

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL- BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

SKRIPSI



OLEH:

RANA MULIA PUTRI

(11960124909)

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

PEKANBARU

2023



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL- BEING* PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR YANG MENERJAKAN SKRIPSI**

Disusun Oleh:

RANA MULIA PUTRI

11960124909

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk di Munaqasyahkan dalam Sidang Panitia
Ujian Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif
Kasim Riau

Pekanbaru, 04 Juli 2023

Pembimbing

Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIP. 198403212019032009



PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :

Nama Mahasiswa : Rana Mulia Putri
NIM : 11960124909
Judul Skripsi : Hubungan antara Stress Akademik dan Dukungan Sosial dengan Psychological Wel-Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Diuji pada :

Hari / Tanggal : Selasa / 18 July 2023
Bertepatan dengan :

TIM PENGUJI

Ketua,

Dr. Masyhuri, M.Si
NIP. 197711022008011010

Sekretaris,

Elyusra Ulfa, M.Psi., Psikolog
NIP. 198403212009032009

Penguji I,

Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag, M.Si
NIP. 196510281989031005

Penguji II,

Dr. Sri Wahyuni, MA, M.Psi., Psikolog
NIP. 198006142006092002

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : RANA MULIA PUTRI
 NIM : 11960124909
 Tempat/Tgl. Lahir : Lumbok, 4 Juni 2001
 Prodi : S1 Psikologi

Judul ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*~~: **HUBUNGAN ANTARA SRES AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*~~ dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*~~ saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)*~~ saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 19 Juli 2023
 Yang membuat pernyataan



RANA MULIA PUTRI
NIM. 11960124909

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

**SURAT KETERANGAN
HASIL UJI KESAMAAN (SIMILARITY CHECK)
DENGAN SOFT WARE TURNITIN**
No. B-804/Un.04/F.VI/PP.00.9/06/2023

Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Fakultas Psikologi UIN Suska Riau menjelaskan bahwa telah dilakukan uji kesamaan (*Similarity check*) untuk mencegah terjadinya plagiasi dan duplikasi dengan menggunakan *software Turnitin* pada proposal skripsi mahasiswa berikut ini:

Nama Mahasiswa : Rana Mulia Putri
NIM : 11960124909
Judul Proposal : Hubungan Antara Stres Akademik dan Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog
Tanggal Uji Turnitin : 03 Juli 2023
Hasil Uji Turnitin : Tingkat Kesamaan Proposal (*Similarity Index*) yaitu 36% (Maksimal 40%)

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 03 Juli 2023
Wakil Dekan I,



Zunairul Khairi, M.Ag., M.Si
196510281989031005

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Di larang mengutip sebagian atau seluruhnya tulisan ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



MOTTO

”Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah : 286)

“Kehidupan yang baik adalah sebuah proses, bukan suatu keadaan yang ada dengan sendirinya”

(Carl Rogers)

”Setiap orang ada masanya, dan setiap masa ada orangnya”

(Anonim)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LEMBAR PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin atas ridha Allah SWT, peneliti dapat menyelesaikan pendidikan hingga sampai pada tahap menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti sampai pada tahap ini bukan semata-mata atas perjuangan peneliti sendiri melainkan banyak sosok inspiratif, yang berada di sekeliling peneliti yang tak hentinya memberikan dukungan, bantuan, dan nasehat selama ini.

Dengan memohon ridha Allah SWT, peneliti mempersembahkan hasil perjuangan ini untuk keluarga yang peneliti sayangi yaitu Ayahanda Junaidi, Ibunda Sardiana serta kakak dan adik yang senantiasa memberikan kasih sayang dan dukungan kepada peneliti. Semoga persembahan ini dapat mengukir senyuman dan membuat mereka bangga.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamin. Sembah sujud serta syukur penulis ucapkan atas rahmat serta karunia Allah SWT sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW karena berkat rahmat dan kebesaran-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : **Hubungan Antara Stres Akademik dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi.** terselesaikannya skripsi ini tidak luput dari dukungan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M. Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si selaku Wakil Dekan 1, Ibu Dr. Vivik Sofiah, M.Si selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Yuslenita Muda, M.Sc selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah membantu dan memudahkan peneliti dalam kelengkapan administrasi.
4. Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Prodi dan Ibu Ricca Angreini Munthe, M.A selaku Sekretaris Prodi. Terimakasih atas segala

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bantuannya baik di dalam maupun diluar proses penyelesaian proposal dan perkuliahan.

5. Bapak Dr. Harmaini, S.Psi., M.Si selaku Penasehat Akademik yang telah menyediakan waktu serta tenaga yang begitu sabar dalam menemani perjalanan yang panjang ini. Terima kasih untuk motivasi dan semangat yang telah bapak berikan.
6. Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah mau meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Semoga semua kebaikan Ibu dibalas oleh Allah SWT.
7. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si, selaku narasumber I, dan Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M.Psi selaku narasumber II, terima kasih banyak atas segala perbaikan, saran, masukan, dan arahan yang diberikan untuk penelitian ini. Atas perbaikan dan arahan tersebut banyak ilmu baru yang peneliti dapatkan sehingga membuat penelitian ini menjadi lebih baik. Semoga Allah senantiasa memberikan kebahagiaan, kesehatan serta melimpahkan nikmat-Nya.
8. Terima kasih banyak kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberikan bantuan, bimbingan, dan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan dan untuk masa yang akan datang.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua yang telah memberikan doa dan dukungan baik moril maupun materil. Orang tua tercinta, Bapak (Junaidi) dan Ibu (Sardiana) yang senantiasa melimpahkan kasih sayang dan selalu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberikan doa kepada peneliti. Terima kasih atas semangat dan dukungan penuh yang diberikan kepada peneliti, semoga Allah senantiasa membalas segala kebaikan bapak dan Ibu, semoga di segala aktivitas bapak dan Ibu selalu Allah kuatkan hati kita semua agar selalu berada dalam keimanan-Nya.

10. Terima kasih kepada Mufti Iqbal, S.Hut yang selalu memberikan dukungan, selalu ada disaat dibutuhkan, serta mau mendengarkan keluh kesah disetiap waktunya, terima kasih sudah selalu sabar dan selalu memberikan motivasi agar bisa lebih baik lagi.
11. Antri dan Siti selaku teman-teman peneliti. Terima kasih yang sangat besar dan mendalam karena telah menemani susah senang peneliti selama menempuh studi di perguruan tinggi.
12. Seluruh Responden yang sudah berbaik hati dalam membantu pengisian kuesioner, tanpa kalian tentulah peneliti tidak akan menyelesaikan penelitian ini.
13. Terima kasih kepada seluruh keluarga besar kelas B yang selalu memberikan *support* dan menjadi teman-teman yang menyenangkan.
14. Terakhir terima kasih kepada diri saya sendiri Rana Mulia Putri yang sudah mampu berjuang sejauh ini.

Pekanbaru, 19 Juli 2023

Peneliti



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI	
MOTTO	i
LEMBAR PERSEMBAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Masalah	10
D. Keaslian Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian	13
1. Manfaat Teoritis	13
2. Manfaat Praktis	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. <i>Psychological Well Being</i>	15
a. Definisi <i>Psychological Well Being</i>	15
b. Dimensi <i>Psychological Well Being</i>	17
c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi PWB	19
B. Stres Akademik	21
a. Definisi Stres Akademik	21
b. Aspek-Aspek Stres Akademik	23
c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Stres Akademik	24
C. Dukungan sosial	26
a. Definisi Dukungan Sosial	26
b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	27
c. Faktor-Faktor Memengaruhi Dukungan Sosial	28
D. Kerangka Berpikir	29
E. Hipotesis	34



BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Desain Penelitian	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian	35
C. Definisi Operasional	36
a. <i>Psychological Well Being</i>	36
b. Stres Akademik	37
c. Dukungan Sosial	38
D. Subjek Penelitian	38
a. Populasi	38
b. Sampel	39
c. Teknik Pengambilan Sampel	39
E. Metode Pengumpulan Data	40
1. Skala <i>Psychological Well-Being</i>	40
2. Skala Stres Akademik	41
3. Skala Dukungan Sosial	42
F. Validitas dan Reliabilitas	43
G. Teknik Analisis Data	51
H. Jadwal Penelitian	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Pelaksanaan Penelitian	52
B. Hasil Penelitian	53
1. Deskripsi Sampel Penelitian	53
2. Uji Asumsi	54
3. Uji Hipotesis	58
4. Kategorisasi Data Penelitian	62
C. Analisis Tambahan	64
D. Pembahasan	69
BAB V PENUTUP	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	89

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

Tabel 4.13	Gambaran Hipotetik dan Empirik <i>Psychological Well being</i>	62
Tabel 4.14	Kategorisasi Variabel <i>Psychological Well being</i>	63
Tabel 4.15	Gambaran Hipotetik dan Empirik Stres Akademik	63
Tabel 4.16	Kategorisasi Variabel Stres Akademik	63
Tabel 4.17	Gambaran Hipotetik dan Empirik Dukungan Sosial	64
Tabel 4.18	Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial	64
Tabel 4.19	<i>Crosstabs</i> Jenis Kelamin Dengan <i>Psychological Well Being</i>	64
Tabel 4.20	<i>Crosstabs</i> Jenis Kelamin Dengan Stres Akademik.....	65
Tabel 4.21	<i>Crosstabs</i> Jenis Kelamin Dengan Dukungan Sosial	65
Tabel 4.22	<i>Crosstabs</i> Semester Dengan <i>Psychological Well Being</i>	66
Tabel 4.23	<i>Crosstabs</i> Semester Dengan Stres Akademik	67
Tabel 4.24	Analisis Korelasi Dimensi Stres Akademik Dengan PWB	67
Tabel 4.25	Analisis Korelasi Dimensi Dukungan Sosial Dengan PWB	68
Tabel 4.26	Analisis Korelasi Dimensi <i>Psychological Well Being</i>	68

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Lembar Validasi Alat Ukur	89
Lampiran B Skala <i>Try Out</i>	138
Lampiran C Tabulasi Dara <i>Try Out</i>	150
Lampiran D Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas	160
Lampiran E Skala Penelitian	166
Lampiran F Tabulasi Data Penelitian	176
Lampiran G Uji Normalitas, Linearitas, Hipotesis, dan Analisis Tambahan...	190
Lampiran H Surat-Surat Penelitian	198
Lampiran I Tampilan <i>Google Form</i>	203

© Hak Cipta dimiliki UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hubungan Antara Stres Akademik dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi

Rana Mulia Putri

ranamulyaputri@gmail.com

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim

ABSTRAK

Berbagai hambatan dapat dirasakan oleh mahasiswa akhir dalam proses pengerjaan skripsinya sehingga dapat berpengaruh terhadap *psychological well being* yang dimiliki. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well being* pada mahasiswa akhir yaitu stres akademik dan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dengan 3 variabel. Sampel penelitian ini yaitu 129 mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui *google form* dengan menggunakan skala RPWB (*Ryff Psychological Well Being Scale*), PAS (*Peception of Academic Stress*), dan Skala Dukungan Sosial. Teknik analisis data yang digunakan yaitu korelasi *product moment* dari Pearson dan regresi linear berganda. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi ($F = 24,922$ dan $p = 0,000$). Sumbangsih stres akademik dan dukungan sosial adalah sebesar 28,3% dan sisanya 71,7% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : *Psychological Well Being*, Stres Akademik, Dukungan Sosial, Mahasiswa Tingkat Akhir

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Relationship Between Academic Stress and Social Support with Psychological Well Being in Final Year Students Working on Thesis

Rana Mulia Putri

Ranamulyaputri@gmail.com

Faculty of Psychology

University Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRACT

Various obstacles can be felt by final students in the process of working on their thesis so that they can affect their psychological well being. Several factors can affect psychological well-being in final students, namely academic stress and social support. This study aims to determine the relationship between academic stress and social support with psychological well being in final year students working on thesis. The research design uses correlational quantitative research with 3 variables. The subjects of this study were 129 final year students working on their thesis at the Faculty of Psychology UIN Sultan Syarif Kasim Riau using a purposive sampling technique. Data collection was carried out via a google form using the RPWB (Ryff Psychological Well Being Scale), PAS (Peception of Academic Stress) scale, and the Social Support Scale. The data analysis technique used is product moment correlation from Pearson and multiple linear regression. The results showed that there was a relationship between academic stress and social support with psychological well being in final year students working on thesis ($F = 24.922$ and $p = 0.000$). The contribution of academic stress and social support is 28.3% and the remaining 71.7% is influenced by other factors.

Keywords : Psychological Well Being, Academic Stress, Social Suport, Final Year Students

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu senantiasa mendambakan kehidupan yang sejahtera serta bahagia. Kesejahteraan dapat digolongkan menjadi beberapa bentuk, diantaranya kesejahteraan fisik, ekonomi, sosial, psikologis, dan lain sebagainya. Dari beberapa bentuk kesejahteraan tersebut, kesejahteraan psikologis merupakan salah satu bentuk kesejahteraan yang harus dimiliki oleh setiap individu tidak terkecuali mahasiswa. Kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh setiap individu dapat membuat individu terbebas dari adanya gangguan-gangguan psikologis dan dapat membuat individu berfungsi secara positif (Ryff, 1989). Selanjutnya kesejahteraan psikologis yang dimiliki mahasiswa dapat membuat dirinya lebih produktif dalam bidang akademik (Eva dkk., 2020).

Mahasiswa sebagai seorang pelajar akan melalui fase-fase dalam perkuliahan. Menurut Wahyudi (2019) mahasiswa menempuh empat fase perkuliahan. Fase pertama, mahasiswa berada pada semester awal yaitu semester satu dan selanjutnya memasuki semester dua, difase ini mahasiswa akan mulai beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan atau dunia perkuliahannya. Selanjutnya, pada fase ini mahasiswa juga mulai mencari banyak teman. Fase kedua mahasiswa mulai mengikuti proses perkuliahan yang semakin serius. Mahasiswa dituntut untuk dapat mengatur waktu dalam belajar, bermain, serta, berorganisasi. Selain itu pada fase kedua ini

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mahasiswa juga mulai melaksanakan praktikum. Fase selanjutnya yaitu pada fase ketiga mahasiswa akan dihadapkan dengan proses perkuliahan yang semakin serius. Hal ini disebabkan karena tugas sudah semakin banyak. Fase ke empat yang merupakan fase terakhir yaitu semester tujuh dan delapan, mahasiswa mulai menjalani proses magang dan mulai menyusun skripsi.

Setiap fase yang dilalui mahasiswa mempunyai tantangan tersendiri dalam menjalaninya, begitu juga pada saat fase keempat atau sudah memasuki fase mengerjakan skripsi. Saat menjadi mahasiswa tingkat akhir, salah satu tugas nyata dan pasti yang dimiliki mahasiswa adalah menyusun skripsi. Skripsi merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi mahasiswa untuk menyelesaikan studi (S1) (Kasiwulan dkk., 2019). Mahasiswa yang dapat menyelesaikan tugas akhir lebih cepat dapat membuat mahasiswa tersebut lulus dan wisuda dengan cepat juga.

Pengerjaan atau pembuatan skripsi tentunya memiliki tantangan tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir. Menyusun sebuah tugas akhir atau skripsi tentu berbeda dan tidaklah semudah mengerjakan makalah ataupun tugas-tugas mata kuliah biasanya. Banyak hal yang bisa menjadi hambatan dalam menyusun sebuah skripsi sehingga dapat membuat mahasiswa menjadi terbebani hingga tertekan.

Beberapa permasalahan yang sering di hadapi mahasiswa tingkat akhir adalah proses perbaikan skripsi yang dilakukan berulang-ulang, sulitnya mencari referensi, sulitnya menemui dosen pembimbing, lamanya *feedback*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dari dosen pembimbing, waktu melakukan penelitian yang terbatas, rasa takut untuk menemui dosen pembimbing yang mana hal ini tentu saja cenderung dapat membuat penundaan untuk menemui dosen (Aulia & Panjaitan, 2019; Oktafani, 2022). Selain itu, saat mengerjakan skripsi ada beberapa dosen yang idealis dan lama dalam merevisi skripsi (Pujantoro, 2020).

Fenomena mengenai sulitnya mengerjakan skripsi juga dihadapi oleh mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam menemukan permasalahan psikologis yang berhubungan dengan topik yang akan diteliti. Selanjutnya terdapat kesamaan variabel dengan mahasiswa lain yang membuat mahasiswa harus ganti judul atau menambah variabel penelitian (Elsi, 2008).

Banyaknya permasalahan serta tuntutan yang cenderung dirasakan mahasiswa tingkat akhir khususnya dalam mengerjakan skripsi dapat membuat mahasiswa menjadi tertekan dan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis yang dimiliki (Hatari & Setyawan, 2018). Istilah kesejahteraan psikologis juga dikenal dengan sebutan *psychological well being* (PWB). Seseorang dengan PWB yang baik dapat membuat hidupnya terbebas dari kesusahan atau yang berhubungan dengan masalah mental lainnya. Selain itu PWB juga dapat membuat seseorang mempunyai sikap yang positif terhadap diri, mempunyai kemandirian, menjalin hubungan yang baik dengan individu lain, adanya makna dalam hidup yang dijalani, dan mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri (Ryff, 1989). PWB yang baik cenderung dapat membuat seseorang hidup secara *wellness*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



(Kurniasari dkk., 2019). Artinya, sehat yang dimiliki bukan hanya dalam kesehatan fisik, melainkan juga dalam kesehatan jiwa yang membuat individu dapat merasa lebih bahagia dalam menjalani hidupnya.

Penelitian mengenai PWB telah banyak dilakukan sebelumnya diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Raju dkk. (2021) menunjukkan bahwa hanya 29,8% dari masyarakat India yang berusia 21-60 tahun yang memiliki PWB ditingkat yang baik sampai sangat baik. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Dodd dkk. (2021) menunjukkan bahwa terdapat 33,8% mahasiswa di Australia mempunyai taraf PWB yang rendah dan 31,5% mahasiswa yang mempunyai taraf PWB sangat rendah. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aulia dan Panjaitan (2019) juga menunjukkan bahwa 47,2% mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat PWB dalam kategori rendah.

Fenomena tentang rendahnya PWB pada mahasiswa juga dapat dijumpai di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suciana (2016). Berikut tabel kategorisasi PWB menurut Suciana.

Tabel 1.1
Kategorisasi PWB Oleh Suciana (2016)

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	44	34,4%
Sedang	70	54,7%
Tinggi	14	10,9%

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel diatas menunjukkan bahwa sebanyak 89,1% mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau mempunyai PWB dalam kategori yang sedang menuju rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa masih ada mahasiswa yang belum memiliki penerimaan diri yang baik, kurang memiliki hubungan positif dengan orang lain, belum memiliki kemandirian, belum memiliki tujuan hidup, kurang dalam penguasaan lingkungan dan kurang dalam mengembangkan dirinya. Adapun masalah PWB yang muncul pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Suska Riau ini yaitu bagaimana mahasiswa mengerjakan skripsi tidak menimbulkan stres atau efek negatif (Armal, 2016). Namun pada kenyataannya mahasiswa tingkat akhir di UIN Suska Riau mengalami permasalahan psikologis berupa stres dalam kategori yang tinggi (Hidayati, 2022).

Rendahnya PWB juga dapat mengindikasikan tingginya stres yang dialami oleh seseorang. Berbagai permasalahan yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir saat mengerjakan skripsi dapat memicu timbulnya stres yang akhirnya dapat membuat mahasiswa tidak sejahtera secara psikologis (Aulia & Panjaitan, 2019). Tingkat stres merupakan salah satu indikator kesejahteraan individu. Seseorang yang mampu dan pandai mengelola stres yang dirasakan maka akan sangat berpengaruh terhadap tingkat kualitas hidup orang tersebut. (Purnama, 2017).

Merujuk kepada survei yang dilakukan oleh Hidayati (2021) menunjukkan bahwa 84,7% mahasiswa UIN Suka Riau mengalami stres, cemas, kesal, tertekan, takut, khawatir, dan lain-lain. Tingginya tingkat stres

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

juga dapat ditemui pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2023) yang menyatakan sebanyak 47,8% mahasiswa mengalami stres akademik dengan kategori yang tinggi hingga sangat tinggi.

Tabel 1.2
Kategori Stres Akademik Oleh Dewi (2023)

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	16	6,6
Rendah	111	45,7
Tinggi	102	42
Sangat Tinggi	14	5,8

Hasil wawancara yang dilakukan oleh Maharani (2022) juga menunjukkan bahwa adanya indikasi stres akademik pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Hal ini dapat dilihat dari reaksi emosi negatif yang ditunjukkan mahasiswa tingkat akhir seperti ketakutan, gampang marah, murung, merasa tertekan, merasa khawatir, merasa malu dan potensi diri yang rendah.

Menurut Purnama (2017) stres merupakan suatu tekanan, desakan, ataupun respon emosional. Stres dalam konteks dunia pendidikan dikenal dengan istilah stres akademik (Rahmadani, 2014). Stres akademik merupakan suatu tekanan akibat pandangan subjektif seseorang terhadap suatu kondisi akademik yang dirasakan. Tekanan ini dapat melahirkan respon yang dialami individu berupa reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pikiran, reaksi emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan akademik (Barseli dkk., 2017).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian yang dilakukan oleh Clemente dkk. (2016) menunjukkan bahwa PWB berkaitan erat dengan stres yang dialami oleh individu. Stres mempunyai korelasi yang negatif serta signifikan dengan PWB. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia dan Panjaitan (2019) yang menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara PWB dan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya seseorang akan mempunyai tingkat PWB yang tinggi jika stres yang dialami berada dalam tingkat yang rendah, begitupun sebaliknya. Selanjutnya hasil penelitian Zakaria (2017) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang lebih dominan berada pada taraf yang sedang dengan persentase sebesar 86,5%.

Untuk mengatasi masalah ini perlu diberikan dukungan sosial terhadap mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Dukungan sosial dapat menekan tingginya tingkat stres akademik. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat mahasiswa tingkat akhir lebih mengembangkan sikap-sikap positif yang ada dalam dirinya dan dapat lebih produktif dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian mengenai stres akademik dan dukungan sosial juga telah banyak dilakukan sebelumnya diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Darmawanti (2022) menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara stres akademik dengan dukungan sosial pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai dukungan sosial yang tinggi dapat membuat rendahnya stres akademik yang dirasakan. Selain itu,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



tingginya dukungan sosial yang diterima seseorang juga dapat meningkatkan taraf PWB yang dimiliki (Szkody dalam Anandita, 2021).

Umumnya PWB dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dan salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa (Eva dkk., 2020). Hal ini juga disebabkan karena ciri masyarakat Indonesia yang cenderung kolektifis, artinya dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia akan saling bergantung satu sama lainnya.

Dukungan sosial yang dimaksud yaitu bagaimana seseorang dapat membentuk hubungan yang baik dengan lingkungan disekelilingnya. Seseorang dikatakan memiliki dukungan sosial jika orang tersebut dapat menjalin hubungan yang baik dengan lingkungannya. Hal ini secara tidak langsung menunjukkan bahwa individu tersebut telah mendapatkan dukungan dari lingkungannya. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial dapat membantu mahasiswa tersebut dalam menyelesaikan berbagai problematika yang ditemui (Eva dkk., 2020). Termasuk dalam pengerjaan skripsi. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai sumber diantaranya dukungan orang tua kepada anaknya, dukungan teman kepada temannya yang lain, dukungan dosen kepada mahasiswanya, dan lain sebagainya.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2021) menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan dan positif antara dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa tingkat akhir. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Pramudita

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



(2021) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa. Artinya seseorang yang mempunyai dukungan sosial yang tinggi juga dapat membuat tingginya taraf PWB yang dimiliki.

Stres akademik, dukungan sosial, dan PWB merupakan topik yang penting dan saling terkait dalam kehidupan manusia yang dapat menyebabkan perubahan diberbagai aktivitas dan kegiatan termasuk mahasiswa. Mahasiswa akhir yang mempunyai tingkat stres akademik yang rendah dan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari lingkungan sekitarnya akan berpengaruh terhadap *psychological well being*nya. *Psychological well being* yang baik dapat memberikan pengaruh positif terhadap kehidupan mahasiswa khususnya dalam mengerjakan skripsi.

Berdasarkan penjelasan diatas juga terlihat bahwa meskipun *psychological well being*, stres akademik, dan dukungan sosial sudah banyak diteliti sebelumnya, namun penelitian terhadap mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi masih perlu dilakukan mengingat masih rendahnya tingkat *psychological well being* dan tinggi stres akademik dikalangan mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Stres Akademik dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi”.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





B. Rumusan Masalah

Berikut rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Apakah ada hubungan antara stres akademik dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi?
2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi?
3. Apakah ada hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi
2. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi
3. Untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi.

D. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang memiliki variabel *psychological well being*, stres akademik dan dukungan sosial. Meskipun demikian, ada perbedaan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya, diantaranya:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Pramudita (2021) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Psychological Well-Being* Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta di Masa Pandemi Covid-19”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berkorelasi positif antara dukungan sosial dengan PWB. Persamaan penelitian terdapat pada kedua variabel yaitu dukungan sosial dan PWB, sedangkan perbedaannya terdapat pada variabel stres akademik, subjek, dan kata pandemi Covid-19 yang digunakan pramudita dalam judul penelitiannya. Selain itu perbedaannya juga terdapat pada teknik analisis yang digunakan Pramudita yaitu *Pearson's product moment*.
2. Penelitian Andarisa (2021) yang berjudul “Hubungan antara Stres dan *Psychological Well-Being* pada mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19”. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berkorelasi negatif antara stres dan PWB. Persamaan penelitian terdapat pada variabel terikat yaitu PWB. Persamaan selanjutnya terdapat dalam hal metode yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional. Selanjutnya perbedaannya terdapat pada variabel bebas yaitu stres. Peneliti menggunakan variabel bebas stres akademik. Selanjutnya perbedaannya juga terdapat dalam hal subjek dan kata pandemi Covid-19 yang digunakan Andarisa dalam judul penelitiannya. Selain itu, Andarisa menggunakan metode analisis data berupa korelasi *Pearson Product Moment*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Clemente dkk. (2016) yang berjudul “*Stres dan Psychological Well Being: An Explanatory Study of The Iranian Female Adolescents*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan terbalik yang signifikan antara stres dan PWB. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa yang memiliki hubungan baik dengan guru memiliki kemungkinan 54% lebih tinggi untuk mendapatkan PWB dibandingkan mereka yang tidak. Persamaan penelitian terdapat pada variabel PWB yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terdapat pada variabel stres. Peneliti menggunakan variabel stres akademik. Selanjutnya perbedaannya juga terdapat pada subjek yang digunakan.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Ofori dkk. (2018) yang berjudul “*Too Much Academic Stres: Implications on Interpersonal Relationships and Psychological Well-being among Final Year University of Ghana Students*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasakan tingkat stres akademik yang rendah memiliki hubungan interpersonal yang baik dan tingkat PWB yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang memiliki stres akademik yang tinggi. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu terdapat pada variabel PWB dan stres akademik. Selain itu persamaannya juga terdapat pada subjek yang digunakan yaitu mahasiswa tingkat akhir. Selanjutnya juga terdapat kesamaan dalam alat ukur PWB yang digunakan yaitu *Ryff Psychological Well-Being (RPWB)*. Terdapat perbedaan dalam

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



variabel hubungan interpersonal yang ada dalam penelitian Ofori ddk, sedangkan peneliti menggunakan tambahan variabel dukungan sosial. Perbedaan selanjutnya terdapat pada tempat dilakukannya penelitian.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Fuady (2020) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan *Psychological Well Being* Narapidana Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Pekanbaru”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial, resiliensi dan *psychological well being*. Persamaan penelitian terdapat pada variabel bebas yaitu dukungan sosial dan dan variabel terikat yaitu *psychological well being* serta desain penelitian yang digunakan. Selanjutnya terdapat perbedaan pada subjek, teknik pengambilan subjek, dan variabel resiliensi.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat baik dari segi teoritis maupun dari segi praktis.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan sumbangan informasi untuk memperkaya ilmu pengetahuan bagi disiplin ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi refleksi mahasiswa khususnya pada mahasiswa tingkat akhir dalam rangka memahami

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pentingnya pemahaman terkait *psychological well being*, stres akademik, dan dukungan sosial.

b. Bagi Fakultas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan dasar dalam membuat kebijakan agar dapat menyelesaikan permasalahan yang berhubungan dengan *psychological well being* dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir sehingga dapat meningkatkan akreditasi Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian yang lebih mendalam mengenai *psychological well being*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Psychological Well-Being*

a. Definisi *Psychological Well-Being* (PWB)

Psychological well being merupakan hal yang penting dan harus dimiliki oleh setiap orang. *Psychological well being* yang dimiliki oleh seseorang dapat membuat dirinya berfungsi secara positif. *Psychological well being* juga dikenal dengan istilah PWB.

Menurut Ryff (1989) PWB ialah suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri serta terhadap orang lain, dapat membuat keputusan sendiri, dapat mengendalikan tingkah lakunya sendiri, dapat membuat dan mengendalikan lingkungan yang kompatibel sesuai dengan kebutuhannya, serta berupaya mengeksplorasi serta meningkatkan diri. Ryff (1989) juga mengatakan bahwa PWB menunjukkan kesadaran seseorang akan pencapaian potensi-potensi yang dimilikinya serta kebahagiaan yang dapat dirasakan orang tersebut.

Selanjutnya Ryff (1996) juga menyebutkan bahwa PWB merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan fungsi psikologis seseorang yang mencakup konsepsi aktualisasi diri dari Maslow, pandangan Roger tentang orang yang berfungsi penuh, formulasi individuasi Jung, dan konsepsi kedewasaan Allport. Lebih lanjut PWB didefinisikan bersumber dari perspektif perkembangan rentang hidup,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang menekankan tantangan berbeda yang yang dihadapi pada berbagai fase siklus hidup.

Pendapat lain dari Chandra (2021) menyatakan bahwa PWB merupakan suatu evaluasi individu terhadap kejadian atau situasi yang dialaminya. Selanjutnya ia juga menambahkan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan yang baik tidak hanya terkait dengan hal-hal yang bersifat kesenangan saja, melainkan lebih bersifat kepada berfungsinya individu secara menyeluruh dan positif.

Pendapat lain dari Fajhriani (2020) menyatakan bahwa *psychological well being* merupakan suatu pencapaian dari potensi psikologis individu dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, mengembangkan hubungan baik dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungan, menjadi pribadi yang mandiri, memiliki tujuan hidup, dan terus berkembang secara personal. Ozen (dalam Cardak, 2013) menyebutkan bahwa PWB seseorang tergantung dari berfungsinya secara positif aspek-aspek tertentu yang ada dalam dirinya. Hal ini dapat dilihat dari hubungan yang dijalin dengan orang lain, mempunyai tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, mampu menerima keadaan dirinya serta masa lalunya, mampu dalam membuat dan mengambil keputusan, serta dapat mengembangkan potensi-potensi diri.

Definisi mengenai PWB juga dikemukakan oleh Keyes, Shmotkin, & Ryff (dalam Akin, 2008) yang menyatakan bahwa PWB merupakan keadaan seseorang yang mampu menganalisis pemikirannya sendiri, mengevaluasi diri sesuai dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



standar diri sendiri, membuat pilihan yang tepat sesuai dengan keadaan diri sendiri, serta bekerja menuju tujuan yang telah ditetapkan untuk diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan beberapa ahli di atas, maka definisi PWB pada penelitian ini mengacu pada pendapat dari Ryff (1989) yaitu suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri, dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, mempunyai tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, dapat mengembangkan potensi-potensi diri, dapat mengevaluasi diri serta dapat membuat keputusan sesuai dengan kebutuhan dan keadaan dirinya.

b. Dimensi-Dimensi *Psychological Well-Being* (PWB)

Ryff & Singer (1996) menetapkan dimensi-dimensi *Psychological well-being*, diantaranya:

1. Penerimaan diri (*Self accepted*)

Kriteria kesejahteraan yang paling sering muncul adalah penerimaan diri individu. Hal ini didefinisikan sebagai fitur utama kesehatan mental serta karakteristik aktualisasi diri, fungsi optimal, dan kedewasaan. *Lifespan theory* juga menekankan penerimaan diri sendiri dan kehidupan masa lalu seseorang. Dengan demikian, memegang sikap positif terhadap diri sendiri muncul sebagai karakteristik sentral dari fungsi psikologis yang positif.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relationship with others*)

Teori terdahulu menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. Aktualisasi

diri digambarkan memiliki perasaan empati dan kasih sayang yang kuat untuk semua manusia dan mampu memiliki cinta yang lebih besar, persahabatan yang lebih dalam, dan identifikasi yang lebih lengkap dengan orang lain. Hubungan yang hangat dengan orang lain diajukan sebagai kriteria kedewasaan. Dengan demikian, pentingnya hubungan positif dengan orang lain ditekankan dalam konsep kesejahteraan psikologis.

3. Otonomi (*Autonomy*)

Literatur terdahulu menekankan pada kualitas seperti penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan pengaturan perilaku. Seseorang yang berfungsi penuh digambarkan memiliki fokus evaluasi kehidupan internal, dimana seseorang tidak mencari persetujuan orang lain, tetapi mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi.

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya didefinisikan sebagai karakteristik kesehatan mental. Perkembangan rentang hidup digambarkan membutuhkan kemampuan untuk memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks. Teori-teori ini menekankan kemampuan seseorang untuk maju di dunia dan mengubahnya secara kreatif melalui aktivitas fisik atau mental.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. Tujuan hidup (*Purpose of life*)

Kesehatan mental mencakup keyakinan yang memberi seseorang perasaan bahwa ada tujuan dan makna hidup. Definisi kedewasaan juga menekankan pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup, rasa keterarahan, dan intensionalitas. Seseorang yang mempunyai tujuan hidup akan membuat lebih produktif dan kreatif atau mencapai integrasi emosional dikemudian hari. Dengan demikian, seseorang yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan arah, yang semuanya berkontribusi pada perasaan hidup yang bermakna.

6. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Fungsi psikologis yang optimal tidak hanya mengharuskan seseorang mencapai karakteristik sebelumnya, tetapi juga harus mengembangkan potensinya untuk tumbuh dan berkembang sebagai pribadi.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dimensi-dimensi dari PWB terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff (dalam Andarisa, 2021) ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being* antara lain:

a. Dukungan Sosial

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Gambaran sikap yang dapat menunjang seseorang dengan bersumber pada emosi positif dari orang-orang yang berarti dalam hidup, terutama dari lingkungan keluarga.

b. Kepribadian

Seseorang yang mempunyai kepribadian atau karakter yang suka berteman dengan orang lain, penuh semangat, dan dapat mengendalikan hubungannya dengan orang lain akan meningkatkan emosi yang positif.

c. Usia

PWB dapat berkembang bersamaan dengan berkembangnya usia individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang berusia diatas 50 tahun mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan individu yang mempunyai usia dibawah 50 tahun. Hal ini dikarenakan bahwa setelah berusia 50 tahun individu akan cenderung memiliki masalah dengan fisiknya dan dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologinya (Stonea dalam Raju et al., 2021).

d. Jenis Kelamin

Perempuan cenderung mempunyai taraf PWB yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena perempuan cenderung lebih mudah merasakan stres dibandingkan laki-laki (Raju et al., 2021). Perempuan cenderung memiliki skor yang lebih tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain.

e. Sosial Ekonomi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Faktor ini berkaitan dengan dengan jenjang sosial. Individu yang mempunyai pendapatan yang rendah cenderung lebih banyak mengalami gangguan psikologis (Caron & Jitender dalam Raju et al., 2021).

f. Stres

Stres menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat PWB dalam diri individu (Siddique, D'Arcy; Sarina dalam Andarisa, 2021). Stres mempunyai hubungan yang negatif dengan PWB (Andarisa, 2021). Artinya semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh seseorang maka akan semakin rendah PWBnya.

Berdasarkan penjelasan beberapa ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat memengaruhi *psychological well being* terdiri dari dukungan sosial, kepribadian, usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi, serta stres.

B. Stres Akademik

a. Definisi Stres Akademik

Stres dianggap sebagai suatu reaksi fisiologis individu yang mana mekanisme pertahanan yang beragam ikut berperan untuk menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau tuntutan yang meningkat (Radillo dkk., 2014). Selanjutnya menurut Sarafino (2011) menyebutkan bahwa stres adalah suatu keadaan seseorang yang tidak bisa mengendalikan atau mengatur tuntutan-tuntutan yang berasal dari luar yang dapat memunculkan perasaan tegang serta tidak nyaman dalam dirinya.

Stres yang terjadi dalam lingkungan sekolah atau pendidikan disebut dengan stres akademik (Rahmadani, 2014). Menurut Bedewy dan Gabriel (2015) stres akademik merupakan suatu tekanan akademik yang muncul karena adanya situasi akademik yang menantang dan menyebabkan seseorang memiliki persepsi subjektif terhadap ketidakmampuan dalam menangani tuntutan lingkungan. Lebih lanjut Bedewy dan Gabriel (2015) menambahkan bahwa stres akademik ini dapat disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan dan kekhawatiran dalam mengikuti ujian. Menurut Ofori dkk. (2018) Stres akademik mengacu kepada suatu situasi yang dirasakan oleh seseorang bahwa mereka telah disibukkan dengan pekerjaan akademik dan timbulnya perasaan ragu dan tertekan untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut.

Pendapat lain dari Barseli dkk. (2017) yang menyebutkan bahwa stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu keadaan akademik. Tekanan ini dapat membentuk respon yang dirasakan seseorang berupa reaksi fisik, perilaku, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka definisi stres akademik pada penelitian ini mengacu pada pendapat dari Bedewy dan Gabriel (2015) yaitu suatu tekanan akademik yang muncul karena adanya situasi yang menantang sehingga menimbulkan persepsi subjektif terhadap keadaan tersebut yang dapat melahirkan respon berupa reaksi fisik, perilaku, maupun emosi negatif.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



b. Aspek-Aspek Stres Akademik

Menurut Bedewy dan Gabriel (2015) terdapat tiga aspek stres akademik, diantaranya :

1. Aspek yang berhubungan dengan ekspektasi akademik

Ekspektasi akademik ini cenderung berhubungan dengan harapan dan keinginan dari dosen dan orang tua peserta didik dalam memilih jenjang karir tertentu atau mendapatkan nilai yang baik sewaktu ujian.

2. Beban Tugas dan Ujian

Pandangan mengenai tugas dan ujian yang terlalu sulit cenderung dapat membuat seseorang menjadi tertekan. Seseorang cenderung mengalami rasa takut terhadap kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi dimasa depan seperti timbulnya kegagalan. Selain itu banyak tugas yang diberikan dosen juga dapat menjadi sumber timbulnya stres pada mahasiswa (Shah dalam Badewy dan Gabriel, 2015).

3. Aspek yang berhubungan dengan persepsi diri akademik

Persepsi diri mahasiswa terhadap dirinya sendiri sangat berpengaruh terhadap munculnya stres akademik. Mahasiswa yang mudah cemas, tidak percaya diri, dan merasa kurang kemampuan akan lebih mudah terkena stres.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek stres akademik terdiri dari ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa.



c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Stres Akademik

Menurut Yusuf & Yusuf (2020) ada beberapa faktor yang memengaruhi stres akademik, diantaranya :

1. *Self Efficacy*

Self efficacy merupakan suatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang tentang kemampuannya dalam melakukan suatu tugas tertentu. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa *Self Efficacy* mempunyai hubungan negatif yang signifikan dengan stres akademik, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Sagita, Daharnis, dan Syahniar (2017).

2. *Hardiness*

Hardiness merupakan suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu lebih kuat dan tahan terhadap stres yang dihadapi. *Hardiness* mempunyai korelasi negatif yang signifikan dengan stres akademik (Putri & Sawitri, 2017).

3. *Optimisme*

Optimisme merupakan suatu pandangan seseorang mengenai sesuatu hal yang baik, dapat berpikir secara positif, serta memberikan makna bagi diri. Penelitian yang dilakukan oleh Huan, Yeo, Ang dan Chong (2006) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *optimisme* dan stres akademik.

4. Motivasi Berprestasi

Hasil penelitian Mulya & Indrawati (2016) menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan stres akademik. Artinya motivasi berprestasi dapat menekan tinggi stres akademik.

5. Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan seseorang dalam menunda-nunda tugas yang hendak dikerjakan. Penelitian yang dilakukan oleh Sharma & Kaur (2011) menunjukkan bahwa prokrastisi dapat menjadi salah satu penyebab timbulnya stres akademik.

6. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu bentuk dukungan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain yang dapat berupa dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan pertemanan, dan dukungan instrumental. Dukungan sosial dapat diperoleh seseorang dari orang tua, teman, dosen, dan lain-lain. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Darmawanti (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dan stres akademik.

Dari beberapa penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh *self-efficacy*, *hardiness*, *optimism*, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dan dukungan sosial.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Dukungan Sosial

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

a. Definisi Dukungan Sosial

Sarafino dkk. (2015) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi seseorang yang mendapatkannya dari orang atau kelompok lain. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa ia dapat dicintai, dihargai, dan bagian dari jaringan sosial yang dapat membantu pada saat dibutuhkan.

Selanjutnya menurut Taylor (2011) dukungan sosial didefinisikan sebagai persepsi atau pengalaman yang dirasakan oleh seseorang bahwa ia dicintai dan diperhatikan oleh orang lain, dihargai, dan menjadi bagian dari jaringan sosial yang terdiri dari bantuan dan kewajiban yang bersifat timbal balik. Hal yang senada juga disebutkan oleh Zimet et al. (1988) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan dukungan yang diterima oleh individu dari orang-orang terdekatnya seperti dari keluarga, teman, dan dari orang-orang penting lainnya yang ada didekat individu tersebut.

Pendapat lain dari Shumaker dan Brownell (1984) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertukaran sumber daya antara dua orang atau lebih yang bertindak sebagai penyedia bantuan dan penerima bantuan yang bermaksud untuk membantu atau meningkatkan kesejahteraan penerima bantuan tersebut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan penjelasan beberapa ahli diatas, definisi dukungan sosial penelitian ini mengacu pada pendapat dari Sarafino dkk. (2015) yaitu suatu dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang-orang di lingkungan sekitarnya berupa kepedulian, penghargaan, atau bantuan lainnya yang membuat seseorang merasakan kenyamanan, dicintai, dihargai, dan diterima berada dalam lingkungan tersebut.

b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Cutrona & Gardner, dan Uchino (dalam Sarafino dkk. 2015) dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek, diantaranya :

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merupakan suatu bentuk dukungan yang diberikan seseorang yang meliputi rasa empati, kepedulian, serta perhatian yang dapat membuat seseorang merasa nyaman dan merasa dicintai ketika berada dalam lingkungan tersebut.

2. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental juga di sebut sebagai dukungan nyata yaitu dukungan yang melibatakan bantuan secara langsung. Dukungan ini dapat berupa pinjaman atau pemberian uang kepada orang lain.

3. Dukungan Informasional

Dukungan informasional merupakan suatu bentuk dukungan berupa pemberian saran, nasehat, dan arahan kepada orang lain. Contohnya dapat dilihat ketika seseorang yang mengalami sakit

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendapatkan informasi dari keluarga maupun dokter tentang cara mengobati sakit yang diderita.

4. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini menunjukkan adanya ungkapan secara positif menilai ide, performa, dan perasaan orang lain.

5. Dukungan Pertemanan

Dukungan pertemanan meliputi ketersediaan seseorang untuk meluangkan waktu bersama orang lain. Hal ini dapat membuat seseorang memiliki rasa keanggotaan dalam suatu kelompok.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan aspek-aspek dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan penghargaan dan dukungan pertemanan.

c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (dalam Mahendra, 2022) terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi dukungan sosial sebagai berikut:

1. Penerima dukungan (*recipient*)

Penerima dukungan maksudanya ialah seseorang yang dengan senang hati menerima pertolongan atau bantuan dari orang lain kepada dirinya. Seseorang yang tidak mendapatkan dukungan dari orang lain cenderung disebabkan oleh sifat mereka yang tidak ramah serta enggan membantu orang lain yang ada disekitar mereka.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Penyedia Dukungan (*Provider*)

Penyedia dukungan maksudnya ialah seseorang yang dapat menyediakan atau memberikan dukungan yang dibutuhkan orang lain. Penyedia dukungan dapat berupa orang tua, saudara, guru, teman dekat, dan lain sebagainya.

3. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Komposisi yang dimaksud adalah adanya penyedia dukungan seperti keluarga, kerabat, teman, dll. Selanjutnya struktur jaringan sosial yaitu hubungan seseorang dengan orang lain yang dijumpai. Hubungan seseorang terhadap orang yang sering dihubungi dan dijumpainya itu dapat meningkatkan rasa percaya akan bantuan yang diberikan kepadanya.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor dukungan sosial terdiri dari penerima dukungan, penyedia dukungan, komposisi dan struktur jaringan sosial.

D. Kerangka Berpikir

Skripsi merupakan salah satu bentuk tugas akhir yang merupakan persyaratan yang harus diselesaikan mahasiswa sebelum dapat memperoleh gelar sarjana. Umumnya setiap mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsinya. Kenyataannya, banyak masiswa yang tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan permasalahan yang dihadapi mahasiswa saat mengerjakan skripsi.

Setiap mahasiswa cenderung mempunyai permasalahannya tersendiri saat mengerjakan skripsi. Diantara beberapa permasalahan yang sering di hadapi mahasiswa tingkat akhir adalah proses perbaikan skripsi yang dilakukan berulang-ulang, sulitnya mencari referensi yang sesuai, sulitnya menemui dosen pembimbing. Selain itu, lamanya *feedback* dari dosen pembimbing, waktu melakukan penelitian yang terbatas, rasa takut untuk menemui dosen pembimbing yang mana hal ini tentu saja cenderung dapat membuat penundaan untuk menemui dosen (Aulia & Panjaitan, 2019).

Berbagai permasalahan yang dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam mencapai PWB yang optimal (Ismail & Indrawati, 2013). Hal ini tentu dapat membuat rendahnya PWB pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Rendahnya PWB yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi merupakan salah satu indikator yang menunjukkan bahwa tingginya tingkat stres yang dimiliki mahasiswa (Pujantoro, 2021). Stres yang terjadi dalam lingkup dunia pendidikan disebut dengan stres akademik (Ramadani, 2014).

Stres merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat PWB pada diri seseorang (Shiddique dalam Andarisa, 2021). Individu yang mampu mengelola stres dengan baik maka akan berpengaruh terhadap kualitas hidupnya (Purnama, 2019). Begitu juga dengan mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi. Mahasiswa akhir yang mampu mengelola stres akademik yang dirasakan dengan baik serta memiliki PWB yang baik dapat berpengaruh terhadap pengerjakan skripsi yang dilakukan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Terdapat tiga aspek stres menurut Badewy dan Gabriel (2015). Pertama yaitu aspek yang berhubungan dengan eskpektasi akademik. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa tekanan dari orang tua dan ekspektasi dari dosen berhubungan dengan stres (Tangede dalam Fatimah, 2021). Individu yang merasa tertekan karena orang lain akan menimbulkan rasa ketidaknyamanan dalam dirinya dan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dapat dilihat dari terciptanya hubungan yang baik dengan orang lain dan dapat membangun emosi yang lebih positif.

Aspek yang kedua yaitu beban tugas dan ujian. Aspek ini cenderung berkontribusi pada stres dan kecemasan yang dirasakan (Harikira dalam Fatimah, 2021). Individu yang merasa terbebani dalam melakukan sesuatu cenderung dapat membuat kurang optimalnya pekerjaan tersebut dilakukan. Selain itu, adanya beban tugas yang dirasakan juga menandakan bahwa kurangnya penguasaan lingkungan yang dimiliki. Pwb yang baik membuat individu dapat menguasai lingkungannya dengan baik yang sesuai dengan keadaan dirinya sehingga tidak terbebani oleh hal apapun.

Aspek ketiga yaitu persepsi diri akademik. Salah satu faktor yang berhubungan dengan persepsi diri akademik yaitu karakteristik kepribadian (Bedewy & Gabriel, 2015). Mahasiswa yang tidak percaya diri, mudah cemas, dan merasa kurangnya kemampuan diri akan lebih mudah terkena stres. Hal ini jika dikaitkan dengan *psychological well being* dapat berpengaruh terhadap penerimaan diri yang dimiliki. Seseorang yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



mempunyai PWB yang baik dapat dilihat dari bagaimana seseorang tersebut menerima dirinya dan mempunyai sikap positif terhadap dirinya.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa stres akademik mempunyai korelasi negatif dengan PWB. Salah satu penelitian yang menunjukkan hal tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh Aulia dan Panjaitan (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa akan mempunyai tingkat PWB yang tinggi jika taraf stres akademik yang dirasakan rendah.

Sebagai mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi perlu dikembangkan PWB untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Berbagai permasalahan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir saat mengerjakan skripsi perlu diberikan bantuan. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Bamberger (2009) yang mengatakan bahwa salah satu cara untuk menyelesaikan masalah adalah dengan meminta bantuan. Bentuk bantuan yang dapat diperoleh mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi salah satunya yaitu berupa dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan PWB (Ryff, 1989). Dukungan sosial yang diterima seseorang dapat membantunya dalam mencapai PWB yang optimal. Dukungan sosial terdiri dari lima aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan penghargaan, dan dukungan pertemanan. Jika dikaitkan dengan PWB, seseorang yang mempunyai dukungan sosial dari

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



lingkungan sekitarnya akan menggambarkan hubungan yang positif dengan orang lain.

Penelitian-penelitian terdahulu cenderung menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai korelasi yang signifikan dengan PWB. Hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Sari (2021) dan penelitian yang dilakukan oleh Pramudita (2021). Kedua penelitian diatas menunjukkan hasil yang sama bahwa adanya korelasi antara dukungan sosial dan PWB. Hal ini juga menunjukkan bahwa seseorang yang mempunyai dukungan sosial yang tinggi dapat berpengaruh terhadap tingginya taraf PWB yang dapat dirasakan

Tingginya dukungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa dapat memudahkannya dalam menghadapi permasalahan dalam hidup. Begitu pula pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Tingginya dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa dapat memungkinkan dirinya untuk melakukan tindakan yang maksimal dalam menyusun skripsi.

Berdasarkan pemaparan diatas, stres akademik dan dukungan sosial mempunyai peranan penting terhadap PWB. Pada dasarnya untuk dapat meningkatkan PWB pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, mahasiswa tersebut cenderung harus dapat terbebas dari adanya tekanan yang bersifat mengancam atau stres akademik serta mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang terdekat dan lingkungan tempat tinggal. Tingginya dukungan sosial dapat menekan tingkat stres akademik serta dapat membantu mahasiswa tingkat akhir untuk mencapai PWB yang optimal (Savares dalam Aprilia & Nono, 2022). Dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



sedang mengerjakan skripsi berupa pemberian semangat, perhatian, kepedulian, informasi, kasih sayang, dan bantuan moril.

E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian yaitu :

1. Terdapat hubungan yang negatif antara stres akademik dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi
2. Terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi
3. Terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan teknik korelasional. Tujuan penelitian ini dilakukan yaitu untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan PWB pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan tiga variabel, yaitu dua variabel bebas (*independent*) dan satu variabel terikat (*dependent*). Berikut identifikasi tiga variabel sebagai berikut.

- a. Variabel (*independent*) (X_1) : Stres Akademik
 Variabel (*independent*) (X_2) : Dukungan Sosial
- b. Variabel (*dependent*) (Y) : *Psychological Well-Being*

UIN SUSKA RIAU

C. Definisi Operasional

Definisi operasional harus ditetapkan agar tidak terjadi kesalahan dalam melakukan penelitian nantinya. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut.

a. *Psychological Well being*

Psychological well being adalah suatu keadaan seseorang yang memiliki penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, tujuan dalam hidup, penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Seseorang yang mempunyai skor PWB yang tinggi ditandai dengan:

1. Memiliki sikap positif terhadap diri, mengakui dan menerima aspek diri, dan merasa positif dengan kehidupan yang lampau.
2. Memiliki hubungan yang hangat, saling percaya dengan orang lain, peduli, empati dan mempunyai kasih sayang.
3. Dapat menentukan nasib sendiri, mandiri, mampu melawan tekanan sosial, dan mampu mengatur perilaku.
4. Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan, dapat mengontrol rangkaian aktivitas yang kompleks, dan memanfaatkan peluang sekitar secara efektif.
5. Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa terarah, merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. Memiliki perasaan untuk terus berkembang, terbuka untuk pengalaman baru, dan memiliki kesadaran untuk mewujudkan potensi diri.

Selanjutnya skor PWB yang rendah ditandai dari hal-hal berikut ini, diantaranya:

1. Tidak puas dengan diri sendiri dan kecewa dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya sebelumnya.
 2. Memiliki sedikit hubungan yang dekat dan saling percaya dengan orang lain serta merasa sulit untuk bersikap hangat dan terbuka dengan orang lain.
 3. Peduli dengan harapan dan evaluasi orang lain dan dapat menyesuaikan diri dengan tekanan sosial yang ada.
 4. Kesulitan untuk mengatur urusan dalam kehidupan sehari-hari dan tidak memiliki rasa kontrol atas dunia luar
 5. Kurang memiliki arti hidup dan tidak memiliki arah dalam hidup.
 6. Memiliki rasa stagnasi pribadi, merasa bosan dan tidak tertarik dengan hidup.
- b. Stres Akademik

Stres akademik adalah suatu tekanan akademik yang muncul karena adanya situasi akademik yang menantang yang berkaitan dengan ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, serta persepsi akademik yang ditandai dengan:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Ekspektasi teman sebaya dan tenaga pendidik serta ekspektasi orang tua
 2. Kurangnya waktu, banyaknya tugas yang diberikan, dan ujian yang sulit
 3. Persepsi positif dan negatif
- c. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu dukungan yang diterima dari seseorang atau dari kelompok lain yang dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, penghargaan, dan pertemanan yang ditandai dengan :

1. Merasa dimengerti, dipedulikan, dan diberi perhatian
2. Mendapat apresiasi positif, dan perbandingan positif
3. Mendapat bantuan secara materi dan jasa
4. Mendapat bantuan saran dan umpan balik untuk memecahkan masalah
5. Merasa dianggap sebagai bagian dari suatu kelompok dan melakukan aktivitas bersama.

D. Subjek Penelitian**a. Populasi Penelitian**

Populasi merupakan kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau Angkatan 2016-2019 yang

berjumlah sebanyak 312 orang (Data Akademik Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2022/2023).

b. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi sehingga yang dipelajari dari sampel itu dapat mewakili keseluruhan populasi (Sugiyono, 2013). Menurut Roscoe (dalam Azwar, 2017) menyebutkan bahwa sampel yang berukuran $n > 30$ dan $n < 500$ adalah cukup layak bagi penelitian pada umumnya. Oleh karena itu peneliti menetapkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 129 sampel.

c. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *Nonprobability sampling*. *Nonprobability sampling* merupakan teknik sampling yang tidak memberikan setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiono, 2013). Penentuan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono, 2013). Partisipan dipilih kriteria-kriteria tertentu. Adapun kriteria sampel yang dipilih dalam penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa/i aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
2. Sedang dalam proses pengerjaan skripsi
3. Telah mendapatkan SK Pembimbing.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan model skala *psychological well being*, stres akademik, dan dukungan sosial.

1. *Psychological well being*

Penelitian ini menggunakan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (RPWBS) versi Bahasa Indonesia yang disusun berdasarkan dimensi-dimensi *psychological well being* dari Ryff (1995) yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala ini terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Peneliti melakukan modifikasi terhadap *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (1995). Modifikasi dilakukan dengan menambahkan 3 aitem pada setiap dimensinya yang mana total seluruh aitemnya menjadi 36 aitem. Selanjutnya peneliti hanya akan menggunakan 18 aitem dengan nilai indeks daya beda tertinggi pada setiap dimensi. Pernyataan-pernyataan ini terdiri dari tujuh alternatif jawaban. Pernyataan *favorable* terdiri dari beberapa skor yaitu 7 = sangat sesuai, 6 = agak sesuai, 5 = sedikit sesuai, 4 = netral, 3 = sedikit tidak sesuai, 2 = agak tidak sesuai, dan 1 = sangat tidak sesuai. Selanjutnya skor untuk pernyataan *unfavorable* yaitu 1 = sangat sesuai, 2 = agak sesuai, 3 = sedikit sesuai, 4 = netral, 5 = sedikit tidak sesuai, 6 = agak tidak sesuai, dan 7 = sangat tidak sesuai.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.1
Blueprint skala Psychological Well-Being

No	Dimensi	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
1	Penerimaan Diri	1, 2, 19, 20	5, 23	6
2	Hubungan Positif dengan orang lain	13, 31	6, 16, 24, 34	6
3	Otonomi	17, 18, 35, 36	15, 33	6
4	Penguasaan Lingkungan	8, 9, 26, 27	4, 22	6
5	Tujuan Hidup	3, 21	7, 10, 25, 28	6
6	Pengembangan Diri	11, 12, 29, 30	14, 32	6
Jumlah		20	16	36

2. Stres Akademik

Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala yang dikembangkan oleh Bedewy dan Gabriel (2015) dan telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia oleh Muhtar (2021). *Perception of Academic Stres* (PAS) disusun berdasarkan aspek stres akademik yaitu aspek yang berhubungan dengan ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian serta aspek yang berhubungan dengan persepsi diri akademik. Skala ini merupakan skala *likert* yang terdiri dari 2 macam aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Peneliti melakukan modifikasi terhadap *Perception of Academic Stres* (2015). Modifikasi dilakukan dengan menambahkan aitem terhadap setiap aspeknya yang mana total seluruh aitemnya menjadi 36 aitem. Selanjutnya peneliti hanya akan menggunakan 18 aitem dengan nilai

indeks daya beda tertinggi pada setiap dimensi. Pernyataan *favorable* terdiri dari beberapa skor, yaitu: Sangat Sesuai (SS) diberi skor 5, Sesuai (S) diberi skor 4, Netral (N) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Selain itu, pernyataan *unfavorable* terdiri dari beberapa skor, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 5, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 4, Netral (N) diberi skor 3, Sesuai (S) diberi skor 2, Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1.

Tabel 3.2
Blueprint skala stres akademik

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Favo	Unfavo	
Ekspektasi Akademik	14, 6, 9, 13, 24, 27, 31, 32	-	8
Beban Tugas dan Ujian	10, 11, 12, 15, 16, 17, 28, 29, 30, 33, 34, 35	4, 5, 22, 23	16
Persepsi Diri Akademik	7, 8, 18, 25, 26, 36	1, 2, 3, 19, 20, 21	12
Jumlah	26	10	36

3. Dukungan Sosial

Skala yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial mengacu pada skala penelitian Maulina (2023). Skala dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial dari Cutrona & Gardner, dan Uchino (dalam Sarafino dkk. 2015) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan penghargaan,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan dukungan pertemanan. Pernyataan *favorable* terdiri dari beberapa skor, yaitu 4 = sangat sesuai, 3 = sesuai, 2 = tidak sesuai, 1 = sangat tidak sesuai. Skor untuk pernyataan *Unfavorable* terdiri dari 1 = sangat sesuai, 2 = sesuai, 3 = tidak sesuai, 4 = sangat tidak sesuai.

Tabel 3.3
Blueprint Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
1	Dukungan Emosional	1, 5, 12, 24	18, 19	6
2	Dukungan Penghargaan	6, 13, 26	4, 11, 20	6
3	Dukungan Instrumental	2, 10, 22	7, 21	5
4	Dukungan Informasi	3,8	14, 16, 17	5
5	Dukungan Pertemanan	9, 15, 23	25, 27	5
Jumlah		13	12	27

F. Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur atau *try out* perlu dilakukan untuk mendapatkan instrumen penelitian yang valid dan reliabel. Hal ini juga perlu dilakukan untuk mendapatkan hasil penelitian yang akurat. Uji coba dilakukan untuk memeriksa apakah kalimat yang digunakan sudah dimengerti dan dipahami oleh pembaca sebagaimana yang dikehendaki oleh penulis (Azwar, 2020).

Uji coba instrumen penelitian dilakukan pada 60 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau dengan menyebarkan skala *psychological well-being*, stres akademik, dan dukungan sosial secara *online* melalui *google form*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada tanggal 1 Februari sampai 12 Februari 2023. Setelah uji coba dilakukan maka tahap selanjutnya dilakukan pemberian skoring serta pengujian validitas dan reliabilitas dengan bantuan komputer melalui aplikasi SPSS 22 *for windows*. Berikut link uji coba penelitian <https://forms.gle/2Q8jriPPHFqqL7xt9> .

b. Validitas

Valid berarti suatu instrumen dapat mengukur sesuatu yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2013). Substansi yang terpenting dalam validasi skala psikologi adalah membuktikan bahwa struktur seluruh aspek, indikator, dan aitem memang membentuk suatu konstruk yang akurat bagi atribut yang diukur (Azwar, 2012).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi (*content validity*). Menurut Sugiyono (2013) pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan cara membandingkan isi instrumen dengan isi atau rancangan yang telah ditetapkan. Keselarasan aitem yang akan digunakan tidak didasarkan pada penilaian penulis, melainkan dengan bantuan *professional judgment* yang dalam hal ini merupakan dosen pembimbing dan narasumber ujian.

c. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang berarti sejauh mana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya. Hal ini dapat dilihat dari beberapa kali dilakukannya pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, didapatkan hasil pengukuran yang tidak berubah atau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

relatif sama (Sugiyono, 2013). Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran.

Koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1 maka pengukuran akan semakin reliabel, dan sebaliknya apabila koefisien reliabilitas semakin mendekati 0 maka pengukuran akan semakin tidak reliabel (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach* yang dianalisis menggunakan *SPSS 22.0 for windows* sebagai berikut.

Tabel 3.4
Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur

Skala	Koefisien Reliabilitas
<i>Psychological Well-Being</i>	0,883
Stres Akademik	0,900
Dukungan Sosial	0,948

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai koefisien hasil uji reliabilitas pada aitem valid terhadap skala *psychological well-being* sebesar 0,883 dan skala stres akademik sebesar 0,900 serta skala dukungan sosial sebesar 0,948. Skor yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa reliabilitas alat ukur telah teruji dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian

d. Indeks Daya Beda Aitem

Menurut azwar (2012) daya deskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki atau tidak memiliki atribut yang hendak diukur. Indeks daya deskriminasi aitem juga merupakan keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan konsistensi aitem total.

Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total yang biasanya digunakan batasan minimal 0,30 (Azwar, 2012). Aitem yang dapat mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap mempunyai daya beda yang memuaskan. Apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 sehingga aitem yang diinginkan dapat tercapai. Pada penelitian ini peneliti menggunakan batas minimal koefisien aitem total 0,25 sebagai aitem yang memuaskan yang berarti jika aitem memiliki koefisien aitem total dibawah 0,25 maka aitem tersebut tidak layak dijadikan aitem penelitian.

Tabel 3.5

Kategori Evaluasi Daya Deskriminasi Aitem

Indeks Deskriminasi	Evaluasi
0,40 atau lebih	Bagus Sekali
0,30-0,39	Lumayan bagus tapi mungkin masih perlu peningkatan
0,20-0,29	Belum memuaskan, perlu perbaikan
Kurang dari 0,20	Jelek dan aitem harus dibuang

Berdasarkan hasil uji indeks daya beda pada skala *psychological well-being* dengan 36 aitem menunjukkan bahwa terdapat 6 aitem yang dinyatakan gugur dengan koefisien korelasi aitem total $\leq 0,25$ dan 30

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

aitem yang baik atau diterima. Dari 30 aitem yang diterima peneliti membuat aitem yang direncana yaitu memilih 3 aitem dari setiap dimensinya, sehingga hanya 18 aitem yang digunakan. Berikut hasil uji indeks daya beda aitem skala *psychological well being*.

Tabel 3.6
Blue Print Skala Psychological Well Being setelah Try Out

No	Dimensi	Aitem Rencana	Aitem Dibuat	Aitem			
				Favo		Unfavo	
				Baik	Gugur	Baik	Gugur
1	Penerimaan Diri	3	6	19, 20, 31	1, 2	23	5
2	Hubungan Positif dengan orang lain	3	6	17, 35	18, 36	33	15
3	Otonomi	3	6	8, 27	9, 26	22	4
4	Penguasaan Lingkungan	3	6	3, 21	-	25	7, 10, 28
5	Tujuan Hidup	3	6	29, 30	11, 12	14	32
6	Pengembangan Diri	3	6				
Total		18	36	11	9	7	9

Berdasarkan *blue print* diatas, terdapat beberapa aitem yang diterima dan gugur. Oleh karena itu peneliti menyusun kembali *blue print* pada skala *psychological well being* yang digunakan untuk penelitian. Batas minimal koefisien korelasi aitem total yang digunakan pada skala *psychological well being* ini yaitu 0,296 sampai 0,642. Berikut *blue print* rincian jumlah aitem yang digunakan dalam penelitian.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Table 3.7

Blue Print Skala Psychological Well-Being untuk Penelitian

No	Dimensi	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
1	Penerimaan Diri	7, 8	11	3
2	Hubungan Positif dengan orang lain	15	2, 5	3
3	Otonomi	6, 18	17	3
4	Penguasaan Lingkungan	3, 13	10	3
5	Tujuan Hidup	1, 9	12	3
6	Pengembangan Diri	14,15	4	3
Jumlah		11	7	18

Selanjutnya pada skala *Perception of Academic Stres (PAS)*, hasil uji indeks daya beda didapatkan jumlah aitem yang gugur sebanyak 2 aitem dengan koefisien korelasi aitem total dibawah 0,25 dan 34 aitem yang diterima. Dari 34 aitem yang diterima peneliti membuat aitem yang direncana yaitu memilih 4 aitem untuk aspek 1, 8 aitem untuk aspek 2, dan 6 aitem untuk aspek 3, sehingga hanya 18 aitem yang digunakan. Berikut *blue print* rincian jumlah aitem setelah dilakukannya *try out*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.8

Blue Print Perception of Academic Stres (PAS) setelah Try Out

No	Aspek	Aitem Rencana	Aitem Dibuat	Nomor Aitem			
				Favo		Unfavo	
				Baik	Gugur	Baik	Gugur
1	Ekspektasi Akademik	4	8	9, 27, 31, 32	14, 6, 13, 24,	-	
2	Beban Tugas dan Ujian	8	16	10, 16, 28, 29, 34, 35	11, 12, 15, 17, 30, 33	4, 23	5, 22,
3	Persepsi Diri Akademik	6	12	7, 18, 25,	8, 26, 36	1, 19, 21	2, 3, 20,
Jumlah		18	36	13	13	5	5

Berdasarkan *blue print* diatas, terdapat beberapa aitem yang baik dan gugur. Oleh karena itu peneliti menyusun kembali *blue print* pada skala *Perception of Academic Stres (PAS)* yang digunakan untuk penelitian. Batas minimal koefisien korelasi aitem total yang digunakan pada skala *Perception of Academic Stres (PAS)* ini yaitu 0,35 hingga 0,65. Berikut *blue print* rincian jumlah aitem yang digunakan dalam penelitian.

Tabel 3.9

Blue Print Perception of Academic Stres (PAS) untuk Penelitian

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Favo	Unfavo	
Ekspektasi Akademik	4, 12, 15,16	-	4
Beban Tugas dan Ujian	5, 6, 13, 14, 17,18	2, 10	8
Persepsi Diri Akademik	3, 7, 11	1, 8, 9	6
Jumlah	13	5	18

Selanjutnya berdasarkan hasil uji indeks daya beda pada skala dukungan sosial yang mempunyai 27 aitem, maka didapatkan bahwa 27 aitem yang valid dengan koefisien korelasi aitem total $\geq 0,25$ yang berkisar antara 0,29 hingga 0,80. Tidak ada aitem yang gugur sehingga semua aitem pada skala dukungan sosial dapat digunakan untuk penelitian. Berikut *blue print* skala dukungan sosial yang digunakan untuk penelitian.

Tabel 3.10

Blue Print Skala Dukungan Sosial untuk Penelitian

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
1	Dukungan Emosional	1, 5, 12, 24	18, 19	6
2	Dukungan Penghargaan	6, 13, 26	4, 11, 20	6
3	Dukungan Instrumental	2, 10, 22	7, 21	5
4	Dukungan Informasi	3,8	14, 16, 17	5
5	Dukungan Pertemanan	9, 15, 23	25, 27	5
	Jumlah	13	12	27

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* dari Pearson dan regresi linear berganda. Analisis korelasi merupakan teknik statistik yang dapat digunakan untuk menentukan apakah terdapat hubungan antara dua variabel, dan seberapa kuat hubungan tersebut. Sedangkan Regresi linear berganda merupakan regresi yang melibatkan lebih dari satu variabel independen dan satu variabel dependen (Sugiyono, 2013). Regresi linear berganda bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dua atau lebih variabel bebas dan satu variabel terikat yang dalam penelitian ini yaitu Stres Akademik (X1) dan Dukungan Sosial (X2) dengan PWB (Y). Analisis data yang dilakukan menggunakan bantuan komputerisasi *SPSS 22.0 for windows*.

H. Jadwal Penelitian

Tabel 3.11
Jadwal Penelitian

No.	Jenis kegiatan	Tanggal Pelaksanaan
1.	Seminar Proposal	23 November 2022
2.	Uji Coba Alat Ukur	1 -12 Februari 2023
3.	Penelitian	23 Februari 2023 - 8 Maret 2023
4.	Pengolahan Data Penelitian	20 Maret-29 Mei 2023
5.	Seminar Hasil	4 Juli 2023
6.	Ujian Munaqasyah	Juli 2023

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan negatif antara stres akademik dan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi stres akademik yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi maka akan semakin rendah *psychological well beingnya*, begitupun sebaliknya.
2. Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi maka akan semakin tinggi *psychological well beingnya*, begitupun sebaliknya.
3. Terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi stres akademik dan dukungan sosial yang diterima mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi maka akan membuat semakin tingginya *psychological well being*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Kepada mahasiswa akhir hendaknya dapat meningkatkan PWB dengan cara mengurangi stres akademiknya serta selalu membangun hubungan yang baik dengan orang-orang terdekat agar mendapatkan dukungan sosial sehingga dapat mempermudah pengerjaan skripsi yang dilakukan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengambil data penelitian secara langsung bertemu dengan responden sehingga peneliti dapat mengetahui kondisi subjek saat mengisi skala penelitian untuk meminimalisir terjadinya bias. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan variabel dukungan sosial secara spesifik seperti dukungan sosial teman sebaya, keluarga dan lain sebagainya agar dapat membedakan secara spesifik dukungan sosial yang diterima mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi.

3. Bagi Fakultas

Kepada fakultas disarankan untuk dapat membuat kegiatan-kegiatan kepada mahasiswa akhir yang dapat membantu mereka dalam pengerjaan skripsi. Hal ini bisa dilakukan dengan membuat kelas atau kelompok mentoring kecil yang dibantu oleh dosen maupun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kakak tingkat untuk memberi dukungan, arahan, serta petunjuk pada mahasiswa akhir dalam menjalani perkuliahan khususnya dalam proses pengerjaan skripsi.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





DAFTAR PUSTAKA

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
- Anandita, D. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychological Review*, 1(1), 38-45.
- Andarisa, M.D. (2021). Hubungan antara Stres dan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid 19. *Skripsi*. Medan:Univertas Sumatera Utara.
- Akin, A. (2008). The Scales of Psychology Well being A Study of Validity dan Reliability. *Educational Science: Theory & Practice*, 8(3), 741-750.
- Aprilia, N.S & Nono, H.Y. (2022). Pengaruh Regulasi Emosi dan Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 19-30.
- Armal, M. Hubungan Antara *Sense Of Humor*, Stres dan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Pekanbaru: UIN SUSKA Riau.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127-134.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta:Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta:Pustaka Belajar.
- Bamberger, P. (2009). Employee help-seeking: Antecedents, consequences and new insights for future research. *Research in Personnel and Human Resources Management*, 28, 49–98.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konselin g Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stres and its sources among university students: The Perception of Academic Stres Scale. *Health Psychology Open*, 2(2), 1-9.
- Bordbar, F. T., Nikkar, M., Yazdani, F., & Alipoor, A. (2011). Comparing the psychological well-being level of the students of Shiraz Payame Noor University in view of demographic and academic performance variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 663–669.
- Cardak, M. (2013). Psychological Well Being and Internet Addiction Among University Students. *The Turkish Online Journal of educational Technology*, 12(30), 134-141.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Chandra, A.D. (2021). Hubungan *Work Family Conflict* Terhadap *Psychological Well Being* Wanita Karir Selama Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Clemente, M., Hezomi, H., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M.A., Safaian, A. (2016). Stres and Psychological Well-being: An Explanatory Study of the Iranian Female Adolescents. *Journal of Child Adolesc Behavior*, 4 (1), 1-5.
- Dewi, A, R. (2023). Hubungan Antara Intensitas menonton dan Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: UIN Suska Riau
- Dilla, I. F. (2018). Hubungan Antara Sabar Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa UIN SUSKA Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: UIN Suska Riau.
- Dodd, R. H., Dadaczynski, K., Okan, O., Mccaffery, K. J., & Pickles, K. (2021). Psychological Wellbeing and Academic Experience of University Students in Australia during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(866), 1–12.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, Moh. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131.
- Fadilah, A.R. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Academic Bornout Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Malang: UIN Malik Ibrahim Malang.
- Fajhriani, D., Afnibar., Aulia, R. (2020). *Psychological Well Being* Mahasiswa Dalam Menjalani Kuliah Daring Untuk Mencegah Penyebaran Virus Corona. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 11(1), 15-22.
- Fatimah, P.L. (2021). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid 19. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Fathya, D. N. (2020). *Psychological Well Being* pada Penderita Diabetes Militus Ditinjau dari *Big Five Personality*. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Fitri, B.A & Zaujatul, A. (2016). Psychological Well Being Pada Remaja Panti Asuhan Di Kota Banda Aceh. *International Journal Of Child And Gender Studies*, 2(3), 119-128.
- Fuady, M. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan *Psychological well being* Narapidana Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Pekanbaru. *Skripsi*. Pekanbaru: UIN Suska Riau.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Habsari, A. A. S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenian Mahasiswa Semester Akhir Di Kota Makassar. *Skripsi*. Makassar: Universitas Bosowa Makassar.
- Hatari, S & Setiawan I. (2018). Hubungan Antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1).54-59.
- Hidayat, E & Darmawanti, I. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 166-178.
- Huan, V.S., Yeo, I. S., Ang, R.P., & Chong, W.H. (2006). The Influence of Dispositional Optimism and Gender On Adolescents Perceptions of Academic Stres, *Adolescence*, 41(163).
- Ismail, R.G & Indrawati, E.S. (2013). Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa STIE Dharmaputera Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang. *Diseratasi*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Jannah, D.Y.D., Rahmawati, A.N., Putri, N.R.I.A.T., Dewi, F.K. (2021). Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian*, 13(2),1-9.
- Kasiwulan, A., Mintjlungan, M.M., & Parinsi, M. (2019). Perancangan dan Implementasi Aplikasi Bimbingan Skripsi Berbasis Web. *Engeenering Education Journal*, 7 (2), 33-38.
- Krejcie R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size For Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58.
- Maharani, A. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. *Skripsi*. Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Mahendra, O. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri dengan Resiliensi Pada Penderita Kanker Payudara Di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Marettih, A. K. E., & Yuli, W. (2015). *Dinamika Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Maulina, I. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Psychological Immune System* Pada Mahasiswa UIN Suska Riau Di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Mulya, A.H & Indrawati, S, E. (2016). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 5(2), 296-302.
- Ningrum, E.D.C., Istiqomah., Ria, W.L. (2022). Peran Psychological Well Being Terhadap Personal Growth Initiative Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, 29-44.
- Ofori, I. N., Addai, P., Avor, J., & Quaye, M. G. (2018). Too Much Academic Stres: Implications on Interpersonal Relationships and Psychological Well-being among Final Year University of Ghana Students. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 2(3), 1–7.
- Oktafani, N. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: UIN Suska Riau.
- Pauzana, A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dan *Self Compassion* dengan Resiliensi Pada Mantan GPZ (Gangguan Pengguna Zat). *Tesis*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Riau.
- Pramudita, R. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Psychological Well Being* Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pujantoro, A.R. (2021). Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Purnama, R. (2017). Penyelesaian Stres Melalui Coping Spiritual. *Jurnal Al-Adyan*, 12 (1), 70-83.
- Putri, S.A., & Sawitri, D. R. (2017). Hubungan Antara Hardiness dengan Stres Akademik Pada Tuna Rungu Tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 399-322.
- Radillo, B.E.P., Serrano, M.D.L.P., Fernandez, M.A., Valesco, M. A.A., & Garcia, D.D.D. (2014). Academic Stres As a Predictor of Chronic Stres in University Students. *Psicologia Educativa*, 20, 47-52.
- Raju, J., Asirvatham, R., & Madani, A. H. (2021). Impact Of Lockdown During COVID-19 Pandemic on Psychological Wellbeing among Healthy



Working Adults. *Black Sea Journal of Public and Social Science*, 4(1), 34–41.

Ramadani, C. S. M. (2014). Hubungan Antara *Sense Of Humor* Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas Akselarasi SMA Negeri 1 Bireun. *Doctoral Dissertation*. Medan : Universitas Medan Area.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6).1069-1081.

Ryff, C.D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4). 99-104.

Ryff, C.D. & Singer B.H. (2008). Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well Being. *Journal Of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.

Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.

Rodriguez, M.S & Cohen, S. (1998). Social Support. *Encyclopedia of Mental Health*, 3, 535-544.

Sarafino, E.P., Smith, T.W., King, D.B., DeLongis, A. (2015). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions Canadian Edition*. New York: Jhon Wiley & Sons Canada.

Sari, S. M. (2021). Hubungan Antara Dukungan sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Riau.

Sagita, D. D., Daharmis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self-Efficacy, Motivasi berprestasi, prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 1(2), 43-52.

Sechan, A. S. (2021). Hubungan Modal Psikologis dan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia.

Sharma, M. & Kaur, G. (2011). Gender Differences in Procrastination and Academic Stres Among Adolescents. *Indian Journal of Social Science Researches*, 8(1), 122-127.

Shumaker, S. A., & Brownell, A. (1984). Toward a Theory of Social Support: Closing Conceptual Gaps. *Journal of Social Issue*, 40, 11-36.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Siddiqui, R.S & Atif, H. (2020). Gender Differences On Perceived Social Support and Psychological Distress Among University Students. *GMJACS*,9(2).210-223.
- Suciana. I. (2016). Hubungan Orientasi Religius dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: UIN Suska Riau
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta,CV.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Sutulaksana, D, A & Sulisworo, K. (2020). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan *Subjective Well Being* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 594-598.
- Taylor, S.E. (2011). Social Support: A review.
- Triaswari, P., & Utami, M. S. (2014). Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Ditinjau Dari Stres. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Ulpa, E.P. Hubungan Antara Stres Akademis Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja. *Proceeding Seminar Nasional*, 3(3),103-109.
- Wahyudi, A. (14 Juli 2019). 4 Fase Mahasiswa Dari Tingkat Awal Hingga Akhir.[Kumparan.com].<https://kumparan.com/millennial/4-fase-mahasiswa-dari-tingkat-awal-hingga-akhir-1rStQhdIGrD>
- Waterman, A. S. (1993), Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Widana, I.W & Putu, L.M. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Jawa Timur. Klik Media
- Yusa, B.I. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan *Psychological Well Being* Siswa SMA Negeri 1 Pantai Cermin Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Mutidisciplinary Research and Development*, 4(1), 141-151.
- Yusuf, N.M., & Yusuf, J.M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik, *Psyche 165 Jurnal*, 13(2). 235-239.
- Zakaria, D. (2017). Tingkat Stres Mahasiswa Ketika Menempuh Skripsi. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.



LAMPIRAN A
(LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR)

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Definisi Operasional

Psychological well being adalah suatu keadaan seseorang yang memiliki penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, tujuan dalam hidup, penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Seseorang yang mempunyai skor PWB yang tinggi ditandai dengan:

1. Memiliki sikap positif terhadap diri, mengakui dan menerima aspek diri, dan merasa positif dengan kehidupan yang lampau.
2. Memiliki hubungan yang hangat, saling percaya dengan orang lain, peduli, empati dan mempunyai kasih sayang.
3. Dapat menentukan nasib sendiri, mandiri, mampu melawan tekanan sosial, dan mampu mengatur perilaku.
4. Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan, dapat mengontrol rangkaian aktivitas yang kompleks, dan memanfaatkan peluang sekitar secara efektif.
5. Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa terarah, merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu,
6. Memiliki perasaan untuk terus berkembang, terbuka untuk pengalaman baru, dan memiliki kesadaran untuk mewujudkan potensi diri.

Selanjutnya skor PWB yang rendah ditandai dari hal-hal berikut ini, diantaranya:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Tidak puas dengan diri sendiri dan kecewa dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya sebelumnya.
2. Memiliki sedikit hubungan yang dekat dan saling percaya dengan orang lain serta merasa sulit untuk bersikap hangat dan terbuka dengan orang lain.
3. Peduli dengan harapan dan evaluasi orang lain dan dapat menyesuaikan diri dengan tekanan sosial yang ada.
4. Kesulitan untuk mengatur urusan dalam kehidupan sehari-hari dan tidak memiliki rasa kontrol atas dunia luar
5. Kurang memiliki arti hidup dan tidak memiliki arah dalam hidup.
6. Memiliki rasa stagnasi pribadi, merasa bosan dan tidak tertarik dengan hidup.

2. Dimensi-Dimensi *Psychological Well Being*

1. Penerimaan diri (*Self accepted*)

Keadaan yang dimiliki oleh seseorang untuk bersikap secara positif terhadap diri sendiri, dapat menerima diri sendiri dengan baik dengan berbagai aspek yang ada dalam diri, serta mempunyai sikap yang positif tentang kehidupannya.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relationship with others*)

Hubungan positif dengan orang lain ditunjukkan ketika seseorang dapat membangun hubungan yang dekat dan hangat dengan orang lain, memiliki kepercayaan kepada orang lain, penuh kasih sayang, perhatian, mempunyai

empati, serta dapat menciptakan dan menerima hubungan yang baik dengan orang lain.

3. Otonomi (*Autonomy*)

Kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengatur, bertindak, menentukan perilaku dirinya secara mandiri tanpa adanya campur tangan dari orang lain, serta mampu bertahan dari tekanan saat menyusun skripsi.

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Kemampuan seseorang dalam menguasai lingkungan dan mengelola lingkungan, memanfaatkan lingkungan sekitar secara efektif, mampu memilah atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhannya.

5. Tujuan hidup (*Purpose of life*)

Kemampuan seseorang dalam menentukan tujuan hidup dan rasa keteraturan, merasa ada makna akan kehidupan masa sekarang dan masa lalu.

6. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Kemampuan seseorang dalam menyadari tahapan-tahapan perkembangan yang dilalui. Hal ini dapat dilihat dari proses dan tahapan-tahapan yang dialalui.

3. Skala yang digunakan

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi [✓]

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 18 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek PWB yang terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dimensi	Aitem Asli	No	Terjemahan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Penerimaan Diri	<i>When I look at the story of my life, I am pleased with how things have turned out so far (F)</i>	2	Ketika saya melihat perjalanan hidup saya, saya sangat bangga dengan yang saya miliki sekarang (F)				
		20	Ketika saya menyaksikan kisah hidup saya, saya senang dengan apa yang telah terjadi.				
	<i>In many ways I feel disappointed about my achievements in life (UF)</i>	5	Saya sering merasa kecewa dengan pencapaian hidup saya (F)				
		23	Dalam banyak hal saya merasa sedih dengan apa yang saya peroleh dalam hidup				
	<i>I like most parts of my personality (F)</i>	1	Saya menyukai segala sesuatu tentang diri saya (F)				
		19	Saya menyenangi semua tentang kepribadian saya.				

Hubungan Positif dengan Orang lain	<i>I have not experienced many warm and trusting relationships with others (UF)</i>	16	Saya belum berpengalaman dalam menjalin hubungan yang akrab dan saling percaya kepada orang lain (UF)				
		34	Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain				
	<i>Maintaining close relationships has been difficult and frustrating for me (UF)</i>	6	Mempertahankan hubungan yang akrab, membuat saya kesulitan dan frustrasi (UF)				
		24	Memelihara hubungan yang dekat mengakibatkan saya kesusahan dan frustrasi				
	<i>People would describe me as a giving person, willing to share my time with others (F)</i>	13	Orang-orang beranggapan bahwa saya orang yang baik, yang mau meluangkan waktu untuk berbagi dengan orang lain (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		31	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi, bersedia membagi waktu dengan orang lain				
Otonomi	<i>I tend to be influenced by people with strong opinions (UF)</i>	15	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain (UF)				
		33	Saya mudah terbujuk oleh pendirian orang lain				
	<i>I have confidence in my own opinions, even if they are different from the way most other people think (F)</i>	17	Saya sangat percaya diri terhadap pendapat saya sendiri walaupun pendapat itu berbeda dari kebanyakan (F)				
		35	Saya memiliki kepercayaan pada pendapat saya sendiri, meskipun pendapat tersebut berbeda dari cara berpikir kebanyakan orang				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	<i>I judge myself by what I think is important, not by the values of what others think is important (F)</i>	18	Saya menilai diri saya sendiri dari sudut pandang orang lain (F)				
		36	Saya menilai diri saya dari apa yang menurut saya penting, bukan dari nilai-nilai menurut orang lain.				
Penguasaan Lingkungan	<i>The demands of everyday life often get me down (UF)</i>	4	Tuntutan hidup sering membuat saya terpuruk (UF)				
		22	Permintaan dalam kehidupan membuat saya tertekan				
		8	Secara umum, saya bertanggung jawab atas hidup saya (F)				
		26	Secara umum, saya merasa berkewajiban atas situasi dimana saya tinggal				
	<i>I am good at managing the responsibilities of daily life (F)</i>	9	Saya bisa mengelola tanggung jawab saya atas kehidupan sehari-hari saya (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		27	Saya pandai mengatur kewajiban saya dalam keseharian saya				
Tujuan Hidup	<i>I sometimes feel as if I've done all there is to do in life</i> (UF)	10	Saya merasa seolah-olah telah melakukan segalanya untuk hidup (UF)				
		28	Terkadang saya menganggap seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup				
	<i>Some people wander aimlessly through life, but I am not one of them</i> (F)	3	Beberapa orang hidup tanpa arah, tapi saya bukan salah satunya (F)				
		21	Beberapa orang berkeliaran tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka				
	<i>I live life one day at a time and don't really think about the future</i> (UF)	7	Saya hidup hanya sekali dan tidak khawatir akan masa depan (UF)				
		25	Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pengembangan Diri	<i>For me, life has been a continuous process of learning, changing, and growth (F)</i>	11	Bagi saya hidup adalah sebuah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan (F)				
		29	Bagi saya kehidupan adalah tahap belajar, berubah, dan tumbuh				
	<i>I gave up trying to make big improvements or changes in my life a long time ago (UF)</i>	14	Saya menyerah untuk melakukan perbaikan dan perubahan hidup (UF)				
		32	Saya putus asa untuk melakukan suatu progress atau peralihan dalam hidup				
	<i>I think it is important to have new experiences that challenge how I think about myself and the world (F)</i>	12	Saya pikir sangat penting untuk punya pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir (F)				
		30	Saya pikir penting untuk memiliki suatu perihal baru yang menantang cara berpikir saya dan dunia				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (kesesuaian)

Sesuai

2. Bahasa

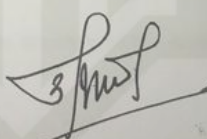
oke

3. Jumlah Aitem

oke

Pekanbaru, Januari 2022

Validator



Elyusfa Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIP. 198403212019032009

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR STRES AKADEMIK

1. Definisi Operasional

Stres akademik adalah suatu tekanan akademik yang muncul karena adanya situasi akademik yang menantang yang berkaitan dengan ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, serta persepsi akademik yang ditandai dengan:

1. Ekspektasi teman sebaya dan tenaga pendidik serta ekspektasi orang tua
2. Kurangnya waktu, banyaknya tugas yang diberikan, dan ujian yang sulit
3. Persepsi positif dan negatif

2. Aspek-Aspek Stres Akademik

1. Ekspektasi Akademik

Ekspektasi akademik ini cenderung berhubungan dengan harapan dan keinginan dari dosen atau orang tua kepada anaknya untuk mendapatkan hasil yang baik ketika ujian.

2. Beban Tugas dan Ujian

Pandangan seseorang mengenai ujian yang terlalu sulit cenderung dapat membuatnya menjadi tertekan. Seseorang cenderung mengalami rasa takut terhadap kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi dimasa depan seperti tidak bisa menjawab pertanyaan dosen penguji ketika ujian skripsi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Persepsi Diri Akademik

Persepsi diri seseorang terhadap dirinya sendiri sangat berpengaruh terhadap munculnya stres akademik. Seseorang yang mudah cemas, tidak percaya diri, dan merasa kurang kemampuan akan lebih mudah terkena stres.

3. Skala yang digunakan

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi [✓]

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 18 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek stres akademik yaitu ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Aitem Asli	No	Terjemahan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Ekspektasi Akademik	<i>Competition with my peers for grades is quite intense</i>	14	Persaingan dengan teman-teman untuk mendapatkan nilai cukup ketat (F)				
		32	Kompetisi dengan teman-teman untuk mendapatkan peringkat cukup intens				
	<i>My teachers are critical of my academic performance</i>	6	Dosen saya memberikan kritikan terhadap kinerja akademis saya (F)				
		24	Dosen saya memberikan peringatan terhadap kinerja akademis saya				
	<i>Teachers have unrealistic expectations of me</i>	9	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis kepada saya (F)				
		27	Dosen saya mempunyai ekspektasi yang tidak wajar kepada saya				
		<i>The unrealistic expectations of my parents streses me out</i>	13	Harapan orang tua yang tidak realistis membuat saya stres(F)			
	31		Ekspektasi orang tua yang tidak wajar membuat saya stres				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Beban tugas dan ujian	<i>The time allocated to classes and academic work is enough</i>	4	Waktu yang dialokasikan untuk kelas dan tugas akademik sudah mencukupi (UF)				
		22	Waktu yang diperuntukan untuk kelas dan tugas sekolah sudah cukup				
<i>The size of the curriculum (workload) is excessive</i>		10	Bobot kurikulum (beban kurikulum) berlebihan (F)				
		28	Mutu kurikulum terlalu banyak				
<i>I believe that the amount of work assignment is too much</i>		11	Saya percaya bahwa jumlah tugas terlalu banyak (F)				
		29	Saya yakin bahwa jumlah tugas terlalu berlebihan				
<i>Am unable to catch up if getting behind my work</i>		12	Saya tidak mampu menyusul bila ketinggalan dalam tugas (F)				
		30	Saya tidak bisa mengejar bila pernah lalai dalam mengerjakan tugas				
<i>I have enough time to relax after work</i>		5	Saya memiliki cukup waktu untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas (UF)				
		23	Saya mempunyai waktu luang setelah mengerjakan tugas				
<i>The examination questions are</i>		15	Soal-soal ujian biasanya sulit (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	<i>usually difficult</i>	33	Pertanyaan ujian biasanya susah				
	<i>Examination time is short to complete the answers</i>	16	Waktu ujian terlalu singkat untuk menyelesaikan jawaban (F)				
		34	Waktu ujian terlalu sebentar untuk menyiapkan jawaban				
	<i>Examination times are very stressful to me</i>	17	Waktu ujian membuat saya sangat stres (F)				
		35	Waktu ujian menyebabkan saya menjadi tertekan				
Persepsi Diri Akademik	<i>Am confident that I will be a successful student</i>	1	Saya yakin bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang berhasil (UF)				
		19	Saya percaya bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses				
	<i>Am confident that I will be successful in my future career</i>	2	Saya yakin bahwa saya akan sukses dalam karir masa depan (UF)				
		20	Saya percaya bahwa saya akan berhasil dalam karir dimasa mendatang				
	<i>I can make academic decisions easily</i>	3	Saya dapat membuat keputusan akademik dengan mudah (UF)				
		21	Saya bisa menciptakan ketentuan akademik dengan mudah				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<i>I fear failing courses this year</i>	7	Saya takut gagal dalam perkuliahan tahun ini (F)				
	25	Saya khawatir dalam perkuliahan tahun ini				
I think that my worry about examinations is weakness of character	8	Saya pikir kekhawatiran saya tentang ujian merupakan karakter yang lemah (F)				
	26	Saya pikir ketakutan saya tentang ujian merupakan kepribadian yang lemah				
<i>Even if I pass my exams, am worried about getting a job</i>	18	Bahkan jika saya berhasil lulus ujian, saya khawatir bagaimana mendapatkan pekerjaan (F)				
	36	Bahkan jika saya sukses lulus ujian, saya takut bagaimana memperoleh pekerjaan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (kesesuaian)

Sesuai

2. Bahasa

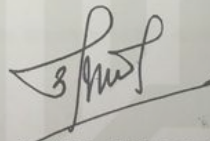
Ok

3. Jumlah Aitem

Ok

Pekanbaru, Januari 2022

Validator



Elyusfa Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIP. 198403212019032009

UIN SUSKA RIAU



LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR DUKUNGAN SOSIAL

1. Definisi Operasional

Dukungan sosial merupakan suatu dukungan yang diterima dari seseorang atau dari kelompok lain yang dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, penghargaan, dan pertemanan yang ditandai dengan:

1. Merasa dimengerti, dipedulikan, dan diberi perhatian
2. Mendapat apresiasi positif, dan perbandingan positif
3. Mendapat bantuan secara materi dan jasa
4. Mendapat bantuan saran dan umpan balik untuk memecahkan masalah
5. Merasa dianggap sebagai bagian dari suatu kelompok dan melakukan aktivitas bersama

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merupakan suatu bentuk dukungan yang diterima seseorang yang meliputi rasa empati, kepedulian, serta perhatian yang dapat membuat dirinya merasa nyaman dan merasa dicintai ketika berada dalam lingkungan tersebut.

2. Dukungan Instrumental

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dukungan instrumental merupakan dukungan yang diterima oleh seseorang berupa bantuan secara langsung atau nyata. Contohnya dapat berupa peminjaman uang.

3. Dukungan Informasional

Dukungan informasional merupakan dukungan yang diterima seseorang berupa saran, nasehat, maupun arahan.

4. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan menunjukkan adanya ungkapan secara positif menilai ide, performa, dan perasaan orang lain.

5. Dukungan Pertemanan

Dukungan pertemanan meliputi ketersediaan seseorang untuk meluangkan waktu bersama orang lain. Hal ini dapat membuat seseorang memiliki rasa keanggotaan dalam suatu kelompok.

3. Skala yang digunakan

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi []

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 33 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
			R	KR	TR	
Dukungan Emosional	1	Saya memiliki seseorang untuk berbagi suka dan duka (F)				
	5	Jika saya bersedih aka ada seseorang yang akan ikut merasa sedih (F)				
	12	Kasih sayang orang-orang disekitar memberikan energi positif pada diri saya (F)				
	18	Ketika saya murung tidak ada yang meghibur saya (UF)				
	19	Tidak ada yang peduli ketika saya memiliki masalah (UF)				
	24	Jika sudah lama tak bertemu, teman saya akan menanyai keberadaan dan kabar saya (F)				
Dukungan Penghargaan	4	Tidak ada yang mendengarkan pendapat saya (UF)				
	6	Saya mendapat pujian atas				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 - Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau		pencapaian saya baik pencapaian kecil maupun besar (F)				
	11	Ucapan saya selalu diabaikan oleh orang- orang disekitar saya (UF)				
	13	Saat saya ragu akan ada seseorang yang meyakinkan kemampuan dan kelebihan saya (F)				
	20	Orang terdekat saya sering membandingkan saya dengan orang lain (UF)				
	26	Orang-orang mengakui kelebihan yag saya miliki (F)				
Dukungan Instrumental	2	Saat saya kesulitan menyelesaikan tugas, ada yang bersedia untuk membantu mengerjakannya (F)				
	7	Ketika saya sakit, tidak ada yang mau membantu untuk membelikan saya obat (UF)				
	10	Ada seseorang yang bersedia meminjamkan uang ketika saya membutuhkannya (F)				
	21	Teman saya keberatan untuk meminjamkan barang yang dia punya kepada saya (UF)				
	22	Ketika saya berpergian ke suatu tempat, teman-teman bersedia menemani saya (F)				
Dukungan Informasi	3	Ketika saya membutuhkan informasi penting, teman- teman bersedia untuk membantu mencari tahu (F)				
	8	Teman saya memberikan masukan ketika saya terkendala dalam belajar				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau Dukungan Pertemanan		dan mengerjakan tugas (F)				
	14	Tidak ada seorangpun yang memberikan nasehat agar keadaan saya menjadi lebih baik (UF)				
	16	Ketika saya membutuhkan masukan dan saran tidak ada seorangpun yang bersedia (UF)				
	17	Tidak ada orang yang bisa diajak bertukar pendapat ketika saya sedang dalam kesulitan (UF)				
	9	Saya dapat berbagi minat dan aktifitas yang saya sukai dengan orang lain (F)				
	15	Saya melakukan hobi saya dengan bergabung ke komunitas yang memiliki minat yang sama (F)				
	23	Saya sering menghabiskan waktu bersama dengan kelompok minat yang sama (F)				
	25	Saya tidak menikmati waktu yang saya habiskan saat melakukan kegiatan organisasi (UF)				
	27	Mengikuti kegiatan organisasi hanya membuang-buang waktu saya (UF)				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 - Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (kesesuaian)

Sesuai

2. Bahasa

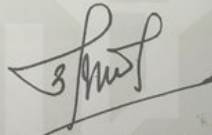
oke

3. Jumlah Aitem

oke

Pekanbaru, Januari 2022

Validator



Elyusfa Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIP. 198403212019032009

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

1. Definisi Operasional

Psychological well being adalah suatu keadaan seseorang yang memiliki penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, tujuan dalam hidup, penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Seseorang yang mempunyai skor PWB yang tinggi ditandai dengan:

1. Memiliki sikap positif terhadap diri, mengakui dan menerima aspek diri, dan merasa positif dengan kehidupan yang lampau.
2. Memiliki hubungan yang hangat, saling percaya dengan orang lain, peduli, empati dan mempunyai kasih sayang.
3. Dapat menentukan nasib sendiri, mandiri, mampu melawan tekanan sosial, dan mampu mengatur perilaku.
4. Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan, dapat mengontrol rangkaian aktivitas yang kompleks, dan memanfaatkan peluang sekitar secara efektif.
5. Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa terarah, merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu,
6. Memiliki perasaan untuk terus berkembang, terbuka untuk pengalaman baru, dan memiliki kesadaran untuk mewujudkan potensi diri.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya skor PWB yang rendah ditandai dari hal-hal berikut ini, diantaranya:

1. Tidak puas dengan diri sendiri dan kecewa dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya sebelumnya.
2. Memiliki sedikit hubungan yang dekat dan saling percaya dengan orang lain serta merasa sulit untuk bersikap hangat dan terbuka dengan orang lain.
3. Peduli dengan harapan dan evaluasi orang lain dan dapat menyesuaikan diri dengan tekanan sosial yang ada.
4. Kesulitan untuk mengatur urusan dalam kehidupan sehari-hari dan tidak memiliki rasa kontrol atas dunia luar
5. Kurang memiliki arti hidup dan tidak memiliki arah dalam hidup.
6. Memiliki rasa stagnasi pribadi, merasa bosan dan tidak tertarik dengan hidup.

2. Dimensi-Dimensi *Psychological Well Being*

1. Penerimaan diri (*Self accepted*)

Keadaan yang dimiliki oleh seseorang untuk bersikap secara positif terhadap diri sendiri, dapat menerima diri sendiri dengan baik dengan berbagai aspek yang ada dalam diri, serta mempunyai sikap yang positif tentang kehidupannya.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relationship with others*)

Hubungan positif dengan orang lain ditunjukkan ketika seseorang dapat membangun hubungan yang dekat dan hangat dengan orang lain, memiliki kepercayaan kepada orang lain, penuh kasih sayang, perhatian, mempunyai empati, serta dapat menciptakan dan menerima hubungan yang baik dengan orang lain.

3. Otonomi (*Autonomy*)

Kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengatur, bertindak, menentukan perilaku dirinya secara mandiri tanpa adanya campur tangan dari orang lain, serta mampu bertahan dari tekanan saat menyusun skripsi.

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Kemampuan seseorang dalam menguasai lingkungan dan mengelola lingkungan, memanfaatkan lingkungan sekitar secara efektif, mampu memilah atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhannya.

5. Tujuan hidup (*Purpose of life*)

Kemampuan seseorang dalam menentukan tujuan hidup dan rasa keteraturan, merasa ada makna akan kehidupan masa sekarang dan masa lalu.

6. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Kemampuan seseorang dalam menyadari tahapan-tahapan perkembangan yang dilalui. Hal ini dapat dilihat dari proses dan tahapan-tahapan yang dialalui.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Skala yang digunakan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi [✓]

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 18 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek PWB yang terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dimensi	Aitem Asli	No	Terjemahan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Penerimaan Diri	<i>When I look at the story of my life, I am pleased with how things have turned out so far (F)</i>	2	Ketika saya melihat perjalanan hidup saya, saya sangat bangga dengan yang saya miliki sekarang (F)				
		20	Ketika saya menyaksikan kisah hidup saya, saya senang dengan apa yang telah terjadi.				
	<i>In many ways I feel disappointed about my achievements in life (UF)</i>	5	Saya sering merasa kecewa dengan pencapaian hidup saya (UF)				
		23	Dalam banyak hal saya merasa sedih dengan apa yang saya peroleh dalam hidup				
	<i>I like most parts of my personality (F)</i>	1	Saya menyukai segala sesuatu tentang diri saya (F)				
		19	Saya menyenangi semua tentang kepribadian saya.				

Hubungan Positif dengan Orang lain	<i>I have not experienced many warm and trusting relationships with others (UF)</i>	16	Saya belum berpengalaman dalam menjalin hubungan yang akrab dan saling percaya kepada orang lain (UF)				
		34	Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain				
	<i>Maintaining close relationships has been difficult and frustrating for me (UF)</i>	6	Mempertahankan hubungan yang akrab, membuat saya kesulitan dan frustrasi (UF)				
		24	Memelihara hubungan yang dekat mengakibatkan saya kesusahan dan frustrasi				
	<i>People would describe me as a giving person, willing to share my time with others (F)</i>	13	Orang-orang beranggapan bahwa saya orang yang baik, yang mau meluangkan waktu untuk berbagi dengan orang lain (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		31	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi, bersedia membagi waktu dengan orang lain				
Otonomi	<i>I tend to be influenced by people with strong opinions (UF)</i>	15	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain (UF)				
		33	Saya mudah terbujuk oleh pendirian orang lain				
	<i>I have confidence in my own opinions, even if they are different from the way most other people think (F)</i>	17	Saya sangat percaya diri terhadap pendapat saya sendiri walaupun pendapat itu berbeda dari kebanyakan (F)				
		35	Saya memiliki kepercayaan pada pendapat saya sendiri, meskipun pendapat tersebut berbeda dari cara berpikir kebanyakan orang				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	<i>I judge myself by what I think is important, not by the values of what others think is important (F)</i>	18	Saya menilai diri saya sendiri dari sudut pandang orang lain (F)				
		36	Saya menilai diri saya dari apa yang menurut saya penting, bukan dari nilai-nilai menurut orang lain.				
Penguasaan Lingkungan	<i>The demands of everyday life often get me down (UF)</i>	4	Tuntutan hidup sering membuat saya terpuruk (UF)				
		22	Permintaan dalam kehidupan membuat saya tertekan				
		8	Secara umum, saya bertanggung jawab atas hidup saya (F)				
		26	Secara umum, saya merasa berkewajiban atas situasi dimana saya tinggal				
	<i>I am good at managing the responsibilities of daily life (F)</i>	9	Saya bisa mengelola tanggung jawab saya atas kehidupan sehari-hari saya (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		27	Saya pandai mengatur kewajiban saya dalam keseharian saya				
Tujuan Hidup	<i>I sometimes feel as if I've done all there is to do in life</i> (UF)	10	Saya merasa seolah-olah telah melakukan segalanya untuk hidup (UF)				
		28	Terkadang saya menganggap seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup				
	<i>Some people wander aimlessly through life, but I am not one of them</i> (F)	3	Beberapa orang hidup tanpa arah, tapi saya bukan salah satunya (F)				
		21	Beberapa orang berkeliaran tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka				
	<i>I live life one day at a time and don't really think about the future</i> (UF)	7	Saya hidup hanya sekali dan tidak khawatir akan masa depan (UF)				
		25	Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan				

Pengembangan Diri	<i>For me, life has been a continuous process of learning, changing, and growth (F)</i>	11	Bagi saya hidup adalah sebuah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan (F)				
		29	Bagi saya kehidupan adalah tahap belajar, berubah, dan tumbuh				
	<i>I gave up trying to make big improvements or changes in my life a long time ago (UF)</i>	14	Saya menyerah untuk melakukan perbaikan dan perubahan hidup (UF)				
		32	Saya putus asa untuk melakukan suatu progress atau peralihan dalam hidup				
	<i>I think it is important to have new experiences that challenge how I think about myself and the world (F)</i>	12	Saya pikir sangat penting untuk punya pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir (F)				
		30	Saya pikir penting untuk memiliki suatu perihal baru yang menantang cara berpikir saya dan dunia				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:


1. Isi (kesesuaian)

2. Bahasa

3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, Februari 2022

Validator


Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si

NIP. 196510281989031005

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

STRES AKADEMIK

1. Definisi Operasional

Stres akademik adalah suatu tekanan akademik yang muncul karena adanya situasi akademik yang menantang yang berkaitan dengan ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, serta persepsi akademik yang ditandai dengan:

1. Ekspektasi teman sebaya dan tenaga pendidik serta ekspektasi orang tua
2. Kurangnya waktu, banyaknya tugas yang diberikan, dan ujian yang sulit
3. Persepsi positif dan negatif

2. Aspek-Aspek Stres Akademik

1. Ekspektasi Akademik

Ekspektasi akademik ini cenderung berhubungan dengan harapan dan keinginan dari dosen atau orang tua kepada anaknya untuk mendapatkan hasil yang baik ketika ujian.

2. Beban Tugas dan Ujian

Pandangan seseorang mengenai ujian yang terlalu sulit cenderung dapat membuatnya menjadi tertekan. Seseorang cenderung mengalami rasa takut terhadap kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi dimasa depan seperti tidak bisa menjawab pertanyaan dosen penguji ketika ujian skripsi.

3. Persepsi Diri Akademik

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Persepsi diri seseorang terhadap dirinya sendiri sangat berpengaruh terhadap munculnya stres akademik. Seseorang yang mudah cemas, tidak percaya diri, dan merasa kurang kemampuan akan lebih mudah terkena stres.

3. Skala yang digunakan

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi [✓]

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 18 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek stres akademik yaitu ekspektasi akademik, beban tugas dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Aitem Asli	No	Terjemahan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Ekspektasi Akademik	<i>Competition with my peers for grades is quite intense</i>	14	Persaingan dengan teman-teman untuk mendapatkan nilai cukup ketat (F)				
		32	Kompetisi dengan teman-teman untuk mendapatkan peringkat cukup intens				
	<i>My teachers are critical of my academic performance</i>	6	Dosen saya memberikan kritikan terhadap kinerja akademis saya (F)				
		24	Dosen saya memberikan peringatan terhadap kinerja akademis saya				
	<i>Teachers have unrealistic expectations of me</i>	9	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis kepada saya (F)				
		27	Dosen saya mempunyai ekspektasi yang tidak wajar kepada saya				
	<i>The unrealistic expectations of my parents streses me out</i>	13	Harapan orang tua yang tidak realistis membuat saya stres(F)				
		31	Ekspektasi orang tua yang tidak wajar membuat saya stres				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Beban tugas dan ujian	<i>The time allocated to classes and academic work is enough</i>	4	Waktu yang dialokasikan untuk kelas dan tugas akademik sudah mencukupi (UF)				
		22	Waktu yang diperuntukan untuk kelas dan tugas sekolah sudah cukup				
<i>The size of the curriculum (workload) is excessive</i>		10	Bobot kurikulum (beban kurikulum) berlebihan (F)				
		28	Mutu kurikulum terlalu banyak				
<i>I believe that the amount of work assignment is too much</i>		11	Saya percaya bahwa jumlah tugas terlalu banyak (F)				
		29	Saya yakin bahwa jumlah tugas terlalu berlebihan				
<i>Am unable to catch up if getting behind my work</i>		12	Saya tidak mampu menyusul bila ketinggalan dalam tugas (F)				
		30	Saya tidak bisa mengejar bila pernah lalai dalam mengerjakan tugas				
<i>I have enough time to relax after work</i>		5	Saya memiliki cukup waktu untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas (UF)				
		23	Saya mempunyai waktu luang setelah mengerjakan tugas				
<i>The examination questions are</i>		15	Soal-soal ujian biasanya sulit (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	<i>usually difficult</i>	33	Pertanyaan ujian biasanya susah				
	<i>Examination time is short to complete the answers</i>	16	Waktu ujian terlalu singkat untuk menyelesaikan jawaban (F)				
		34	Waktu ujian terlalu sebentar untuk menyiapkan jawaban				
	<i>Examination times are very stressful to me</i>	17	Waktu ujian membuat saya sangat stres (F)				
		35	Waktu ujian menyebabkan saya menjadi tertekan				
Persepsi Diri Akademik	<i>Am confident that I will be a successful student</i>	1	Saya yakin bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang berhasil (UF)				
		19	Saya percaya bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses				
	<i>Am confident that I will be successful in my future career</i>	2	Saya yakin bahwa saya akan sukses dalam karir masa depan (UF)				
		20	Saya percaya bahwa saya akan berhasil dalam karir dimasa mendatang				
	<i>I can make academic decisions easily</i>	3	Saya dapat membuat keputusan akademik dengan mudah (UF)				
		21	Saya bisa menciptakan ketentuan akademik dengan mudah				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<i>I fear failing courses this year</i>	7	Saya takut gagal dalam perkuliahan tahun ini (F)				
	25	Saya khawatir dalam perkuliahan tahun ini				
I think that my worry about examinations is weakness of character	8	Saya pikir kekhawatiran saya tentang ujian merupakan karakter yang lemah (F)				
	26	Saya pikir ketakutan saya tentang ujian merupakan kepribadian yang lemah				
<i>Even if I pass my exams, am worried about getting a job</i>	18	Bahkan jika saya berhasil lulus ujian, saya khawatir bagaimana mendapatkan pekerjaan (F)				
	36	Bahkan jika saya sukses lulus ujian, saya takut bagaimana memperoleh pekerjaan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

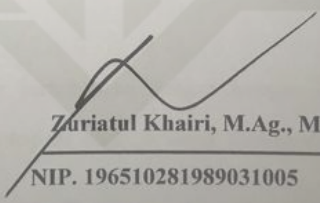
1. Isi (kesesuaian)

2. Bahasa

3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, Februari 2022

Validator


Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si
NIP. 196510281989031005

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR DUKUNGAN SOSIAL

1. Definisi Operasional

Dukungan sosial merupakan suatu dukungan yang diterima dari seseorang atau dari kelompok lain yang dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, penghargaan, dan pertemanan yang ditandai dengan:

1. Merasa dimengerti, dipedulikan, dan diberi perhatian
2. Mendapat apresiasi positif, dan perbandingan positif
3. Mendapat bantuan secara materi dan jasa
4. Mendapat bantuan saran dan umpan balik untuk memecahkan masalah
5. Merasa dianggap sebagai bagian dari suatu kelompok dan melakukan aktivitas bersama

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merupakan suatu bentuk dukungan yang diterima seseorang yang meliputi rasa empati, kepedulian, serta perhatian yang dapat membuat dirinya merasa nyaman dan merasa dicintai ketika berada dalam lingkungan tersebut.

2. Dukungan Instrumental

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dukungan instrumental merupakan dukungan yang diterima oleh seseorang berupa bantuan secara langsung atau nyata. Contohnya dapat berupa peminjaman uang.

3. Dukungan Informasional

Dukungan informasional merupakan dukungan yang diterima seseorang berupa saran, nasehat, maupun arahan.

4. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan menunjukkan adanya ungkapan secara positif menilai ide, performa, dan perasaan orang lain.

5. Dukungan Pertemanan

Dukungan pertemanan meliputi ketersediaan seseorang untuk meluangkan waktu bersama orang lain. Hal ini dapat membuat seseorang memiliki rasa keanggotaan dalam suatu kelompok.

3. Skala yang digunakan

- a. Buat Sendiri []
- b. Adaptasi [✓]
- c. Modifikasi []

4. Jumlah Aitem

Aitem dalam skala ini berjumlah 33 aitem

5. Format Respon

6. Penilaian Setiap Aitem

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan. Pada bagian ini, saya mohon pada Bapak/Ibu untuk memberi penilaian berdasarkan kesesuaian aitem dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan checklist pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
			R	KR	TR	
Dukungan Emosional	1	Saya memiliki seseorang untuk berbagi suka dan duka (F)				
	5	Jika saya bersedih aka ada seseorang yang akan ikut merasa sedih (F)				
	12	Kasih sayang orang-orang disekitar memberikan energi positif pada diri saya (F)				
	18	Ketika saya murung tidak ada yang meghibur saya (UF)				
	19	Tidak ada yang peduli ketika saya memiliki masalah (UF)				
	24	Jika sudah lama tak bertemu, teman saya akan menanyai keberadaan dan kabar saya (F)				
Dukungan Penghargaan	4	Tidak ada yang mendengarkan pendapat saya (UF)				
	6	Saya mendapat pujian atas				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		pencapaian saya baik pencapaian kecil maupun besar (F)				
	11	Ucapan saya selalu diabaikan oleh orang- orang disekitar saya (UF)				
	13	Saat saya ragu akan ada seseorang yang meyakinkan kemampuan dan kelebihan saya (F)				
	20	Orang terdekat saya sering membandingkan saya dengan orang lain (UF)				
	26	Orang-orang mengakui kelebihan yang saya miliki (F)				
Dukungan Instrumental	2	Saat saya kesulitan menyelesaikan tugas, ada yang bersedia untuk membantu mengerjakannya (F)				
	7	Ketika saya sakit, tidak ada yang mau membantu untuk membelikan saya obat (UF)				
	10	Ada seseorang yang bersedia meminjamkan uang ketika saya membutuhkannya (F)				
	21	Teman saya keberatan untuk meminjamkan barang yang dia punya kepada saya (UF)				
	22	Ketika saya berpergian ke suatu tempat, teman-teman bersedia menemani saya (F)				
Dukungan Informasi	3	Ketika saya membutuhkan informasi penting, teman- teman bersedia untuk membantu mencari tahu (F)				
	8	Teman saya memberikan masukan ketika saya terkendala dalam belajar				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		dan mengerjakan tugas (F)				
	14	Tidak ada seorangpun yang memberikan nasehat agar keadaan saya menjadi lebih baik (UF)				
	16	Ketika saya membutuhkan masukan dan saran tidak ada seorangpun yang bersedia (UF)				
	17	Tidak ada orang yang bisa diajak bertukar pendapat ketika saya sedang dalam kesulitan (UF)				
Dukungan Pertemanan	9	Saya dapat berbagi minat dan aktifitas yang saya sukai dengan orang lain (F)				
	15	Saya melakukan hobi saya dengan bergabung ke komunitas yang memiliki minat yang sama (F)				
	23	Saya sering menghabiskan waktu bersama dengan kelompok minat yang sama (F)				
	25	Saya tidak menikmati waktu yang saya habiskan saat melakukan kegiatan organisasi (UF)				
	27	Mengikuti kegiatan organisasi hanya membuang-buang waktu saya (UF)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

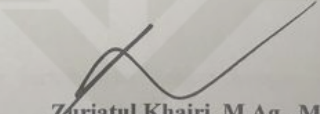
1. Isi (kesesuaian)

2. Bahasa

3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, Februari 2022

Validator


Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si

NIP. 196510281989031005

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN B
(SKALA *TRY OUT*)

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UJI COBA SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan nama saya Rana Mulia Putri Mahasiswi S1 Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai stres akademik dan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan guna menyelesaikan tugas akhir (skripsi) di bawah bimbingan Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog.

Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu :

1. Mahasiswa/i aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
2. Sedang dalam proses pengerjaan skripsi
3. Telah mendapatkan SK Pembimbing.

Apabila anda termasuk dalam kriteria tersebut, kami bermaksud mengundang anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Pengisian kuesioner memerlukan waktu 5-10 menit dan seluruh data yang dikumpulkan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu, kami mengharapkan kesediaan anda untuk menjawab pertanyaan atau pernyataan pada kuesioner ini dengan sejujurnya karena tidak ada jawaban yang salah maupun benar.

Terimakasih banyak atas kesediaan anda dalam meluangkan waktu untuk mengisi skala ini, bantuan anda sangat berarti bagi kami. Semoga Allah SWT senantiasa memberi kemudahan dan kelancaran dalam setiap urusan anda, Aamiin.

Bagi 3 responden yang beruntung masing-masing akan mendapatkan e-wallet senilai Rp 10.000, yang akan dipilih secara acak. Untuk itu, kami mohon kesediaan anda untuk mencantumkan nomor handphone yang terhubung dengan e-wallet.

Apabila terdapat pertanyaan mengenai kuesioner penelitian ini, anda dapat menghubungi kami melalui email (ranamulyaputri@gmail.com).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Kami,

Rana Mulia Putri

Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

Pernyataan Persetujuan

Setelah membaca dan memahami informasi di atas, saya bersedia secara sukarela untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya juga



Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyetujui bahwa data yang saya berikan adalah benar dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

[] Ya, Bersedia

Identitas Responden :

Nama :
 NIM :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Fakultas :
 Semester :
 Tahapan Dalam mengerjakan Skripsi :
 No. Handphone :

SKALA PSYCHOLOGICAL WELL BEING

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Agak Sesuai	Sedikit Sesuai	Netral	Sedikit Tidak Sesuai	Agak Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya menyukai segala sesuatu tentang diri saya							
2	Ketika saya melihat perjalanan hidup saya, saya sangat bangga dengan yang saya miliki sekarang							
3	Beberapa orang hidup tanpa arah, tapi saya bukan							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	salah satunya							
4	Tuntutan hidup sering membuat saya terpuruk							
5	Saya sering merasa kecewa dengan pencapaian hidup saya							
6	Mempertahankan hubungan yang akrab, membuat saya kesulitan dan frustrasi							
7	Saya hidup hanya sekali dan tidak khawatir akan masa depan							
8	Secara umum, saya bertanggung jawab atas hidup saya							
9	Saya bisa mengelola tanggung jawab saya atas kehidupan sehari-hari saya							
10	Saya merasa seolah-olah telah melakukan segalanya untuk hidup							
11	Bagi saya hidup adalah sebuah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan							
12	Saya pikir sangat penting untuk punya pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir							
13	Orang-orang beranggapan bahwa saya orang yang baik, yang mau meluangkan waktu untuk							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	berbagi dengan orang lain								
14	Saya menyerah untuk melakukan perbaikan dan perubahan hidup								
15	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain								
16	Saya belum berpengalaman dalam menjalin hubungan yang akrab dan saling percaya kepada orang lain								
17	Saya sangat percaya diri terhadap pendapat saya sendiri walaupun pendapat itu berbeda dari kebanyakan								
18	Saya menilai diri saya sendiri dari sudut pandang orang lain								
19	Saya menyenangi semua tentang kepribadian saya								
20	Ketika saya menyaksikan kisah hidup saya, saya senang dengan apa yang telah terjadi.								
21	Beberapa orang berkeliaran tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka								
22	Permintaan dalam kehidupan membuat saya tertekan								
23	Dalam banyak hal saya merasa sedih dengan apa								

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

24	yang saya peroleh dalam hidup							
25	Memelihara hubungan yang dekat mengakibatkan saya kesusahan dan frustrasi							
26	Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan							
27	Secara umum, saya merasa berkewajiban atas situasi dimana saya tinggal							
28	Saya pandai mengatur kewajiban saya dalam keseharian saya							
29	Terkadang saya menganggap seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup							
30	Bagi saya kehidupan adalah tahap belajar, berubah, dan tumbuh							
	Saya pikir penting untuk memiliki suatu perihal baru yang menantang cara berpikir saya dan dunia							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

31	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi, bersedia membagi waktu dengan orang lain							
32	Saya putus asa untuk melakukan suatu progress atau peralihan dalam hidup							
33	Saya mudah terbujuk oleh pendirian orang lain							
34	Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain							
35	Saya memiliki kepercayaan pada pendapat saya sendiri, meskipun pendapat tersebut berbeda dari cara berpikir kebanyakan orang							
36	Saya menilai diri saya dari apa yang menurut saya penting, bukan dari nilai-nilai menurut orang lain							

SKALA STRES AKADEMIK

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Netral	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya yakin bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang berhasil					
2	Saya yakin bahwa saya akan sukses dalam karir masa depan					
3	Saya dapat membuat keputusan akademik dengan mudah					
4	Waktu yang dialokasikan untuk kelas dan tugas akademik sudah mencukupi					
5	Saya memiliki cukup waktu untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas					
6	Dosen saya memberikan kritikan terhadap kinerja akademis saya					
7	Saya takut gagal dalam perkuliahan tahun ini					
8	Saya pikir kekhawatiran saya tentang ujian merupakan karakter yang lemah					
9	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis kepada saya					
10	Bobot kurikulum (beban kurikulum) berlebihan					
11	Saya percaya bahwa jumlah tugas terlalu banyak					
12	Saya tidak mampu menyusul bila ketertinggalan dalam tugas					
13	Harapan orang tua yang tidak realistis membuat saya stres					
14	Persaingan dengan teman-					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	teman untuk mendapatkan nilai cukup ketat					
15	Soal-soal ujian biasanya sulit					
16	Waktu ujian terlalu singkat untuk menyelesaikan jawaban					
17	Waktu ujian membuat saya sangat stres					
18	Bahkan jika saya berhasil lulus ujian, saya khawatir bagaimana mendapatkan pekerjaan					
19	Saya percaya bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses					
20	Saya percaya bahwa saya akan berhasil dalam karir dimasa mendatang					
21	Saya bisa menciptakan keputusan akademik dengan mudah					
22	Waktu yang diperuntukan untuk kelas dan tugas sekolah sudah cukup					
23	Saya mempunyai waktu luang setelah mengerjakan tugas					
24	Dosen saya memberikan peringatan terhadap kinerja akademis saya					
25	Saya khawatir dalam perkuliahan tahun ini					
26	Saya pikir ketakutan saya tentang ujian merupakan kepribadian yang lemah					
27	Dosen saya mempunyai ekspektasi yang tidak wajar kepada saya					
28	Mutu kurikulum terlalu banyak					
29	Saya yakin bahwa jumlah tugas terlalu berlebihan					
30	Saya tidak bisa mengejar					



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	bila tercecer dalam mengerjakan tugas					
31	Ekspektasi orang tua yang tidak wajar membuat saya stres					
32	Kompetisi dengan teman-teman untuk mendapatkan peringkat cukup intens					
33	Pertanyaan ujian biasanya susah					
34	Waktu ujian terlalu sebentar untuk menyiapkan jawaban					
35	Waktu ujian menyebabkan saya menjadi tertekan					
36	Bahkan jika saya sukses lulus ujian, saya takut bagaimana memperoleh pekerjaan					

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya memiliki seseorang untuk berbagi suka dan duka				
2	Saat saya kesulitan menyelesaikan tugas, ada yang bersedia untuk membantu mengerjakannya				
3	Ketika saya membutuhkan informasi penting, teman-teman bersedia untuk membantu mencari tahu				
4	Tidak ada yang mendengarkan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

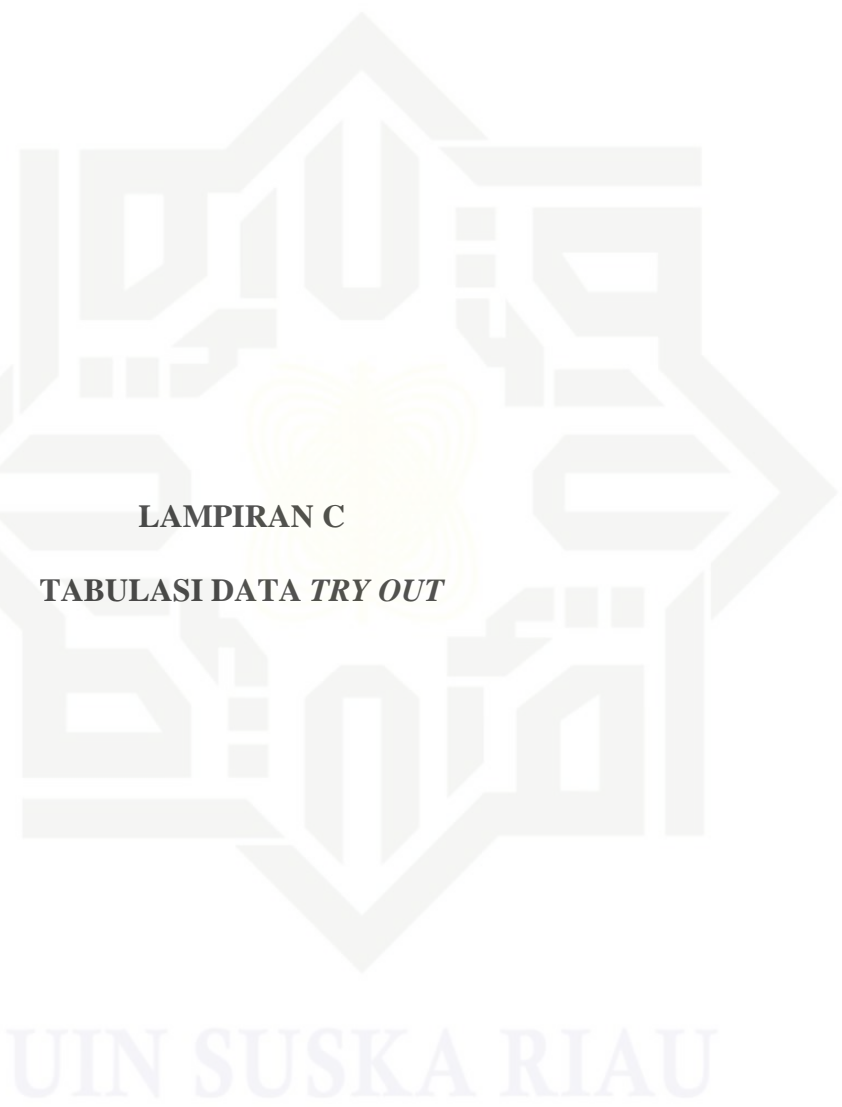
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	pendapat saya				
5	Jika saya bersedih akan ada seseorang yang akan ikut merasa sedih				
6	Saya mendapat pujian atas pencapaian saya baik pencapaian kecil maupun besar				
7	Ketika saya sakit, tidak ada yang mau membantu untuk membelikan saya obat				
8	Teman saya memberikan masukan ketika saya terkendala dalam belajar dan mengerjakan tugas				
9	Saya dapat berbagi minat dan aktifitas yang saya sukai dengan orang lain				
10	Ada seseorang yang bersedia meminjamkan uang ketika saya membutuhkannya				
11	Ucapan saya selalu diabaikan oleh orang-orang disekitar saya				
12	Kasih sayang orang-orang disekitar memberikan energi positif pada diri saya				
13	Saat saya ragu akan ada seseorang yang meyakinkan kemampuan dan kelebihan saya				
14	Tidak ada seorangpun yang memberikan nasehat agar keadaan saya menjadi lebih baik				
15	Saya melakukan hobi saya dengan bergabung ke komunitas yang memiliki minat yang sama				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

16	Ketika saya membutuhkan masukan dan saran tidak ada seorangpun yang bersedia				
17	Tidak ada orang yang bisa diajak bertukar pendapat ketika saya sedang dalam kesulitan				
18	Ketika saya murung tidak ada yang meghibur saya				
19	Tidak ada yang peduli ketika saya memiliki masalah				
20	Orang terdekat saya sering membandingkan saya dengan orang lain				
21	Teman saya keberatan untuk meminjamkan barang yang dia punya kepada saya				
22	Ketika saya berpergian ke suatu tempat, teman-teman bersedia menemani saya.				
23	Saya sering menghabiskan waktu bersama dengan kelompok minat yang sama.				
24	Jika sudah lama tak bertemu, teman saya akan menanyai keberadaan dan kabar saya.				
25	Saya tidak menikmati waktu yang saya habiskan saat melakukan kegiatan organisasi.				
26	Orang-orang mengakui kelebihan yang saya miliki.				
27	Mengikuti kegiatan organisasi hanya membuang-buang waktu saya.				



LAMPIRAN C
TABULASI DATA *TRY OUT*

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Tabulasi Data *Try Out Psychological Well Being*

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	A27	A28	A29	A30	A31	A32	A33	A34	A35	A36	
1	6	6	6	4	6	2	3	7	6	6	5	6	7	6	5	5	6	5	7	5	3	4	3	5	6	7	7	6	7	6	6	3	5	1	6	6	
2	5	7	6	4	4	2	6	6	5	5	5	5	5	3	4	4	3	4	6	6	5	2	2	2	2	3	2	2	6	6	6	6	2	3	4	4	
3	5	5	5	4	5	6	5	6	5	3	5	6	6	5	6	3	4	3	5	5	6	4	5	5	2	5	5	5	7	5	5	3	2	7	4	6	
4	4	6	7	3	4	6	4	7	5	4	7	7	5	7	3	4	5	5	4	6	6	6	6	4	4	6	6	4	7	6	5	6	6	4	6	6	
5	6	7	5	5	5	6	7	6	7	5	7	7	6	7	2	7	5	5	4	7	7	4	4	6	4	7	7	2	7	6	5	4	7	7	5	4	
6	6	6	6	5	5	6	5	6	5	6	6	4	5	4	4	5	6	4	5	5	4	5	5	4	4	5	6	5	5	5	4	5	4	5	6	7	
7	5	5	7	4	4	5	6	6	6	4	7	4	4	6	5	5	4	4	3	6	7	4	4	5	7	6	6	6	7	4	4	4	4	2	4	6	
8	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	3	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	3	4	5	
9	7	6	4	1	3	5	5	6	6	1	7	7	5	4	3	5	7	4	7	4	4	3	2	4	4	6	6	1	7	7	4	5	4	4	7	4	
10	5	7	5	1	1	5	7	7	6	1	7	1	7	7	7	7	7	3	7	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	
11	4	5	4	1	3	1	4	7	4	4	6	5	6	4	4	3	3	5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
12	6	7	4	6	6	6	6	7	6	2	6	6	7	6	4	7	6	3	5	6	6	4	5	7	6	6	6	5	7	6	5	5	6	6	6	4	
13	7	6	6	4	4	4	5	6	6	2	7	6	5	7	4	4	3	4	6	6	5	6	4	6	7	6	6	3	7	7	6	6	4	5	4	4	
14	4	4	5	5	4	4	7	6	5	5	7	6	5	6	3	6	3	2	3	4	5	4	4	5	5	5	5	7	6	6	6	3	6	3	6	5	
15	3	4	2	6	7	5	3	4	4	3	6	7	6	2	5	3	4	6	3	2	2	5	4	5	5	5	3	5	6	5	5	2	4	4	4	2	
16	4	5	5	3	4	5	4	6	5	4	5	6	5	5	4	4	4	3	5	4	5	4	6	4	4	5	5	6	6	6	5	4	6	2	4	6	
17	6	5	5	5	5	4	4	6	5	5	7	6	5	6	4	5	6	4	5	5	4	4	4	5	7	6	5	4	4	6	4	4	7	7	6	7	
18	7	7	2	2	1	3	6	6	6	4	7	6	6	1	2	6	6	6	7	6	6	3	2	3	2	6	6	7	7	6	6	1	2	3	6	6	
19	4	3	4	7	2	7	7	7	5	5	7	4	4	7	4	5	4	1	4	3	6	6	4	7	7	7	6	4	7	6	4	5	6	4	7	6	
20	6	6	6	6	6	6	2	7	7	5	7	5	6	6	6	7	6	2	6	6	6	7	5	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	2
21	5	6	6	3	5	2	2	7	6	3	7	6	7	1	6	1	6	5	3	5	2	3	5	2	2	7	6	5	7	6	6	2	6	3	6	3	
22	7	6	7	7	5	6	5	6	7	7	6	6	4	3	6	4	6	7	7	6	7	6	7	6	6	6	7	6	7	7	7	6	5	7	6	6	
23	4	5	6	3	5	4	3	5	4	4	6	4	4	4	3	6	3	3	5	6	3	5	5	5	4	5	5	4	3	3	5	4	3	3	5	5	



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

23	4	5	6	3	5	4	3	5	4	4	6	4	4	4	3	6	3	3	5	6	3	5	5	5	4	5	5	4	3	3	5	4	3	3	
24	5	4	5	4	4	4	5	7	7	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	
25	4	3	4	3	6	4	3	6	6	6	6	5	7	4	5	4	6	3	4	3	3	3	5	3	3	3	6	4	5	5	3	5	2	4	
26	6	6	6	5	2	2	2	6	5	6	6	6	5	2	2	5	6	4	6	6	6	3	2	6	5	6	5	5	5	2	2	2	2	2	
27	7	6	6	4	6	4	7	7	5	4	5	5	6	6	5	2	5	2	6	4	6	5	5	2	7	5	5	4	6	4	6	6	6	5	
28	5	5	4	4	6	5	5	7	4	6	7	7	4	7	2	6	7	4	4	5	1	7	7	7	6	7	7	2	7	4	4	6	3	5	
29	3	5	3	6	3	6	2	5	5	3	5	5	5	5	4	7	4	6	2	3	3	5	3	5	3	5	4	3	5	5	3	5	5	5	
30	6	5	5	2	2	2	5	5	5	2	7	5	4	2	3	2	6	2	6	6	5	2	2	2	2	6	4	6	7	5	4	2	2	6	
31	4	4	5	2	3	5	2	6	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	5	4	3	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	3	
32	4	3	4	4	5	5	4	5	4	3	5	4	6	4	5	6	4	4	4	4	4	5	6	6	6	4	4	3	3	4	4	5	5	4	5
33	6	6	4	4	3	2	3	6	6	5	6	6	6	2	2	6	6	2	6	6	5	5	3	2	3	5	6	5	6	6	6	6	2	2	5
34	5	6	6	3	4	3	2	6	5	5	6	6	5	3	5	3	5	3	3	7	6	3	3	3	5	6	6	5	6	5	5	3	5	3	
35	4	5	5	6	6	5	3	5	5	5	5	4	6	5	2	2	5	4	3	4	5	5	2	3	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	
36	4	5	3	5	4	5	5	6	5	2	6	5	6	4	5	5	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	6	
37	4	4	4	4	4	7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	1	6	6	4	4	4	4	7	4	4	4	4	4	4	4	1	7	
38	6	5	4	3	5	3	5	7	6	4	7	5	5	7	5	6	4	4	5	3	4	3	4	5	3	4	5	6	4	4	4	5	6	3	
39	7	7	7	6	6	6	1	7	7	2	7	7	6	7	6	7	6	2	6	7	7	7	6	7	7	7	7	2	7	7	6	7	7	7	
40	5	4	5	1	1	1	3	4	5	3	5	3	3	5	7	3	5	2	6	5	6	5	5	5	3	3	5	5	5	2	3	5	6	3	
41	4	3	4	2	2	3	5	5	4	5	5	5	7	4	2	3	3	2	2	2	4	3	3	4	7	5	4	5	3	4	5	4	2	3	
42	5	6	6	1	1	1	7	7	6	4	6	6	6	4	7	1	4	1	4	5	6	4	5	2	5	6	5	5	5	6	6	2	6	6	
43	4	3	3	4	4	4	5	4	5	3	4	4	4	5	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	6	4	4	4	4	4	
44	7	7	4	4	4	7	5	7	7	5	7	7	5	6	3	7	5	2	5	5	6	5	6	6	7	6	5	4	7	5	4	6	4	7	
45	6	5	3	5	3	3	3	2	3	6	5	5	2	5	2	3	2	3	3	2	6	3	2	6	6	2	3	3	7	4	2	4	2	3	
46	5	6	5	4	5	6	4	6	6	4	7	7	5	6	4	5	5	4	5	6	5	4	4	6	2	6	6	3	7	7	5	5	5	3	

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic Univ

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p...
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

47	5	5	3	6	3	4	2	2	3	3	5	1	5	4	4	3	3	5	3	5	3	3	3	5	4	5	6	3	5	3	5	4	4	5	3	
48	4	3	3	6	3	5	5	6	5	5	6	5	3	5	6	5	6	6	3	3	3	6	5	5	7	3	3	5	6	5	3	5	6	3	6	
49	5	5	5	3	3	3	6	7	5	2	7	6	4	6	6	5	5	5	5	5	5	4	3	5	3	6	5	5	7	6	4	5	5	5	5	
50	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	6	5	6	1	5	3	5	4	5	6	4	4	4	4	4	4	4	4	6	5	6	5	4	4	4	
51	3	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	5	3	4	3	3	4	4	4	4	3	6	6	6	5	4	4	3	5	3	2	2	
52	6	6	6	3	4	3	4	5	5	4	6	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	5	5	4	5	5	5	3	4	4	4	
53	6	5	2	6	3	3	4	4	5	4	5	5	5	2	2	2	4	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	
54	4	1	5	4	5	4	4	7	6	6	4	7	5	6	5	5	5	2	6	4	5	4	3	6	7	7	3	5	7	7	6	7	7	5	6	
55	6	6	6	6	6	6	2	7	6	4	7	7	6	7	5	5	5	4	6	6	6	6	6	6	5	6	6	4	7	7	6	6	6	5	5	
56	5	6	6	6	7	6	6	6	6	3	7	6	5	7	2	5	5	7	6	6	6	5	7	5	4	6	6	5	7	6	6	6	2	5	5	
57	7	7	7	7	7	7	5	7	6	5	5	5	5	3	5	2	5	5	5	6	5	6	3	2	2	5	5	4	5	5	5	2	4	4	4	
58	5	5	6	4	3	6	4	6	6	5	7	6	6	6	4	6	5	3	5	6	5	6	6	6	6	2	3	6	7	5	6	4	5	6	4	
59	6	6	5	5	6	7	5	7	2	5	7	7	5	6	5	6	5	2	5	6	5	6	5	6	4	5	5	5	7	4	5	4	5	2	5	
60	4	6	7	5	5	6	7	7	6	3	7	5	3	6	4	3	4	2	6	4	6	6	6	6	4	6	5	5	4	5	6	5	7	4	3	4

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Tabulasi Data Try Out Stres Akademik

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	A27	A28	A29	A30	A31	A32	A33	A34	A35	A36	
1	4	4	3	4	4	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3		
2	5	5	5	5	4	2	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	
3	3	4	3	2	2	3	3	4	4	3	2	4	4	1	1	2	2	2	3	3	2	2	4	4	2	4	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	
4	5	5	4	5	5	3	3	2	3	3	3	5	2	5	3	3	3	3	5	5	4	4	5	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	2	2	2	
5	5	5	4	4	2	4	5	5	5	4	4	5	1	5	2	2	2	2	5	5	3	3	4	1	3	5	4	4	4	4	2	4	3	3	5	3	
6	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	2	3	4	3	3	3	3	
7	5	5	3	3	4	2	4	3	5	5	4	4	5	4	3	3	4	5	5	5	3	3	4	4	3	4	5	4	4	4	5	4	3	3	3	5	
8	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
9	5	5	3	3	1	2	1	4	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	5	5	3	2	2	2	1	4	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	
10	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
11	3	5	3	3	3	4	3	3	3	3	5	5	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
12	5	5	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	2	1	2	2	2	1	5	5	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	
13	5	5	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	2	3	3	3	1	5	5	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	
14	4	4	2	4	4	4	3	3	5	4	3	5	5	5	3	2	4	2	4	3	2	4	4	5	4	4	5	4	3	5	5	5	3	2	4	3	
15	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	1	3	4	3	4	4	3	4	4	1	1	2	3	3	2	2	4	2	2	
16	4	4	3	4	4	3	3	4	5	4	4	4	5	2	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	5	3	3	3	5	2	3	3	3	3	
17	5	5	4	5	5	2	1	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	3	4	4	3	5	5	5	4	4	4	4	5	3	4	4	4	
18	5	5	4	5	5	5	1	5	1	3	2	1	5	5	4	2	1	3	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	5	1	5	4	1	1	3	
19	5	5	4	4	5	3	1	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3	3	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3	3	
20	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	
21	4	4	3	4	5	1	1	1	4	5	5	4	4	4	2	2	4	1	5	4	4	4	5	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	1
22	5	5	4	5	5	5	3	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	5	5	4	4	5	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	
23	4	3	4	4	3	3	2	3	5	3	5	4	2	5	2	5	5	4	1	1	1	4	2	2	1	3	5	5	5	1	2	3	5	4	5	4	

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p...
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Tabulasi Data Try Out Du

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	A27
1	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2
2	4	1	1	3	3	3	2	1	1	2	3	4	4	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	2	2	4	1	3	4
4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3
5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3
6	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4
7	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	1	3	1	3	1
8	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2
9	1	1	2	2	1	2	1	2	1	3	2	3	3	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2
10	4	3	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3
11	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	3	2	3
12	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4
13	2	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
14	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	2	4	1	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	3	4
15	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	1	2	2	2	4	1	1	1	1	2	2	2	3	2	1	4	2
16	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3
17	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	2
18	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	1	2	4	4	2	2	1
19	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4
20	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
21	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	2	4	2	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2
22	4	4	4	2	3	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
23	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	2	1	1	2	2	2	4

kungan Sosial

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan, atau untuk keperluan lain.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Ditinjau Undang-Undang

24	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	
25	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	2	
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
27	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	
28	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	1	3	1	
29	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	
30	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	4	2	3	2	2	3	1	3	2	
31	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
32	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	
33	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	
34	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	
35	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2	3	
36	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	1	
37	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	
38	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
39	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
40	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	1	4	3	
41	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	
42	1	1	2	3	1	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	1	3	2	
43	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
45	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	
46	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p...
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

47	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	2
48	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3
49	3	2	4	4	4	2	4	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
51	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3
52	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
53	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	2	2	3	2
54	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4
55	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
56	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	1	3	2	3	3
57	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3
58	3	2	3	1	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3
59	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	1	2	3	2	4	3	3	4
60	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



LAMPIRAN D
UJI DAYA BEDA AITEM DAN RELIABILITAS

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A. Skala *Psychological Well Being*

Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	164.5667	460.555	.423	.880
A2	164.5000	461.136	.358	.881
A3	164.8167	453.440	.487	.879
A4	165.5167	460.051	.294	.882
A5	165.5000	453.034	.412	.880
A6	165.2500	445.343	.497	.878
A7	165.2833	472.851	.108	.886
A8	163.8167	450.390	.595	.877
A9	164.4333	456.216	.548	.878
A10	165.6333	476.033	.083	.886
A11	163.7167	459.529	.499	.879
A12	164.3667	454.134	.477	.879
A13	164.5333	476.660	.100	.885
A14	164.9833	442.762	.487	.878
A15	165.4667	472.795	.130	.885
A16	165.2000	451.112	.420	.880
A17	164.8833	460.715	.411	.880
A18	166.0167	482.966	-.038	.889
A19	165.0000	453.831	.451	.879
A20	164.9167	453.976	.453	.879
A21	164.8833	457.495	.412	.880
A22	165.2667	450.572	.568	.877
A23	165.5167	448.661	.551	.877
A24	165.1000	455.210	.416	.880
A25	165.0667	458.843	.296	.883
A26	164.5167	453.881	.513	.878

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A27	164.6833	451.949	.559	.878
A28	165.3167	479.983	.022	.886
A29	163.9667	445.660	.590	.876
A30	164.6167	447.054	.642	.876
A31	164.9833	456.390	.512	.879
A32	165.2500	456.631	.397	.880
A33	165.4000	450.210	.457	.879
A34	165.3833	453.020	.409	.880
A35	165.0333	453.118	.514	.878
A36	164.9500	462.658	.312	.882

Aitem untuk penelitian
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A3	164.8167	453.440	.487	.879
A6	165.2500	445.343	.497	.878
A8	163.8167	450.390	.595	.877
A14	164.9833	442.762	.487	.878
A16	165.2000	451.112	.420	.880
A17	164.8833	460.715	.411	.880
A19	165.0000	453.831	.451	.879
A20	164.9167	453.976	.453	.879
A21	164.8833	457.495	.412	.880
A22	165.2667	450.572	.568	.877
A23	165.5167	448.661	.551	.877
A25	165.0667	458.843	.296	.883
A27	164.6833	451.949	.559	.878
A29	163.9667	445.660	.590	.876
A30	164.6167	447.054	.642	.876
A31	164.9833	456.390	.512	.879
A33	165.4000	450.210	.457	.879
A35	165.0333	453.118	.514	.878

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Skala Stres Akademik

Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.900	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	112.1833	277.813	.379	.898
A2	112.0167	281.813	.296	.899
A3	112.8000	281.993	.340	.898
A4	112.6000	276.922	.447	.897
A5	112.6000	278.414	.408	.897
A6	113.2667	289.385	.050	.903
A7	113.4000	271.736	.484	.896
A8	113.1333	280.660	.285	.899
A9	112.8167	273.305	.542	.895
A10	112.9833	271.101	.637	.894
A11	113.2333	274.724	.471	.896
A12	112.6500	282.299	.286	.899
A13	112.8333	272.243	.450	.897
A14	113.3000	274.553	.413	.897
A15	113.5000	279.475	.437	.897
A16	113.4000	274.346	.597	.895
A17	113.3333	271.887	.538	.895
A18	113.7333	272.199	.504	.896
A19	112.4833	276.796	.353	.898
A20	112.4000	280.278	.284	.899
A21	113.0667	280.368	.373	.898
A22	112.8667	278.897	.412	.897
A23	112.6833	278.186	.470	.896
A24	113.2833	284.817	.179	.901
A25	113.5333	273.338	.478	.896
A26	113.2667	282.368	.253	.900

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A27	112.8667	275.507	.484	.896
A28	113.3500	269.316	.651	.893
A29	113.2667	272.945	.612	.894
A30	113.0667	279.114	.427	.897
A31	112.9833	272.661	.485	.896
A32	113.3000	274.146	.472	.896
A33	113.5167	282.051	.349	.898
A34	113.3667	275.389	.557	.895
A35	113.3333	271.955	.596	.894
A36	113.5000	278.661	.403	.897

Aitem untuk penelitian

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	112.1833	277.813	.379	.898
A4	112.6000	276.922	.447	.897
A7	113.4000	271.736	.484	.896
A9	112.8167	273.305	.542	.895
A10	112.9833	271.101	.637	.894
A16	113.4000	274.346	.597	.895
A18	113.7333	272.199	.504	.896
A19	112.4833	276.796	.353	.898
A21	113.0667	280.368	.373	.898
A23	112.6833	278.186	.470	.896
A25	113.5333	273.338	.478	.896
A27	112.8667	275.507	.484	.896
A28	113.3500	269.316	.651	.893
A29	113.2667	272.945	.612	.894
A31	112.9833	272.661	.485	.896
A32	113.3000	274.146	.472	.896
A34	113.3667	275.389	.557	.895
A35	113.3333	271.955	.596	.894

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Skala Dukungan Sosial

Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.948	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	76.9833	203.949	.752	.945
A2	77.2667	205.284	.723	.945
A3	76.9667	205.795	.742	.945
A4	77.1667	210.684	.469	.948
A5	77.2333	208.826	.565	.947
A6	77.2333	210.826	.578	.947
A7	77.1333	208.456	.479	.948
A8	76.9833	205.745	.753	.945
A9	76.9667	206.779	.698	.946
A10	76.9000	209.176	.685	.946
A11	77.2500	207.275	.570	.947
A12	76.7667	207.165	.732	.945
A13	77.1000	208.261	.592	.947
S14	76.9500	204.997	.749	.945
A15	77.3667	207.253	.549	.947
A16	76.9833	203.440	.774	.945
A17	76.9833	204.254	.778	.945
A18	77.1167	202.173	.806	.944
A19	77.0833	204.417	.712	.945
A20	77.1667	208.921	.515	.948
A21	77.0000	211.424	.536	.947
A22	77.0333	207.355	.666	.946
A23	77.3833	207.562	.558	.947
A24	77.0333	205.558	.708	.945
A25	77.3167	214.593	.290	.950
A26	77.1833	211.373	.574	.947
A27	77.1833	212.491	.374	.949



LAMPIRAN E
(SKALA PENELITIAN)

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan nama saya Rana Mulia Putri Mahasiswi S1 Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai stres akademik dan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan guna menyelesaikan tugas akhir (skripsi) di bawah bimbingan Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog.

Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu :

4. Mahasiswa/i aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
5. Sedang dalam proses pengerjaan skripsi
6. Telah mendapatkan SK Pembimbing.

Apabila anda termasuk dalam kriteria tersebut, kami bermaksud mengundang anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Pengisian kuesioner memerlukan waktu 5-10 menit dan seluruh data yang dikumpulkan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu, kami mengharapkan kesediaan anda untuk menjawab pertanyaan atau pernyataan pada kuesioner ini dengan sejujurnya karena tidak ada jawaban yang salah maupun benar.

Terimakasih banyak atas kesediaan anda dalam meluangkan waktu untuk mengisi skala ini, bantuan anda sangat berarti bagi kami. Semoga Allah SWT senantiasa memberi kemudahan dan kelancaran dalam setiap urusan anda, Aamiin.

Bagi 3 responden yang beruntung masing-masing akan mendapatkan e-wallet senilai Rp 10.000, yang akan dipilih secara acak. Untuk itu, kami mohon kesediaan anda untuk mencantumkan nomor handphone yang terhubung dengan e-wallet.

Apabila terdapat pertanyaan mengenai kuesioner penelitian ini, anda dapat menghubungi kami melalui email (ranamulyaputri@gmail.com).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Kami,

Rana Mulia Putri

Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

Pernyataan Persetujuan

Setelah membaca dan memahami informasi di atas, saya bersedia secara sukarela untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya juga menyetujui bahwa data yang saya berikan adalah benar dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ya, Bersedia

Identitas Responden :

Nama :
 NIM :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Fakultas :
 Semester :
 Tahapan Dalam mengerjakan Skripsi :
 No. Handphone :

SKALA PSYCHOLOGICAL WELL BEING

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Agak Sesuai	Sedikit Sesuai	Netral	Sedikit Tidak Sesuai	Agak Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Beberapa orang hidup tanpa arah, tapi saya bukan salah satunya							
2	Mempertahankan hubungan yang akrab, membuat saya kesulitan dan frustrasi							
3	Secara umum, saya bertanggung jawab atas hidup saya							
4	Saya menyerah untuk melakukan perbaikan dan perubahan hidup							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5	Saya belum berpengalaman dalam menjalin hubungan yang akrab dan saling percaya kepada orang lain							
6	Saya sangat percaya diri terhadap pendapat saya sendiri walaupun pendapat itu berbeda dari kebanyakan							
7	Saya menyenangi semua tentang kepribadian saya							
8	Ketika saya menyaksikan kisah hidup saya, saya senang dengan apa yang telah terjadi.							
9	Beberapa orang berkeliaran tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka							
10	Permintaan dalam kehidupan membuat saya tertekan							
11	Dalam banyak hal saya merasa sedih dengan apa yang saya peroleh dalam hidup							
12	Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan							
13	Saya pandai mengatur kewajiban saya dalam keseharian							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	saya							
14	Bagi saya kehidupan adalah tahap belajar, berubah, dan tumbuh							
15	Saya pikir penting untuk memiliki suatu perihal baru yang menantang cara berpikir saya dan dunia							
16	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi, bersedia membagi waktu dengan orang lain							
17	Saya mudah terbujuk oleh pendirian orang lain							
18	Saya memiliki kepercayaan pada pendapat saya sendiri, meskipun pendapat tersebut berbeda dari cara berpikir kebanyakan orang							

SKALA STRES AKADEMIK

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Netral	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya yakin bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang berhasil					
2	Waktu yang dialokasikan untuk kelas dan tugas akademik sudah mencukupi					
3	Saya takut gagal dalam perkuliahan tahun ini					
4	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis kepada saya					
5	Bobot kurikulum (beban kurikulum) berlebihan					
6	Waktu ujian terlalu singkat untuk menyelesaikan jawaban					
7	Bahkan jika saya berhasil lulus ujian, saya khawatir bagaimana mendapatkan pekerjaan					
8	Saya percaya bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses					
9	Saya bisa menciptakan keputusan akademik dengan mudah					
10	Saya mempunyai waktu luang setelah mengerjakan tugas					
11	Saya khawatir dalam perkuliahan tahun ini					
12	Dosen saya mempunyai ekspektasi yang tidak wajar kepada saya					
13	Mutu kurikulum terlalu banyak					
14	Saya yakin bahwa jumlah					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	tugas terlalu berlebihan					
15	Ekspektasi orang tua yang tidak wajar membuat saya stres					
16	Kompetisi dengan teman-teman untuk mendapatkan peringkat cukup intens					
17	Waktu ujian terlalu sebentar untuk menyiapkan jawaban					
18	Waktu ujian menyebabkan saya menjadi tertekan					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama! Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya memiliki seseorang untuk berbagi suka dan duka				
2	Saat saya kesulitan menyelesaikan tugas, ada yang bersedia untuk membantu mengerjakannya				
3	Ketika saya membutuhkan informasi penting, teman-teman bersedia untuk membantu mencari tahu				
4	Tidak ada yang mendengarkan pendapat saya				
5	Jika saya bersedih akan ada seseorang yang akan ikut merasa sedih				
6	Saya mendapat pujian atas pencapaian saya baik pencapaian kecil maupun besar				
7	Ketika saya sakit, tidak ada yang mau membantu untuk membelikan saya obat				
8	Teman saya memberikan masukan ketika saya terkendala dalam belajar dan mengerjakan tugas				
9	Saya dapat berbagi minat dan aktifitas yang saya sukai dengan orang lain				
10	Ada seseorang yang bersedia meminjamkan uang ketika				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	saya membutuhkannya				
11	Ucapan saya selalu diabaikan oleh orang-orang disekitar saya				
12	Kasih sayang orang-orang disekitar memberikan energi positif pada diri saya				
13	Saat saya ragu akan ada seseorang yang meyakinkan kemampuan dan kelebihan saya				
14	Tidak ada seorangpun yang memberikan nasehat agar keadaan saya menjadi lebih baik				
15	Saya melakukan hobi saya dengan bergabung ke komunitas yang memiliki minat yang sama				
16	Ketika saya membutuhkan masukan dan saran tidak ada seorangpun yang bersedia				
17	Tidak ada orang yang bisa diajak bertukar pendapat ketika saya sedang dalam kesulitan				
18	Ketika saya murung tidak ada yang meghibur saya				
19	Tidak ada yang peduli ketika saya memiliki masalah				
20	Orang terdekat saya sering membandingkan saya dengan orang lain				
21	Teman saya keberatan untuk meminjamkan barang yang dia punya kepada saya				
22	Ketika saya berpergian ke suatu tempat, teman-teman				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	bersedia menemani saya.				
23	Saya sering menghabiskan waktu bersama dengan kelompok minat yang sama.				
24	Jika sudah lama tak bertemu, teman saya akan menanyai keberadaan dan kabar saya.				
25	Saya tidak menikmati waktu yang saya habiskan saat melakukan kegiatan organisasi.				
26	Orang-orang mengakui kelebihan yang saya miliki.				
27	Mengikuti kegiatan organisasi hanya membuang-buang waktu saya.				



LAMPIRAN F
TABULASI DATA PENELITIAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Tabulasi Data Penelitian *Psychological Well Being*

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
1	2	4	6	6	5	6	7	5	2	7	5	7	6	7	6	4	6	5	96
2	6	2	6	3	3	5	6	5	6	2	2	2	6	6	6	6	2	6	80
3	1	7	7	7	6	6	6	7	7	5	6	6	6	7	7	7	7	7	112
4	4	4	6	4	5	4	2	4	4	3	3	6	5	6	4	6	3	4	77
5	4	5	7	6	6	4	4	6	3	4	4	6	5	7	7	6	3	4	91
6	7	2	6	1	2	6	3	3	5	2	1	2	2	2	4	5	2	5	60
7	6	5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	6	5	6	6	5	2	5	88
8	4	6	5	7	6	4	6	6	2	4	3	7	5	7	7	5	2	6	92
9	6	4	6	6	6	3	2	2	6	2	2	2	3	6	4	6	2	3	71
10	1	7	7	7	4	7	7	6	4	4	7	7	7	7	7	7	3	7	106
11	7	6	6	7	4	3	5	5	6	4	4	6	5	5	5	6	6	5	95
12	6	6	5	7	6	3	5	4	6	6	6	5	5	7	6	6	4	3	96
13	5	6	7	6	4	5	6	5	1	5	3	5	7	7	7	7	3	5	94
14	4	7	6	4	4	4	4	4	4	4	4	7	5	6	4	4	3	4	82
15	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	4	6	4	6	117
16	6	5	6	7	4	4	6	5	7	5	6	6	6	7	6	5	5	4	100
17	6	6	7	7	6	5	6	6	7	6	4	7	6	6	6	5	2	5	103
18	5	6	5	6	4	6	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	7	6	88
19	1	7	7	7	2	5	6	6	6	2	3	7	5	7	6	6	4	5	92
20	3	7	7	7	6	4	4	2	4	2	3	7	4	7	7	6	3	5	88
21	7	7	7	1	4	4	7	7	7	7	7	7	5	5	5	6	1	1	95
22	4	4	6	6	1	5	4	5	4	2	3	5	5	6	4	2	4	5	75
23	5	6	6	6	6	5	3	2	5	2	2	6	5	6	6	6	5	5	87
24	7	6	4	7	3	6	3	6	7	6	6	7	2	7	6	6	1	7	97
25	6	1	7	6	1	7	4	1	7	1	4	7	7	6	6	1	7	7	86
26	4	5	5	5	6	4	4	4	4	3	3	7	4	7	4	5	4	4	82
27	6	6	4	6	3	5	4	4	6	3	4	6	4	6	5	5	6	4	87
28	3	4	6	4	5	4	4	3	5	3	5	7	5	7	5	5	3	5	83
29	6	7	7	7	5	6	4	6	7	1	6	7	6	7	7	7	2	6	104
30	6	6	7	6	3	5	6	6	6	3	6	6	6	7	6	6	4	5	100
31	6	7	6	7	7	5	6	7	6	3	5	4	4	6	4	5	2	6	96

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
32	2	6	6	6	4	4	4	5	5	3	6	7	5	5	5	6	2	5	86
33	7	7	7	7	7	2	7	1	7	1	7	7	7	7	7	7	1	6	102
34	5	6	4	6	5	5	5	5	6	4	3	6	4	5	6	5	6	3	89
35	5	4	6	3	2	6	6	7	6	3	2	2	6	6	6	6	2	6	84
36	3	5	3	5	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	5	4	68
37	5	6	6	6	5	4	3	4	6	5	5	7	6	6	4	5	6	4	93
38	1	7	7	7	4	4	3	4	7	4	6	7	6	7	6	5	5	5	95
39	7	3	7	6	3	5	6	6	4	4	4	4	6	6	6	7	2	6	92
40	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	6	5	5	3	5	84
41	6	2	6	3	3	5	3	2	5	2	2	6	5	5	5	5	5	6	76
42	6	3	5	6	4	6	3	6	6	2	2	7	4	7	7	4	4	5	87
43	7	4	7	7	3	5	7	6	6	4	7	7	7	7	7	7	7	7	112
44	3	6	6	5	7	6	6	6	6	6	6	5	4	7	3	4	5	5	96
45	6	5	7	6	4	6	6	4	6	3	4	6	6	7	7	5	5	6	99
46	5	5	5	5	5	5	4	4	4	2	2	6	5	5	5	5	3	5	80
47	6	6	7	6	7	6	6	6	6	2	2	2	6	6	6	6	6	6	98
48	7	6	6	5	3	6	5	5	4	3	3	5	5	7	7	6	5	6	94
49	5	5	7	6	5	6	6	6	5	3	6	6	5	7	7	7	5	6	103
50	4	5	5	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
51	7	6	7	6	2	5	5	5	6	6	3	7	5	7	7	4	2	6	96
52	6	6	6	7	6	6	6	6	6	5	6	5	3	2	1	1	2	2	82
53	6	4	6	6	4	5	4	5	6	3	2	7	4	7	6	6	4	4	89
54	4	3	5	5	6	2	3	5	4	3	5	4	5	5	5	4	3	3	74
55	7	7	7	7	1	6	6	6	7	3	7	7	5	7	7	7	3	7	107
56	4	6	7	6	6	6	3	5	4	2	5	3	5	6	6	6	5	6	91
57	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	6	4	6	4	6	6	6	98
58	2	4	7	4	4	7	4	6	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	77
59	6	6	7	7	4	6	6	7	6	5	5	7	6	7	6	7	3	6	107
60	4	6	4	3	6	5	6	5	2	2	1	5	3	6	3	5	2	4	72
61	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	125
62	5	4	7	7	6	5	4	1	5	4	4	5	6	6	4	7	4	4	88



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
63	4	5	5	3	4	3	5	5	5	4	6	6	5	5	5	5	3	3	81
64	6	2	6	5	2	6	6	4	6	4	6	5	6	6	6	6	4	6	92
65	3	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	6	4	6	5	4	4	4	77
66	7	4	7	7	2	5	7	7	7	4	4	7	7	7	7	7	2	7	105
67	2	2	5	4	2	4	2	1	2	3	1	2	5	4	4	6	4	5	58
68	5	7	7	1	4	7	3	4	5	4	3	7	4	5	6	5	4	5	86
69	6	6	6	7	4	5	4	5	6	4	4	6	6	7	6	7	4	6	99
70	6	4	6	6	4	6	5	3	5	6	3	5	6	2	1	7	5	5	85
71	5	4	6	5	4	4	5	3	5	3	4	3	5	6	6	5	4	4	81
72	3	7	6	5	5	4	3	3	5	4	5	6	4	5	4	4	5	4	82
73	7	3	7	7	4	7	5	5	7	2	2	7	7	7	7	7	7	7	105
74	5	4	7	4	4	5	5	4	4	4	4	4	3	6	4	5	6	5	83
75	5	6	6	5	5	5	6	6	5	1	3	4	6	7	5	6	5	5	91
76	5	6	6	6	5	2	3	4	2	3	3	5	2	6	4	2	2	3	69
77	6	5	7	6	2	6	3	4	6	4	4	6	6	6	6	5	5	6	93
78	5	2	6	5	4	5	3	4	5	3	5	5	6	5	5	6	5	5	84
79	5	2	7	4	3	4	6	4	4	2	2	4	4	7	6	4	4	7	79
80	5	3	5	4	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	74
81	3	4	6	5	4	5	3	4	5	1	3	4	3	6	5	4	3	5	73
82	6	6	7	7	6	6	4	2	7	6	2	6	6	7	5	6	6	5	100
83	6	6	7	7	6	6	6	5	6	3	6	5	6	7	6	5	5	6	104
84	7	6	7	7	6	3	6	6	7	6	7	3	7	7	4	6	2	6	103
85	2	5	7	6	4	4	5	4	3	2	5	7	6	7	6	6	4	5	88
86	6	6	7	7	4	7	6	5	1	6	4	7	2	2	5	5	6	7	93
87	7	7	7	7	6	7	7	7	7	5	6	4	7	7	7	7	6	7	118
88	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	6	7	7	7	7	7	7	7	121
89	5	3	5	4	4	5	4	5	5	3	3	4	5	4	4	4	4	5	76
90	5	4	5	6	5	6	5	4	5	2	5	6	6	7	7	6	5	6	95
91	5	5	6	6	5	4	4	3	5	2	3	7	4	7	5	6	2	4	83
92	4	2	7	5	3	7	6	6	6	1	1	1	7	7	7	7	1	7	85
93	7	3	5	3	3	4	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	4	73



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
94	6	4	6	5	3	5	7	5	6	3	3	5	5	7	5	4	4	5	88
95	7	7	7	7	7	7	4	4	7	7	7	7	7	7	7	4	7	7	117
96	7	5	6	7	5	4	3	4	7	3	4	5	5	7	5	6	5	4	92
97	6	6	7	6	6	6	6	5	6	2	2	7	6	7	7	7	6	6	104
98	4	7	7	6	2	6	7	6	7	6	6	7	6	7	6	6	6	4	106
99	6	5	7	6	3	6	4	4	6	3	1	6	4	5	5	6	5	6	88
100	4	4	5	3	4	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	80
101	4	7	7	7	4	7	6	4	7	7	7	7	6	7	5	2	2	4	100
102	1	7	5	7	2	2	4	4	3	5	5	5	6	5	4	4	5	6	80
103	5	4	6	3	3	5	3	5	3	2	3	3	6	6	6	4	6	2	75
104	6	4	4	2	3	4	6	5	4	4	3	3	5	5	4	6	4	6	78
105	7	1	7	4	6	4	2	4	3	3	3	7	4	5	5	7	4	4	80
106	6	6	6	6	5	5	5	3	6	4	5	6	6	7	6	4	3	5	94
107	7	6	7	7	2	7	7	5	7	5	4	7	6	7	6	5	7	7	109
108	3	4	6	4	2	2	2	1	3	1	1	7	4	6	4	6	2	2	60
109	1	7	1	7	7	7	4	7	7	7	4	7	5	7	7	7	7	7	106
110	5	7	7	6	7	2	7	6	6	7	7	5	7	7	7	6	7	6	112
111	3	5	5	7	3	7	7	5	3	5	3	5	5	7	7	5	4	7	93
112	3	3	6	4	4	4	5	4	4	2	3	4	5	4	5	4	4	4	72
113	2	3	5	6	5	5	2	6	6	1	6	6	1	6	6	4	3	6	79
114	4	3	6	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	70
115	6	7	7	7	6	6	6	6	6	7	5	7	6	7	7	6	5	7	114
116	7	2	7	7	3	6	7	5	7	7	5	7	7	7	7	7	4	7	109
117	1	6	2	6	7	5	3	3	2	4	6	7	5	7	6	6	6	6	88
118	7	7	7	7	5	7	7	6	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	121
119	7	5	7	7	5	6	6	5	7	2	3	7	6	7	6	6	3	6	101
120	6	6	7	7	6	4	4	5	7	5	6	6	5	7	5	7	5	5	103
121	6	6	6	7	6	3	6	6	6	3	5	6	4	6	6	5	5	5	97
122	1	7	6	2	1	5	1	1	1	2	1	4	2	6	2	6	5	6	59
123	4	3	6	5	4	4	4	4	4	3	5	5	4	7	6	4	6	5	83
124	3	7	7	6	7	2	6	5	6	5	6	6	5	7	7	7	5	6	103
125	2	7	7	7	7	4	5	1	2	5	3	6	5	5	5	3	6	5	85
126	5	4	7	6	4	3	2	4	4	2	3	7	6	7	5	4	2	4	79
127	3	6	6	6	5	5	3	6	3	3	2	5	2	7	6	7	3	5	83
128	2	6	7	5	6	4	5	5	6	2	4	7	4	7	5	7	4	4	90
129	3	4	2	4	2	4	4	4	3	4	4	6	4	6	5	5	3	4	71



Tabulasi Data Penelitian Stres Akademik

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
1	1	2	2	4	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	49
2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	2	2	3	2	4	2	3	44
3	1	1	5	5	1	2	5	1	1	1	5	3	3	2	3	5	5	4	53
4	2	2	5	3	3	3	5	1	3	4	5	3	3	3	3	3	3	4	58
5	3	2	4	2	2	2	5	3	4	2	5	2	3	2	4	4	2	3	54
6	5	5	5	5	4	4	3	5	2	2	2	2	4	4	4	3	5	1	65
7	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	4	4	3	4	3	3	3	2	48
8	1	2	4	2	3	3	5	1	2	2	4	3	3	3	2	3	2	3	48
9	1	1	5	2	3	3	4	1	2	3	4	2	3	4	4	4	4	4	54
10	1	1	3	1	1	3	5	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	31
11	1	2	4	1	1	3	5	1	1	1	4	1	3	4	1	3	3	4	43
12	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	43
13	1	1	5	2	4	2	3	1	2	1	4	2	4	4	1	2	2	3	44
14	1	3	4	3	1	2	5	1	3	2	3	1	2	2	5	3	3	3	47
15	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	5	26
16	2	3	3	1	3	3	4	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	43
17	2	2	3	1	2	2	4	2	3	3	3	1	2	2	1	3	3	2	41
18	2	2	3	4	3	3	4	2	1	2	3	2	3	3	3	2	2	3	47
19	1	1	5	2	2	2	3	1	3	1	5	5	3	3	5	5	3	4	54
20	2	3	5	3	3	2	3	1	4	5	5	2	3	3	5	4	3	4	60
21	1	1	5	2	4	4	5	1	2	1	5	5	4	4	4	5	3	4	60
22	3	3	5	5	3	5	5	3	3	3	5	5	3	3	1	3	4	5	67
23	1	2	4	3	4	3	4	2	3	2	4	2	5	4	4	4	2	4	57
24	1	3	5	1	2	2	5	1	2	2	5	1	3	3	1	5	1	1	44
25	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	23
26	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	55
27	3	2	3	3	2	2	5	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	51
28	2	3	5	3	3	3	4	2	3	2	4	2	3	3	4	4	3	2	55
29	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	5	1	1	1	2	5	1	2	34
30	2	1	4	1	2	4	5	2	3	1	5	1	4	4	1	3	4	4	51
31	2	3	4	3	4	3	5	3	3	1	5	4	5	3	4	3	3	4	62
32	1	3	4	3	2	3	5	1	1	2	4	2	3	3	3	3	3	3	49
33	1	2	5	4	1	1	5	1	3	5	5	1	1	1	1	2	3	1	43
34	1	3	3	2	3	3	4	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	53
35	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
36	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	54

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
37	1	2	3	2	3	4	4	1	4	3	2	1	2	2	3	2	3	3	45
38	1	1	4	3	3	3	5	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	47
39	1	1	1	3	4	4	4	1	1	2	4	5	4	3	1	3	4	3	49
40	2	2	4	2	3	3	4	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	48
41	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	66
42	1	3	4	2	4	3	5	1	3	2	5	3	4	3	5	3	3	3	57
43	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
44	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	39
45	1	2	5	2	3	3	2	1	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	46
46	2	2	5	3	5	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
47	1	1	3	4	5	5	5	1	1	1	4	4	5	4	4	4	4	4	60
48	1	1	2	2	1	1	5	2	4	1	2	3	4	2	1	2	2	1	37
49	1	1	5	2	1	1	2	1	2	2	5	2	2	4	5	4	2	4	46
50	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
51	1	1	5	1	4	4	4	1	1	1	4	1	2	4	4	4	4	4	50
52	2	2	5	2	3	2	1	1	2	2	4	3	3	2	3	4	2	2	45
53	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	49
54	2	2	3	1	2	3	4	3	3	2	3	1	2	2	2	2	4	3	44
55	1	2	5	3	3	3	3	1	2	3	5	3	3	3	3	3	3	3	52
56	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3	4	4	4	2	2	49
57	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	3	51
58	1	1	1	3	1	3	3	3	4	2	2	1	3	3	3	3	3	4	44
59	2	2	5	2	2	2	3	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	45
60	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	5	58
61	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	4	1	2	1	1	3	1	1	28
62	1	2	5	2	3	4	5	1	3	3	5	3	3	3	1	3	3	2	52
63	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	44
64	2	2	3	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	1	3	3	3	55
65	2	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
66	1	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	51
67	2	2	2	3	2	3	4	2	2	3	2	4	4	3	4	3	3	3	51
68	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	5	5	44
69	2	1	5	3	3	3	4	2	3	2	5	3	3	3	3	4	3	3	55
70	1	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	49
71	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	47
72	3	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	50



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
73	1	1	5	2	2	5	5	1	1	1	5	1	5	5	5	5	5	5	60
74	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	51
75	1	2	1	1	1	3	5	1	2	3	1	1	1	2	2	3	1	1	32
76	2	2	4	4	2	2	4	2	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	48
77	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	51
78	2	2	4	4	2	4	4	2	2	2	4	3	2	3	3	3	4	4	54
79	2	3	4	4	3	4	4	1	3	2	5	4	4	4	5	4	4	4	64
80	2	2	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	47
81	2	2	5	2	3	2	5	2	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	53
82	1	1	5	1	1	1	2	1	4	2	5	1	2	1	1	4	2	4	39
83	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	4	2	3	40
84	1	1	5	1	1	1	5	1	3	2	2	1	2	1	1	5	4	2	39
85	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	4	3	4	4	3	4	53
86	1	1	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	45
87	1	1	4	3	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	35
88	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	1	2	2	3	1	2	2	28
89	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	56
90	1	3	3	2	3	3	4	2	2	4	2	1	3	3	4	3	4	5	52
91	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	4	3	2	4	46
92	1	1	1	2	2	2	4	1	1	1	3	2	2	1	5	5	5	5	44
93	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
94	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	3	4	4	5	4	3	3	51
95	1	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	46
96	2	2	2	3	3	3	5	2	2	3	2	3	3	4	5	3	4	3	54
97	1	1	5	3	3	2	4	1	2	1	4	2	4	2	4	4	4	3	50
98	1	2	3	2	4	2	4	1	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	46
99	2	4	4	2	3	2	4	2	3	4	5	2	2	2	2	3	2	3	51
100	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	45
101	1	1	4	3	1	4	5	1	3	2	4	1	3	3	4	4	3	4	51
102	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	2	1	1	1	1	27
103	2	5	4	2	4	1	2	4	4	4	5	1	3	3	3	4	2	4	57
104	2	3	3	4	3	1	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	53
105	3	5	4	1	1	1	3	3	5	1	3	1	1	1	4	1	1	1	40



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	TOTAL
106	1	2	1	3	2	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	40
107	1	3	3	3	3	3	4	1	3	3	1	1	2	2	1	2	3	3	42
108	3	3	5	3	3	3	5	3	4	2	5	3	3	3	5	4	3	4	64
109	1	1	5	5	4	1	1	1	3	1	5	1	5	1	1	5	1	3	45
110	1	1	3	1	1	3	3	1	4	4	3	1	2	1	2	1	1	3	36
111	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	41
112	2	3	4	3	3	3	4	2	2	4	4	3	3	2	2	4	3	2	53
113	3	5	3	2	2	2	4	3	4	4	3	1	1	1	3	2	2	5	50
114	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	5	3	3	4	58
115	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	4	2	1	4	2	1	33
116	1	1	5	5	3	5	4	1	2	2	5	1	3	3	5	4	5	5	60
117	1	3	2	1	3	3	1	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	40
118	1	1	3	1	3	1	1	1	3	1	4	1	2	2	1	2	1	2	31
119	1	2	4	4	2	1	1	1	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	43
120	1	2	3	1	1	1	3	1	3	2	3	1	2	3	3	3	3	4	40
121	3	2	4	5	2	4	1	2	3	3	4	2	2	2	1	4	4	4	52
122	5	5	5	1	1	4	5	3	1	1	5	1	1	1	3	1	3	5	51
123	2	2	4	2	2	2	5	2	3	2	4	2	3	3	5	3	3	4	53
124	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	2	52
125	1	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	39
126	2	2	2	1	1	3	5	3	3	3	4	1	3	2	2	3	3	3	46
127	1	2	2	3	2	4	5	1	4	2	1	3	4	4	4	4	4	5	55
128	1	3	4	2	3	3	4	1	3	2	3	1	3	2	1	4	3	5	48
129	1	3	3	3	2	3	4	2	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	50



Tabulasi Data Penelitian Dukungan Sosial

	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26	A27	TOTAL	
1	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	91	
2	1	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	4	4	4	3	3	1	3	2	3	1	77	
3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	105	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	80
5	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	88	
6	4	2	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	96
7	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	70
8	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	94
9	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	95	
10	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	96	
11	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	2	2	4	3	4	93	
12	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	99	
13	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	79	
14	4	4	3	2	4	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	3	1	4	1	84	
15	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	91	
16	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	87	
17	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	1	4	3	3	4	94	
18	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	2	4	3	3	2	74	
19	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	1	3	3	4	52	
20	4	3	3	4	2	1	3	3	2	4	3	1	2	3	1	3	3	2	2	1	4	4	1	4	3	3	4	73	
21	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	71	
22	1	3	4	1	1	1	1	3	1	3	3	4	3	2	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	2	1	3	53	

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

23	1	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	3	2	3	61
24	4	1	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	96
25	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	3	1	3	4	4	95
26	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	83
27	1	2	3	3	2	3	1	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	2	4	2	64
28	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	76
29	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	102
30	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	99
31	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	4	89
32	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	96
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108
34	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	64
35	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	2	62
36	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	67
37	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	91
38	4	2	3	4	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	93
39	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	98
40	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	82
41	1	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	69
42	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	1	71
43	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	97
44	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	90
45	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	75
46	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	69
47	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	99
48	1	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	1	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	83



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p...
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

49	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	105
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	80
51	2	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	1	2	4	4	3	3	2	3	2	4	4	3	4	81
52	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	97
53	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	84
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	78
55	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108
56	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	78
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80
58	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	2	3	2	89
59	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	84
60	3	3	3	4	2	2	4	2	2	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	4	4	4	79
61	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108
62	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	2	4	84
63	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	82
64	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	87
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
66	4	1	2	3	3	3	4	1	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	81
67	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	69
68	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	1	4	3	2	2	4	2	4	3	2	2	4	3	3	72
69	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	49
70	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	71
71	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	77
72	2	2	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	75
73	1	1	1	1	3	1	1	2	4	4	1	1	4	2	4	1	2	1	1	1	1	3	2	4	56
74	1	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	63
75	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	94
76	3	2	3	4	2	4	3	3	2	4	3	4	3	3	1	4	4	4	4	2	4	4	3	3	82
77	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	2	4	79
78	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	70
79	2	2	2	3	2	3	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	63



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, p
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

80	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	4	4	2	3	2	3	2	3	2	55
81	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	74
82	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	3	2	4	4	94
83	4	4	4	3	3	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	100
84	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	101
85	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	92
86	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	4	1	75
87	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	100
88	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	105
89	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	66
90	4	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	2	4	3	1	3	3	1	3	74	
91	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	80	
92	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103
93	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	75
94	2	3	3	2	1	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	68
95	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	103
96	2	1	2	3	2	4	3	4	2	3	4	3	3	4	1	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	1	3	1	76	
97	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	100
98	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	87
99	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	61
100	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	75	
101	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	51
102	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	80	
103	1	1	4	1	4	2	3	4	4	1	1	3	2	2	1	2	4	4	3	3	1	4	3	3	3	2	4	3	4	70	
104	2	3	3	2	3	4	1	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	89	
105	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	1	3	4	74		
106	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	4	3	2	3	90	
107	1	1	1	3	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	2	4	1	68		
108	4	4	4	2	2	2	3	4	2	4	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	1	4	3	3	4	1	1	1	72		
109	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	102	
110	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	94	



LAMPIRAN G
UJI NORMALITAS, LINEARITAS, HIPOTESIS, DAN ANALISIS
TAMBAHAN

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		129
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.56090849
Most Extreme Differences	Absolute	.067
	Positive	.043
	Negative	-.067
Test Statistic		.067
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well Being * Stres Akademik	Between Groups	(Combined)	13584.796	37	367.157	3.247	.000
		Linearity	5969.043	1	5969.043	52.784	.000
		Deviation from Linearity	7615.753	36	211.549	1.871	.009
	Within Groups	10290.708	91	113.085			
Total			23875.504	128			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well Being * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	13635.404	51	267.361	2.010	.003
		Linearity	3232.348	1	3232.348	24.306	.000
		Deviation from Linearity	10403.056	50	208.061	1.565	.038
	Within Groups	10240.100	77	132.988			
Total			23875.504	128			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	105.958	10.509		10.083	.000		
Stres Akademik	-.650	.127	-.420	-5.101	.000	.839	1.192
Dukungan Sosial	.190	.078	.199	2.422	.017	.839	1.192

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

4. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	18.874	6.391		2.953	.004		
Stres Akademik	-.073	.078	-.091	-.944	.347	.839	1.192
Dukungan Sosial	-.077	.048	-.156	-1.618	.108	.839	1.192

a. Dependent Variable: RES2

5. Uji Hipotesis

Correlations

		Psychological Well Being	Stres Akademik
Psychological Well Being	Pearson Correlation	1	-.500**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	129	129
Stres Akademik	Pearson Correlation	-.500**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	129	129

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Psychological Well Being	Dukungan Sosial
Psychological Well Being	Pearson Correlation	1	.368**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	129	129
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	.368**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	129	129

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6765.310	2	3382.655	24.910	.000 ^b
	Residual	17110.194	126	135.795		
	Total	23875.504	128			

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Stres Akademik

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	105.958	10.509		10.083	.000		
	Stres Akademik	-.650	.127	-.420	-5.101	.000	.839	1.192
	Dukungan Sosial	.190	.078	.199	2.422	.017	.839	1.192

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

6. Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.532 ^a	.283	.272	11.65230

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Stres Akademik



7. Kategorisasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kategori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid sangat rendah	9	7.0	7.0	7.0
rendah	37	28.7	28.7	35.7
sedang	48	37.2	37.2	72.9
tinggi	28	21.7	21.7	94.6
sangat tinggi	7	5.4	5.4	100.0
Total	129	100.0	100.0	

Total

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid sangat rendah	6	4.7	4.7	4.7
rendah	12	9.3	9.3	14.0
sedang	38	29.5	29.5	43.4
tinggi	56	43.4	43.4	86.8
sangat tinggi	17	13.2	13.2	100.0
Total	129	100.0	100.0	

Kategori Dukungan Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Rendah	8	6.2	6.2	6.2
Rendah	39	30.2	30.2	36.4
Sedang	40	31.0	31.0	67.4
Tinggi	36	27.9	27.9	95.3
Sangat Tinggi	6	4.7	4.7	100.0
Total	129	100.0	100.0	

UIN SUSKA RIAU

8. Uji Crosstabs

Jenis Kelamin * Kategori PWB Crosstabulation

			Kategori PWB					Total
			Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Count	0	7	5	5	1	18
		% within Jenis Kelamin	0.0%	38.9%	27.8%	27.8%	5.6%	100.0%
	Perempuan	Count	9	30	43	23	6	111
		% within Jenis Kelamin	8.1%	27.0%	38.7%	20.7%	5.4%	100.0%
Total		Count	9	37	48	28	7	129
		% within Jenis Kelamin	7.0%	28.7%	37.2%	21.7%	5.4%	100.0%

Jenis Kelamin * Kategori Stres Akademik Crosstabulation

			Kategori Stres Akademik					Total
			Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Count	0	3	8	6	1	18
		% within Jenis Kelamin	0.0%	16.7%	44.4%	33.3%	5.6%	100.0%
	Perempuan	Count	6	9	30	50	16	111
		% within Jenis Kelamin	5.4%	8.1%	27.0%	45.0%	14.4%	100.0%
Total		Count	6	12	38	56	17	129
		% within Jenis Kelamin	4.7%	9.3%	29.5%	43.4%	13.2%	100.0%

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jenis Kelamin * Kategori Dukungan Sosial Crosstabulation

			Kategori Dukungan Sosial					Total
			Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Count	2	3	9	4	0	18
		% within Jenis Kelamin	11.1%	16.7%	50.0%	22.2%	0.0%	100.0%
	Perempuan	Count	6	36	31	32	6	111
		% within Jenis Kelamin	5.4%	32.4%	27.9%	28.8%	5.4%	100.0%
Total		Count	8	39	40	36	6	129
		% within Jenis Kelamin	6.2%	30.2%	31.0%	27.9%	4.7%	100.0%

Semester * Kategori PWB Crosstabulation

		Kategori PWB					Total	
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi		
Semester	8	Count	4	20	28	12	2	66
		% within Semester	6.1%	30.3%	42.4%	18.2%	3.0%	100.0%
	10	Count	1	9	14	8	3	35
		% within Semester	2.9%	25.7%	40.0%	22.9%	8.6%	100.0%
	12	Count	4	6	5	5	1	21
		% within Semester	19.0%	28.6%	23.8%	23.8%	4.8%	100.0%
	14	Count	0	2	1	3	1	7
		% within Semester	0.0%	28.6%	14.3%	42.9%	14.3%	100.0%
Total		Count	9	37	48	28	7	129
		% within Semester	7.0%	28.7%	37.2%	21.7%	5.4%	100.0%

Semester * Kategori Stres Akademik Crosstabulation

		Kategori Stres Akademik					Total
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	
Semester 8	Count	3	2	19	32	10	66
	% within Semester	4.5%	3.0%	28.8%	48.5%	15.2%	100.0%
10	Count	2	6	9	14	4	35
	% within Semester	5.7%	17.1%	25.7%	40.0%	11.4%	100.0%
12	Count	0	3	7	8	3	21
	% within Semester	0.0%	14.3%	33.3%	38.1%	14.3%	100.0%
14	Count	1	1	3	2	0	7
	% within Semester	14.3%	14.3%	42.9%	28.6%	0.0%	100.0%
Total	Count	6	12	38	56	17	129
	% within Semester	4.7%	9.3%	29.5%	43.4%	13.2%	100.0%

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN H
SURAT-SURAT PENELITIAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 153 Kel. Tuah Madani Kec. Tanjung Pekanbaru-Riau 28293 P.O. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://psi.uin-suska.ac.id> E-mail: psi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN PRA RISET

Nomor: B-1937E/Un.04/F.VWPP.00.9/11/2022

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Rana Mulia Putri
NIM : 11960124909
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VII (Tujuh)

untuk melakukan pra riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Antara Stres Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 25 November 2022



Dr. Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN TRY OUT

Nomor: B-27E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2023

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

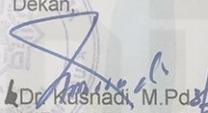
Nama : Rana Mulia Putri
NIM : 11960124909
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VII (Tujuh)

untuk melakukan *try out* di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Antara Stres Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 09 Januari 2023
Dekan,


Dr. Kusnadi, M.Pd.
NIP. 19671212 199503 1 001



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS PSIKOLOGI
 كلية علم النفس
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : http://fpsi.uin-suska.ac.id E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN RISET

Nomor: B-415E/Un.04/F.VII/PP.00.9/02/2023

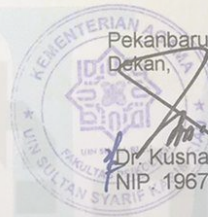
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Rana Mulia Putri
 NIM : 11960124909
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Antara Stres Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 20 Februari 2023

Dekan,

Dr. Kushadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-846E/Un.04/F.VI/PP.00.9/06/2023

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bawah:

Nama : Rana Mulia Putri
NIM : 11960124909
Tempat Tgl.Lahir : Lumbok / 04 Juni 2001
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

benar mahasiswa tersebut di atas telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi dengan judul:

"Hubungan Antara Stres Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 21 Juni 2023

Dekan,



Dr. Kushadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN I

TAMPILAN SKALA *GOOGLE FORM*

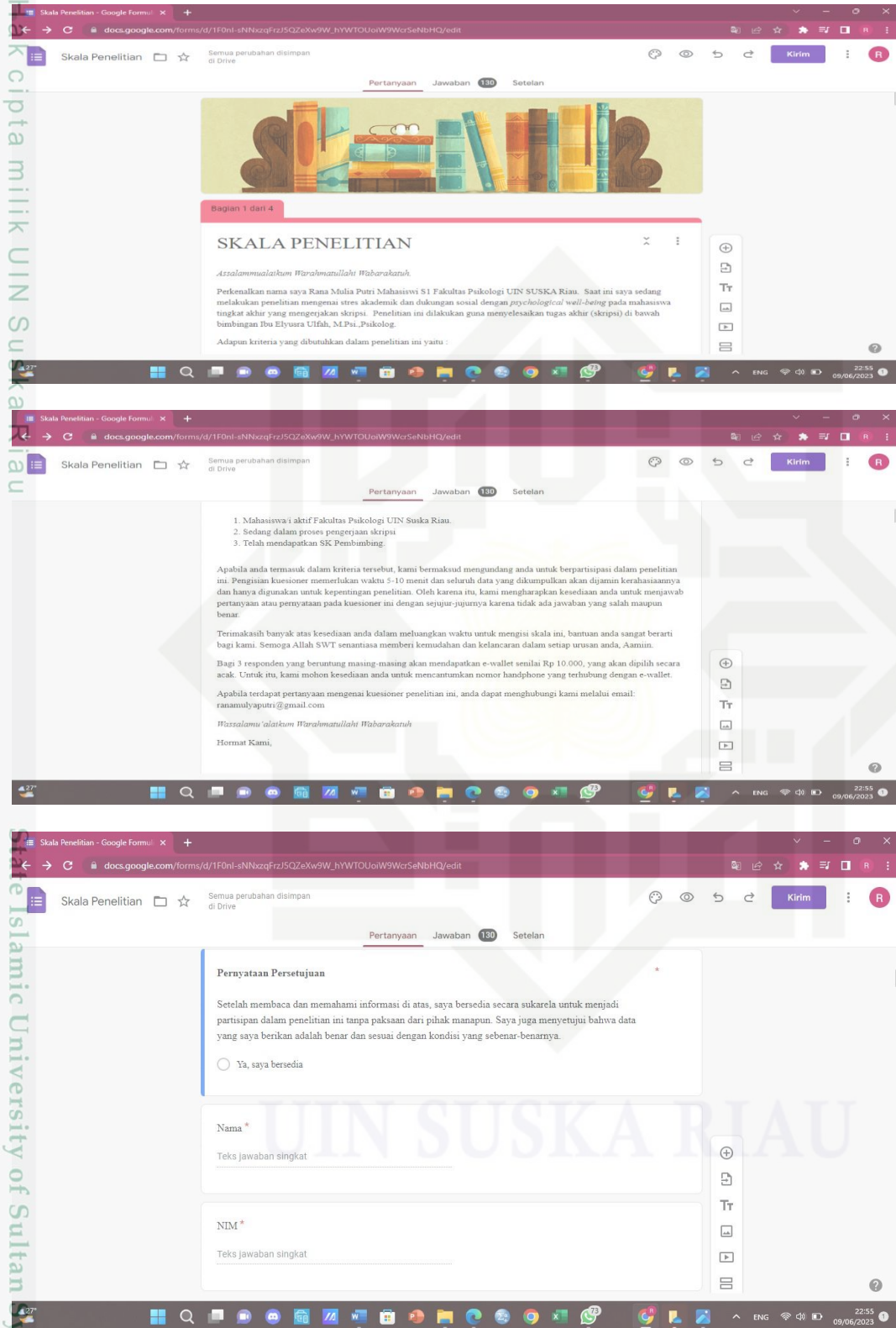
UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

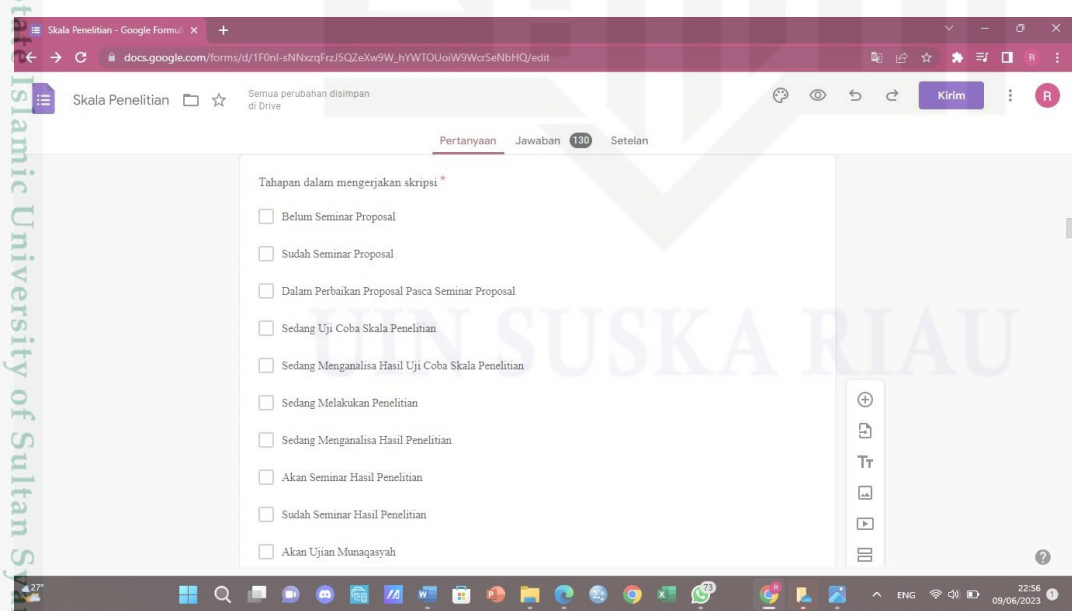
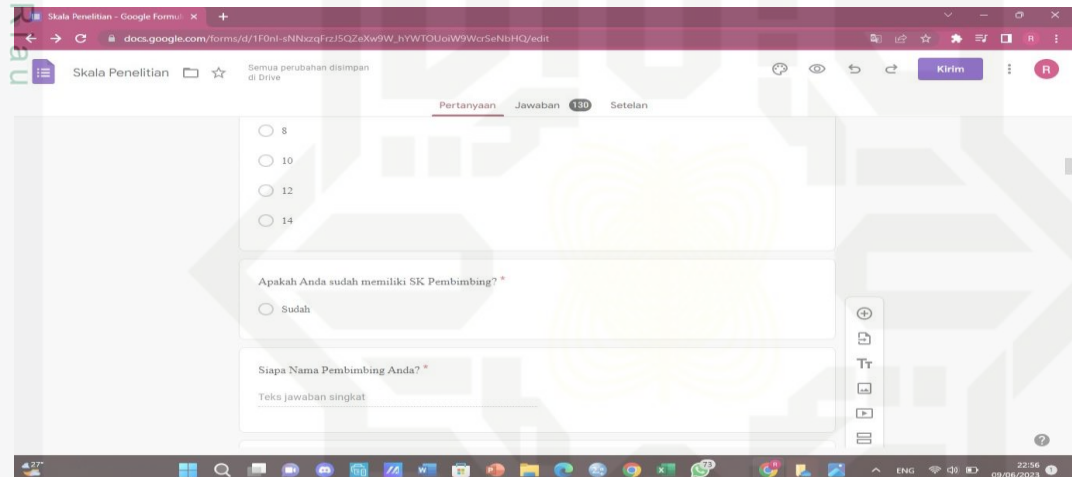
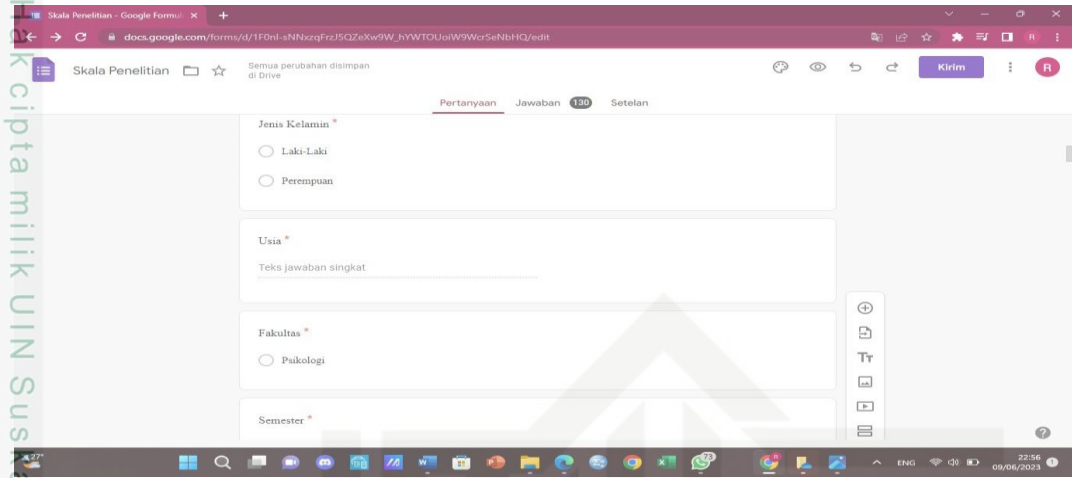
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



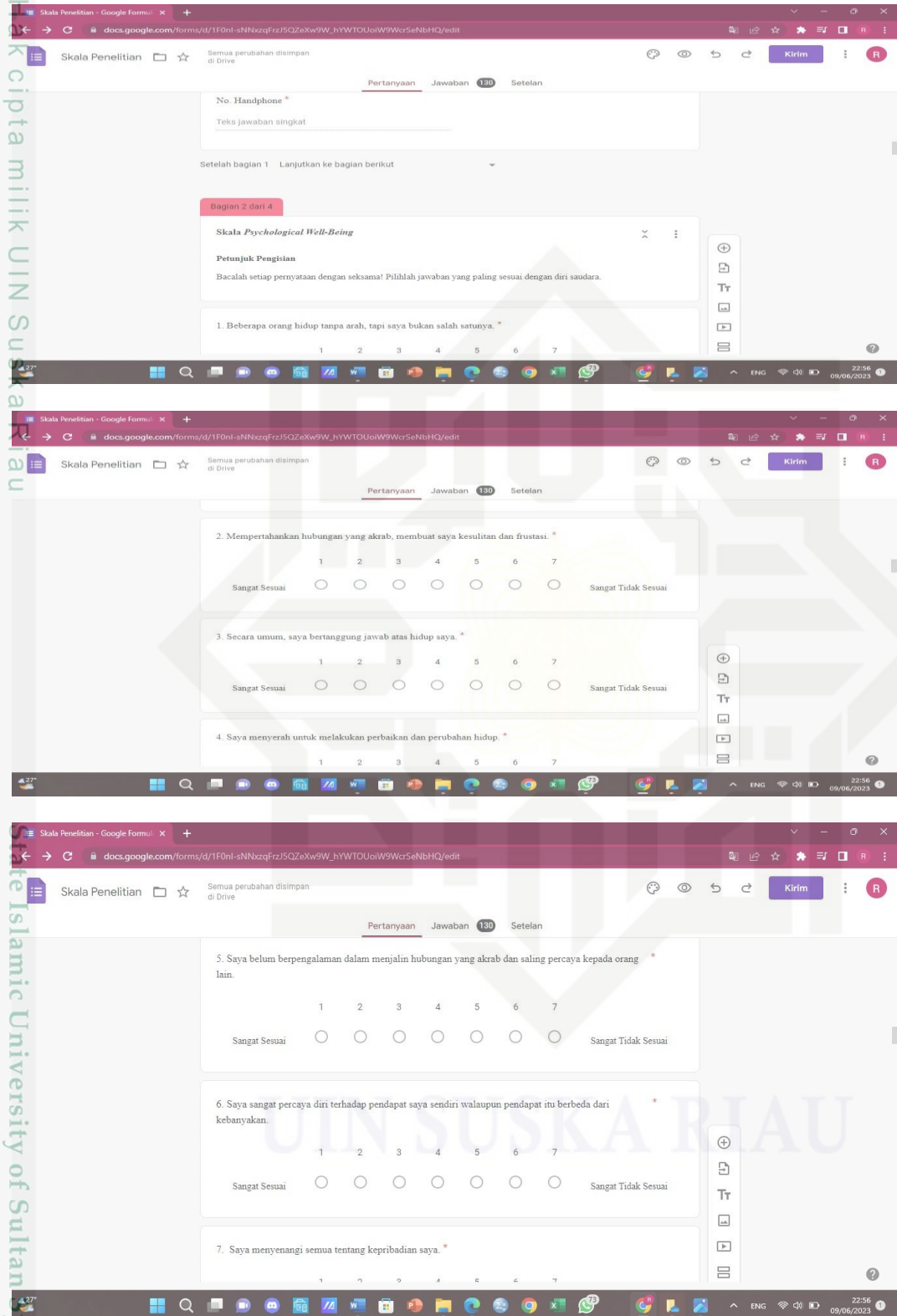
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

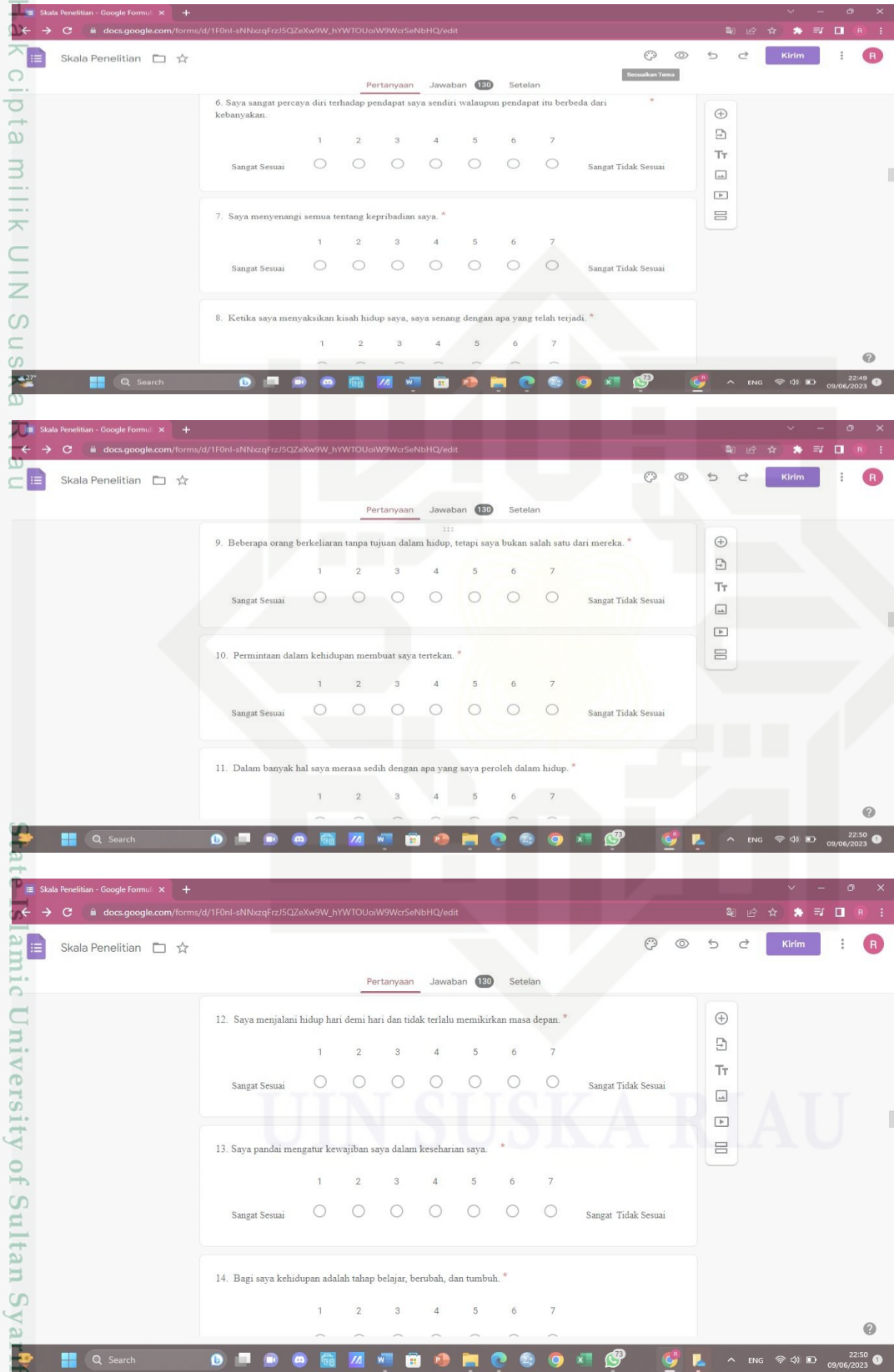
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



The image displays three sequential screenshots of a Google Form titled "Skala Penelitian" (Research Scale). The form is in Indonesian and contains several Likert scale questions. The first screenshot shows the beginning of the form with a text input field for a phone number and a section titled "Skala Psychological Well-Being" with a 7-point scale. The second screenshot shows questions 2, 3, and 4, each with a 7-point scale from "Sangat Sesuai" (Very Suitable) to "Sangat Tidak Sesuai" (Very Not Suitable). The third screenshot shows questions 5, 6, and 7, also with 7-point scales. The form is hosted on a Google Drive link.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

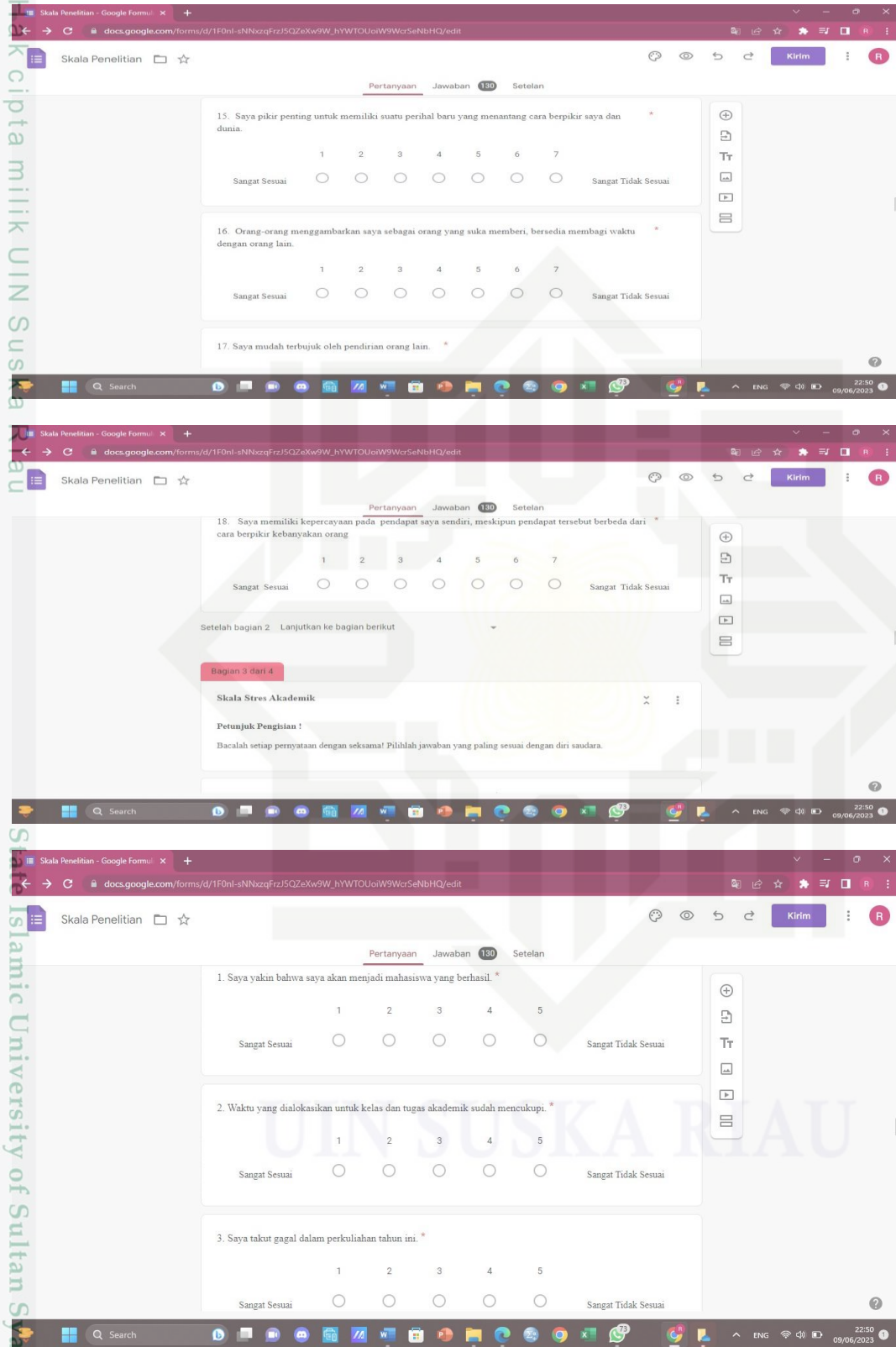


The image displays three screenshots of a Google Form titled "Skala Penelitian". The form contains 14 questions, each with a 7-point Likert scale ranging from "Sangat Sesuai" (1) to "Sangat Tidak Sesuai" (7). The questions are as follows:

- 6. Saya sangat percaya diri terhadap pendapat saya sendiri walaupun pendapat itu berbeda dari kebanyakan.
- 7. Saya menyenangi semua tentang kepribadian saya.
- 8. Ketika saya menyaksikan kisah hidup saya, saya senang dengan apa yang telah terjadi.
- 9. Beberapa orang berkelieran tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.
- 10. Permintaan dalam kehidupan membuat saya tertekan.
- 11. Dalam banyak hal saya merasa sedih dengan apa yang saya peroleh dalam hidup.
- 12. Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.
- 13. Saya pandai mengatur kewajiban saya dalam keseharian saya.
- 14. Bagi saya kehidupan adalah tahap belajar, berubah, dan tumbuh.

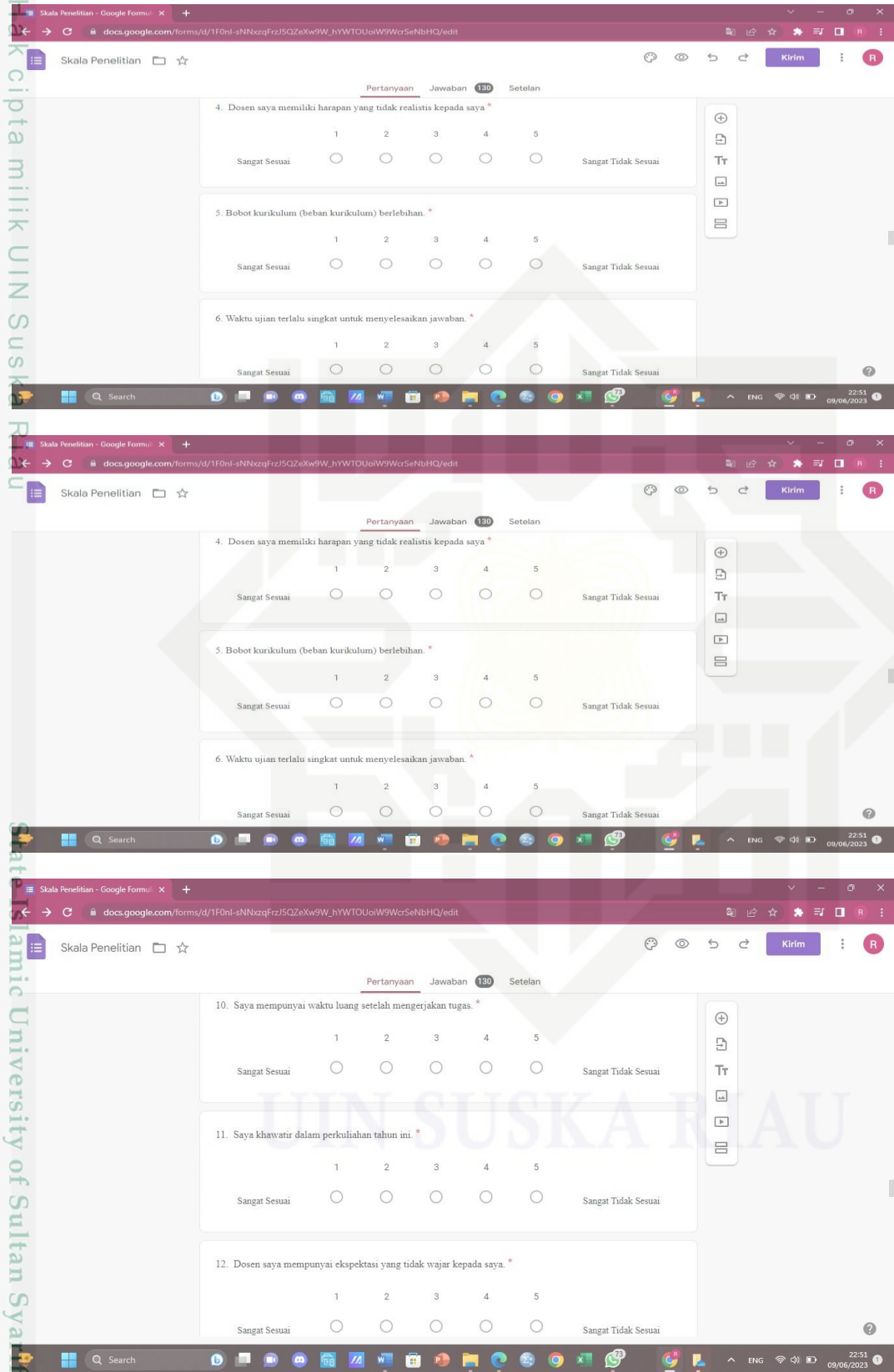
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

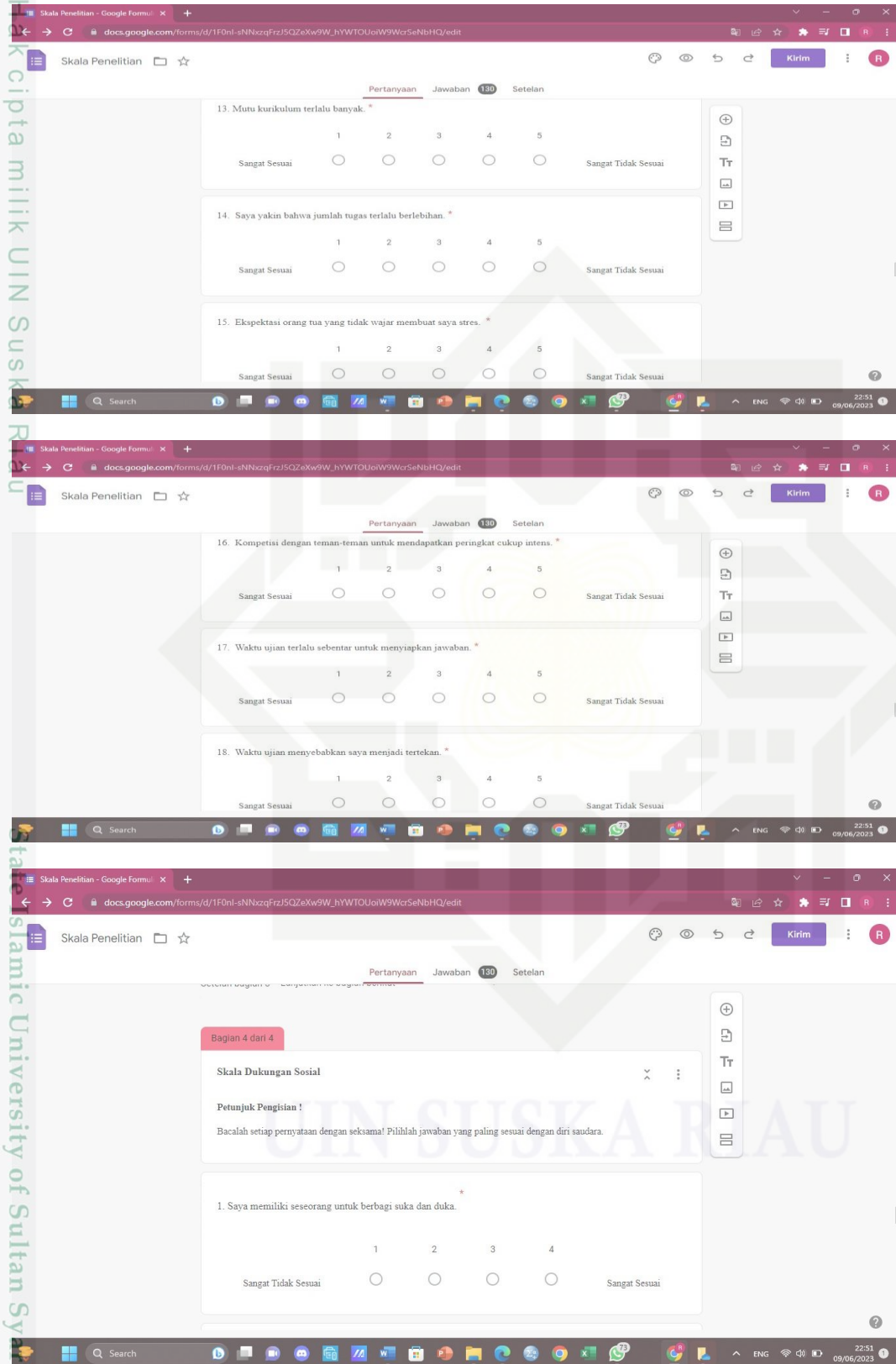


The image displays three screenshots of a Google Form titled "Skala Penelitian". The form contains several survey questions with a 5-point Likert scale response options: "Sangat Sesuai" (1), "Sangat Tidak Sesuai" (5), and intermediate points (2, 3, 4). The questions are:

- 4. Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis kepada saya *
- 5. Bobot kurikulum (beban kurikulum) berlebihan. *
- 6. Waktu ujian terlalu singkat untuk menyelesaikan jawaban. *
- 10. Saya mempunyai waktu luang setelah mengerjakan tugas. *
- 11. Saya khawatir dalam perkuliahan tahun ini. *
- 12. Dosen saya mempunyai ekspektasi yang tidak wajar kepada saya. *

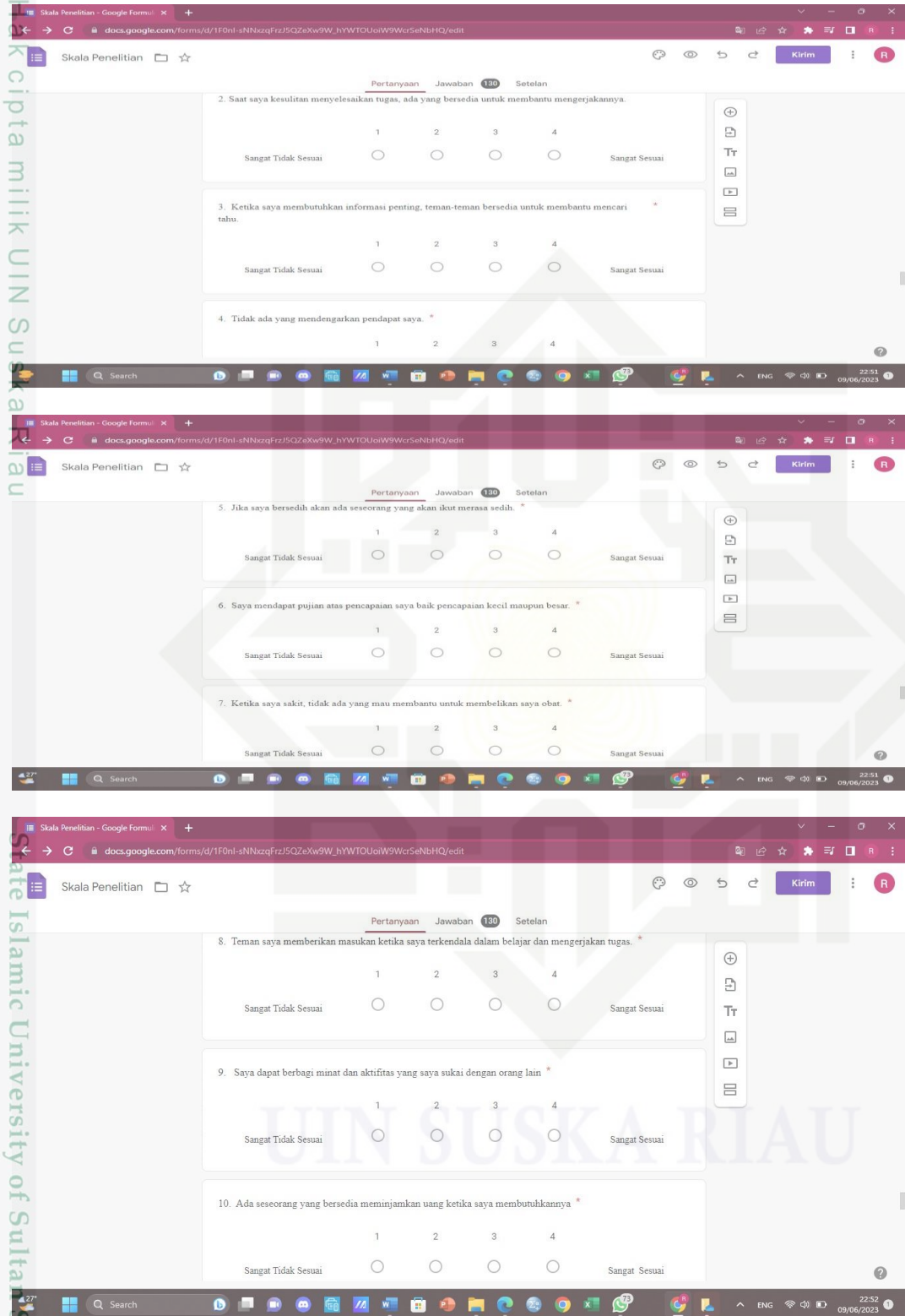
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

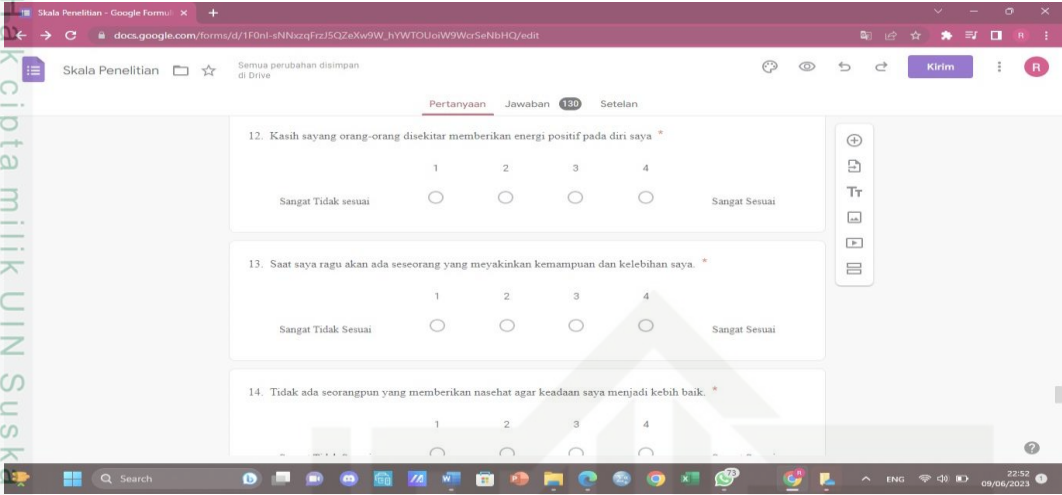


The image displays three screenshots of a Google Form titled "Skala Penelitian". Each screenshot shows a question with a 4-point Likert scale response options: "Sangat Tidak Sesuai", "1", "2", "3", "4", and "Sangat Sesuai".

- Question 2:** Saat saya kesulitan menyelesaikan tugas, ada yang bersedia untuk membantu mengerjakannya.
- Question 3:** Ketika saya membutuhkan informasi penting, teman-teman bersedia untuk membantu mencari tahu.
- Question 4:** Tidak ada yang mendengarkan pendapat saya.
- Question 5:** Jika saya bersedia akan ada seseorang yang akan ikut merasa sedih.
- Question 6:** Saya mendapat pujian atas pencapaian saya baik pencapaian kecil maupun besar.
- Question 7:** Ketika saya sakit, tidak ada yang mau membantu untuk membelikan saya obat.
- Question 8:** Teman saya memberikan masukan ketika saya terkendala dalam belajar dan mengerjakan tugas.
- Question 9:** Saya dapat berbagi minat dan aktifitas yang saya sukai dengan orang lain.
- Question 10:** Ada seseorang yang bersedia meminjamkan uang ketika saya membutuhkannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Skala Penelitian - Google Form

docs.google.com/forms/d/1F0nl-sNNzqFrzJ5QZeXw9W_hyW10UoiW9WcrSeNbHQ/edit

Skala Penelitian ☆ Semua perubahan disimpan di Drive

Pertanyaan Jawaban 130 Setelan Kirim

12. Kasih sayang orang-orang disekitar memberikan energi positif pada diri saya *

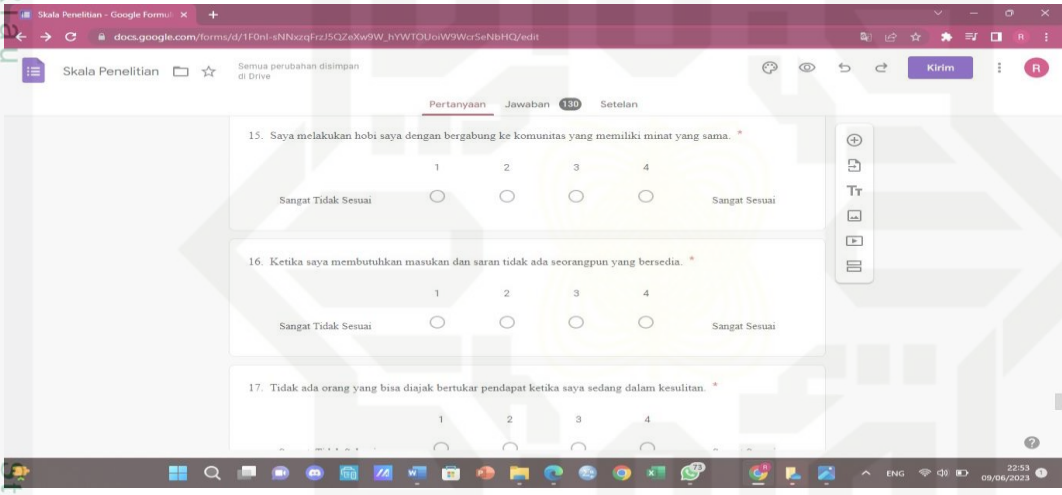
Sangat Tidak sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

13. Saat saya ragu akan ada seseorang yang meyakinkan kemampuan dan kelebihan saya. *

Sangat Tidak Sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

14. Tidak ada seorangpun yang memberikan nasehat agar keadaan saya menjadi lebih baik. *

1 2 3 4



Skala Penelitian - Google Form

docs.google.com/forms/d/1F0nl-sNNzqFrzJ5QZeXw9W_hyW10UoiW9WcrSeNbHQ/edit

Skala Penelitian ☆ Semua perubahan disimpan di Drive

Pertanyaan Jawaban 130 Setelan Kirim

15. Saya melakukan hobi saya dengan bergabung ke komunitas yang memiliki minat yang sama. *

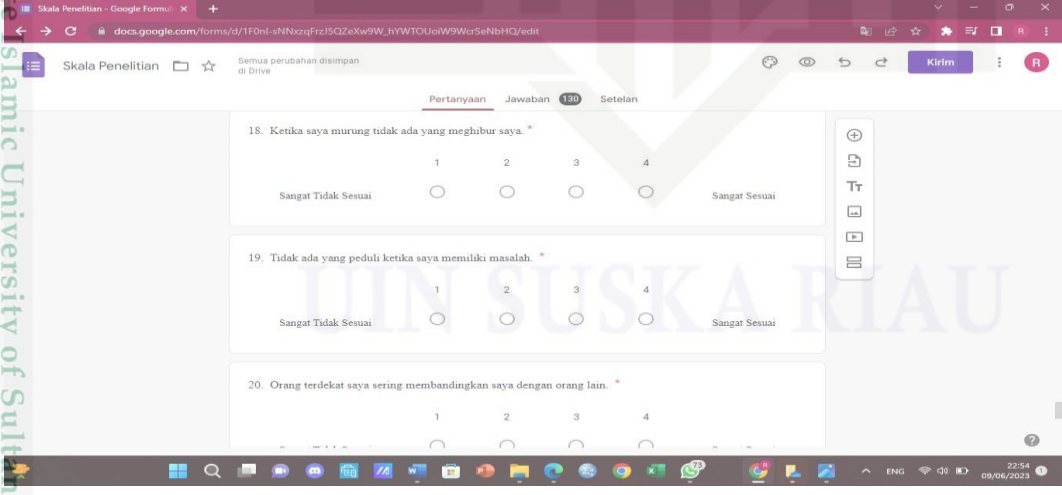
Sangat Tidak Sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

16. Ketika saya membutuhkan masukan dan saran tidak ada seorangpun yang bersedia. *

Sangat Tidak Sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

17. Tidak ada orang yang bisa diajak bertukar pendapat ketika saya sedang dalam kesulitan. *

1 2 3 4



Skala Penelitian - Google Form

docs.google.com/forms/d/1F0nl-sNNzqFrzJ5QZeXw9W_hyW10UoiW9WcrSeNbHQ/edit

Skala Penelitian ☆ Semua perubahan disimpan di Drive

Pertanyaan Jawaban 130 Setelan Kirim

18. Ketika saya murung tidak ada yang menghibur saya. *

Sangat Tidak Sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

19. Tidak ada yang peduli ketika saya memiliki masalah. *

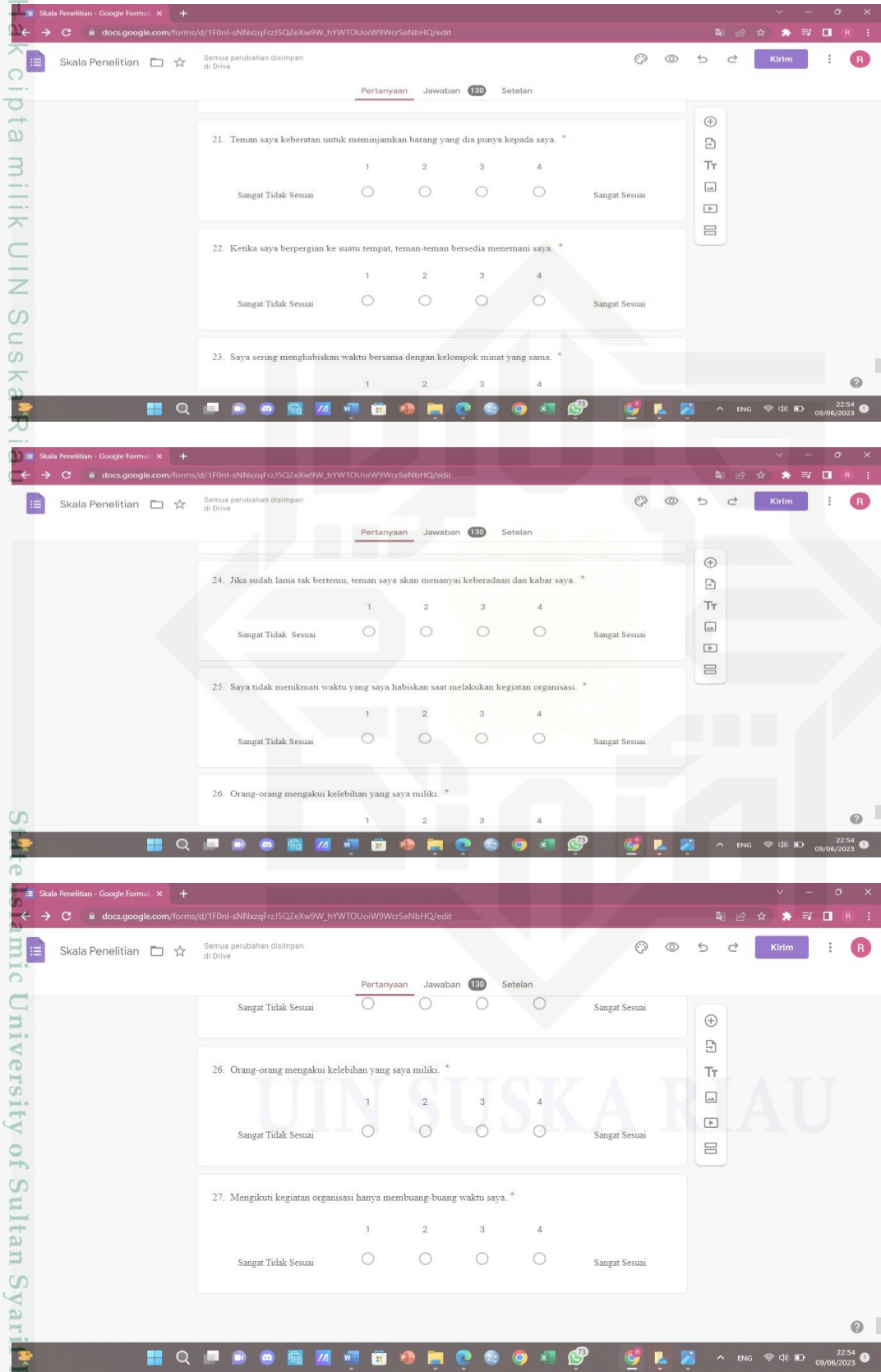
Sangat Tidak Sesuai 1 2 3 4 Sangat Sesuai

20. Orang terdekat saya sering membandingkan saya dengan orang lain. *

1 2 3 4

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



The image displays three sequential screenshots of a Google Form titled "Skala Penelitian". The form is in Indonesian and contains seven survey questions (numbered 21-27) using a 4-point Likert scale. The scale options are "Sangat Tidak Sesuai" (1), "Tidak Sesuai" (2), "Sesuai" (3), and "Sangat Sesuai" (4). Each question is followed by four radio buttons corresponding to these options. The questions are:

- 21. Teman saya keberatan untuk meminjamkan barang yang dia punya kepada saya. *
- 22. Ketika saya berpegiang ke suatu tempat, teman-teman bersedia menemani saya. *
- 23. Saya sering menghabiskan waktu bersama dengan kelompok minat yang sama. *
- 24. Jika sudah lama tak bertemu, teman saya akan menanyai keberadaan dan kabar saya. *
- 25. Saya tidak menikmati waktu yang saya habiskan saat melakukan kegiatan organisasi. *
- 26. Orang-orang mengakui kelebihan yang saya miliki. *
- 27. Mengikuti kegiatan organisasi hanya membuang-buang waktu saya. *

The screenshots also show the Google Forms interface, including the "Kirim" (Send) button, the number of responses (130), and the browser address bar.



BIODATA PENELITI

Nama : Rana Mulia Putri

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat Tanggal Lahir : Lumbok, 04 Juni 2001

Email : ranamulyaputri@gmail.com



Riwayat Pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Tahun Ajaran
1.	SD Negeri 005 Koto Rajo	2007-2013
2.	SMP Negeri 001 Koto Rajo	2013-2016
3.	SMA Negeri Pintar Kab. Kuantan Singingi	2016-2019
4.	Psikologi-UIN SUSKA Riau	2019-2023

Pengalaman Kerja

Selama menjalani perkuliahan, pada tahun 2022 peneliti pernah bekerja menjadi guru private selama lebih kurang 1 tahun. Selain itu pada tahun 2023 peneliti mendapat kesempatan untuk magang di Balai Pemasaryakatan Kelas II Pekanbaru (BAPAS). Setelah selesai magang peneliti mendapat kesempatan kembali untuk bekerja *part time* di BAPAS Kelas II Pekanbaru sampai sekarang.

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- Dilarang mengutip, menyalin, atau menyalin sebagian atau seluruhnya isi tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumbernya.
 - Dilarang mengutip hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya isi dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.