Hasil Analisis Data

4.2.3.1 Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, penulis melakukan uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan melihat nilai signifikansi. Data dikatakan berdistribusi normal apabila $p > 0,05$, tetapi data dikatakan tidak berdistribusi normal apabila $p < 0,05$. Berdasarkan pengujian menggunakan *one sample kolmogorov-smirnov* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.13

Hasil Uji Normalitas Dimensi *Big Five Personality* dan Stres Akademik

Variabel/Dimensi	Signifikansi	Keterangan
<i>Extraversion</i>	0,000 ($p < 0,05$)	Tidak Normal
<i>Agreeableness</i>	0,000 ($p < 0,05$)	Tidak Normal
<i>Conscientiousness</i>	0,000 ($p < 0,05$)	Tidak Normal
<i>Neuroticism</i>	0,000 ($p < 0,05$)	Tidak Normal
<i>Openness</i>	0,000 ($p < 0,05$)	Tidak Normal
Stres Akademik	0,001 ($p < 0,05$)	Tidak Normal

Hasil uji normalitas di atas menunjukkan bahwa kelima dimensi variabel *big five personality* yaitu dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, dan *openness* memiliki signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) serta variabel stres akademik memiliki nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$) yang artinya data dari kelima dimensi variabel *big five personality* dan variabel stres akademik tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut, maka disimpulkan bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal, sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji statistik non-parametrik.

b. Uji Linieritas

Tujuan dilakukannya uji linieritas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linieritas terhadap variabel *big five personality* dengan stres akademik pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas Islam Riau bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang linier atau tidak antara variabel *big five personality* dengan variabel stres akademik. Uji linieritas dalam penelitian ini tidak dilakukan pada variabel *big five personality* secara keseluruhan, tetapi dilakukan pada setiap dimensi *big five personality* dengan stres akademik.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik *test for linearity* dengan melihat nilai signifikansi (p) dari nilai F (*Linearity*) $< 0,05$ yang menandakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel 4.14 dibawah ini:

Tabel 4.14

Hasil Uji Linearitas Dimensi *Big Five Personality* & Stres Akademik

Variabel	Signifikansi F (<i>Linearity</i>)	Keterangan
<i>Extraversion</i> & Stres Akademik	Nilai <i>linearity</i> F= 24,680 <i>p</i> = 0,000 (<0,05)	Linear
<i>Agreeableness</i> & Stres Akademik	Nilai <i>linearity</i> F= 19,380 <i>p</i> = 0,000 (<0,05)	Linear
<i>Conscientiousness</i> & Stres Akademik	Nilai <i>linearity</i> F= 11,240 <i>p</i> = 0,001 (<0,05)	Linear
<i>Neuroticism</i> & Stres Akademik	Nilai <i>linearity</i> F= 6,407 <i>p</i> = 0,013 (<0,05)	Linear
<i>Openness</i> & Stres Akademik	Nilai <i>linearity</i> F= 17,262 <i>p</i> = 0,000 (<0,05)	Linear

Berdasarkan hasil uji linieritas di atas, dapat disimpulkan bahwa kelima dimensi variabel *big five personality* yakni dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, dan *openness* dan variabel stres akademik memiliki hubungan yang linier.

4.2.3.2 Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya korelasi antara dimensi *big five personality* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji analisis non-parametrik dengan metode *Spearman's Rank*. Hal ini dikarenakan pada pengujian uji asumsi normalitas, data penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah:

Tabel 4.15

Hasil Uji *Spearman's Rank* Dimensi *Extraversion* dan Stres Akademik

Variabel	Correlation (r)	Sig	R Square	Keterangan
<i>Extraversion</i> Stres Akademik	-,331	0,000	.170	Hubungan negatif signifikan

Berdasarkan hasil uji analisis korelasi dengan *Spearman's Rank* antara dimensi *extraversion* dengan stres akademik diperoleh koefisien korelasi (r) = -0.331 dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dimensi *extraversion* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi dimensi *extraversion* pada mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Sebaliknya, Semakin rendah dimensi *extraversion* pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Hasil uji determinan nilai koefisien yang diperoleh menunjukkan bahwa *extraversion* memiliki kontribusi terhadap stress akademik sebesar 17 persen, hal ini ditunjukkan dengan nilai R square sebesar 0.170.

Tabel 4.16

Hasil Uji *Spearman's Rank* Dimensi *Agreeableness* dan Stres Akademik

Variabel	Correlation (r)	Sig	R Square	Keterangan
<i>Agreeableness</i> Stres Akademik	-,346	0,000	.141	Hubungan negatif signifikan

Hasil uji analisis korelasi di atas dengan *Spearman's Rank* antara dimensi *agreeableness* dengan stres akademik diperoleh koefisien korelasi (r) = -0.346 dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dimensi *agreeableness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi dimensi *agreeableness* pada mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Sebaliknya, Semakin rendah dimensi *agreeableness* pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Hasil uji determinan nilai koefisien yang diperoleh menunjukkan bahwa *agreeableness* memiliki kontribusi terhadap stress akademik sebesar 14,1 persen, hal ini ditunjukkan dengan nilai R square sebesar 0.141.

Tabel 4.17

Hasil Uji *Spearman's Rank* Dimensi *Conscientiousness* dan Stres Akademik

Variabel	Correlation (r)	Sig	R Square	Keterangan
<i>Conscientiousness</i> Stres Akademik	-,199	0,032	.089	Hubungan negatif signifikan

Berdasarkan hasil uji analisis korelasi dengan *Spearman's Rank* antara dimensi *conscientiousness* dengan stres akademik diperoleh koefisien korelasi (r) = -0.199 dengan signifikansi sebesar 0.032 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dimensi *conscientiousness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi dimensi *conscientiousness* pada mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Sebaliknya, Semakin rendah dimensi *conscientiousness* pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam.

Hasil uji determinan nilai koefisien yang diperoleh menunjukkan bahwa *conscientiousness* memiliki kontribusi terhadap stress akademik sebesar 8.9 persen, hal ini ditunjukkan dengan nilai R square sebesar 0.089.

Tabel 4.18

Hasil Uji *Spearman's Rank* Dimensi *Neuroticism* dan Stres Akademik

Variabel	Correlation (r)	Sig	R Square	Keterangan
<i>Neuroticism</i> Stres Akademik	,207	0,026	.052	Hubungan positif signifikan

Berdasarkan hasil uji analisis korelasi dengan *Spearman's Rank* antara dimensi *neuroticism* dengan stres akademik diperoleh koefisien korelasi (r) = 0.207 dengan signifikansi sebesar 0.026 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dimensi *neuroticism* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi dimensi *neuroticism* pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Sebaliknya, Semakin rendah dimensi *neuroticism* pada mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Hasil uji determinan nilai koefisien yang diperoleh menunjukkan bahwa *extraversion* memiliki kontribusi terhadap stress akademik sebesar 5.2 persen, hal ini ditunjukkan dengan nilai R square sebesar 0.052.

Tabel 4.19

Hasil Uji *Spearman's Rank* Dimensi *Openness* dan Stres Akademik

Variabel	Correlation (r)	Sig	R Square	Keterangan
<i>Openness</i> Stres Akademik	-,366	0,000	.119	Hubungan negatif signifikan

Berdasarkan hasil uji analisis korelasi dengan *Spearman's Rank* antara dimensi *openness* dengan stres akademik diperoleh koefisien korelasi (r) = -0.366 dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dimensi *openness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi dimensi *openness* pada mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Sebaliknya, Semakin rendah dimensi *openness* pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Hasil uji determinan nilai koefisien yang diperoleh menunjukkan bahwa *extraversion* memiliki kontribusi terhadap stress akademik sebesar 11.9 persen, hal ini ditunjukkan dengan nilai R square sebesar 0.119.

4.2.4 Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dimensi *big five personality* (*Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism, dan Openness*) dengan stres akademik pada mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dengan *Spearman's*

Rank, diketahui bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara salah satu dimensi *big five personality* yakni *neuroticism* dengan stres akademik serta hubungan negatif signifikan antara keempat dimensi atau *trait big five personality* yakni *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yeni (2019) terdapat korelasi positif antara dimensi *neuroticism* dengan stres akademik pada Mahasiswa Kedokteran dan korelasi negatif antara dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* dengan stres akademik pada Mahasiswa Kedokteran.

Stres akademik merupakan stres yang terjadi karena adanya tekanan-tekanan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan individu yang membuat mereka merasa terbebani oleh adanya tuntutan dan tekanan tersebut (Alvin, 2007). Stres akademik merupakan suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa atau mahasiswa.

Ada beberapa perubahan aspek dalam stres akademik yang pasti dirasakan oleh mahasiswa ketika mengalami stres (Sarafino dan Smith, 2012). Yang pertama adalah aspek biologis dimana stres menimbulkan perubahan-perubahan fisik yang dirasakan oleh seseorang diantaranya seperti jantung berdegup kencang, tangan bergemetar, sering mengeluarkan keringat dingin.

Perubahan biologis dirasakan seseorang ketika merasa terancam dengan tuntutan-tuntutan yang ada. Kedua adalah perubahan dalam aspek psikososial dimana terdapat beberapa perubahan dalam aspek psikologis, maupun sosial yang dirasakan. Stres mempengaruhi daya ingat seseorang sehingga seseorang tersebut sering lupa dan sulit untuk berkonsentrasi.

Perubahan emosi juga dirasakan seseorang yang mengalami stres akademik. Emosi negatif berupa takut, cemas akan dirasakan seseorang ketika mendapatkan tuntutan baik itu dari luar maupun dari dalam diri sendiri. Aspek yang terakhir adalah perubahan dalam perilaku sosial. Seseorang dengan stres akademik tinggi cenderung untuk tidak peduli dalam situasi disekitarnya. Seseorang yang mengalami stres akan mudah marah ketika dihadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan baginya.

Stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa yaitu berasal dari faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal berasal dari harapan pada diri sendiri, ketika kenyataannya tidak sesuai dengan harapan yang di inginkan maka mahasiswa tersebut akan merasakan stres dalam dirinya dan kepribadian yang dimiliki seseorang dapat menentukan tingkat toleransi terhadap stres. Tingkat stres seseorang dengan pemikiran yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan dengan individu yang memiliki pemikiran pesimis (Chada, dalam Solikhah, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dalam kaitannya terhadap

tingkat stres akademik berada pada kategori sedang. Sebanyak 44 dari 116 mahasiswa atau sebesar 37,9 persen dari sampel yang ditemukan memiliki tingkat stres akademik dalam kategori sedang.

Respon atau reaksi yang dialami mahasiswa ketika mengalami permasalahan akan berbeda setiap individu sesuai dengan kepribadian atau karakter yang dimiliki oleh masing-masing individu. Respon berbeda pada individu yang muncul merupakan bentuk dari *coping stres* yang dipengaruhi kepribadian sebagai faktor internal.

Dimensi kepribadian *big five* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, dan *openness* dimana pada hasil penelitian ditemukan pada dimensi *extraversion* dan *neuroticism* sampel berada dalam kategori rendah sedangkan pada dimensi *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* sampel berada pada kategori sedang. Pada dimensi *extraversion* sebanyak 44 persen atau 51 dari 116 mahasiswa berada pada kategori rendah, dimensi *agreeableness* sebanyak 35,3 persen atau 41 dari 116 mahasiswa berada pada kategori sedang, dimensi *conscientiousness* sebanyak 37,1 persen atau 43 dari 116 mahasiswa berada pada kategori sedang, dimensi *neuroticism* sebanyak 43,1 persen atau 5 dari 116 mahasiswa berada pada kategori rendah, dan pada dimensi *openness* sebanyak 52,6 persen atau 61 dari 116 mahasiswa berada pada kategori sedang.

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman's rank* pada kepribadian *extraversion* dapat diketahui bahwa adanya

korelasi yang negatif dan signifikan antara kepribadian *extraversion* dengan stres akademik. Hal tersebut dikarenakan nilai korelasi (r) = -0.331 dan signifikansi *linearity* sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi kepribadian *extraversion* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepribadian *extraversion* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Natasya dan Christiana (2021) yang mengemukakan hasil bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara ekstraversi dengan *psychological distress*. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Yeni (2019) mengenai hasil bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara dimensi *extraversion* dengan stres akademik. Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ebstrup, dkk (2011) tentang tiga dari lima *personality traits* antara lain *neuroticism*, *extraversion*, dan *conscientiousness* dengan stres yang dimediasi oleh *self efficacy* pada mahasiswa menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *conscientiousness* dan *extraversion* dengan stress.

Kepribadian *agreeableness* merupakan dimensi kepribadian yang mencakup beberapa sifat seperti altrisme, kepercayaan, kelembutan hati, serta kesopanan (John dan Srivastava, dalam John, Robins, dan Pervin, 2008). Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman's* pada kepribadian *agreeableness* dapat diketahui bahwa adanya korelasi yang negatif dan signifikan antara kepribadian *agreeableness* dengan stres akademik.

Hal tersebut dikarenakan nilai korelasi (r) = -0.346 dan signifikansi linearity sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi kepribadian *agreeableness* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepribadian *agreeableness* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alwi (2021) yang mengemukakan hasil bahwa dimensi *Agreeableness* dengan stress akademik mempunyai hubungan yang signifikan yang negatif, artinya semakin tinggi nilai *agreeableness* maka semakin rendah stress akademik pada mahasiswa.

Dimensi kepribadian *conscientiousness* berkaitan dengan kontrol dorongan diri secara sosial yang berperan dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan dan tugas seperti berpikir sebelum bertindak, mengikuti aturan dan norma, menunda kepuasan diri, serta merencanakan, mengatur, dan memprioritaskan pada tugas (John dan Srivastava, dalam Cervone dan Pervin, 2012).

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman's rank* pada kepribadian *conscientiousness* dapat diketahui bahwa adanya korelasi yang negatif dan signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dengan stres akademik. Hal tersebut dikarenakan nilai korelasi (r) = -0.199 dan signifikansi linearity sebesar 0.032 ($p < 0.05$). Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi kepribadian

conscientiousness maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepribadian *conscientiousness* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin tinggi.

Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian Rahmadini dan Indrawati (2019) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah korelasi negatif antara trait *conscientiousness* dengan stres akademik siswa IPA SMA X Tambun. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat McCrae dan Costa (dalam Cervone dan Pervin, 2012) dimana individu yang memiliki skor tinggi pada karakteristik *conscientiousness* merupakan individu yang terorganisir, dapat diandalkan, pekerja keras, memiliki disiplin diri, tegas, gigih, rapih, ambisius dan kaku. Individu tersebut juga memiliki kemauan keras dan tekun dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

Dimensi kepribadian *neuroticism* membandingkan kestabilan emosi dan kesabaran dengan emosi negatif seperti perasaan cemas, gugup, sedih, dan tegang (John dan Srivastava, dalam John, Robins, dan Pervin, 2008). Hasil analisis dengan teknik korelasi *Spearman's rank* diketahui bahwa adanya korelasi yang positif antara kepribadian *neuroticism* dan stres akademik. Hal ini dikarenakan nilai korelasi (r) = 0.207 serta signifikansi linearity sebesar 0.026 ($p < 0.05$). Oleh karena itu dapat dinyatakan semakin tinggi kepribadian *neuroticism* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepribadian *neuroticism* maka semakin rendah pula tingkat stres akademik pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Musabiq dan Geshica (2017) yang mengemukakan hasil bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *neuroticism* terhadap distres psikologis. Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Solikhah (2019) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *neuroticism* dengan stress akademik pada mahasiswa.

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman's rank* pada kepribadian *openness* dapat diketahui bahwa adanya korelasi yang negatif dan signifikan antara kepribadian *openness* dengan stres akademik. Hal tersebut dikarenakan nilai korelasi ($r = -0.366$) dan signifikansi linearity sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi kepribadian *openness* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepribadian *openness* maka tingkat stres akademik pada mahasiswa semakin tinggi.

Hasil penelitian didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Solikhah (2019) yang mengemukakan hasil bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kepribadian *openness* dengan stres akademik pada mahasiswa Kedokteran.

Berdasarkan penjelasan yang telah dijabarkan pada paragraf diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara salah satu dimensi *big five personality* yakni *neuroticism* dengan stres akademik serta

hubungan negatif signifikan antara keempat dimensi atau *trait big five personality* ya *extraversion, agreeableness, conscientiousness, dan openness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Penelitian ini tentunya memiliki kelebihan dan juga kekurangan dari berbagai sisi, sehingga diperlukannya perbaikan serta kritik dan saran yang membangun agar penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada orang lain. Kekurangan dari penelitian ini adalah penyebaran kuesioner yang tidak menyeluruh karena keterbatasan tempat serta kondisi pandemi yang terjadi. Sampel dalam penelitian ini memiliki ruang lingkup yang kecil yakni hanya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Keterbatasan lainnya yaitu data yang didapatkan dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal, sehingga hasil dari penelitian hanya menggambarkan kondisi pada sampel penelitian tidak untuk mewakili populasi secara keseluruhan.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa adanya hubungan yang negatif signifikan antara dimensi kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* dengan stress akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dimensi kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* maka stres akademik pada mahasiswa akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah dimensi kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* maka stres akademik pada mahasiswa akan semakin tinggi.

Pada dimensi kepribadian *neuroticism* ditemukan mempunyai hubungan yang positif dengan stress akademik. Artinya semakin tinggi dimensi kepribadian *neuroticism* maka stres akademik pada mahasiswa akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dimensi kepribadian *neuroticism* maka stres akademik pada mahasiswa akan semakin rendah pula.

5.2 Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dalam penelitian ini masih banyak kekurangan yang perlu untuk diperbaiki agar penelitian yang akan dilakukan selanjutnya bisa menjadi lebih baik lagi. Ada beberapa saran

untuk peneliti selanjutnya dan pihak-pihak terkait, yaitu :

a. Bagi Mahasiswa

Kepada mahasiswa diharapkan agar mampu untuk memahami karakter kepribadian dari masing-masing individu dan mengembangkannya, dapat mengontrol diri dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik yang ada. Mahasiswa juga diharapkan mampu untuk menghadapi segala permasalahan atau tekanan dalam hal akademik dengan tenang dan optimis agar bisa mendapatkan manfaatnya serta mahasiswa juga diharapkan dapat mengubah persepsi negatif dari stres menjadi persepsi positif agar stres yang dialami dapat menjadi pendorong untuk lebih baik kedepannya.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian yang dilaksanakan selanjutnya diharapkan peneliti dapat mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain yang dapat memberikan pengaruh terhadap stres akademik, disarankan untuk lebih memperdalam lagi faktor-faktor yang menjadi pemicu dalam meningkatnya stres akademik pada mahasiswa selain dari faktor internal yang berupa pola pikir, kepribadian dan keyakinan. Selain itu faktor eksternal dalam stres akademik meliputi beban tugas yang banyak, tekanan dari orang tua dan dorongan status sosial. Peneliti selanjutnya juga diharapkan agar dapat memperluas subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of Academic Stress Among Undergraduate Students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4(2), 063–070.
- Alvin. (2007). *Stres Akademik*. Jakarta: PT. Raja.
- Alwi, F. (2021). *Hubungan Antara Big Five Personality dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir (Skripsi)*. Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
- Amalia, S. (2017). *Hubungan Antara Stres Akademik dengan Perilaku Merokok Mahasiswa (Skripsi)*. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariska, A. M. (2019). *Hubungan Antara The Big Five Personality dan Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri I XIII Koto Kampar*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Azmi, A. N., Nurihsan, A. J., & Yudha, E. S. (2017). Deskripsi Gejala Stres Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2), 197–208.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan Validitas* (Edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
<https://doi.org/https://doi.org/10.29210/119800>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19 Mufadhal. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95.
<https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>
- Basyari, A. (2013). *Hubungan Antara Minat dan Prestasi Belajar Sejarah dengan Kesadaran Sejarah Siswa MAN Yogyakarta III (Skripsi)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Bungin, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (2nd editio). Jakarta: Kencana

- Prenada Media Group.
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2012). *Kepribadian: Teori dan Penelitian (Jilid 2)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen Adaptation to University Life: Depressive Symptoms, Stress, and Coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10).
- Ebstrup, J. ., Eplov, L. ., Pisinger, C., & Jorgensen, T. (2011). Association Between the Five Factor Personality Traits and Perceived Stress: Is the Effect Mediated by General Self Efficacy? Anxiety, Stress & Coping. *An International Journal*.
- Efrianti, M. (2021). *Gambaran Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Belajar Online*. Universitas Islam Riau.
- Endah, M. (2005). Analisis Faktor Alat Ukur Kepribadian Big Five (Adaptasi dari IPIP) pada Mahasiswa Suku Jawa. *Jurnal Insan*, 7(3), 264–276.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1).
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2018). *Teori Kepribadian (Theories of Personality)* (Edisi 8). Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghoshal, S., & Banerjee, D. (2021). Is There A Link Between Academic Stress and Personality Traits Like Openness, Conscientiousness Or Extraversion? *International Journal off All Research Education and Scientifict Methods (IJARESM)*, 9(1).
- Hariyanto, D. D. (2013). *Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember (Skripsi)*. Universitas Jember.
- Harun, I., Daud, M., & Khumas, A. (2005). Manajemen Waktu dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi di Makassar. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*.
- Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran dan Stres Akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru. *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, 13(1), 21–34. Retrieved from <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://journal.uir>.

ac.id/index.php/annafs/article/download/2728/1748&ved=2ahUKEwjv5o_Tx
L_oAhXW6XMBHYW4C9kQFjAAegQIBRAB&usg=AOvVaw1FICEWm
CfGP_de5ixQhv4L

- Jannah, F., & Sulianti, A. (2021). Perspektif Mahasiswa Sebagai Agen of Change Melalui Pendidikan Kewarganegaraan. *Journal of Social Science and Education*, 2(2), 181–193.
- Jatira, Y., & Suhaili, N. (2021). Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring dimasa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.187>
- Jia, H., Jia, R., & Karau, S. J. (2013). Cyberloafing and Personality The Impact of The Big Five Traits and Workplace Situational Factors. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 20(3).
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *KBBI Daring (Versi Daring: 1.4.10.2-20190521165842)*. Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>
- Kholidah, E. N., & Alsa, A. (2012). Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 67–75.
- Margolang, R. H., & Kolopaking, R. (2017). Pengaruh Kepribadian Big Five dan Coping Stress Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa Kedokteran di Jakarta. *TAZKIYAH Journal of Psychology*, 22(2), 255–274.
- Mohammad, M., O, S., P, K., Z, N., Ghanai, & Z, D. (2007). Personality Traits, Academic Stress, And Academic Performance. *Journal of Educational Psychology Studies*, 3(3).
- Musabiq, S., & Geshica, L. (2017). Hubungan Antara Trait Kepribadian dan Distres Psikologis Pada Mahasiswa: Sebuah Aplikasi dari Five-Factor Model. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 1(1), 5–17.
- Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(2).
- Prasetyawan, A. B., & Ariati, J. (2018). Hubungan Antara Adversity Intelligence Dan Stres Akademik Pada Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) Di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 236–

244.

- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2018). Hubungan Antara Kelekatan pada Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 28–39. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2018.08.012>
- Rahmadini, A., & Indrawati, E. (2019). Hubungan antara Trait Conscientiousness dan Konsep Diri dengan Stres Akademik Siswa IPA SMA X Tambun. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(3), 178–187.
- Ramdhani, N. (2012). Adaptasi Bahasa dan Budaya Inventori Big Five. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 189–207. [https://doi.org/10.1016/S0143-4004\(97\)90091-6](https://doi.org/10.1016/S0143-4004(97)90091-6)
- Ritonga, K. S. R. (2021). *Hubungan Sense of Humor dengan Stress Pada Mahasiswa (Skripsi)*. Universitas Islam Riau.
- Rizky, N. J., & Soetjiningsih, C. H. (2021). Kepribadian (Five Factor Model) dan Psychological Distress pada Mahasiswa Penerima dan Bukan Penerima Beasiswa. *Philanthropy Journal of Psychology*, 5(2), 276. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i2.4441>
- Santi, K. (2020). Pengaruh Big Five Personality Dengan Kejadian Burnout Pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran. *JIMKI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 8(1), 64–70. <https://doi.org/10.53366/jimki.v8i1.39>
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja* (Edisi 11 J). Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th Editio). Amerika Serikat: John Wiley and Son.
- Sari, P. (2010). Coping Stres pada Remaja Korban Bullying di Sekolah “X.” *Jurnal Psikologi*, 8(2).
- Sari, S. A. P. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Baru Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta (Skripsi)*. Universitas Islam Indonesia.
- Shaifa, D., & Supriyadi, S. (2013). Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Asing di Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 72–83.

<https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p08>

- Siregar, S. (2020). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif* (F. Hutari, Ed.). PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Solikhah, Y. N. (2019). Hubungan antara Big Five Personality dengan Stress Akademik pada Mahasiswa Kedokteran. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Sulfasyah, S., & Arifin, J. (2016). Implikasi Pendidikan Nonformal Pada Remaja. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 4(2), 1–8. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v4i2.506>
- Suwartika, I., Nurdin, A., & Ruhmadi, E. (2014). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soediman (The Soediman Journal of Nursing)*, 9(3).
- Widiyastari, U. (2019). *Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren An-Nur Yogyakarta* (Universitas Mercu Buana Yogyakarta). Retrieved from <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/4706/>