

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENERJAKAN SKRIPSI

SKRIPSI



Oleh :

FLORENTIVO MAVENCO ALBARADO
NIM. 11960114740

**FAKULTAS PISKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1446 H / 2025 M**

- 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 KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**

Disusun oleh :

Florentivo Mavenco Albarado
11960114740**MUNAQOSYAH**

Telah diterima dan disetujui untuk diujikan sidang Munaqosyah Fakultas
Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru,

Pembimbing,

Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog
NIP. 19860427 201503 2 005

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.

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

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Florentivo Mavenco Albarado
 NIM : 11960114740
 Judul Skripsi : Hubungan Kebersyukuran terhadap Stres Akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

Universitas Islam Ngeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari/Tanggal : Rabu / 17 Januari 2024
 Bertepatan dengan : Rabu / 17 Rajab 1446 H

TIM PENGUJI

Ketua



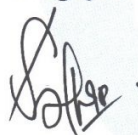
Ricca Anggreini Munthe, M.A
NIDN. 2019088501

Sekretaris



Ikwanisifa, M.Psi., Psikolog
NIDN. 1027048603

Penguji I



Salmiyati, M.Psi., Psikolog
NIDN. 2017088802

Penguji II



Desma Husni, S.Pd.i., S.Psi., M.A., Psikolog
NIDN. 2028127801

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. H. Kusnadi M.Pd
NIDN. 2012126701



Lampiran Surat :

Nomor : Nomor 25/2021

Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : FLORENTIUS MAVENCO ALBARADO

NIM : 11960114740

Tempat/Tgl. Lahir : PEMATANG KEBA, 11 Juli, 2000

Fakultas/Pascasarjana : Psikologi

Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES AKADEMIK 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, 23 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



FLORENTIUS MAVENCO ALBARADO

NIM : 11960114740

* pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa merujuk 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
Site 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 PENGESAHAN**HUBUNGAN KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENERJAKAN
SKRIPSI**

Disusun oleh :

Florentivo Mavenco Albarado
11960114740

SEMINAR HASIL

Telah diterima dan disetujui untuk diujikan dalam Seminar Hasil Fakultas
Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 13 Desember 2024

Pembimbing

Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog
NIP. 19860427 201503 2 005



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kebersyukuran terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi UIN Suska”**. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda junjungan alam Nabi Muhammad SAW, yang membawa manusia dari alam kebodohan menuju alam yang berilmu pengetahuan seperti saat ini.

Peneliti menyadari bahwa selama proses penyelesaian skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari motivasi, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, izinkanlah dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunnas, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Terimakasih karena telah memfasilitasi dan memberi arahan bagi peneliti selama proses perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Terimakasih karena telah



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.

memfasilitasi dan memberi arahan bagi peneliti selama proses perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

3. Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si, selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si, selaku Wakil Dekan II, Ibu Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc., Ph.D, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Terimakasih karena telah memfasilitasi dan memberi arahan bagi peneliti selama proses perkuliahan.
4. Ibu Dr. Sri Wahyuni, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Prodi dan Ibu Ricca Angreini Munthe, S.Psi., M.A, selaku Sekretaris Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif. Terimakasih karena telah memfasilitasi dan memberi arahan bagi peneliti selama proses perkuliahan.
5. Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen Penasehat Akademik (PA). Peneliti ucapkan terimakasih karena telah memberikan masukan serta dukungan dan arahan kepada peneliti sehingga peneliti bisa mencapai pada tahap ini.
6. Ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi peneliti yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing peneliti sampai ke tahap ini ditengah kesibukan yang dijalani. Serta selalu memberi semangat dan arahan dengan tulus sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian 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.

7. Ibu Salmiyati, M.Psi., Psikolog selaku penguji 1 dan Ibu Desma Husni, S.Pdi, S.Psi, M.A. Psikolog selaku penguji II. Terima kasih atas saran-saran yang membangun untuk penelitian ini.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Terimakasih telah mendidik dan memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada peneliti. Semoga Allah SWT membalas jasa yang telah Bapak dan Ibu berikan.
9. Seluruh Staff Fakultas Psikologi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, peneliti ucapkan terimakasih karena telah melancarkan pengurusan administrasi dan memberikan informasi selama penyelesaian penelitian ini.
10. Teristimewa kepada yang tercinta yakni kedua orang tua peneliti, Ayah Suryatmoko dan Ibu Supeni. Terimakasih atas segala perhatian dan kasih sayang, menjadi tempat berkeluh kesah, dan memberikan semangat serta do'a tulus yang tiada henti untuk peneliti. Terimakasih pula kepada kakak Bripka Vera Dzuhurina Pambuko, S.H. Brigadir Florentina Kharismaya, S.H dan Rahmawati, S.K.M serta terimakasih pula kepada abang Bripka Arif Rahman Hakim Ritonga, Apt. Odi Supandri Rambe, S. Farm., M.K.M dan Briptu Florentino Nico Alfido S.H atas semangat dan do'a terbaiknya untuk peneliti. Semoga Allah SWT menyayangi keluarga ini Aamiin.
11. Terimakasih kepada Eryn Elpinra S. Tr.Kes yang telah selalu menjadi tempat berbagi cerita, memberikan motivasi dan semangat yang membangun disetiap ingin menyerah, serta membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian 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.

12. Terimakasih untuk teman-teman peneliti, terutama untuk Fadel, Reski, Fariz, Girvan, Gilang, Mujiono, Windi, Riska, Putri, Chaca, Adilla, Hafizatul, Fitria R, Citra, Lisa, Annisa D, Putri A, teman-teman kelas A Psikologi 2019 yang sudah sama-sama berjuang dan sangat membantu peneliti dalam memberikan saran terbaik selama mengerjakan penelitian ini.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dan memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pekanbaru, Januari 2025

Penulis

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.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Keaslian Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian.....	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Stres akademik	12
1. Definisi Stres akademik	12
2. Aspek-aspek Stres akademik.....	13
3. Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	16
4. Aspek-aspek yang dapat menurunkan Stres Akademik	17
B. Kebersyukuran	18
1. Pengertian Kebersyukuran	18
2. Aspek-aspek Kebersyukuran.....	19
3. Faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran.....	19
C. Kerangka Berfikir.....	20
D. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Identifikasi Variabel Penelitian	25
C. Definisi Operasional.....	26
1. Stres akademik	26
2. Kebersyukuran	26
D. Subjek Penelitian.....	27
1. Populasi	27
2. Sampel.....	27
3. Teknik Sampling	28
E. Metode Pengumpulan Data	28
1. Skala Stres Akademik	29
2. Skala Kebersyukuran.....	30
F. Faliditas dan Reliabilitas	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.

1. Uji Coba Alat Ukur	30
2. Validitas	31
3. Indeks Daya Beda Aitem.....	31
4. Reliabilitas.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Pelaksanaan Peneltian	37
B. Hasil Penelitian	37
1. Deskriptif Demografi Subjek Penelitian	37
2. Uji Asumsi.....	39
3. Uji Hipotesis.....	41
4. Kategorisasi Data Penelitian	42
D. Pembahasan	44
BAB V PENUTUP	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN A	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau	27
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> skala Stres akademik	29
Tabel 3. 3 <i>Blueprint</i> Skala Kebersyukuran.....	30
Tabel 3. 4 <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik (Setelah Try Out)	33
Tabel 3. 5 <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik (Untuk Penelitian).....	33
Tabel 3. 6 <i>Blueprint</i> Kebersyukuran (Setelah Try Out)	34
Tabel 3. 7 <i>Blueprint</i> Kebersyukuran (Untuk Penelitian).....	34
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	35
Tabel 4. 1 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	38
Tabel 4. 2 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Semester	38
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas skewness dan kurtosis	40
Tabel 4. 4 Hasil Uji Linieritas	40
Tabel 4. 5 Hasil Uji Hipotesis	41
Tabel 4. 6 Norma Kategorisasi.....	42
Tabel 4. 7 Gambaran Hipotetik dan Empirik Stres Akademik.....	42
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Variabel Stres Akademik	43
Tabel 4. 9 Gambaran Hipotetik dan Empirik Kebersyukuran	43
Tabel 4. 10 Hasil Kategorisasi Variabel Kebersyukuran	44

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	Validasi Alat Ukur Stres Akademik.....	56
LAMPIRAN B	Validasi Alat Ukur Kebersyukuran	67
LAMPIRAN C	Skala <i>Try Out</i>	78
LAMPIRAN D	Tabulasi <i>Try Out</i>	89
LAMPIRAN E	Validitas Dan Uji Beda Daya Aitem	96
LAMPIRAN F	Skala Penelitian	100
LAMPIRAN G	Tabulasi Penelitian.....	108
LAMPIRAN H	Data Demografi.....	125
LAMPIRAN I	Uji Asumsi.....	127
LAMPIRAN J	Kategorisasi Data Penelitian	129
LAMPIRAN K	Surat Izin Pra Riset	131
LAMPIRAN L	Surat Izin <i>Try Out</i>	133
LAMPIRAN M	Surat Izin Riset.....	135
LAMPIRAN N	Surat Telah Selesai Riset.....	137

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 KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Florentivo Mavenco Albarado

florentivoo@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi UIN SUSKA RIAU angkatan 2018-2020. Sampel penelitian ini berjumlah 188 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik Insidental Sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu skala *Student-life Stress Inventory* teori Gadzella & Masten yang di terjemahkan oleh Azahrah dan skala *Gratitude Qusionnaire-Six Item (GQ-6)* teori McCullough, Emmons & Tsang yang di terjemahkan dan modifikasi oleh Ramadhonis. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *product-moment pearson* dengan hasil korelasi sebesar $-0,508$ dan signifikansi sebesar $0,000 < 0,01$. Maka dari itu hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini di terima, artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kebersyukuran dengan stres akademik mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi, semakin tinggi kebersyukuran pada mahasiswa maka semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa. Kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Sehingga mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi dapat mengurangi stres akademik yang dirasakan dengan mempertahankan dan terus meningkatkan rasa syukur dalam dirinya yang menjadikan mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dengan lebih baik.

Kata kunci: Kebersyukuran, Stres Akademik, Mahasiswa Mengerjakan Skripsi

THE RELATIONSHIP OF GRATITUDE TO ACADEMIC STRESS IN FINAL LEVEL STUDENTS WORKING ON THESIS

Florentivo Mavenco Albarado

florentivoo@gmail.com

Faculty of Psychology State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Abstract

This research aims to determine the relationship between gratitude and academic stress in final year students working on their thesis. The population in this study consisted of psychology students at UIN SUSKA RIAU class 2018-2020. The sample for this research was 188 students. The sampling technique in this research was carried out using the Incidental Sampling technique. The data collected in this research were the Student-life Stress Inventory scale according to Gadzella & Masten's theory which was translated by Azahrah and the Gratitude Quisionnaire-Six Item (GQ-6) scale according to McCulloygh, Emmons, & Tsang's theory which was translated and modified by Ramadhonis. The data analysis technique used is Pearson product-moment analysis with a correlation result of -0.508 and a significance of $0.000 < 0.01$. Therefore, the hypothesis proposed in this research is accepted, meaning that there is a significant negative relationship between gratitude and the academic stress of final year students working on their thesis. The higher the gratitude in students, the lower the academic stress experienced by students. Gratitude is one of the factors that influences academic stress in final year students working on their thesis. So that final year students who are working on their thesis can reduce the academic stress they feel by maintaining and continuing to increase their sense of gratitude which will enable students to complete their thesis better.

Keywords: *Gratitude, Academic Stress, Students Working on Their Thesis*

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 I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Skripsi merupakan salah satu laporan berbentuk karya ilmiah yang wajib dikerjakan oleh mahasiswa sebagai syarat meraih gelar sarjana. Menurut Abdullah, Sarirah & Lestari (2017), skripsi jadi salah satu syarat mahasiswa guna menentukan jadi sarjana maupun untuk meraih gelar S-1. Prayoto (1991) mengatakan menulis skripsi dapat menyebabkan pemicu stres pada mahasiswa. Hal ini di perkuat oleh penelitian Rohmah (2006) mengatakan bahwa salah satu penyebab mahasiswa mengalami stres akademik ialah ketika melakukan penyelesaian tugas akhir yang disebut skripsi. Sejalan dengan penelitian Abdullah dkk (2017) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang merasakan adanya sebuah tekanan cenderung akan lebih mengalami stres akademik.

Stres Akademik sangat penting untuk diteliti pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi karena mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering kali menghadapi tekanan dan stress yang mengakibatkan dampak negatif fisiologis maupun psikologis Putra (2021), sehingga mahasiswa yang dapat mengontrol stres akademiknya cenderung akan terhindar dari dampak negative yang dialaminya. Jika mahasiswa mengalami stres akademik maka proses pengerjaan skripsi juga akan terganggu. Maka dari itu perlu diteliti faktor yang berhubungan dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang 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.

Menurut Gadzella & Masten, (2005) stres akademik ialah sudut pandang individu pada stresor akademik serta bagaimana reaksi pada stresor akademik, yang terdiri dari reaksi fisik, perubahan perilaku, serta kognitif pada stresor itu. Sejalan dengan Desmita (2011) yang mengatakan stres yang disebabkan oleh ketidakmampuan mahasiswa dalam beradaptasi terhadap tuntutan akademik dapat memicu ketegangan fisik, perubahan tingkah laku dan kognitif. Adapun gejala fisik yang timbul seperti keringat berlebihan, sakit kepala, dan nyeri punggung (Lubis et al., 2021). Kemudian perilaku negatif seperti menangis, menyakiti diri sendiri, dan penyalahgunaan zat terlarang (Heiman, 2005). Dan kognitif yang muncul pada mahasiswa mungkin mengalami kesulitan fokus, sulit mengingat materi, dan berpikir negatif (Lubis et al., 2021). Selain itu, masalah psikologis, seperti depresi, kecemasan, dan stres berdampak pada prestasi akademis. Hal ini diperkuat hasil penelitian Khan et al., (2013) bahwa stres akademik mempengaruhi hasil kinerja akademik (prestasi akademik).

Agolla & Ongori (dalam Azahra J.S., 2017) mengatakan Mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat berdampak positif atau negatif juga akan berdampak positif tergantung cara individu meresponnya. Peningkatan stres akademik dapat menurunkan kemampuan akademik yang akan mempengaruhi prestasi mahasiswa (Goff.A.M., 2011). Menurut Fawzy dan Hamed (2017) mengatakan beban yang dirasa berat pada mahasiswa akhir memicu seseorang untuk berperilaku negatif seperti kecemasan, depresi, kualitas tidur yang kurang baik, performa akademik yang buruk, penyalahgunaan zat dan alkohol, mengurangi kepuasan dan kualitas 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.

hingga upaya bunuh diri. Sedangkan dampak positif dari stress berupa peningkatan kreativitas dan memicu perkembangan diri, selama stress yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Stress tetap dibutuhkan untuk pengembangan diri mahasiswa Smeltzer & Bare (dalam Sosiady & Ermansyah, 2017). Sejalan dengan pendapat Gibbon.C., (2011) mengatakan kontrol dan suport menjadi hal yang penting untuk mengarahkan mahasiswa mendapatkan manfaat positif dari kondisi stres yang dialami.

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 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 (dalam Oktafani, 2022). Selain itu, saat mengerjakan skripsi ada beberapa dosen yang idealis dan lama dalam merevisi skripsi Pujantoro (dalam Putri, 2023).

Roellyana dan Listiyandini (2016) juga mengatakan permasalahan yang dialami mahasiswa tingkat akhir adalah pengulangan mata kuliah, penulisan skripsi, tuntutan dari lingkungan, perencanaan tentang masa depan, serta teman yang sudah lebih maju dibanding dirinya. Kemudian Aulia (2019) problematika mahasiswa tingkat akhir yang sering dialami di antaranya adalah proses revisi yang berulang-ulang, kesulitan mencari referensi, kesulitan menemui dosen pembimbing dan rasa takut untuk bertemu dosen pembimbing sehingga menyebabkan menunda untuk bertemu.



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 (dalam Putri, 2023). Sejalan dengan hasil Penelitian Dilla dan Susanti (2022) juga menemukan sebanyak 200 mahasiswa UIN Suska Riau mengalami stres akademik tingkat sedang yaitu 57,14% disebabkan oleh tekanan yang berasal dari lingkungan akademik seperti dosen, ujian, tugas-tugas keagamaan dll.

Tuntutan untuk segera menyelesaikan tugas akhir dan tuntutan lainnya seringkali membuat mahasiswa menghadapi berbagai tekanan. Beberapa penelitian menemukan bahwa kondisi seperti kecemasan, depresi, kualitas tidur yang kurang baik, performa akademik yang buruk, penyalahgunaan zat dan alkohol menyebabkan individu mengalami depresi fisik dan mental yang pada akhirnya mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Mazo (2015) terhadap mahasiswa menemukan bahwa tugas akhir merupakan sumber tekanan bagi mahasiswa. Kemudian ditambahkan oleh Ng, Chiu dan Fong (2016) studi literatur review menunjukkan bahwa ditemukan ekspektasi yang tinggi pada studi mahasiswa, tugas akademik yang berlebihan dan jaringan pertemanan yang sedikit adalah penyebab utama stres akademik yang berdampak pada waktu tidur yang tidak cukup, perubahan perilaku.

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.

Hasil penelitian Raditya & Anastasia (2024) menjelaskan bahwa sebagian mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik, artinya tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa akhir pemicu stress akademik. Berdasarkan penelitian Suwartika dkk. (2014) mahasiswa yang memiliki tingkat stres lebih tinggi cenderung terjerumus dalam hal-hal yang negatif misal merokok, alkohol, terlalu banyak atau terlalu sedikit tidur, dan bahkan bunuh diri.

Kemudian Penelitian Anselma (2009) menyatakan bahwa sumber stres yang paling sering dialami oleh mahasiswa penulis skripsi adalah sumber stres yang berhubungan dengan kesulitan mencari literatur (16,88%) dan kesulitan yang berhubungan dengan masalah-masalah yang muncul dari hubungan mahasiswa dengan dosen pembimbing (16,88%). Sebesar 63% mahasiswa tidak mengalami stres dalam menyusun skripsi, sedangkan 20% mahasiswa mengalami stres. Penelitian Nooreza (2011) juga menyebutkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam pengerjaan skripsi adalah pengambilan data yang sulit, pencarian literatur yang terlalu banyak, pengolahan data yang memerlukan banyak waktu, dan sulit mendapatkan subjek. Selanjutnya penelitian Rosanti dkk. (2022) juga menyatakan bahwa mahasiswa stres akademik yang telah ditelitinya memperoleh angka sebanyak 71,8% mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung akan lebih sulit untuk berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi.

Masalah stres akademik yang dialami mahasiswa tentunya akan berdampak kepada kegiatan keseharian dari mahasiswa tersebut. Menurut



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.

Angolla dan Ongiri (2009) pengelolaan kondisi yang mengancam dengan coping yang tepat dapat mengarahkan individu kepada respon yang adaptif, sehingga individu mampu bertahan dan menghasilkan dampak positif berupa peningkatan upaya menjaga kesehatan. Stres akademik yang dialami mahasiswa dapat diturunkan dengan beberapa faktor internal salah satunya yaitu dengan bersyukur Athar dkk. (dalam Yuwono, 2010). Sehingga salah satu faktor internal seperti kebersyukuran dapat ikut menentukan bagaimana individu merespon penyebab stres (Widodo, 2008). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adang dkk. (2015) menyebutkan salah satu cara menurunkan stress yaitu dengan bersyukur. Hasil penelitian Abdillah (2014) juga menyatakan bahwa bersyukur memiliki pengaruh dalam mereduksi stres.

Kata Syukur diambil dari Bahasa Arab yaitu kata *syakara, stykuran*, dalam Bahasa Indonesia yang berarti rasa terima kasih kepada Allah, adanya rasa untung dan senang. Menurut Ibnu Ujaibah (Hambali, Meiza & Fahmi, 2015) Syukur merupakan kebahagiaan hati atas nikmat yang diperoleh serta sejalan dengan pengarahan seluruh anggota tubuh agar taat kepada yang memberi nikmat yang diberi-Nya dengan rendah hati.

Dalam Bahasa Arab syukur memiliki dua makna dasar terkait rasa berterimakasih. Pertama adalah pujian karena kebaikan yang diperoleh, yaitu merasa ridha dan puas sekalipun hanya sedikit. Kedua adanya perasaan telah dipenuhi kebutuhan kita dan disertai ketabahan. Makna-makna dasar itu menjelaskan arti bersyukur bahwa siapa yang merasa puas dengan sedikit maka ia akan memperoleh yang lebih banyak (Amin, 2009).



Menurut Emmons dan McCullough (2004), kebersyukuran merupakan sebuah emosi atau perasaan yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan pada akhirnya akan mempengaruhi seseorang bertindak terhadap sesuatu atau situasi. Sejalan dengan pendapat Wood, Froh & Geraghty (2010) kebersyukuran merupakan bagian sikap yang berorientasi pada perhatian dan penghargaan pada setiap peristiwa yang dialami individu secara positif.

Emmons dan Stern (2013) dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa 9 orang yang bersyukur lebih efektif dalam mengatasi stres sehari-hari, memiliki resilien yang tinggi dalam menghadapi stres, lebih cepat sembuh dari penyakit, serta lebih menikmati kesehatan fisik. Emmons & McCullough (2003) juga menambahkan bahwa syukur itu membahagiakan, membuat perasaan nyaman, dan bahkan dapat menurunkan tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Emmons dan Crumpler (dalam Fitch-Martin, 2015) menyatakan bahwa, individu yang memiliki rasa syukur tinggi cenderung mampu mengatasi stres dengan lebih baik dan memperlihatkan fungsi fisik dan psikologis yang lebih positif.

Bahrampour dan Yazdkhasti (dalam Mukhlis & Koentjoro, 2015) menemukan bahwa meningkatkan rasa syukur sebagai sifat positif dapat mengurangi efek negatif seperti kecemasan, stres, depresi, dan kepuasan hidup. Ketika seseorang terjebak dalam siklus pikiran negatif atau ketegangan emosional yang disebabkan oleh stres akademik, bersyukur dapat membantu mereka menyeimbangkan pikiran mereka. Orang-orang yang berpikir positif,

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.



di sisi lain, akan lebih mudah mengatasi situasi yang membuat mereka tertekan. Berpikir positif dapat memengaruhi orang untuk mengubah dan berusaha untuk memenuhi kebutuhan mereka dengan optimisme (Rastogi, dkk. 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan Emmons dan McCullough (2004) kebersyukuran adalah komponen penting dari kesehatan, kekurangan, dan kesejahteraan, Seseorang yang bersyukur memiliki emosi yang lebih positif, kepuasan hidup, energi, optimis, dan lebih sedikit kemurungan. Menurut McCullough (2002), kebersyukuran memiliki empat komponen. Pertama, *Intensitas* berarti bahwa orang yang bersyukur dapat memaknai peristiwa positif dan mengharapkan intens untuk melakukannya. Kedua, *Frequency* adalah orang yang sering bersyukur dan merasa baik tentang hal-hal kecil. Ketiga, *Span* adalah orang yang bersyukur yang dapat merasa bersyukur atas semua aspek kehidupan mereka, seperti keluarga, pekerjaan, dan kesehatan. Keempat, *Density* adalah orang yang bersyukur yang diharapkan dapat memberikan penghargaan kepada banyak hal yang membantu mereka melakukan hal baik.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa stress akademik dapat menyebabkan efek negatif seperti kurang fokus, tingkat emosi yang tinggi, cemas, depresi, frustrasi, memaksa diri, pola tidur dan makan tidak teratur, dan bahkan muncul pikiran untuk bunuh diri. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melihat bagaimana hubungan kebersyukuran terhadap stress akademik 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.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini ialah “apakah ada hubungan kebersyukuran terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan kebersyukuran terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan Yunita (2018) dengan judul “Pelatihan Bersyukur untuk Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa” menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kebersyukuran mereduksi stres akademik pada mahasiswa Stikes X di Yogyakarta. Kesamaan penelitian ini terletak pada variabel X nya yakni kebersyukuran dan variabel Y nya ialah Stres akademik. Sedangkan perbedaan penelitian terletak pada karakteristik subjek peneliti, dan lokasi penelitian.

Selanjutnya penelitian dilakukan Rafsanzani dkk. (2023) dengan judul “Kebersyukuran dan Stres Akademik pada Mahasiswa Bekerja”. menunjukkan hasil yang signifikan antara kebersyukuran terhadap stres akademik pada mahasiswa aktif yang sedang bekerja dengan total informan 80 mahasiswa aktif yang berusia 18-27 tahun. Kesamaan penelitian ini terletak pada variabel X nya yakni kebersyukuran dan variabel Y nya ialah Stres



akademik. Perbedaan penelitian ini terhadap penelitian sebelumnya terletak dalam subjek penelitian, total informan serta cara analisis data.

Kemudian Penelitian Mawaddah (2018) melakukan penelitian mengenai korelasi antara kebersyukuran terhadap stres dalam mahasiswa di kota Pekanbaru. subjek dalam penelitian ini ialah mahasiswa aktif di lima universitas terakreditasi di Pekanbaru terhadap penggunaan cara analisis data Clusteer Random Sampling. Melalui hasil penelitian ialah terdapat korelasi buruk dimana khusus antara kebersyukuran serta stres dalam mahasiswa di kota Pekanbaru. Kesamaan antara penelitian terdahulu terhadap penelitian penulis ialah terletak dalam variabel dimana sama. Lalu dimana membedakan antara penulis terdahulu dengan penelitian penulis terdapat dalam tempat, waktu, populasi & sampel, serta lain sebagainya.

Penelitian Abdillah (2014) ialah korelasi antara rasa syukur terhadap stres dalam santri di Pondok Pesantren Moderen Islam Assalam. Sampel yang diambil santri kelas 2 SMA total informan 81 individu santri. Hasil penelitian ini ialah terdapat korelasi negatif antara syukur terhadap stres dalam santri pondok pesantren modern Islam Assalam. Perbedaan antara penulis terdahulu terhadap penelitian penulis terdapat dalam tempat, waktu, populasi & sampel, subjek penelitian, serta lain sebagainya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menyumbangkan pemahaman terhadap faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa dalam konteks

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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

akademik. Dengan memahami sejauh mana kebersyukuran dapat mengurangi stres akademik, kita dapat mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang strategi dan mekanisme yang dapat digunakan untuk membantu mahasiswa mengelola tekanan yang di hadapi oleh mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Dapat menambah pengetahuan sekaligus pemahaman sebagai sumber bacaan bahwa pentingnya memiliki kebersyukuran untuk menurunkan stres akademik bagi mahasiswa. Bisa menyelesaikan permasalahan tentang hubungan kebersyukuran terhadap stres akademik pada 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.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Stres akademik

1. Definisi Stres akademik

Menurut teori yang dikemukakan oleh Gadzella & Masten (2005), stres akademik didefinisikan sebagai perspektif seseorang terhadap faktor-faktor yang mengganggu pendidikan serta bagaimana mereka menanggapi faktor-faktor tersebut, yang terdiri dari respons fisik, emosional, tindakan, dan kognitif. Lin dan Chen (2009) menyebutkan stres akademik muncul dari hasil interaksi guru dan siswa, kecemasan tentang hasil belajar yang ditemukan, tes dan tes berikutnya, proses belajar kelompok, pengaruh teman sebaya dalam belajar, kemampuan untuk mengatur waktu, dan perspektif siswa tentang keahlian belajar. Semua ini berdampak pada kinerja akademik.

Busari (2011) menyatakan bahwa stres akademik adalah tantangan yang timbul karena keinginan pelajar untuk tampil dengan baik dan mencapai hasil terbaik dalam ujian dan tes. Namun, akademik memiliki batas waktu, yang menjadikannya mahasiswa menjadi tegang. Seperti yang dinyatakan oleh Gupta dan Khan (dalam Kadapatti & Vijayalaxmi, 2012), stres akademik adalah gangguan psikologis yang disebabkan oleh kecemasan akibat kegagalan akademik, ketakutan akan kegagalan tersebut, dan bahkan kesadaran akan kemungkinan kegagalan tersebut.

Di sisi lain, Sahu, Pandey, dan Jha (dalam Sharma & Pandey, 2017) menyatakan bahwa stres akademik terkait dengan kebutuhan tambahan untuk



memenuhi keahlian yang diperlukan untuk bertahan hidup. Mereka menyatakan bahwa banyak siswa mengalami stres sehubungan dengan pendidikan mereka. Carveth, Geese, dan Moss (dalam Misra & McKean, 2000) menyatakan bahwa stres akademik terdiri dari pandangan orang tentang jumlah wawasan yang harus dipelajari dan jumlah waktu yang tidak cukup untuk mempelajarinya. Nanwani (dalam Aryani, 2016) menjelaskan bahwa stres akademik terdiri dari elemen pembelajaran, terutama pengalaman belajar.

berdasarkan berbagai definisi di atas, maka bisa diambil kesimpulan bahwasanya stres akademik ialah sebuah respon (afeksif, behavioral, fisiologikal, serta kognitif) dimana muncul karena tekanan yang berasal dari akademik, contohnya interaksi antara guru serta siswa, kemauannya ingin tampil jadi paling baik, menejemen waktu saat belajar, dampak teman sebaya, wawasan yang sedikit juga menjadi rasa takut terjadinya ketidak berhasilan dibidang akademik.

2. Aspek-aspek Stres akademik

Gadzella serta Masten (2005) mengukur stres akademik dalam dua aspek, yakni stresor serta reaksi pada stresor akademik.

a. Stresor akademik

Stresor akademik ialah kejadian maupun situasi (stimulus) yang menuntut penyesuaian diri di luar hal-hal dimana bisaa terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Stresor akademik terdiri dari 5 pengelompokan sebagai berikut:

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
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



- 1) Frustrasi, muncul ketika seorang siswa tidak dapat mencapai tujuan hidupnya atau kebutuhan pribadinya tidak terpenuhi. Frustrasi dapat muncul dari keterlambatan, ketidak berhasilan, masalah sehari-hari, kekurangan sumber daya manusia, merasa terasing dalam masyarakat, dan rasa kecewa dalam berpacaran.
- 2) Konflik, muncul ketika pelajar berada di bawah tekanan ketika diberi dua pilihan yang berlawanan, contohnya pertentangan antara dua pilihan, baik dimana menyenangkan ataupun tidak menyenangkan dilihat dari sisi positif serta buruknya.
- 3) Tekanan, ialah stresor akademik yang timbul dari dalam diri maupun luar diri. Tekanan bisa diartikan sebagai stimulus yang menjadikan pelajar bisa mempercepat serta melakukan peningkatan kinerjanya. Seperti kompetisi, aktivitas dimana berlebihan, deadline tanggung jawab sekolah, serta korelasi interpersonal.
- 4) Perubahan berkaitan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan, banyaknya perubahan yang terjadi dalam waktu yang bersamaan, serta kehidupan dan tujuan yang terganggu
- 5) pemaksaan diri, ialah bagaimana pelajar membebani dirinya sendiri. Seperti, kemauan supaya berkompetisi, dicintai semua individu, khawatir berlebihan, kecemasan menghadapi tes serta prokastinasi atau menunda 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.



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. Reaksi pada stresor akademik

Selain stresor akademik, aspek kedua untuk mengukur stres akademik adalah reaksi pada stresor akademik, menurut Gadzella serta Masten (2005) reaksi pada stres terdiri dari empat pengelompokan, yaitu:

- 1) Reaksi fisik, menekankan korelasi antara pikiran serta fisik pada siswa, umumnya ditandai melalui keluarnya keringat dengan berlebihan, gemetar, gagap, bergerak cepat, kelelahan, gangguan pencernaan, gangguan pernapasan, sakit punggung, reaksi dalam kulit, sakit kepala, radang sendi, demam, berat badan berkurang maupun berat badan bertambah.
- 2) Reaksi emosi, ini bisaanya ditandai dengan respon reaksi stres sebagai berikut, afeksi, seperti rasa takut, rasa bersalah, berduka, merasa kesal/ marah.
- 3) Reaksi perilaku, berkaitan dengan reaksi afeksional pelajar yang mana bisa memberikan reaksi, contohnya menangis, merusak diri, merokok berlebihan, cepat marah pada individu lain, menyakiti individu, mekanisme pertahanan serta menyendiri.
- 4) Penilaian kognitif, mengarah dalam pengalaman pelajar pada stres, serta penilaian kognitif pada pelajar, stres ini kemudian menghadirkan strategi untuk mengatasi stres. Contohnya, memikirkan serta menganalisa strategi yang efektif serta menganalisa permasalahan yang sedang dijalani.



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. Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Yumba (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik diantaranya, yaitu :

a. Faktor internal

- 1) Status sosial ekonomi, merupakan salah satu penentu individu dapat berada dalam tekanan, namun hal ini bergantung pada bagaimana individu meresponnya.
- 2) Jenis kelamin, stres akademik yang terjadi adalah respon dari individu secara biologis.
- 3) Strategi koping mahasiswa, bagaimana cara individu mengatasi atau menolak stres akademik.
- 4) Karakteristik kepribadian mahasiswa, bersifat internal dan mendasar.
- 5) Inteligensi mahasiswa, intelegensi juga menjadi faktor dalam terjadi atau tidak nya stres pada mahasiswa
- 6) Suku dan kebudayaan, adanya perbedaan suku dan kebudayaan juga menentukan individu dalam menangani tekanan psikologis.

b. Faktor eksternal

- 1) Relasi antara mahasiswa dengan lingkungan sosialnya, adalah saling mempengaruhi.
- 2) Tuntutan akademik, meliputi adanya tugas yang berlebihan, deadline tugas, aktivitas organisasi kampus yang padat, dan sebagainya.



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. Aspek-aspek yang dapat menurunkan Stres Akademik

Aspek-aspek yang bisa menurunkan stres akademik menurut Bandura,

A (1997) yaitu:

a. Kecerdasan emosional

Kemampuan seseorang untuk memahami, menggunakan, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain, seperti Menghadapi situasi sulit, Meningkatkan kesehatan mental dan fisik, Membuat keputusan.

b. Dukungan Sosial

Bentuk perhatian, penghargaan dan bantuan yang dapat membantu seseorang merasa lebih tenang dan mengurangi beban pikiran ketika menghadapi masalah. Dukungan sosial juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, semangat, dan dorongan.

c. Motivasi self-efikasi

Persepsi seseorang yang menganggap bahwa orang tersebut bisa melakukan sesuatu yang cukup penting untuk mencapai sebuah tujuan. Hal tersebut mencakup tentang perasaan untuk mengetahui apa yang perlu dilakukan serta secara emosional mereka mampu untuk melakukan hal itu. Self efikasi diri yang tinggi dapat membantu mengurangi stres akademik.

d. Optimisme

Sikap seseorang dalam menghadapi kesulitan dengan pandangan positif dan keyakinan bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju kebaikan. Optimisme dapat membantu seseorang untuk percaya pada diri



dan kemampuannya, serta melihat tantangan sebagai peluang untuk belajar.

B. Kebersyukuran

1. Pengertian Kebersyukuran

Menurut McCullough, Emmons, & Tsang (2004) kebersyukuran adalah bentuk dari salah satu perilaku emosi positif yang bertentangan dengan perilaku emosi negatif, yaitu perilaku cemas, cemburu, marah, dan lainnya. Emmons serta McCulloch (dalam takdir, 2014) juga mengatakan Syukur juga ialah salah satu nilai dari psikologi positif yaitu perilaku yang mehadirkan kesadaran agar memberi suatu hal yang bermanfaat bagi individu tanpa mengharapkan suatu balasan.

Menurut Wood dkk. (dalam Putra dkk. 2019) individu yang memiliki kebersyukuran adalah individu yang melihat hidupnya lebih positif, optimis dalam menghadapi masalah, dan mampu menyelesaikan masalahnya secara positif. Beni & Latipun (2019) kebersyukuran adalah bentuk perasaan individu yang positif berdasarkan peristiwa dan pengalaman yang dilakukannya.

Belandaskan pengertian kebersyukuran lebih dari satu tokoh diatas maka bisa disimpulkan bahwa kebersyukuran adalah perasaan yang didapat dari emosi positif yang membentuk perilaku individu lebih positif untuk menghadapi permasalahan dalam kehidupannya.

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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



2. Aspek-aspek Kebersyukuran

Menurut Emmons, McCullough serta Tsang (2002) menyebutkan terdapat empat aspek kebersyukuran contohnya:

a. Intensitas

Seseorang yang sangat bersyukur ketika mengalami peristiwa positif, yang diharapkan dapat meningkatkan kebersyukuran dibandingkan dengan seseorang yang tidak merasakan kebersyukuran pada hidupnya.

b. Frekuensi

Seseorang yang berterima kasih pada hidupnya akan mendapatkan kebersyukuran pada hidupnya, dan melalui bantuan sekecil apa pun atau tindakan sopan santun,

c. Rentang

Yang timbul dalam dirinya bisa didapatkan dari seseorang pada waktu tertentu, dimana seseorang mendapatkan kebersyukuran itu bisa dari keluarga, pekerjaan, kehidupan itu sendiri, dan berbagai manfaat lainnya.

d. Keterikatan

Orang yang selalu bersyukur diharapkan mereka mengingat pula orang yang membuatnya merasa bersyukur, termasuk orangtua, teman dan keluarga.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran

Berdasarkan McCullough, Emmons, & Tsang (2002) aspek dimana memberikan dampak kebersyukuran ialah sebagai berikut:



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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- a. *Emotionality* maupun Well-being (Kesejahteraan Afeksi) Individu bersyukur mempunyai dampak pada afeksi positif serta subjective well-being. Oleh karena itu, disposisi bersyukur ialah kecenderungan dasar supaya mengalami afeksi positif serta subjective wellbeing maupun levelan dimana individu bereaksi dengan afeksional serta merasa menilai kepuasan hidupnya.
- b. *Prosocially* (Prososial) Dengan khusus, rasa syukur dianggap *prosocial* karena bisa memberikan dampak respon serta motivasi individu pada tindakan individu lain yang berkontribusi dalam kesejahteraan individu.
- c. *Spirituality or Religiousness* (Spiritual maupun Religiusitas) Bersangkutan terhadap keagamaan serta keimanan, dalam perkara tersebut *bersyukur* bisa memiliki orientasi dalam pengakuan manusia dimana mempunyai kekuatan dalam berkontribusi pada kesejahteraan manusia dimana lebih luas, arti dimana lebih eksistensial contohnya keberuntungan, kesempatan, Tuhan, maupun lebih dari satu perkara mengenai konsep Tuhan.

Berdasarkan yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan aspek memberikan dampak kebersyukuran ialah *emotionality* maupun *well-being* (kesejahteraan afeksi), *prosocially* (prososial) serta *spirituality* maupun *religiousness* (spiritual maupun religiusitas).

C. Kerangka Berfikir

Penelitian ini menggunakan teori stres akademik dari Gadzella & Masten (2005). Kemudian dalam variabel Kebersyukuran penulis



menggunakan teori dari Emmons, McCullough serta Tsang (2002). Fokus dalam penelitian ini ialah mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi pada angkatan 18, 19 dan 20 penulis ingin melihat korelasi antara kebersyukuran pada stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Stres sering terjadi karena terdapat ketidakseimbangan antara kemampuan untuk mengatasi tekanan yang dimiliki individu, apabila bertambah tinggi tekanan yang terjadi maka bertambah tinggi pula stres yang dialami individu. Berdasarkan Robbin dan Coulter (dalam Asih, Widhiastuti & Dewi, 2018), menguraikan bahwa stres adalah reaksi buruk individu ketika mengalami tekanan yang berlebihan pada suatu kewajiban. Hal ini menjadikan penghambat yang di bebaskan kepada individu.

Rahmawati (2016) juga menambahkan bahwa stres akademik ialah sebuah kondisi yang terjadi ketidaksinkronan antara kewajiban lingkungan terhadap sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa sampai mereka tambah terbebani oleh beragam kewajiban serta tuntutan dari akademik, contohnya interaksi antara dosen dan mahasiswa, sulit menjumpai dosen, sedikitnya referensi yang didapat, manajemen waktu bimbingan, serta dampak teman sebaya yang sudah menyelesaikan skripsinya lebih dahulu, kekurangan uang saku, keluarga atau masalah di rumah. Stressor-stressor ini yang tidak segera diatasi akan sangat berdampak pada akademik mahasiswa. Tidak semua mahasiswa siap dengan tuntutan-tuntutan akademik (Govaerst dan Gregoire, 2004). Maka perlu di upayakan suatu usaha untuk membantu individu dalam menurunkan stres akademiknya agar mampu menghadapi tuntutan 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.



dengan baik. Hal ini dapat dilakukan dengan salah satunya melakukan bersyukur.

Penelitian oleh Adang dkk. (2015) menyebutkan salah satu cara mengurangi stres adalah dengan cara bersyukur. Bersyukur ialah kebahagiaan hati, melalui penggunaan semua anggota tubuh hanya taat kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan. Menurut Mason (dalam Fathoni & Listiandini, 2021) Bersyukur adalah kondisi kognitif-afektif yang dilihat dari sisi positif saat melakukan sebuah kejadian. Sudut pandang positif itulah yang digunakan agar mengurangi stres akademik. Jika tidak ditangani dengan baik tekanan dalam akademik akan berdampak buruk pada kondisi fisik, sampai memberikan dampak performa individu. Satu dari banyak intervensi pendekatan agama ialah bersyukur.

Syukur cara efektif untuk mengatasi stres sehari-hari contohnya merasa berterima kasih atas adanya bahan referensi yang memadai. Selain itu bersyukur karena mendapat bimbingan yang baik dari dosen pembimbing, atau bisa menyelesaikan bab-bab skripsi dengan lebih lancar. Puncaknya, rasa syukur yang tinggi bisa muncul saat individu akhirnya menyelesaikan skripsi dan merasakan kepuasan atas kerja keras yang telah dilakukan Cahyona (dalam Rahmah & Julianto, 2019).

Penelitian Emmons dan Stern (2013) menyatakan bahwa 9 orang yang bersyukur lebih efektif dalam mengatasi stres sehari-hari, memiliki resiliensi yang tinggi dalam menghadapi stres, lebih cepat sembuh dari penyakit, serta lebih menikmati kesehatan fisik. Emmons & McCullough (2003) juga

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
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



menambahkan bahwa syukur itu membahagiakan, membuat perasaan nyaman, dan bahkan dapat menurunkan tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Emmons dan Crumpler (dalam Fitch-Martin, 2015) menyatakan bahwa, individu yang memiliki rasa syukur tinggi cenderung mampu mengatasi stres dengan lebih baik dan memperlihatkan fungsi fisik dan psikologis yang lebih positif.

Penelitian yang dilakukan Wilson (2016) menyatakan bahwa syukur mampu meningkatkan sikap yang positif dan tenang, mengurangi stres pada peserta didik, fokus dalam belajar, serta sikap yang lebih positif dalam melihat tantangan. Overwalle dkk. (1995) juga mengatakan bahwa bersyukur menjadikan suasana hati positif, optimisme, kepuasan hidup, vitalitas, religiusitas dan spiritualitas. Selain itu, melaporkan lebih sedikit depresi dan iri hati.

Mahasiswa yang merasa puas dengan tuntutan akademik akan bisa menerima dan melewati setiap prosesnya dalam bentuk apapun dengan cara bersyukur, perilaku kebersyukuran dapat mendorong emosi positif dan mengurangi emosi-emosi yang mengganggu kesehatan mental seperti rasa cemas, stres, hingga depresi (Putra & Sucita 2019). Kebersyukuran merupakan salah satu emosi positif yang dibahas lebih dalam di kajian psikologi positif. Emosi positif yang dimiliki individu dapat mendukung kepuasan, meningkatkan kualitas hidup, kebahagiaan, hingga memunculkan harapan dalam hidup sehingga individu akan merasakan kedamaian meskipun sedang berada dalam fase sulit (Halimatussa'daih, 2020)

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
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Apabila mahasiswa memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi maka akan semakin mudah mahasiswa mengatasi stres akademik yang dihadapi. Karena ada kecenderungan untuk lebih optimis dalam menjalankan setiap proses akademik yang dihadapi di bandingkan dengan individu yang kurang bersyukur. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Kebersyukuran bisa mempengaruhi stres akademik. Dengan adanya keterkaitan antara kebersyukuran dan stres akademik ini merupakan variabel variabel yang akan diteliti lebih lanjut.

D. Hipotesis

Berdasarkan korelasi kebersyukuran dan stres akademik diatas maka bisa disimpulkan terdapat korelasi negatif antara kebersyukuran dan stres akademik. Semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka akan rendah stres akademik yang dialami, sebaliknya apabila kebersyukuran rendah maka akan tinggi tingkat stres akademiknya.

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. 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

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional untuk melihat hubungan antara variabel X (kebersyukuran) dengan variabel Y (stres akademik) pada mahasiswa tingkat akhir di fakultas psikologi uin suska riau. Tujuan dari penelitian korelasional ini menyelidiki sejauh mana keterkaitan variabel satu dengan yang lainnya (azwar, 2021).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiyono (2016) mengungkapkan metode Penelitian kuantitatif menggunakan prinsip ilmiah seperti objektif, empirik, rasional, dan sistematis. Selain itu, Sugiyono (2016) mengatakan bahwa metode kuantitatif mengumpulkan data angka melalui analisis data statistik, sedangkan metode korelasional kuantitatif menyelidiki hubungan antara variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini, dua variabel digunakan untuk mengumpulkan data. Variabel bebas juga dikenal sebagai indenpenden yaitu variabel yang memengaruhi variable lain, dan variabel terikat juga dikenal sebagai dependen yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Jadi variable penelitian ini adalah:

Variabel *Indenpenden* (X) : Kebersyukuran

Variabel *Dependen* (Y) : Stres Akademik



C. Definisi Operasional

Definisi operasional Adalah rumusan potensial variabel didasarkan pada karakteristik variabel yang diamati (Azwar, 2021). Dalam penelitian ini, definisi operasional dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. Stres akademik

Stres akademik adalah persepsi mahasiswa terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan atau tugas yang harus dikerjakan dan bagaimana reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap stressor tersebut. Stres Akademik diukur dengan skala *Student-life Stress Inventory* mengacu pada Gadzella & Masten (1991) yang terdiri dari 9 aspek yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, penilaian kognitif. Semakin tinggi jumlah skor total jawaban subjek maka semakin tinggi tingkat stres akademik begitupun sebaliknya

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah perasaan mahasiswa yang didapat dari emosi positif membentuk perilaku yang lebih positif untuk menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, atau alam semesta. kemudian mendorong orang lain untuk melakukan hal yang sama. Kebersyukuran diukur dengan skala The Gratitude Questionnaire-Six Item (GQ-6) yang dikembangkan oleh McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) yang terdiri dari 6 aitem berdasarkan empat aspek: Intensitas, Frekuensi, Rentang, dan Keterikatan. Dimana semakin tinggi skor yang dihasilkan maka



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.

semakin tinggi kebersyukuran pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan begitu pun sebaliknya.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019), populasi adalah objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi UIN SUSKA RIAU. Populasi penelitian ini berjumlah 356

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

NO	JENJANG SEMESTER	JUMLAH MAHASISWA
1	Semester IX	214
2	Semester XI	84
3	Semester XIII	58
Total		356

Sumber : Akademik Fakultas Psikologi UIN Suska Riau 2024/2025

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016) sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. 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 menggunakan rumus Slovin dalam Umar (2002) sehingga menetapkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 188 mahasiswa.

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1 + Ne^2} = 356 : (1 + 356 (0,5)^2) \\
 &= 356 : (1 + 356 (0,0025)) \\
 &= 356 : (1 + 0,89) \\
 &= 356 : 1,89 \\
 &= 188
 \end{aligned}$$



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik Sampling Insidental yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, siapa saja pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data Sugiyono, (2016). Hasil penelitian Ermansyah & Sosiady (2020) mengatakan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama 3-6 bulan atau bahkan lebih dari 6 bulan mengalami stres akibat mengerjakan skripsi.

Partisipan dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu. Adapun kriteria sampel yang dipilih dalam penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa/i aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
2. Mahasiswa/i yang sudah mengambil mata kuliah skripsi minimal selama 3 bulan / Telah memiliki SK Pembimbing

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian peneliti menggunakan instrumen kuantitatif. Alat yang digunakan peneliti adalah kuesioner atau angket. Menurut Azwar (2021) bahwa skala memiliki karakteristik khusus, yang dapat membedakan hanya pada bentuk instrument pengumpulan data yang mengacu pada alat ukur. Skala yang digunakan pada penelitian ini ialah skala Stres Akademik yang diadaptasi dari skala Azahra (2017) yang disusun berdasarkan aspek-aspek Gadzella & masten (1991) dan skala Kebersyukuran menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala Ramadhonis (2022) dan disusun berdasarkan teori McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) kemudian

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.



peneliti memodifikasi skala Ramadhonis (2002) pada beberapa item pertanyaan yaitu: 3,7 dan 9 dengan memodifikasi kalimat yang sesuai untuk mewakili subjek dalam penelitian.

1. Skala Stres Akademik

Skala Stres Akademik merupakan skala yang berasal dari teori Gadzella & masten (1991) kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Azahra (2017) dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,90 sehingga layak untuk digunakan. Skala ini, bertujuan untuk melihat stres akademik yang dialami mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dengan mengukur 9 aspek yang terdiri dari 21 aitem yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, penilaian kognitif. Dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yakni, Tidak Pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering, Sangat Sering

Tabel 3. 2 Blueprint skala Stres akademik

No	Aspek	Aitem	Jumlah		
			F	UF	
1	Stressor akademik	<i>Frustration</i>	1,2,3	4	4
		<i>Conflicts</i>	5	6	2
		<i>Pressure</i>	7,8,9		3
		<i>Changes</i>	10,11		2
		<i>Self-imposed</i>	12	13	2
2	Reaksi terhadap stressor akademik	<i>Physiological</i>	14,15		2
		<i>Emotional</i>	16,17		2
		<i>Behavioral</i>		18	1
		<i>Cognitive</i>	19,20,21		3
TOTAL			17	4	21

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.

2. Skala Kebersyukuran

Skala Kebersyukuran menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala Ramadhonis (2022) memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,704 sehingga layak untuk digunakan dan disusun berdasarkan teori McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) kemudian peneliti memodifikasi skala Ramadhonis (2002) pada beberapa item pertanyaan yaitu: 3,7, dan 9 dengan memodifikasi kalimat yang sesuai untuk mewakili subjek dalam penelitian. Skala Kebersyukuran disusun berdasarkan aspek-aspek yang terdiri dari 10 aitem dengan empat aspek: intensitas, frekuensi, rentang, dan keterikatan. Skala ini memiliki jawaban Sangat Tidak Setuju, Tidak Sesuai, Netral, Sesuai, Sangat Sesuai.

Tabel 3.3 Blueprint Skala Kebersyukuran

No	Aspek	Aitem		Jumlah butir
		F	UF	
1.	<i>Intensity</i>	2	3	2
2.	<i>Frekuensi</i>	1	5	2
3.	<i>Span</i>	9	4,7	3
4.	<i>Density</i>	6	8,10	3
Total		4	6	10

F. Faliditas dan Reliabilitas

1. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum digunakan, alat ukur dalam penelitian ini harus dilakukan uji coba terlebih dahulu. Uji coba alat ukur dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi berjumlah 60 mahasiswa dari semester 9-13 pada tanggal 16 Oktober 2024 dengan menggunakan media online yaitu disebarikan melalui media whatsapp dengan mengakses link yang terdapat pada google form <https://forms.gle/ppbJctqqSeqBLBMR9>.



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.

Uji coba dilakukan untuk memastikan serta memeriksa bahwa alat ukur yang digunakan apakah sudah dapat dimengerti oleh subjek secara baik dan benar sehingga tidak akan menimbulkan kesalahan tafsir (Azwar, 2017). Lalu, setelah itu data terkumpul akan dilakukan skoring, serta dilanjutkan dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk melihat kualitas dari kedua alat ukur yang digunakan dengan bantuan *statistical packages for social science (SPSS) 23.0 for windows*.

2. Validitas

Validitas merupakan suatu pertimbangan yang dilakukan untuk mengukur apakah data yang diperoleh setelah dilakukan penelitian merupakan data yang valid atau tidak. Konsep validitas mengacu pada kelayakan, kebermanfaatan, dan kebermanfaatan untuk membuat kesimpulan sementara berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2012). Pada penelitian ini menggunakan validitas isi untuk mengukur keabsahan alat ukur yang akan digunakan. Dalam penelitian ini validitas isi diukur dan dinilai dengan *professional judgment*. *Professional judgment* yaitu meminta pendapat ahli dalam hal menguji validitas isi dari skala penelitian yaitu dosen pembimbing dan narasumber.

3. Indeks Daya Beda Aitem

Daya diskriminasi aitem merupakan teknik yang dilakukan untuk meningkatkan reliabilitas skor yang bertujuan untuk melihat sejauh mana aitem-aitem skala membedakan individu dengan kelompok individu yang tidak memiliki atribut (Azwar, 2021). Selanjutnya, pengujian ini dilakukan



dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi aitem dengan distribusi skor dari skala. Perhitungan tersebut kemudian menghasilkan koefisien korelasi aitem total. Korelasi aitem total ini memiliki batasan yang biasa digunakan saat melakukan penelitian, batasan tersebut diatas 0,30. Ketika aitem mencapai koefisien korelasi minimal 0,30, daya diskriminasi dianggap memuaskan. Namun, apabila jumlah aitem ternyata masih belum mencukupi jumlah aitem yang di inginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas korelasi aitem total menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2021).

Pengujian indeks daya diskriminasi aitem dilakukan setelah try out pada tanggal 16 Oktober 2024 kepada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA yang berjumlah 60 orang, mahasiswa tersebut terdiri dari semester IX s/d XIII. Try Out dilakukan dengan menggunakan *Google form* dengan link <https://forms.gle/ppbJctqqSeqBLBMR9> . Pada pengujian skala Stres Akademik terdapat 21 aitem yang valid, dan tidak ada aitem yang gugur. Hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi aitem yang berkisar dari 0,461 hingga 0,938. Berikut merupakan *blueprint* hasil uji daya diskriminasi aitem dari Stres 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.

Tabel 3. 4 Blueprint Skala Stres Akademik (Setelah Try Out)

No	Aspek		Nomor Aitem				Jumlah Aitem Valid
			F		UF		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Stressor akademik	<i>Frustration</i>	1,2,3	-	4	-	4
		<i>Conflicts</i>	5	-	6	-	2
		<i>Pressure</i>	7,8,9	-	-	-	3
		<i>Changes</i>	10,11	-	-	-	3
		<i>Self-imposed</i>	12	-	13	-	2
2	Reaksi terhadap stressor akademik	<i>Physiological</i>	14,15	-	-	-	3
		<i>Emotional</i>	16,17	-	-	-	2
		<i>Behavioral</i>		-	18	-	1
		<i>Cognitive</i>	19,20,21	-	-	-	4
TOTAL			17	-	4	-	21

Berdasarkan tabel 3.4 dapat dilihat bahwa skala Stres Akademik memiliki 21 aitem, setelah dilakukan uji coba diskriminasi aitem maka dari 21 aitem Stres Akademik tidak terdapat aitem yang gugur karena mencapai koefisien 0,30. Sehingga layak untuk dilanjutkan pada penelitian. Hasil penghitungan menggunakan bantuan SPSS 23.0 for windows. Adapun *blueprint* skala stres akademik yang telah diperbarui untuk penelitian, sebagai berikut:

Tabel 3. 5 Blueprint Skala Stres Akademik (Untuk Penelitian)

No	Aspek		Aitem		Jumlah
			F	UF	
			Valid	Gugur	
1	Stressor akademik	<i>Frustration</i>	1,2,3	4	4
		<i>Conflicts</i>	5	6	2
		<i>Pressure</i>	7,8,9		3
		<i>Changes</i>	10,11		3
		<i>Self-imposed</i>	12	13	2
2	Reaksi terhadap stressor akademik	<i>Physiological</i>	14,15		3
		<i>Emotional</i>	16,17		2
		<i>Behavioral</i>		18	1
		<i>Cognitive</i>	19,20,21		4
TOTAL			17	4	21

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.

Berdasarkan tabel 3.6 dapat dilihat bahwa skala Kebersyukuran memiliki 10 aitem. Setelah dilakukan uji coba daya diskriminasi, terdapat 9 aitem yang valid dan 1 aitem yang gugur. Sehingga, aitem yang dapat digunakan untuk penelitian sebanyak 9 butir. Hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi aitem yang berkisar dari 0,184 hingga 0,599. *Blueprint* hasil uji daya diskriminasi aitem skala Kebersyukuran sesudah dilakukan *try out* (uji coba), sebagai berikut:

Tabel 3. 6 *Blueprint* Kebersyukuran (Setelah Try Out)

No	Aspek	Nomor Aitem				Jumlah aitem Valid
		Favorable		Unfavorabel		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	<i>Intensity</i>	-	2	3	-	1
2.	<i>Frekuensi</i>	1	-	5	-	2
3.	<i>Span</i>	9	-	4,7	-	3
4.	<i>Density</i>	6	-	8,10	-	3
Total		3	1	6	0	9

Berdasarkan tabel 3.6 dapat dilihat bahwa skala Kebersyukuran memiliki 10 aitem, setelah dilakukan uji coba daya diskriminasi aitem dari 10 terdapat aitem yang gugur sebanyak 1 butir karena tidak mencapai koefisiensi 0,30, sehingga aitem yang dapat digunakan pada penelitian sebanyak 9 butir. Adapun *blueprint* skala Kebersyukuran yang telah diperbarui untuk penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 7 *Blueprint* Kebersyukuran (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Aitem		Jumlah butir
		F	UF	
1.	<i>Intensity</i>	-	2	1
2.	<i>Frekuensi</i>	1	4	2
3.	<i>Span</i>	8	3,6	3
4.	<i>Density</i>	5	7,9	3
Total		3	6	9



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

4. Reliabilitas

Kepercayaan, ketergantungan, konsistensi, dan stabilitas adalah semua istilah yang terkait dengan reliabilitas. Reliabilitas, menurut Azwar (2012), adalah kemampuan untuk menyediakan data yang andal dan prosedur pengukuran yang andal. Koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1. Ketergantungan yang lebih tinggi ditunjukkan oleh koefisien reliabilitas yang mendekati 1,00 sebaliknya, koefisien reliabilitas yang mendekati 0,00 menunjukkan reliabilitas yang lebih rendah. Peneliti menggunakan perangkat lunak *SPSS 23.0 for windows* dan algoritma *cronbach's alpha* untuk menghitung koefisien reliabilitas instrumen. Ketergantungan masing-masing variabel penelitian dapat dijelaskan setelah validitas data uji telah diverifikasi. Adapun hasil uji koefisien reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Skala Penelitian	Koefisien Reliabilitas
Stres Akademik	0.772
Kebersyukuran	0.966

Berdasarkan tabel 3.8 dapat diketahui nilai koefisien reliabilitas pada skala Stres Akademik sebesar 0.966 dan untuk skala Kebersyukuran ialah 0.772, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua alat ukur dalam penelitian ini dapat dikatakan baik karena memiliki koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00.

G. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi by pearson, khususnya korelasi product moment. Korelasi

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.

product moment berfungsi untuk menguji hubungan antara satu variabel independen yakni Kebersyukuran dan satu variabel dependen yakni Stres Akademik (Sugiyono, 2019). Penelitian ini, analisis data menggunakan SPSS *Statistics 23.0 for windows*.

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 V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa ada hubungan yang negatif antara kebersyukuran dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi tingkat kebersyukuran mahasiswa maka semakin rendah pula tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi begitu pula sebaliknya. Pada variabel kebersyukuran berada pada kategori tingkat sedang sebesar 36,2% dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori sedang sebesar 37,8%. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima dengan sumbangan efektif sebesar 25,8%

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Saran kepada subjek penelitian

- a. Mahasiswa diharapkan agar lebih mampu untuk mempertahankan dan meningkatkan rasa syukur yang dimiliki dengan cara berterima kasih kepada diri sendiri, keluarga/dosen dan Tuhan, selalu berfikiran positif, serta menghargai memaknai setiap peristiwa yang dihadapi.

2. Saran untuk peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dengan topik yang sama disarankan untuk melakukan penelitian yang berbeda dengan menggunakan variabel selain

kebersyukuran seperti kesabaran, keikhlasan, coping stres, dll. Sehingga dapat mengungkap variabel lain yang berpengaruh terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan 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

- Abdillah, Y. A. U. (2014). *Hubungan antara syukur dengan stres pada santri di Pondok Pesantren Moderen Islam Assalaam* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Abdullah, S. A., Sarirah, T., & Lestari, S. (2017). Peran Perfeksionisme terhadap Strategi Coping pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Mediapsi*, 3(1), 9-16.
- Agustina, F. (2021) Hubungan Kebersyukuran Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Menempuh Skripsi. *Journal Psikologi* <http://repository.untag-sby.ac.id>
- Agolla, J.E, & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate student. *Academic Journal*, Educational research and review vo. 4 (2). Pp. 063-067.
- Alvin, A., Randal, E., & Mark, B. (2007). Auditoria un enfoque integral.
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan Antara Distress dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam menyusun Skripsi. *Jurnal Talenta Psikologi*, 2(2)
- Andriani, R., & Sumargi, A. M. (2020). Hubungan Antara Kebersyukuran (Gratitude) Dengan Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme. *Exsperimentia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2).
- Anselma, L. (2009). *Sumber Stres dan Gejala Stres yang Dialami Oleh Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UNIKA Atma Jaya Jakarta Dalam Proses Menyusun Skripsi Tahun Angkatan 2000-2005*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127-134 <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>.
- Azahrah, J. S., (2017) Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Pendidikan. Skripsi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2021). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2). Widiyastari. U. (2019).

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.

- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Busari, O. A. (2011). Stress Inoculation Techniques in Fostering Adjustment to Academic Stress Among Undergraduate Students. *British Journal of Humanities and Social Science*, 1, 229-243.
- Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (Eds.). (1997). *Measuring stress: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press, USA.
- Dilla, R. S. (2022) Sabar dan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 3 (3), 131-139, 2022.
- Desmita (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.). (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004) *Counting blessings versus burdens*. *Journal of personality and social Psychology*, 84(2),377-389
- Emmons, R. A., McCullough, M. E & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1).
- Emmons, R. A., & Stern, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention. *Journal of clinical Psychology*, 69(8), 846–855.
- Fathoni, A. B., & Listiyandini, R. A. (2021). Kebersyukuran, kesepian, dan distress psikologis pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(1), 11-19.
- Fawzy, M., & Hamed, S. A. (2017). Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical students in Egypt. *Psychiatry Research*, 255, 186–194. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.05.027>
- Fitch-Martin, A. (2015). *Gratitude And Health: A Brief Intervention To Reduce Undergraduate Stress*. Colorado State University
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American journal of psychological research*, 1(1), 1-10.
- Gadzella, B. M. (1991). *Student-Life Stress Inventory*.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self disclosure dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115-130.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

- Goff, A.M. (2011). Stressor, academic performance, and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students. *International Journal Of Nursing Education Scholarship*, 8, 923-1548.
- Goleman, D (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Gomargana, C., & Aditya, Y. (2022). The role of gratitude and positive reframing on student activists' level of sense of coherence. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 142–157.
- Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran dan Stres Akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 13(1), 21–34.
- Kadapatti, M., & Vijayalaxmi, A.H.M. (2012). Stressors of academic stress – A study on Pre- University Students. *Indian Journal of Scientific Research*, 3, 171-175.
- Khan, M. J., et al. (2013). “Effect of Perceived Academic Stress on Students' Performance.” *FWU Journal of Social Sciences* 7(2): 146.
- Lin, Y. M., & Chen, F. S. (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157-162.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Martadinata. (2015). Hubungan antara stressor akademik dan prokrastinasi akademik terhadap keyakinan diri siswa kelas XI SMAN 1 Cicurug. *Psiko Edukasi*, 13(2).158-171
- Mawaddah, K. (2018). *Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Stres Pada Mahasiswa di Kota Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Ilmu Psikologi).
- Mazo GN (2015). Causes, Effects of Stress, and the Coping Mechanism of the Bachelor of Science in Information Technology Students in A Philippine University. *Journal of Education and Learning*. Vol. 9(1) pp. 71-78
- McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang, J.A. (2002). The Grateful Disposition a Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1): 112-127.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction.
- Mukaddar, Kiky Anasya (2022). *Hubungan Rasa Syukur Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa*. Skripsi. Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia.



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.

- Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal of EMPATI*, 5(2), 296–302.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15224>
- Nooreza, R. (2001). *Gambaran Stres dan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UI yang Mengerjakan Skripsi di Atas Semester ke-8. Fakultas Psikologi*. Universitas Indonesia.
- Norma, Widianti, E., & Hartiningsih, S. S. (2021). Faktor, Penyebab, Tingkat Stres dan Dampak Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Sistem Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 625–634.
- Ng, K. C., Chiu, W., & Fong, B. Y. F. (2016). A Review of Academic Stress among Hong Kong Undergraduate Students. 6(8), 531–540.
[https://doi.org/10.15341/jmer\(2155-7993\)/08.06.2016/003](https://doi.org/10.15341/jmer(2155-7993)/08.06.2016/003)
- 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.
- Putra, A.R., Anggreiny, N., & Sarry, S.M. (2019). Kebersyukuran pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Spirits*, 10(1): 27-40.
- Putra, K. K. (2021). Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi. *Moralitas: Jurnal pendidikan dan studi islam*, 3(2), 44-53.
- Putri, R. M., (2023). *Hubungan Antara Stres Akademik Pada Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi*. Skripsi. Pekanbaru: UIN Suska Riau.
- Raditya, K.D & Anastasia, P.M.A (2024). Faktor-fakor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jambura Health and Sport Journal*. Vol.6
- Rao, A.S. (2008). *Academic Stress and Adolescent Distress: The Experience of 12th standard Student in Chennai, India*. United States: Proquest LLC.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Rohmah, F. A. (2006). Pengaruh diskusi kelompok untuk menurunkan stres pada mahasiswa yang sedang skripsi. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 3(1), 50-62.



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.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (7 ed)*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Seligman, D. (2011). *Flourish a visionary new understanding of happiness and well-being*. E-books Martin
- Sharma, G & Pandey, D (2017). ‘Anxiety, Depression, and Stress in Relation to Academic Achievement among Higher Secondary School Students’, *Journal 4*(2), hlm. 0–7.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Takdir, M. (2018) *Psikologi Syukur*. Jakarta: PT Gramedia.
- Utami, M. S., Shalihah, M., Adhiningtyas, N. P., Rahmah, S., & Ningrum, W. K. (2020). Gratitude Cognitive Behavior Therapy (G-CBT) to Reduce CollegeStudents’ Academic Stress. *Jurnal Psikologi*, 47(2), 137. <https://doi.org/10.22146/jpsi.43730>
- Widiyastari. U. (2019). *Hubungan antara rasa syukur dengan stres akademik pada santri Pondok Pesantren An-Nur Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Widodo, T. (2008). *Hubungan Kebersyukuran dengan Stres Kerja pada Guru Honorer*.
- Wilson, J, T. 2016. “Brightening The Mind: The Impact of Practicing Gratitude on Focus and Resilience in Learning”. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning* 16 (4), 1- 13 doi:10.14434/josotl.v16i4.19998.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2010). Gratitude and well-being: a review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 890–905.
- Wulandari, A. F. (2021)” *Hubungan Efikasi Diri dan Hardinnes dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI Man 1 Pekanbaru*”. Skripsi. Pekanbaru
- Yesamine, O 2000 Hubungan Antara Kecenderungan Problem Focused Coping Dengan Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.
- Yumba, W. (2008). Academic Stress : A Case of Undergraduate Students. In Germany Psychological Journal. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:556335/FULLTEXT01.pdf>
- Yunita, Y. (2018). Pelatihan Bersyukur untuk Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Psikologi UMS 2018*.
- Yuwono, S. (2010). Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan *Psikologi*. *Psycho Idea*, 8(2).

LAMPIRAN A

VALIDASI ALAT UKUR

STRES AKADEMIK

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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA STRES AKADEMIK)

1. Defenisi Oprasional

Stres akademik adalah persepsi seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan atau tugas yang harus dikerjakan dan bagaimana reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap stressor tersebut. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur Stres Akademik dalam penelitian ini adalah skala Stres Akademik dengan reliabilitas 0,90 yang telah diadaptasi oleh Azahrah (2017) yang dikembangkan mengacu pada teori Gadzella & masten (1991) yang terdiri dari 9 aspek yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi prilaku, penilaian kognitif. Semakin tinggi jumlah skor total jawaban subjek maka semakin tinggi tingkat stres akademik begitupun sebaliknya.

2. Skala yang digunakan: Skala Stres Akademik

- [] Disusun Sendiri
 [✓] Adaptasi
 [] Modifikasi

3. Jumlah Aitem

Aitem skala Stres Akademik pada penelitian ini berjumlah 24 aitem.

Format Respon

Memberikan tanda *checklist* (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia.

Skala likert dengan format respon yang memiliki keterangan sebagai berikut:

Keterangan	
1	Tidak Pernah
2	Jarang
3	Kadang-kadang
4	Sering
5	Sangat Sering



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

5. Jenis Penilaian

Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
STR	Sangat Tidak Relevan
TR	Tidak Relevan
KR	Kurang Relevan
R	Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan didalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek stres akademik yang terdiri dari beberapa aspek frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi prilaku, penilaian kognitif. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian (aitem) dengan indikator yang di ajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), Sangat Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih mohon Bapak/Ibu memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STR	TR	KR	R
1.	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi				√

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 STRES AKADEMIK

Komponen	Indikator	No	Pernyataan	Alternatif jawaban			
				STR	TR	KR	R
Frustrasi	Kegagalan mencapai tujuan	1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi (F)				✓
		2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing (F)				✓
	Kesulitan sehari-hari	3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya. (F)				✓
		4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing (UF)				✓
Konflik	Konflik antara dua pilihan	5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing (F)				✓
		6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai. (UF)				✓
Tekanan	Harapan dari keluarga atau orang lain	7	Saya tertekan ketika orang tua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu. (F)				✓

© 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.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

	Beban kuliah	8	Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing. (F)					✓
		9	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas. (F)					✓
Perubahan	Perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu	10	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari. (F)					✓
		11	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa penulisan skripsi. (F)					✓
Pemaksaan Diri	Kecemasan	12	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing. (F)					✓
		13	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik. (UF)					✓
Fisik	Gangguan Biologis	14	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi. (F)					✓
		15	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi. (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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Emosi	Perasaan tidak senang	16	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan. (F)					✓
		17	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya. (F)					✓
Perilaku	Menyakiti diri sendiri dan orang lain	18	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain. (UF)					✓
kognitif	Penilaian kognitif	19	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan. (F)					✓
		20	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi. (F)					✓
		21	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis. (F)					✓

Catatan

1. Isi (kesesuaian dengan komponen)
2. Bahasa
3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, Agustus 2024
Validator



Ikhwanisyifa., M.Psi., Psikolog

NIP. 19860427 201502 2 005

- 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA STRES AKADEMIK)

1. Defenisi Oprasional

Stres akademik adalah persepsi seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan atau tugas yang harus dikerjakan dan bagaimana reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap stressor tersebut. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur Stres Akademik dalam penelitian ini adalah skala Stres Akademik dengan reliabilitas 0,90 yang telah diadaptasi oleh Azahrah (2017) yang dikembangkan mengacu pada teori Gadzella & masten (1991) yang terdiri dari 9 aspek yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi prilaku, penilaian kognitif. Semakin tinggi jumlah skor total jawaban subjek maka semakin tinggi tingkat stres akademik begitupun sebaliknya.

2. Skala yang digunakan: Skala Stres Akademik

[] Disusun Sendiri

[] Adaptasi

[] Modifikasi

3. Jumlah Aitem

Aitem skala Stres Akademik pada penelitian ini berjumlah 24 aitem.

4. Format Respon

Memberikan tanda *checklist* () pada pilihan jawaban yang tersedia.

Skala likert dengan format respon yang memiliki keterangan sebagai berikut:

Keterangan	
1	Tidak Pernah
2	Jarang
3	Kadang-kadang
4	Sering
5	Sangat Sering



- 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
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

5. Jenis Penilaian

Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
STR	Sangat Tidak Relevan
TR	Tidak Relevan
KR	Kurang Relevan
R	Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan didalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek stres akademik yang terdiri dari beberapa aspek frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi prilaku, penilaian kognitif. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian (aitem) dengan indikator yang di ajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), Sangat Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih mohon Bapak/Ibu memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STR	TR	KR	R
1.	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi				✓

SKALA STRES AKADEMIK

Komponen	Indikator	No	Pernyataan	Alternatif jawaban			
				STR	TR	KR	R
Frustrasi	Kegagalan mencapai tujuan	1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi (F)				√
		2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing (F)				√
	Kesulitan sehari-hari	3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya. (F)				√
		4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing (UF)				√
Konflik	Konflik antara dua pilihan	5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing (F)				√
		6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai. (UF)				√
Tekanan	Harapan dari keluarga atau orang lain	7	Saya tertekan ketika orang tua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu. (F)				√

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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

	Beban kuliah	8	Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing. (F)				√
		9	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas. (F)				√
Perubahan	Perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu	10	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari. (F)				√
		11	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa penulisan skripsi. (F)				√
Pemaksaan Diri	Kecemasan	12	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing. (F)				√
		13	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik. (UF)				√
Fisik	Gangguan Biologis	14	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi. (F)				√
		15	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi. (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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

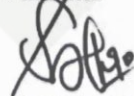
Emosi	Perasaan tidak senang	16	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan. (F)				√
		17	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya. (F)				√
Perilaku	Menyakiti diri sendiri dan orang lain	18	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain. (UF)				√
kognitif	Penilaian kognitif	19	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan. (F)				√
		20	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi. (F)				√
		21	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis. (F)				√

Catatan

1. Isi (kesesuaian dengan komponen)
..... *sesuai*
2. Bahasa *sesuai*
.....
3. Jumlah Aitem *sesuai*
.....

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator



Salmiyati., M.Psi., Psikolog

NIP. 19880817 201903 2 013

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.

LAMPIRAN B

VALIDASI ALAT UKUR

KEBERSYUKURAN

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.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA KEBERSYUKURAN)

1. Defenisi Oprasional

Kebersyukuran adalah perasaan mahasiswa yang didapat dari emosi positif membentuk perilaku yang lebih positif untuk menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, atau alam semesta. kemudian mendorong orang lain untuk melakukan hal yang sama. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebersyukuran dalam penelitian ini adalah skala kebersyukuran dengan reliabilitas 0,704 yang telah modifikasi oleh Ramadhonis (2022) yang dikembangkan mengacu pada teori Emmons, McCullough, dan Tsang (2002) kemudian peneliti memodifikasi skala Ramadhonis (2002) pada beberapa item pertanyaan yaitu: 3,7 dan 9 dengan memodifikasi kalimat yang sesuai untuk mewakili subjek dalam penelitian. Skala kebersyukuran di ukur dengan empat aspek yaitu: Intensitas, Frekuensi, Rentang, dan Keterikatan. Dimana semakin tinggi skor yang dihasilkan maka semakin tinggi kebersyukuran pada mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dan begitu sebaliknya.

2. Skala yang digunakan: Skala Kebersyukuran

- Disusun Sendiri
 Adaptasi
 Modifikasi

3. Jumlah Aitem

Aitem skala Kebersyukuran pada penelitian ini berjumlah 16 aitem.

4. Format Respon

Memberikan tanda *checklist* (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia.

Skala likert dengan format respon yang memiliki keterangan sebagai berikut:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

Keterangan	
STS	Sangat Tidak Setuju
TS	Tidak Sesuai
N	Netral
S	Sesuai
SS	Sangat Sesuai

5. Jenis Penilaian

Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
STR	Sangat Tidak Relevan
TR	Tidak Relevan
KR	Kurang Relevan
R	Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan didalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek kebersyukuran yang terdiri dari beberapa aspek yaitu intensitas, frekuensi, dan rantang, keterikatan. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian (aitem) dengan indikator yang di ajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), Sangat Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih mohon Bapak/Ibu memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STR	TR	KR	R
1.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional				√

SKALA KEBERSYUKURAN

Komponen	No	Pernyataan	Modifikasi	Alternatif jawaban			
				STR	TR	KR	R
Intensitas	2	Apapun yang terjadi pada diri saya, saya tetap merasa bersyukur (F)	Digunakan				✓
	3	Ketika saya dalam masa sulit, saya merasa Tuhan tidak adil pada saya(UF)	Ketika saya dalam keadaan sulit, saya merasa Tuhan belum memberi hal baik yang pantas saya dapatkan (UF)				✓
Frekuensi	1	Saya memiliki banyak hal dalam hidup untuk saya syukuri (F)	Digunakan				✓
	5	Ketika saya melihat dunia, saya tidak melihat banyak hal yang dapat disyukuri (UF)	Digunakan				✓
Rentang	7	Saya belum bersyukur terhadap orang lain atau suatu kondisi pada	Saya tidak bisa sampai dititik ini tanpa				✓

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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

		waktu yang telah lalu (UF)	bantuan orang banyak (UF)					✓
	9	Saya telah bersyukur pada orang atau suatu kondisi tertentu pada waktu yang telah lalu (F)	Saya sangat menghargai hal-hal yang telah dilakukan orang lain untuk dalam hidup saya. (F)					✓
	4	Ketika tuhan memberi cobaan, saya merasa keadaan tersebut memperburuk hidup saya (UF)	Digunakan					✓
Keterikatan	6	Dengan bertambahnya usia, saya menemukan diri saya lebih mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya (F)	Digunakan					✓
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau	10	Walaupun usia saya bertambah, saya tidak merasa mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya (UF)	Digunakan					✓
	8	Saya tidak merasa berterima kasih kepada orang lain (UF)	Digunakan					✓

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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Catatan

1. Isi (kesesuaian dengan komponen)

.....

2. Bahasa

.....

3. Jumlah Aitem

.....

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator



Ikhwanisyifa., M.Psi., Psikolog

NIP. 19860427 201502 2 005

UIN SUSKA RIAU

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 (SKALA KEBERSYUKURAN)

I. Defenisi Oprasional

Kebersyukuran adalah perasaan mahasiswa yang didapat dari emosi positif membentuk perilaku yang lebih positif untuk menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, atau alam semesta. kemudian mendorong orang lain untuk melakukan hal yang sama. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebersyukuran dalam penelitian ini adalah skala kebersyukuran dengan reliabilitas 0,704 yang telah modifikasi oleh Ramadhonis (2022) yang dikembangkan mengacu pada teori Emmons, McCullough, dan Tsang (2002) kemudian peneliti memodifikasi skala Ramadhonis (2002) pada beberapa item pertanyaan yaitu: 3,7 dan 9 dengan memodifikasi kalimat yang sesuai untuk mewakili subjek dalam penelitian. Skala kebersyukuran di ukur dengan empat aspek yaitu: Intensitas, Frekuensi, Rentang, dan Keterikatan. Dimana semakin tinggi skor yang dihasilkan maka semakin tinggi kebersyukuran pada mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dan begitu sebaliknya.

2. Skala yang digunakan: Skala Kebersyukuran

Disusun Sendiri

Adaptasi

Modifikasi

3. Jumlah Aitem

Aitem skala Kebersyukuran pada penelitian ini berjumlah 16 aitem.

4. Format Respon

Memberikan tanda *checklist* () pada pilihan jawaban yang tersedia.

Skala likert dengan format respon yang memiliki keterangan sebagai berikut:

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.

© 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.

Keterangan	
STS	Sangat Tidak Setuju
TS	Tidak Sesuai
N	Netral
S	Sesuai
SS	Sangat Sesuai

5. Jenis Penilaian

Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
STR	Sangat Tidak Relevan
TR	Tidak Relevan
KR	Kurang Relevan
R	Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Saya mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dari setiap pernyataan didalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek kebersyukuran yang terdiri dari beberapa aspek yaitu intensitas, frekuensi, dan rantang, keterikatan. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian (aitem) dengan indikator yang di ajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), Sangat Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih mohon Bapak/Ibu memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STR	TR	KR	R
1.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional				√

SKALA KEBERSYUKURAN

Komponen	No	Pernyataan	Modifikasi	Alternatif jawaban			
				STR	TR	KR	R
Intensitas	2	Apapun yang terjadi pada diri saya, saya tetap merasa bersyukur (F)	Digunakan				√
	3	Ketika saya dalam masa sulit, saya merasa Tuhan tidak adil pada saya(UF)	Ketika saya dalam keadaan sulit, saya merasa Tuhan belum memberi hal baik yang pantas saya dapatkan (UF)				√
Frekuensi	1	Saya memiliki banyak hal dalam hidup untuk saya syukuri (F)	Digunakan				√
	5	Ketika saya melihat dunia, saya tidak melihat banyak hal yang dapat disyukuri (UF)	Digunakan				√
Rentang	7	Saya belum bersyukur terhadap orang lain atau suatu kondisi pada	Saya tidak bisa sampai dititik ini 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, 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

		waktu yang telah lalu (UF)	bantuan orang banyak (UF)					
	9	Saya telah bersyukur pada orang atau suatu kondisi tertentu pada waktu yang telah lalu (F)	Saya sangat menghargai hal-hal yang telah dilakukan orang lain untuk dalam hidup saya. (F)					√
	4	Ketika tuhan memberi cobaan, saya merasa keadaan tersebut memperburuk hidup saya (UF)	Digunakan					√
Keterikatan	6	Dengan bertambahnya usia, saya menemukan diri saya lebih mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya (F)	Digunakan					√
	10	Walaupun usia saya bertambah, saya tidak merasa mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya (UF)	Digunakan					√
	8	Saya tidak merasa berterima kasih kepada orang lain (UF)	Digunakan					√

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 milik UIN Suska Riau

Catatan

1. Isi (kesesuaian dengan komponen)

Sesuai

2. Bahasa

Sesuai

3. Jumlah Aitem

Sesuai

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator



Salmiyati., M.Psi., Psikolog

NIP. 19880817 201903 2 013

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.

LAMPIRAN C

SKALA 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.





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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

SKALA TRY OUT

Assalamuallaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan nama saya Florentivo Mavenco Albarado, mahasiswa Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Suska Riau guna menyelesaikan tugas akhir di bawah bimbingan ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog

Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah

- Mahasiswa/i aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
- Mahasiswa/i yang sudah mengambil mata kuliah skripsi minimal selama 3 bulan / Telah memiliki SK Pembimbing

Apabila anda termasuk dalam kriteria tersebut, kami bermaksud mengundang anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Pengisian kuisisioner ini memerlukan waktu 3-5 menit dan seluruh data dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu, diharapkan kesediaan anda untuk menjawab pernyataan atau pertanyaan pada kuisisioner ini dengan sejujur-jujurnya karena tidak ada jawaban 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, Aamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat saya,

Florentivo Mavenco A

LEMBAR PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, telah membaca pernyataan di atas dan saya bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden. Saya menandatangani lembar persetujuan ini tanpa adanya paksaan dari pihak manapun dan saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian pada saya.

Responden Penelitian

.....

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.

IDENTITAS RESPONDEN

Isilah data dibawah ini dengan sebenar-benarnya

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Jurusan :

Semester :

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, 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
- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
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 I

PETUNJUK PENGISISAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada saudara tentang Sres Akademik. Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri saudara dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada salah satu dari lima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban benar atau salah, untuk itu peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

TP : Tidak Pernah

JR : Jarang

KD : Kadang-kadang

S : Sering

SS : Sangat Sering

Contoh :

No	Pernyataan	TP	JR	KD	SR	SS
1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					√

Artinya: Pernyataan di atas Sangat Sering dengan diri saudara/i



“SELAMAT MENERJAKAN”

No	Pernyataan	TP	JR	KD	SR	SS
1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					
2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya.					
4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen pembimbing.					
6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai.					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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

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.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

7	Saya tertekan ketika orang tua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu					
8	Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
9	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas.					
10	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari.					
11	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa penulisan skripsi.					
12	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing.					
13	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik.					
14	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi.					
15	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi.					



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

16	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan.					
17	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya.					
18	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain.					
19	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan.					
20	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi.					
21	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis.					

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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



SKALA II

PETUNJUK PENGISISAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada saudara tentang Kebersyukuran. Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri saudara dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada salah satu dari lima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban benar atau salah, untuk itu peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Sesuai

N : Netral

S : Sesuai

SS : Sangat Sesuai

Contoh :

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional.					√

Artinya: Pernyataan di atas Sangat Sesuai dengan diri saudara/i

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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



“SELAMAT MENERJAKAN”

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya memiliki banyak hal dalam hidup untuk saya syukuri					
2	Apapun yang terjadi pada diri saya, saya tetap merasa bersyukur					
3	Ketika saya dalam keadaan sulit, saya merasa Tuhan belum memberi hal baik yang pantas saya dapatkan					
4	Ketika Tuhan memberi cobaan, saya merasa keadaan tersebut memperburuk hidup saya					
5	Ketika saya melihat dunia, saya tidak melihat banyak hal yang dapat disyukuri					
6	Dengan bertambahnya usia, saya menemukan diri saya lebih mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

7	Saya tidak bisa sampai dititik ini tanpa bantuan orang banyak					
8	Saya tidak merasa berterima kasih kepada orang lain					
9	Saya sangat menghargai hal-hal yang telah dilakukan orang lain untuk dalam hidup saya					
10	Walaupun usia saya bertambah, saya tidak merasa mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya					

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.

LAMPIRAN D

TABULASI *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 TRY OUT KEBERYUKURAN

NO	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	JMLH
1	4	5	2	4	4	5	3	5	4	5	41
2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	38
3	4	5	4	3	2	1	3	4	2	3	31
4	4	4	2	2	2	4	2	3	1	2	26
5	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	34
6	4	5	4	4	5	3	1	4	4	5	39
7	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	39
8	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	47
9	5	5	1	4	4	2	2	4	3	3	33
10	4	5	4	5	5	5	1	5	5	5	44
11	4	4	2	2	2	4	1	4	5	5	33
12	4	4	2	4	3	4	2	3	4	4	34
13	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	47
14	4	4	3	3	4	5	4	4	5	4	40
15	4	4	2	3	4	5	2	5	4	5	38
16	4	5	2	4	1	4	1	4	4	4	33
17	5	4	2	4	4	4	2	5	4	4	38
18	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
19	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	44
20	5	4	5	4	4	5	2	5	4	4	42
21	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
22	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
23	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	43
24	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
25	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
26	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
27	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
28	5	4	5	4	4	4	5	2	5	4	42

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



29	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
30	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	43
31	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	44
32	5	4	5	4	4	5	2	5	4	4	42
33	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
34	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	44
35	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
36	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	44
37	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	45
38	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	47
39	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
40	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	44
41	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
42	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	44
43	5	4	5	4	4	4	2	5	4	4	41
44	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	45
45	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	44
46	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	44
47	4	4	5	4	4	4	2	5	4	4	40
48	5	4	5	4	4	5	3	5	4	4	43
49	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	44
50	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	45
51	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	45
52	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	44
53	5	2	5	4	4	4	5	5	4	4	42
54	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	45
55	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	46
56	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	45
57	5	3	5	4	4	5	5	4	4	4	43
58	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	47
59	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	47

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



60	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	47
61	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	48

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



TABULASI TRY OUT STRES AKADEMIK

NOMOR	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	JMLH
1	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	5	4	2	4	4	4	3	2	4	3	3	70
2	4	1	4	2	1	2	4	1	4	4	4	4	2	5	3	4	1	5	3	2	3	63
3	3	4	3	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	66
4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64
5	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	46
6	3	3	4	4	2	5	3	2	3	2	4	1	1	3	3	4	3	5	4	4	3	66
7	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	76
8	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	4	3	1	3	2	1	4	43
9	3	1	2	4	3	4	4	3	3	4	4	5	1	3	3	3	1	3	2	2	3	61
10	3	1	4	1	4	2	5	5	4	5	3	1	3	5	4	5	5	1	4	3	5	73
11	4	2	3	4	3	4	4	4	4	5	5	5	3	4	4	4	4	2	3	3	3	77
12	4	3	3	3	3	2	5	4	4	5	4	5	3	5	4	5	5	2	4	4	5	82
13	3	4	3	2	4	2	5	5	4	5	4	4	2	4	4	4	4	1	4	4	4	76
14	4	5	4	3	3	3	4	4	3	1	5	5	2	5	4	5	5	1	4	4	5	79
15	2	1	2	2	1	2	4	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	4	3	1	4	53
16	5	3	3	5	3	3	5	4	5	3	5	5	3	3	3	5	3	3	3	3	4	79
17	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	97
18	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
19	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
20	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	98
21	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
22	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
23	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
24	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
25	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
26	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	3	5	3	5	4	5	2	5	4	5	91
27	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
28	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	98

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t





29	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
30	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
31	3	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	96
32	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
33	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
34	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
35	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
36	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
37	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
38	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
39	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	98
40	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	98
41	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
42	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	97
43	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
44	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
45	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
46	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
47	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
48	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
49	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
50	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	3	5	5	96
51	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	98
52	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	93
53	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	99
54	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
55	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
56	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	2	5	5	4	4	5	4	5	4	92
57	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99
58	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	98
59	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	99

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

60	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
61	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	98



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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



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.

LAMPIRAN E

VALIDITAS DAN UJI BEDA DAYA AITEM

UIN SUSKA RIAU



SKALA STRES AKADEMIK

ANALISIS I

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.966	21

Item-Total Statistics

Item	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	85.95	213.948	.597	.966
A2	86.11	208.137	.656	.966
A3	85.98	213.583	.687	.966
A4	85.44	197.517	.846	.964
A5	85.51	195.521	.909	.963
A6	85.43	203.582	.720	.965
A7	85.20	208.594	.804	.964
A8	85.34	199.630	.875	.963
A9	85.97	212.032	.721	.965
A10	85.95	212.314	.524	.967
A11	85.28	203.704	.816	.964
A12	85.31	204.151	.696	.965
A13	85.70	192.811	.858	.964
A14	85.23	206.246	.811	.964
A15	85.28	205.771	.877	.964
A16	85.82	218.317	.461	.967
A17	85.43	197.982	.854	.963
A18	85.44	205.584	.548	.968
A19	85.39	201.209	.883	.963
A20	85.43	196.382	.938	.962
A21	85.20	207.694	.822	.964

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 KEBERSYUKURAN

ANALISIS I

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.738	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	36.89	16.737	.547	.712
B2	37.52	19.420	-.184	.772
B3	37.33	13.957	.401	.727
B4	37.66	16.063	.591	.702
B5	37.72	15.304	.599	.692
B6	37.36	15.568	.477	.707
B7	38.34	12.530	.417	.743
B8	36.90	16.023	.514	.706
B9	37.57	15.849	.524	.704
B10	37.46	15.819	.512	.705

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Sultan Syarif Kasim Riau

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.

ANALISIS II**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.772	9

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	32.77	17.180	.570	.750
B3	33.21	14.037	.453	.760
B4	33.54	16.719	.556	.746
B5	33.61	15.843	.591	.735
B6	33.25	16.022	.487	.747
B7	34.23	12.813	.439	.785
B8	32.79	16.537	.514	.747
B9	33.46	16.419	.511	.746
B10	33.34	16.463	.485	.749

LAMPIRAN F

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.





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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

IDENTITAS RESPONDEN

Isilah data dibawah ini dengan sebenar-benarnya

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Kela/Semester :

SKALA I

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada saudara tentang Sres Akademik. Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri saudara dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada salah satu dari lima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban benar atau salah, untuk itu peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

- TP : Tidak Pernah
 JR : Jarang
 KD : Kadang-kadang
 S : Sering
 SS : Sangat Sering

Contoh :

No	Pernyataan	TP	JR	KD	SR	SS



© Hak cipta mil

UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak cipta mil	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					√
---------------	---	--	--	--	--	---

Artinya: Pernyataan di atas Sangat Sering dengan diri saudara/i

“SELAMAT MENGERJAKAN”

No	Pernyataan	TP	JR	KD	SR	SS
1	Saya merasa tertinggal oleh teman-teman yang lain dalam mengerjakan skripsi					
2	Saya merasa terlambat setiap kali mengumpulkan revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
3	Saya kesulitan dalam mencari sumber referensi yang sesuai dengan penelitian saya.					
4	Bagi saya mudah untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
5	Saya bingung memilih antara mencari sumber referensi ke perpustakaan atau bertemu dengan dosen 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.



© 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.

6	Saya dapat dengan mudah menentukan antara harus bertemu dengan dosen pembimbing atau mengerjakan revisi yang belum selesai.					
7	Saya tertekan ketika orang tua menuntut untuk lulus kuliah tepat waktu					
8	Saya terbebani dengan tugas revisi yang diberikan dosen pembimbing.					
9	Saya merasa terbebani dalam memenuhi target waktu penyelesaian skripsi yang ditetapkan universitas.					
10	Saya merasa jadwal bertemu dosen pembimbing yang tidak pasti mengganggu kegiatan sehari-hari.					
11	Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan masa penulisan skripsi.					
12	Saya cemas ketika tema penelitian saya belum disetujui oleh dosen pembimbing.					
13	Saya merasa skripsi saya dapat selesai dengan baik.					



© Hak cipta milik

UIN Suska

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.

14	Saya mengalami gangguan tidur selama mengerjakan skripsi.					
15	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi.					
16	Saya merasa sedih terhadap lambatnya perkembangan skripsi yang saya kerjakan.					
17	Saya mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan tentang skripsi saya.					
18	Saya memendam perasaan ketika kesal terhadap orang lain.					
19	Bagi saya skripsi merupakan hal yang sulit dikerjakan.					
20	Saya mengabaikan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi.					
21	Proses penyelesaian skripsi menguras banyak energi psikis.					



- 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 II

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada saudara tentang Kebersyukuran. Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri saudara dengan cara memberi tanda *checklist* (\checkmark) pada salah satu dari lima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban benar atau salah, untuk itu peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Sesuai

N : Netral

S : Sesuai

SS : Sangat Sesuai

Contoh :

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional.					\checkmark

Artinya: Pernyataan di atas Sangat Sesuai dengan diri saudara/i



“SELAMAT MENERJAKAN”

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya memiliki banyak hal dalam hidup untuk saya syukuri					
2	Ketika saya dalam keadaan sulit, saya merasa Tuhan belum memberi hal baik yang pantas saya dapatkan					
3	Ketika tuhan memberi cobaan, saya merasa keadaan tersebut memperburuk hidup saya					
4	Ketika saya melihat dunia, saya tidak melihat banyak hal yang dapat disyukuri					
5	Dengan bertambahnya usia, saya menemukan diri saya lebih mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup saya					
6	Saya tidak bisa sampai dititik ini tanpa bantuan orang banyak					

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

7	Saya tidak merasa berterima kasih kepada orang lain					
8	Saya sangat menghargai hal-hal yang telah dilakukan orang lain untuk dalam hidup saya					
9	Walaupun usia saya bertambah, saya tidak merasa mampu menghargai orang, peristiwa, dan situasi yang telah menjadi bagian dari pengalaman hidup 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN G

TABULASI 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.



TABULASI PENELITIAN KEBERSYUKURAN

NO	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	JMLH
1	2	4	5	5	5	5	5	5	1	37
2	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
3	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
4	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
5	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
6	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
7	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
8	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
9	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
10	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
11	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
12	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
13	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
14	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
15	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
16	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
17	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
18	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
19	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
20	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
21	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
22	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38
23	5	5	4	4	4	3	5	4	5	39

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



24	4	3	4	5	3	4	4	5	4	36
25	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
26	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
27	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
28	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
29	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
30	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
31	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
32	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
33	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
34	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
35	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
36	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
37	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
38	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
39	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
40	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
41	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
42	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
43	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
44	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
45	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
46	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
47	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
48	4	4	4	4	1	3	4	5	5	34

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



49	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
50	5	5	4	4	5	4	5	4	1	37
51	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
52	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
53	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
54	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
55	5	5	5	5	5	4	2	5	1	37
56	4	4	4	4	5	4	4	5	4	38
57	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
58	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
59	4	5	4	4	1	3	5	4	5	35
60	4	4	3	4	5	5	5	4	5	39
61	3	4	4	3	4	3	4	5	5	35
62	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
63	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
64	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
65	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
66	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
67	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
68	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
69	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
70	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
71	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
72	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
73	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



74	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
75	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
76	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
77	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
78	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
79	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
80	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
81	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
82	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
83	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
84	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
85	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
86	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
87	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
88	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
89	4	4	4	5	3	4	4	1	5	34
90	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
91	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
92	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
93	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
94	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
95	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
96	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
97	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
98	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



99	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
100	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
101	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
102	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
103	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
104	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
105	5	5	4	4	5	1	5	4	4	37
106	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
107	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
108	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
109	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
110	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
111	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
112	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
113	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
114	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
115	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
116	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
117	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
118	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
119	4	5	4	3	2	5	4	5	4	36
120	2	5	4	5	4	4	4	3	4	35
121	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
122	5	5	4	4	5	4	5	4	4	40
123	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



124	4	5	4	5	4	2	3	4	1	32
125	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
126	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
127	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
128	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
129	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
130	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
131	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
132	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
133	4	4	4	4	4	4	5	4	4	37
134	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
135	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
136	5	4	5	4	4	4	4	3	4	37
137	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
138	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
139	5	3	5	5	5	3	5	5	4	40
140	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
141	3	4	4	4	4	3	4	5	5	36
142	4	5	4	5	4	2	3	4	4	35
143	2	4	5	5	5	5	5	5	5	41
144	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
145	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38
146	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
147	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
148	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



149	4	3	4	5	3	4	4	1	3	31
150	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38
151	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
152	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
153	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
154	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
155	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
156	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
157	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
158	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
159	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
160	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
161	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
162	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
163	4	5	4	4	1	3	5	3	5	34
164	5	4	5	4	4	4	4	4	5	39
165	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
166	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
167	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38
168	4	3	4	5	3	4	4	5	3	35
169	4	5	1	4	1	3	5	4	5	32
170	5	4	5	4	4	4	4	4	4	38
171	4	3	4	4	5	5	4	4	5	38
172	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
173	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



174	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
175	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
176	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
177	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
178	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
179	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
180	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
181	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
182	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
183	4	4	4	5	3	4	4	5	5	38
184	4	2	4	4	4	5	4	4	4	35
185	3	4	5	5	4	4	3	1	4	33
186	4	4	5	4	5	5	4	4	4	39
187	4	4	4	5	4	4	5	3	3	36
188	5	4	4	5	5	4	5	4	4	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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



TABULASI PENELITIAN STRES AKADEMIK

NO	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	JMLH
1	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
2	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
3	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
5	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
6	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
7	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
8	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
9	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
10	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
11	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
12	4	4	5	4	4	4	4	2	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	82
13	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
14	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
15	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
16	4	4	3	4	4	4	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	74
17	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
18	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
19	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
20	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
21	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
22	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	81
23	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	4	5	81

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



24	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
25	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
26	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
27	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
28	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
29	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
30	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
31	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
32	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
33	4	5	3	4	5	5	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
34	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
35	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
36	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
37	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
38	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
39	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
40	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
41	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
42	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
43	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
44	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
45	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
46	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	2	3	5	4	4	4	4	3	5	81
47	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
48	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	4	74

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



49	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
50	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	80
51	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
52	4	5	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
53	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
54	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
55	4	5	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	3	2	4	83
56	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	77
57	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
58	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
59	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
60	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	85
61	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	71
62	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
63	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
64	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	4	75
65	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	4	75
66	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
67	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
68	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
69	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
70	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
71	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	4	75
72	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	4	75
73	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



74	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
75	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
76	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
77	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
78	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
79	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
80	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
81	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
82	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
83	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
84	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
85	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
86	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
87	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
88	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
89	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
90	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	5	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	83
91	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
92	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
93	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
94	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
95	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
96	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
97	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
98	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



99	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
100	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
101	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
102	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
103	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
104	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
105	5	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	76
106	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
107	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
108	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
109	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
110	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
111	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
112	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
113	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
114	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
115	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
116	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
117	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
118	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
119	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	84
120	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	84
121	4	4	4	4	3	2	5	4	4	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	74
122	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	80
123	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

124	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
125	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
126	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
127	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
128	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
129	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
130	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
131	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
132	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
133	3	4	4	4	3	5	4	2	4	3	4	3	5	4	2	3	4	1	5	4	4	75
134	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
135	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
136	5	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	87
137	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
138	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
139	4	1	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	74
140	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
141	4	4	4	4	3	2	5	4	2	4	4	4	2	5	4	3	2	5	1	4	2	72
142	5	2	5	5	4	5	4	5	1	4	1	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	79
143	4	4	5	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	83
144	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	79
145	2	3	4	4	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	79
146	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
147	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
148	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	81

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



149	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
150	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	81
151	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
152	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	3	4	3	2	4	76
153	1	5	5	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	75
154	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
155	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
156	1	5	5	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	75
157	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
158	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
159	1	5	5	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	75
160	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
161	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
162	5	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	87
163	2	4	2	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	77
164	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	81
165	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
166	2	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	2	77
167	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3	4	4	79
168	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	86
169	5	4	4	2	5	4	5	4	3	5	4	4	5	4	3	3	4	4	4	5	5	86
170	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	84
171	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	88
172	1	5	5	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	75
173	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

174	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
175	1	5	5	2	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	4	75
176	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
177	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
178	1	5	5	2	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	4	75
179	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
180	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
181	1	5	5	2	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	4	75
182	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
183	2	4	3	4	4	4	5	2	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	2	4	78
184	1	5	5	2	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	1	2	4	4	5	3	4	75
185	5	3	3	5	2	2	3	4	5	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	74
186	4	4	4	5	4	5	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	3	4	4	4	4	89
187	4	5	4	4	5	2	5	4	5	4	4	3	4	4	5	4	5	5	4	4	5	89
188	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	4	4	91

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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



LAMPIRAN H

DATA DEMOGRAFI

© 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.



1. DATA DEMOGRAFI

		Semester			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Semester 9	106	56.4	56.4	56.4
	Semester 11	48	25.5	25.5	81.9
	Semester 13	34	18.1	18.1	100.0
	Total	188	100.0	100.0	

		Jenis Kelamin			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Laki-laki	48	25.5	25.5	25.5
	Perempuan	140	74.5	74.5	100.0
	Total	188	100.0	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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN I

UJI ASUMSI

© 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.



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.

UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

	N	Skewness		Kurtosis	
		Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
X	188	.055	.177	-.285	.353
Y	188	.172	.177	-1.303	.353
Valid N (listwise)	188				

UJI LINIERITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	1713.904	14	122.422	7.343	<,000
		Linearity	1184.976	1	1184.976	71.075	<,000
		Deviation from Linearity	528.928	13	40.687	2.440	<,000
Within Groups			2884.282	173	16.672		
Total			4598.186	187			

UJI HIPOTESIS

Correlations

		X	Y
X	Pearson Correlation	1	-.508**
	Sig. (2-tailed)		<,000
	N	188	188
Y	Pearson Correlation	-.508**	1
	Sig. (2-tailed)	<,000	
	N	188	188

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

LAMPIRAN J

KATEGORISASI 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.



KATEGORISASI

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
X	188	10	26	44	36.47	2.406
Y	188	20	71	91	79.62	4.959
Valid N (listwise)	188					

Kategorisasi_Kebersyukuran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	14	7.4	7.4	7.4
	Rendah	40	21.3	21.3	28.7
	Sedang	68	36.2	36.2	64.9
	Tinggi	57	30.3	30.3	95.2
	Sangat Tinggi	9	4.8	4.8	100.0
	Total	188	100.0	100.0	

Kategorisasi_SA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	9	4.8	4.8	4.8
	Rendah	34	18.1	18.1	42.6
	Sedang	71	37.8	37.8	60.6
	Tinggi	70	37.2	37.2	97.9
	Sangat Tinggi	4	2.1	2.1	100.0
	Total	188	100.0	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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN K

SURAT IZIN PRA RISET

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

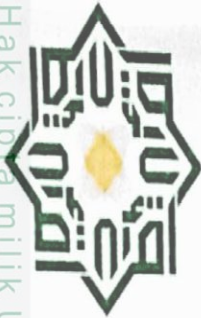
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan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





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 PRA RISET

Nomor: B-1925E/Un.04/F.VI/PP.00.9/10/2024

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

Nama : Florentivo Mavenco Albarado
 NIM : 11960114740
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : XI (Sebelas)

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 Kebersyukuran Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi"

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 02 Oktober 2024

Dekan,

D. Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

LAMPIRAN L

SURAT IZIN 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.





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 TRY OUT

Nomor: B-2144E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

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

Nama : Florentivo Mavenco Albarado
 NIM : 11960114740
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : XI (Sebelas)

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 Kebersyukuran Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 02 Desember 2024

Dekan,

Dr. Kushadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

LAMPIRAN M

SURAT IZIN RISET

© 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.



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.



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-2189E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

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

Nama : Florentivo Mavenco Albarado
 NIM : 11960114740
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : XI (Sebelas)

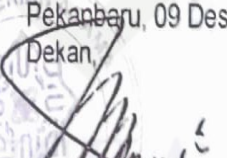
untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Kebersyukuran Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 09 Desember 2024

Dekan,



Dr. Husein M. Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

LAMPIRAN N

SURAT TELAH SELESAI RISET

© 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.





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-2227E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

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

Nama : Florentivo Mavenco Albarado
 NIM : 11960114740
 Tempat Tgl.Lahir : Pematang Reba/ 11 Juli 2000
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : XI (Sebelas)

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

"Hubungan Kebersyukuran Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 16 Desember 2024

Dekan,



Dr. Kushnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU