

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP TINGKAT STRES
MAHASISWA SEMESTER AKHIR DALAM MENYUSUN
SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19**
**(Studi Pada Mahasiswa Jurusan BKI Angkatan 2017
IAIN Syekh Nurjati Cirebon)**

SKRIPSI



**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 2021 M / 1443 H**

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP TINGKAT STRES
MAHASISWA SEMESTER AKHIR DALAM MENYUSUN
SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19
(Studi Pada Mahasiswa Jurusan BKI Angkatan 2017
IAIN Syekh Nurjati Cirebon)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
IAIN Syekh Nurjati Cirebon



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 2021 M / 1443 H**

ABSTRAK

Resa Anjani . NIM 1708306011. PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA SEMESTER AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19 (Studi Pada Mahasiswa Jurusan BKI Angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)

Skripsi merupakan tugas akhir mahasiswa yang harus disusun sebagai salah satu syarat kelulusan. Dalam prosesnya, mahasiswa seringkali mengalami tekanan berupa stres ketika menyusun skripsi. Ditambah, pada tahun 2020 sampai tulisan ini ditulis yaitu Agustus 2021, mahasiswa harus mengerjakan skripsi ditengah situasi pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk : pertama, mengetahui gambaran efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Kedua, untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Ketiga, untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap tingkat stres mahasiswa semester akhir jurusan BKI angkatan 2017 dalam menyusun skripsi dimasa pandemi covid-19.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian survey. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 yang berjumlah 100 mahasiswa, dengan sampel 30 mahasiswa. Data di peroleh dengan menggunakan keusioner yang dikembangkan dari skala efikasi diri dan skala DASS-21 yang telah dimodifikasi untuk mengukur tingkat stres mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : pertama, mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 memiliki tingkat efikasi diri pada kategori tinggi dengan persentase 69,5%. Kedua, mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 memiliki tingkat stres pada kategori sedang dengan persentase 46,93%. Ketiga, terdapat arah pengaruh yang negatif antara efikasi diri terhadap tingkat stres mahasiswa yang menyusun skripsi dimasa pandemi dengan nilai koefisien korelasi sebesar (-0,337). Artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin rendah tingkat stres mahasiswa. Berdasarkan nilai koefisien korelasi dapat diketahui nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,138. Berdasarkan nilai tersebut, dapat diartikan bahwa variabel efikasi diri memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 13,8% terhadap tingkat stres mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Kata Kunci : Efikasi Diri, Tingkat Stres, Mahasiswa, Skripsi, Pandemi Covid-19

ABSTRACT

Resa Anjani. NIM 1708306011. THE INFLUENCE OF SELF-EFFICACY ON STRESS LEVEL OF STUDENTS WHO WRITE THESIS DURING THE COVID-19 PANDEMIC (Study on Students Majoring in BKI Class of 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)

Thesis is a student's final project that must be compiled as one of graduation requirement. In the process, students often experience pressure in the form of stress when writing a thesis. Plus, in 2020 until this was written, August 2021, students had to work on a thesis in the midst of a pandemic situation. This study aims to: firstly, to describe the self-efficacy of Islamic counseling guidance students class of 2017. Second, to describe the level of stress on students in Islamic counseling students of class 2017. Third, to determine the effect of self-efficacy on the stress level of final semester students majoring in BKI class of 2017 in writing thesis during the covid-19 pandemic.

The approach used in this research is quantitative with the type of survey research. The population in this study were all students of Islamic counseling guidance class 2017 totaling 100 students, with a sample of 30 students. Data was obtained using a questionnaire developed from the self-efficacy scale and the modified DASS-21 scale to measure student stress levels.

The results showed, Islamic counseling students of class 2017 had a level of self-efficacy in the high category with a percentage of 69.5% Second, Islamic counseling students from class 2017 had a stress level in the low category with a percentage of 46.93% Third, there was a direction of influence which is negative between self-efficacy on the stress level of students who write thesis during the pandemic with the coefficient value correlation of (-0.337). This means that the higher the level of self-efficacy, the lower the stress level of students. Based on the value of the correlation coefficient, it can be seen that the value of the coefficient of determination (R-Square) is 0.138. It means, 13,8% of the self efficacy contribute to the stress level of the 2017 Islamic Guidance Counseling students at IAIN Sheikh Nurjati Cirebon.

Keywords: ***Self Efficacy, Stress Level, Students, Thesis, the Covid-19 pandemic***

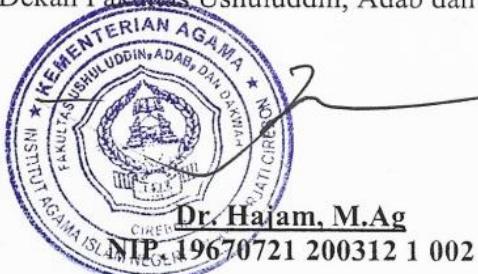
LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi (Studi Pada Mahasiswa BKI Angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)”** oleh **Resa Anjani, NIM: 1708306011**, telah dimunaqosahkan pada tanggal 27 Agustus 2021, di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

| Panitia Munaqosah | Tanggal | Tanda Tangan |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|
| Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001 | 01 - 09 - 21 | |
| Sekretaris Jurusan Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014 | 01 - 09 - 21 | |
| Penguji I H. Anisul Fuad, M. Si NIP. 19710506 200604 1 001 | 02 - 09 - 21 | |
| Penguji II Drs. Abd. Basit, M. Ag NIP. 19650514 199603 1 001 | 01 - 09 - 21 | |
| Pembimbing I Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014 | 01 - 09 - 21 | |
| Pembimbing II Dr. Anwar Sanusi, M.Ag NIP. 19710501 200003 1 004 | 01 - 09 - 21 | |

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. Hajam, M.Ag

NIP. 19670721 200312 1 002

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP TINGKAT STRES
MAHASISWA SEMESTER AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI DI
MASA PANDEMI COVID-19 (Studi Pada Mahasiswa BKI Angkatan 2017
IAIN Syekh Nurjati Cirebon)



NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan BKI (Bimbingan Konseling Islam)

IAIN Syekh Nurjati

di

Cirebon

Assalamualaikum wr. wb.

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini.

Nama : Resa Anjani

NIM : 1708306011

Judul : Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Mahasiswa BKI Angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di munaqosahkan.

Wassalamualaikum wr. wb.

Cirebon, 31 Agustus 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I
NIP. 19830705 201101 1 014

Dr. Anwar Sanusi, M. Ag
NIP. 19710501 200003 1 004

PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillaahirrahmaanirrahim

Saya yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Resa Anjani

NIM : 1708306011

Judul : Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Mahasiswa Jurusan BKI Angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa penulisan skripsi ini berdasarkan hasil penelitian dan pemaparan peneliti sendiri. Semua sumber dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam pedoman karya tulis ilmiah yang berlaku di IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Apabila dikemudian skripsi ini tebukti plagiat, maka peneliti bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Demikian pernyataan ini saya buat secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Cirebon, 31 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan



Resa Anjani
NIM 1708306011

RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap penulis adalah Resa Anjani, lahir di Kuningan, 20 Juni 1999. Penulis adalah putri dari Bapak Darwa dan Ibu Ati Rumnati. Merupakan anak pertama dari dua bersaudara, dan mempunyai seorang adik laki-laki. Saat ini penulis tinggal di Dusun Tiga, RT05/RW05, Desa Sindangjawa, Kecamatan Cibingbin, Kabupaten Kuningan.

Pendidikan Formal:

1. TK Al- Barkah Sindangjawa, lulus tahun 2005.
2. SDN 1 Sindangjawa, lulus tahun 2011.
3. SMPN 2 Cibingbin, lulus tahun 2014.
4. SMAN 1 Luragung, lulus tahun 2017.
5. IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, dari tahun 2017 dan lulus tahun 2021.



MOTTO HIDUP

“GOOD FOOD, GOOD PEOPLE, GOOD LIFE”

“DO MY BEST, SO I CAN LIVE WITH NO REGRETS”



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbila'lamin, puji syukur aku panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat, ridho dan karunianya, aku dapat menyelesaikan skripsi dengan lancar dan tetap sehat walafiat. Tak lupa, aku ingin berterimakasih kepada orang-orang yang senantiasa memberikan semangat dan do'a, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik. Karya yang sederhana nan banyak kurang nya ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orangtua ku, Bapa Darwa dan Mimih Ati Rumnati. Terimakasih banyak atas segala pengorbanan dan perjuangan untuk menyekolahkanku hingga aku bisa sampai pada titik ini. Terimakasih atas doa dan cinta kasih serta sayangnya yang tulus. Semoga doa dan cinta tulus kalian dibalas oleh Allah dengan doa yang selalu aku panjatkan agar bapa dan mimih selalu diberikan kebahagiaan, umur yang panjang dan kesehatan, serta dikelilingi oleh berkah yang melimpah. Semoga do'a kalian untuk anaknya agar kelak menjadi manusia yang sukses serta bisa bermanfaat untuk sesama, dapat membuat aku menjadi anak yang berguna dan mebahagiakan bapa dan mimih.
2. Adikku, Andhika Zailani yang baru masuk sekolah menengah atas. Semoga semangat mencari ilmu akan bermanfaat dan membuatmu sukses dikemudian hari. Terimakasih telah menjadi adik yang baik meskipun punya teteh yang kurang perhatian ini.
3. Teruntuk sohib terhebatku, Raihandinie Pelita Putri yang menjadi saksi bisu perjalanan kuliahku dari awal masuk sampai sekarang. Terimakasih udah sabar berteman dengan aku yang kadang nyebelin ini, terimakasih atas waktu-waktu menyenangkan ataupun menyebalkan yang kita habiskan bersama. *I'm really really treasure a lot our friendship. Let's be friend for a looong time, and see you on top.*
4. Teruntuk Yulianah, sohib paling sefrekuensiku, yang nyambung diajak ngobrol apapun bahasannya. Ayok kapan-kapan kita nonton konser K-pop bareng.

- 
5. Teruntuk sohib yang dari kalian aku belajar banyak hal, Najiyyatun Nuhyah dan Mba Biby Widhi Rahadi. Terimakasih atas pertemanan yang istimewa ini, aku nyesel gak kenal kalian lebih awal.
 6. Teruntuk sahabat jiwa, *partner* geng saat putih abu sampai sekarang, Mba Elin, Yovi, Dewi dan Ana. Semoga kita tetap berteman akrab untuk waktu yang lama.
 7. Teruntuk sahabat-sahabat kecil terlama dan terloyal yang pernah aku temui, Intan, Indah, Eca, Yanti, Uun, Nida, Reni, Eci, dan Nur, ayo tetap temenan sampe kita menua bersama.
 8. Teruntuk Jihan Nurfajriyah, yang *surprisingly* semangat kecilnya membuat aku banyak termotivasi. Dan Putri Setiani, terimakasih udah mau direpotkan dengan pertanyaan-pertanyaan seputar skripsi. Semoga kalian selalu sehat dan bahagia.
 9. Teman-teaman sekaligus keluarga BKI-A, terima kasih telah menemani kisah pencarian ilmu didunia perguruan tinggi ini, semoga kalian bisa sukses dalam jalan yang paling indah.
 10. *Last but not least, special thanks* kepada manusia-manusia favorit yang jauh dimata dekat dihati. Teruntuk bias per-Koreaanku, Suzy, INFINITE, Day6, dan masih banyak yang lain yang kalau kusebutkan listnya akan mengular sekali. Terkhusus, untuk Bang Chan, Lee Know, Changbin, Hyunjin, Felix, Seungmin, dan Jeongin the whole Stray Kids member. Terimakasih atas moral support yang tidak kalian sadari sudah menjadi motivasi dan inspirasiku dalam menghadapi *life crisis* yang tidak ada habisnya. Musik dan karya kalian berkali-kali menyelamatkanku disaat *down*, semoga suatu saat aku bisa bertemu kalian secara langsung, jadi tolong tetap solid, bahagia, dan sehat ya.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir semester akademik (Skripsi) dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya serta orang-orang yang selalu mengikuti sunahnya. Peneliti menyadari terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari peran dan bantuan berbagai pihak, untuk peneliti patut menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. H. Sumanta, M.Ag, Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
2. Dr. Hajam, M.Ag, Dekan Fakultas Usuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
3. Dr. Anwar Sanusi, M. Ag, Wadek III Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) sekaligus Pembimbing II. Terimakasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini.
4. Drs. H. Muzaki, M.Ag, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, FUAD Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon
5. Bapak Jaja Suteja, M.Pd.I, Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. dan Sekaligus Pembimbing I. Terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini.
6. Bambang Setiawan, M.Pd, Terima kasih banyak telah berkenan meluangkan waktunya untuk menjadi profesional judgment dalam mengoreksi kuesioner penelitian ini.
7. Segenap Dosen Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, khusunya Dosen Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberi ilmu yang bermanfaat kepada peneliti.
8. Ibu Tiwi Staff Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, FUAD Institut

Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon. Terimakasih telah membantu dalam membantu melengkapi data penulisan skripsi ini.

9. Bapak dan Ibu Staff Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah.
10. Kepada teman-teman BKI angkatan 2017 baik dari Kelas A, B dan C yang telah bersedia menjadi subjek penelitian serta meluangkan waktu untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
11. Rekan-rekan mahasiswa seperjuangan yang tidak dapat disebutkan satu per satu dan seluruh pihak yang telah membantu melancarkan dalam penyusunan skripsi ini, terkhusus untuk teman-teman BKI angkatan 2017, semoga kita semua menjadi orang-orang yang sukses dan bermanfaat.

Peneliti hanya dapat memohon kepada Allah SWT, semoga limpahan rahmat dan ridho-Nya tercurahkan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi, namun peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Cirebon, 19 Agustus 2021

Peneliti

Resa Anjani
NIM 1708306011

DAFTAR ISI

| | |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------|
| ABSTRAK | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | Error! Bookmark not defined. |
| NOTA DINAS..... | iv |
| PERNYATAAN KEASLIAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| RIWAYAT HIDUP | vi |
| MOTTO HIDUP | viii |
| PERSEMBERHAN..... | ix |
| KATA PENGANTAR..... | xi |
| DAFTAR TABEL | xvi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xvii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xviii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 6 |
| C. Tujuan Penelitian | 7 |
| D. Kegunaan Penelitian..... | 8 |
| E. Penelitian Terdahulu | 8 |
| BAB II KAJIAN TEORI..... | 12 |
| A. Dampak Pandemi Covid-19 Bagi Mahasiswa Semester Akhir | 12 |
| B. Efikasi Diri | 14 |
| 1. Pengertian Efikasi Diri..... | 14 |
| 2. Aspek-aspek Efikasi Diri | 16 |
| 3. Dimensi Efikasi Diri | 18 |
| 4. Sumber Efikasi Diri | 19 |
| C. Tingkat Stres | 20 |
| 1. Pengertian Stres | 20 |
| 2. Faktor Penyebab Stres..... | 22 |

| | | |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------|----|
| 3. | Tahapan Stres..... | 25 |
| D. | Mahasiswa dan Skripsi..... | 25 |
| 1. | Pengertian Mahasiswa | 25 |
| 2. | Ciri-ciri Mahasiswa..... | 27 |
| 3. | Peran Mahasiswa | 27 |
| 4. | Pengertian Skripsi | 28 |
| 5. | Karakteristik Skripsi | 29 |
| E. | Kerangka Berfikir..... | 30 |
| F. | Hipotetis Penelitian | 31 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 32 | |
| A. | Metode dan Jenis Penelitian..... | 32 |
| B. | Tempat dan Waktu Penelitian | 33 |
| C. | Definisi Operasional Variabel..... | 33 |
| 1. | Efikasi Diri (X) | 33 |
| 2. | Tingkat Stres (Y)..... | 34 |
| D. | Populasi dan Sampel | 35 |
| E. | Teknik Sampling | 35 |
| F. | Teknik Pengumpulan Data..... | 36 |
| 1. | Angket atau Kuisioner | 36 |
| 2. | Observasi..... | 36 |
| 3. | Dokumentasi | 37 |
| G. | Instrumen Penelitian..... | 37 |
| H. | Kisi-kisi Instrumen..... | 38 |
| 1. | Skala Efikasi Diri..... | 38 |
| 2. | Skala Tingkat Stres | 40 |
| I. | Validitas dan Reliabilitas Instrumen | 40 |
| 1. | Validitas | 40 |
| 2. | Reliabilitas | 44 |
| J. | Teknik Analisis Data..... | 45 |
| 1. | Analisis Statistik Deskriptif | 45 |
| 2. | Uji Normalitas..... | 46 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| 3. Uji Linearitas | 46 |
| 4. Uji Regresi Linier Sederhana..... | 46 |
| K. Kategorisasi Data Instrumen..... | 47 |
| 1. Kategorisasi Skala Efikasi Diri..... | 48 |
| 2. Kategorisasi Data Skala Tingkat Stres..... | 50 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 52 |
| A. Hasil Penelitian | 52 |
| 1. Gambaran Efikasi Diri Mahasiswa | 52 |
| 2. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa | 57 |
| 3. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa | 61 |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian | 65 |
| 1. Gambaran Efikasi Diri Mahasiswa | 65 |
| 2. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa | 68 |
| 3. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa | 70 |
| C. Keterbatasan Penelitian..... | 71 |
| BAB V PENUTUP..... | 72 |
| A. Simpulan | 72 |
| B. Saran..... | 73 |
| LAMPIRAN..... | |

DAFTAR TABEL

| | |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1 Perbandingan Penelitian Terdahulu | 10 |
| Tabel 3.1 Skoring Skala Efikasi Diri | 38 |
| Tabel 3.2 Skoring Skala Tingkat Stres | 38 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi Skala Efikasi Diri | 38 |
| Tabel 3.4 Kisi-kisi Skala DASS-21 | 40 |
| Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri | 41 |
| Tabel 3.6 Daftar Item Valid dan Gugur Skala Efikasi Diri..... | 43 |
| Tabel 3.7 Kriteria Reliabilitas | 44 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri | 45 |
| Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala DASS-21 | 45 |
| Tabel 3.10 Kategorisasi Data Instrumen | 48 |
| Tabel 3.11 Kategorisasi Skala Efikasi Diri | 49 |
| Tabel 3.12 Interpretasi Kategori Skala Efikasi Diri..... | 49 |
| Tabel 3.13 Kategorisasi Skala Tingkat Stres | 50 |
| Tabel 3.14 Interpretasi Kategori Skala Tingkat Stres | 51 |
| Tabel 4.1 Deskripsi Data Efikasi Diri | 52 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Umum Efikasi Diri... | 53 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Efikasi Diri Berdasarkan Aspek | 56 |
| Tabel 4.4 Deskripsi Data Tingkat Stres | 57 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Gambaran Umum Tingkat Stres | 58 |
| Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Aspek | 61 |
| Tabel 4.7. Hasil Uji Normalitas | 62 |
| Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas | 63 |
| Tabel 4.9 Hasil Uji Regresi | 64 |
| Tabel 4.10 Model Summary Hasil Uji Regresi..... | 64 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berfikir | 30 |
| Gambar 4.1 Diagram Pie Gambaran Umum Efikasi Diri | 53 |
| Gambar 4.2 Grafik Tingkat Aspek Efikasi Diri | 55 |
| Gambar 4.3 Diagram Pie Gambaran Umum Efikasi Diri | 58 |
| Gambar 4.4. Grafik Aspek Tingkat Stres..... | 59 |



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Professional Judgement Instrumen Efikasi Diri
- Lampiran 2. Instrumen Uji Coba Skala Efikasi Diri.....
- Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil Uji Coba Skala Efikasi Diri
- Lampiran 4. Instrumen Penelitian Paska Uji Coba
- Lampiran 5. Data Hasil Penelitian Skala Efikasi Diri
- Lampiran 5. Data Hasil Penelitian Skala Tingkat Stres

