

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN TANGGUH DAN OPTIMISME
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA
NEGERI 1 BINJAI**

TESIS

OLEH

**DARA AISYAH
NPM. 191804053**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 2/1/23

Access From (repository.uma.ac.id)2/1/23

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PERSETUJUAN

**JUDUL : HUBUNGAN KEPERIBADIAN TANGGUH DAN OPTIMISME
DENGAN STRESS AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA
NEGERI 1 BINJAI**

NAMA : DARA AISYAH

NPM : 191804053

Menyetujui :

Pembimbing I

Hasanuddin, Ph.D

Pembimbing II

Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Ketua Program Studi
Magister Psikologi



Dr. Rahmi Lubis, M.Psi. Psikolog

Direktur
Program Pascasarjana - UMA



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti, K. M.S

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PENGESAHAN

**Tesis ini dipertahankan di depan Panitia Penguji Tesis
Program Pascasarjana Magister Psikologi
Universitas Medan Area**

Pada Hari : Jum'at

Tanggal : 16 September 2022

Tempat : Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area



PANITIA PENGUJI

Ketua : Prof. Dr. Asih Menanti, S.Psi, MS

Sekretaris : Dr. Khairina Siregar, M.Pd.I, M.Psi

Anggota I : Hasanuddin, PhD

Anggota II : Prod. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Penguji Tamu : Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, 16 September 2022

Yang menyatakan,



Dara Aisyah

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dara Aisyah
NPM : 191804053
Program Studi : Magister Psikologi
Fakultas : Pascasarjana
Jenis karya : Tesis

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN TANGGUH DAN OPTIMISME DENGAN
STRESS AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 BINJAI**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan
Pada tanggal :
Yang menyatakan



Dara Aisyah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya Sederhana Ini Peneliti Persembahkan Kepada

Yang Tercinta :

- **Ayahanda dan Ibunda:**

Aiptu H. Alkosim Sirait, SH dan Hj. Yulinda Dwinata, S.Pd, M.Pd

- **Suamiku: Briptu Gugi Imam Nugraha Pane, SH**

- **Anakku: Ghadira Alfathunnisa Pane**

- **Ayah dan Ibu Mertua:**

Drs. Ahmad Ghazali Pane, MM dan Hj. Ratnawati, S.Pd, M.Si

KATA PENGANTAR



Sesungguhnya segala puji hanya milik Allah SWT, sang pencipta alam dengan segala keberkahannya. Atas segala Rahmaan dan Rahiim Allah, sampai saat ini peneliti masih diberikan nikmat iman, nikmat kesehatan, nikmat kemurahan rezki dan keluangan waktu untuk selalu belajar dan menambah ilmu pengetahuan yang telah Allah tebarkan di muka bumi-Nya ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul: “HUBUNGAN KEPERIBADIAN TANGGUH DAN OPTIMISME DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 BINJAI”

Shalawat beruntai salam peneliti lantunkan bagi Nabi besar Muhammad SAW sang pencerah ummat dengan segala kelembutannya, kasih sayangnya, kesabarannya dalam membina akhlak ummat ini, dan beragam suri tauladan yang patut kita amalkan menuju jiwa yang bersih dalam menggapai kebahagiaan hidup akhirat kelak.

Peneliti sangat menyadari bahwa tesis ini tidak akan selesai dengan baik tanpa adanya dukungan nyata baik secara moril maupun materil dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa hormat dan menghaturkan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Rektor Universitas Medan Area. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc.
2. Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K, M.S sebagai Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.

3. Dr. Rahmi Lubis, M.Psi, Psikolog sebagai Ketua Prodi Magister Psikologi Universitas Medan Area.
4. Hasanuddin, P.hD atas bimbingan, arahan dan waktu yang telah diluangkan kepada peneliti untuk berdiskusi selama menjadi dosen pembimbing I pada penulisan tesis ini
5. Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II, yang dengan penuh kesabaran dalam mengarahkan dan memberikan saran dan kritik yang sangat berarti, serta memotivasi peneliti untuk menyelesaikan tesis ini.
6. Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Binjai yang telah memberi izin untuk melaksanakan penelitian.
7. Kepada para Siswa SMA Negeri 1 Binjai yang telah membantu dan bersedia menjadi sampel penelitian ini
8. Seluruh Dosen Program Pascasarja Psikologi khususnya dosen Psikologi Pendidikan yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk mendalami ilmu Psikologi.
9. Kepada Ayahanda, Ibunda, Suami dan anak-anak serta seluruh keluarga yang selalu mendukung dengan semangat dan do'a dari awal kuliah hingga selesainya sidang tesis ini.
10. Teman-teman seperjuangan satu angkatan di minat Psikologi Pendidikan khususnya dan angkatan 2019 yang banyak memberi masukan dan motivasi, terima kasih atas kerjasama dan informasi yang telah diberikan. Dengan keterbatasan pengalaman, ilmu maupun pustaka yang ditinjau,

penulis menyadari bahwa tesis ini masih banyak kekurangan dan pengembangan lanjut agar benar benar bermanfaat. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran agar tesis ini lebih sempurna serta sebagai masukan bagi peneliti untuk penelitian dan penulisan karya ilmiah di masa yang akan datang.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah turut membantu peneliti dalam menyelesaikan tesis ini, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT akan membalas semua kebaikannya yang telah diberikan kepada peneliti. Tanpa bantuan mereka semua, tesis ini tidak akan pernah selesai. Sekali lagi peneliti ucapkan terima kasih.

Medan, Mei 2022

Peneliti

Dara Aisyah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1.. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2.. Identifikasi Masalah.....	9
1.3. Batasan Masalah	10
1.4. Rumusan Masalah.....	10
1.5. Tujuan Penelitian.....	11
1.6. Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1. Manfaat teoritis.....	11
1.6.2. Manfaat praktis.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1. Stres Akademik.....	13
2.1.1. Pengertian Stres	13
2.1.2. Stres Akademik.....	14
2.1.3. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	18
2.1.4. Aspek-aspek Stres Akademik.....	21
2.2.. Kepribadian Tangguh.....	24
2.2.1. Pengertian Kepribadian Tangguh.....	24
2.2.2. Dimensi Kepribadian Tangguh.....	26
2.2.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepribadian Tangguh	28

2.2.4. Fungsi Kepribadian Tangguh	29
2.3.. Optimisme.....	29
2.3.1. Pengertian Optimisme.....	29
2.3.2. Ciri-ciri Optimisme.....	34
2.3.3. Aspek-aspek Optimisme.....	37
2.3.4. Manfaat Optimisme.....	38
2.3.5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Optimisme.....	39
2.4.. Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik.....	40
2.5.. Hubungan Kepribadian Tangguh Dengan Stres Akademik Siswa SMA.....	43
2.6.. Hubungan Optimisme Dengan Stres Akademik Siswa	45
2.7.. Kerangka Penelitian.....	49
2.8.. Hipotesis.....	49
BAB III. METODE PENELITIAN	
3.1.. Disain Penelitian.....	51
3.2.. Tempat dan Waktu Penelitian.....	51
3.3.. Identifikasi Variabel.....	51
3.4.. Definisi Operasional.....	52
3.5.. Populasi Dan Sampel.....	53
3.5.1. Populasi.....	53
3.5.2. Sampel.....	53
3.6.. Teknik Pengambilan Sampel.....	54
3.7.. Metode Pengumpulan Data.....	54
3.7.1....Skala Stres Akademik.....	55
3.7.2....Skala Kepribadian Tangguh.....	57
3.7.3....Skala Optimisme.....	59
3.8.. Prosedur Penelitian.....	60
3.8.1....Uji validitas.....	60
3.8.2....Uji reliabilitas.....	61
3.9.. Teknik Analisis Data.....	62

3.9.1....Uji asumsi.....	62
3.9.2....Uji hipotesis.....	63
BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	64
4.1 Orientasi Kancan Penelitian.....	64
4.2. Persiapan Penelitian	65
4.3 Pelaksanaan Penelitian	73
4.4. Analisis Data dan Hasil Penelitian	74
1. Uji Asumsi.....	75
1.1 Uji Normalitas.....	75
1.2. Uji Linieritas.....	76
2. Analisis Regresi Berganda.....	77
3. Perhitungan Mean Empirik dan Hipotetik.....	78
4.5. Pembahasan.....	81
1. Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik Siswa.....	81
2. Hubungan Kepribadian Tangguh Dengan Stres Akademi Siswa.....	85
3. Hubungan Optimisme Dengan Stres Akademik Siswa	87
BAB V PENUTUP	89
5.1. Simpulan	89
5.2. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	91

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Skor skala likert	55
Tabel 3.2. Kisi-kisi skala stres akadenik	56
Tabel 3.3. Kisi-kisi skala skala kepribadian tangguh	58
Tabel 3.4. Kisi-kisi skala optimisme	60
Tabel 4.1. Penyebaran aitem skala kepribadian tangguh sebelum uji coba	67
Tabel 4.2 Penyebaran aitem skala optimisme sebelum uji coba	68
Tabel 4.3 Penyebaran aitem skala stres akademik sebelum uji coba	69
Tabel 4.4 Penyebaran butir-butir skala kepribadian tangguh Setelah Uji Coba.	70
Tabel 4.5 Penyebaran butir-butir skala optimisme setelah uji coba	72
Tabel 4.6. Penyebaran aitem skala stres akademik Setelah Uji Coba	73
Tabel 4.7 Rangkuman hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	76
Tabel 4.8 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	77
Tabel 4.9 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Regresi	78
Tabel 4.10 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik	80

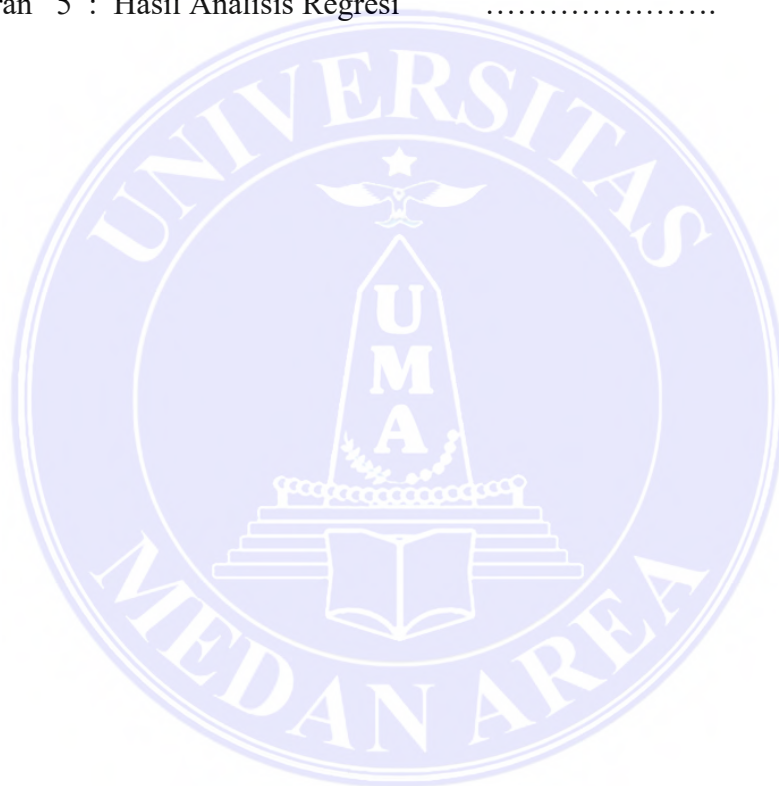
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 : Kerangka Penelitian	49
Gambar 4.1 : kurva Distribusi Normal Skala stres akademik.....	80
Gambar 4.2 : kurva distribusi normal kepribadian tangguh	81
Gambar 4.3 : kurva distribusi normal optimisme	82



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Skala Penelitian	
Lampiran 2 : Data uji Coba Skala	
Lampiran 3 : Hasil Analisis Data Uji Coba	
Lampiran 4 : Data Penelitian	
Lampiran 5 : Hasil Analisis Regresi	



HUBUNGAN KEPRIBADIAN TANGGUH DAN OPTIMISME DENGAN STRESS AKADEMIK PADA SISWA SMA NEGERI 1 BINJAI

OLEH

DARA AISYAH
NPM: 191804053

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Kepribadian tangguh dan optimisme dengan stress akademik pada siswa SMA Negeri 1 Binjai. Stress akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara kepribadian tangguh dan optimisme dengan stress akademik, Populasi berjumlah 374 siswa, dengan tehnik sampling menggunakan total sampling yang terlebih dahulu dilakukan screening berjumlah 95 siswa. Penelitian ini menggunakan skala kepribadian tangguh, optimisme dan skala stress akademik. Metode analisis data menggunakan analisis regresi berganda, hasil yang di peroleh $R^{xy} = -0,728$ dengan $p = 0.000 < 0.050$, yaitu ada hubungan yang signifikan antara kepribadian tangguh dan optimisme dengan stress akademik. $BE\% = 39,1\%$. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan, dinyatakan diterima. Masih terdapat 69,9% factor lain yang berpengaruh terhadap stress akademik yang tidak diteliti dalam penelitian ini yaitu; locus of control, problem solving, dan efikasi diri terhadap sumber stress yang dialami siswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan faktor eksternal sedangkan faktor yang dapat mereduksi stress yaitu ridha dengan ketentuan Allah, bersyukur, berfikir positif dan dzikir (religiusitas).

Kata kunci : Kepribadian tangguh, Optimisme, stress akademik

CORRELATION OF TOUGH PERSONALITY AND OPTIMISM WITH ACADEMIC STRESS IN SMA NEGERI 1 BINJAI STUDENTS

BY

**DARA AISYAH
NPM: 191804053**

ABSTRACT

This study aims to determine the correlation between tough personality and optimism with academic stress in the students of SMA Negeri 1 Binjai. Academic stress is an emotional tension that arises from life events at school and feelings of threat to the safety or self-esteem of students. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between tough personality and optimism with academic stress. The population is 374 students, with a sampling technique using a total sampling of 95 students who first screened. This study uses a tough personality scale, optimism and academic stress scale. The data analysis method used multiple regression analysis, the results obtained were $R_{xy} = -0.728$ with $p = 0.000 < 0.050$, that is, there is a significant correlation between tough personality and optimism with academic stress. $BE\% = 39.1\%$. Thus, the proposed hypothesis is declared accepted. There are still 69.9% of other factors that influence academic stress that were not examined in this research, namely; locus of control, problem solving, and self-efficacy against sources of stress experienced by students including the desire to achieve achievement, and external factors while factors that can reduce stress are pleasure with God's provisions, gratitude, positive thinking and dhikr (religiosity).

Keywords: Tough personality, optimism, academic stress

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Stres merupakan hal yang pasti terjadi pada setiap manusia dan tidak dapat dihindari dalam hidup. Stres merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan dan dapat menimbulkan ketegangan, mengganggu stabilitas kehidupan serta mempengaruhi sistem hormonal tubuh (Sunaryo, 2013). Setiap individu dapat mengalami stres termasuk siswa. Stres pada siswa di lingkungan akademik merupakan respon siswa terhadap berbagai tuntutan yang bersumber dari proses belajar mengajar (Bariyyah, 2013). Tuntutan yang dihadapi siswa antara lain meliputi tuntutan naik kelas, menyelesaikan banyak tugas, mendapat nilai ulangan yang tinggi, keputusan menentukan jurusan, kecemasan menghadapi ujian, tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar dan sistem belajar (Rahmawati, 2017).

Menurut Carveth (2014) sebagian besar sumber stres siswa berasal dari masalah akademik. Stres di bidang akademik pada remaja muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya. Harapan tersebut sering kali tidak disesuaikan dengan karakter dan kemampuan yang dimiliki siswa sehingga menimbulkan tekanan psikologis mempengaruhi pencapaian prestasi akademik sekolah. Stres sudah menjadi bagian dari kehidupan akademik siswa karena adanya berbagai faktor internal dan eksternal. Siswa sangat rentan terhadap masalah tersebut terkait dengan stres akademik karena transisi terjadi pada tingkat individu dan sosial. Carveth, et al

(2014) mengemukakan bahwa stres akademik adalah persepsi individu terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkan pengetahuan yang harus dikuasai.

Menurut Liao (dalam Rahmawati, 2017) menyatakan bahwa stres akademik dapat muncul karena adanya tuntutan akademik, kesulitan untuk mengimbangi tuntutan akademik dan gagal untuk berpretasi yang tidak sesuai dengan harapan. Penelitian yang dilakukan oleh Syahrina et al. (2018) tentang tingkat stres pada siswa SMA (Sekolah Menengah Atas) dalam menghadapi tuntutan di sekolah antara lain Ujian Nasional dan stres akademik didapatkan data sebanyak 49,74% siswa mengalami stres sedang saat menjelang Ujian Nasional, dan sebanyak 71% mengalami stres akademik sedang. Stres pada siswa juga bisa terjadi karena sistem belajar di sekolah. Sistem belajar yang diterapkan di sekolah pada pandemi COVID-19 ini mengharuskan sekolah mengubah sistem pembelajarannya dengan media daring berkenaan dengan penyebaran *Coronavirus Disease* (COVID-19) di Indonesia.

Coronavirus Diseases 2019 (COVID19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5- 6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO telah menetapkan sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia. Dengan adanya virus COVID-19 di Indonesia saat ini berdampak bagi seluruh masyarakat. Menurut

kompas, dampak virus COVID-19 terjadi diberbagai bidang seperti sosial, ekonomi, pariwisata dan pendidikan.

Surat Edaran (SE) yang dikeluarkan pemerintah pada 18 Maret 2020 segala kegiatan didalam dan diluar ruangan di semua sektor sementara waktu ditunda demi mengurangi penyebaran corona terutama pada bidang pendidikan. Pada tanggal 24 Maret 2020 Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran COVID, dalam Surat Edaran tersebut dijelaskan bahwa proses belajar dilaksanakan di rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Belajar di rumah dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemi Covid-19.

Pembelajaran daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Penggunaan media online atau media berbasis multimedia merupakan salah satu solusi untuk membuat peserta didik mampu memahami materi pelajaran dengan baik. Stressor yang paling menyebabkan stres menurut Taufik yaitu kesulitan memahami materi secara daring dan kekhawatiran tertular Covid. Kondisi wabah yang penuh dengan ketidakpastian ini perlu disikapi secara bijaksana oleh berbagai pihak. Perlu usaha untuk mereduksi stres dengan melakukan beragam aktivitas yang menyenangkan di dalam rumah yang bisa dilakukan oleh siswa.

Kebijakan belajar dari rumah atau Pembelajaran Jarak Jauh yang selanjutnya disebut PJJ ini sayangnya menurut Retno Lystiarti, Komisioner

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) membuat siswa mengalami stres (Asra, 2020). Persoalan stres yang terjadi pada siswa memang bukanlah hal yang baru terjadi. Stres akademis merupakan bagian dari kehidupan remaja yang tidak hanya dapat memengaruhi prestasi akademisnya saja, tapi juga pencapaian dalam hidupnya (Barsely dkk, 2017).

Sistem pembelajaran daring sendiri memiliki kelebihan yaitu siswa memiliki keleluasaan waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun. Siswa dapat berinteraksi dengan guru menggunakan beberapa aplikasi *e-learning* seperti *classroom*, *video converence*, telepon atau *live chat*, *zoom* maupun melalui *whatsapp group*. Selain memiliki kelebihan, sistem pembelajaran daring juga memiliki kekurangan yaitu berkurangnya interaksi siswa dengan guru, atau bahkan antara siswa itu sendiri, siswa yang tidak memiliki motivasi belajar yang tinggi maka akan cenderung gagal, tempat daerah siswa atau guru yang tidak tersedia fasilitas internet (Taufik, 2010). Masalah-masalah yang timbul selama pembelajaran dengan media daring jika tidak dapat diadaptasi oleh siswa maka dapat menimbulkan stress akademik.

Menurut Lohman dan Jarvis (dalam Sari, 2020) juga mengungkapkan bahwa stress yang siswa rasakan (seperti ujian, peringkat kelas, pekerjaan rumah, harapan dan pencapaian prestasi nantinya) merupakan stres terbesar mereka. Lain halnya dengan Misra dan Mc Kean (dalam Ariyanto, 2019) yang menyatakan stres pada siswa justru dipengaruhi oleh keinginan-keinginan pribadi yang tidak sejalan dengan kondisi lingkungan belajarnya, seperti kurikulum di sekolah yang padat,

mengambil keputusan, kelanjutan studi, penjurusan, guru dan teman yang memiliki ragam karakter, dan sebagainya.

Selama pandemi COVID-19 ini terjadi, stres yang dialami siswa dibuktikan oleh Tim Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang mendapatkan 246 pengaduan dari siswa di berbagai daerah dengan keluhan beratnya tugas dari para guru (Alpin, 2020). Lebih lanjut, dari total 246 aduan yang diterima, paling banyak berasal dari jenjang pendidikan SMA yaitu 125 aduan, 48 aduan dari SMK, 33 aduan dari jenjang SMP, dan lainnya dari MAN, SD, MTS dan TK (Alpin, 2020). Survei lain yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPA) pada siswa sekolah di bawah usia 18 tahun yang terdiri dari 69% anak perempuan dan 31% anak laki-laki didapatkan hasil bahwa 58% anak memiliki perasaan yang tidak menyenangkan selama kegiatan belajar di rumah dan 49 persen anak menyatakan belajar di rumah membebani anak dengan tugas yang banyak (Ernes, 2020). Tugas-tugas tersebut diberikan dengan tenggat waktu pengumpulan yang sempit, dan jumlah tugas yang banyak dari guru mata pelajaran yang lain (Ernes, 2020).

Hal ini sesuai dengan Lembaga Riset Universitas Gadjah Mada yang menyatakan stres akademis pada siswa biasanya disebabkan oleh faktor seperti besarnya beban tugas, dan terlalu banyak materi yang harus dipelajari (Ika, 2019). Pada siswa yang mengalami stres akademis dampaknya bagi kesehatan tidak dapat disepelekan, yaitu dapat menderita sakit kepala, sulit untuk berkonsentrasi, merasakan cemas berlebihan terhadap segala sesuatu, mudah gelisah, bahkan

mengonsumsi alkohol serta obat-obatan secara berlebihan (Agolla dan Ongori, 2019).

Berdasarkan survei lain yang dilakukan oleh lembaga *Metrowest Adolescent Health*, stres akademis yang semakin meningkat justru terjadi pada siswa SMA, sedangkan pada siswa jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) hanya sedikit sekali mengalami kenaikan stres (Jim, 2017). Hasil ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Thu et al. (dalam Haryono & Kurniasari, 2018) bahwa siswa SMP dan jenjang pendidikan dasar mayoritas mengalami stres ringan. Penelitian Mohanty dan Sahoo (dalam Deb, Stordl, & Sun, 2014) juga menunjukkan bahwa semakin tinggi jenjang pendidikan tingkat stres siswa juga semakin meningkat. Penyebab hal ini terjadi, dapat diasumsikan karena jenjang pendidikan SMA memiliki beban kurikulum yang lebih berat sehingga beban materi pelajaran dan tekanan psikologis yang dialami pun lebih besar.

Fenomena yang ditemukan pada siswa-siswi SMA N. 1 Binjai adalah banyaknya keluhan berkaitan dengan sistem pembelajaran daring; beberapa siswa mengeluh sulit berkonsentrasi dengan alasan banyaknya tugas yang diberikan oleh masing-masing guru, sehingga bingung tugas mana yang harus didahulukan, hal ini berkaitan dengan aspek kognitif.

Beberapa siswa juga mengeluhkan tentang kondisi atau aspek afektif yaitu; merasa sedih karena merasa kurang mampu mengerjakan tugas yang diberikan guru, karena materi yang dilelaskan oleh guru kurang dapat dimengerti. Selanjutnya pada aspek fisiologis siswa banyak yang mengeluh dan beralasan

sakit, pusing, jika ditegur mengapa mereka tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru, dan sebagian siswa juga ditemukan bahwa mereka sambil main game ketika pembelajaran secara daring berlangsung (aspek perilaku).

Data permasalahan yang dihadapi siswa dalam menghadapi sekolah daring ini cukup banyak, tidak bisa disebutkan satu persatu, tetapi dari guru BK maupun wali kelas di SMA N 1 Binjai menyatakan hampir 90% siswa menyampaikan keluhan-keluhan yang mengindikasikan para siswa mengalami stress, berkaitan dengan proses akademik mereka.

Agolla dan Ongori (2019) mendefinisikan stres akademik sebagai persepsi dari kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya. Salah satu faktor individual yang berhubungan dengan stres akademis adalah karakteristik kepribadian. Hasil penelitian Duarte, dkk., (2005) menunjukkan bahwa faktor kepribadian dan demografis berasosiasi dengan stress akademik. Faktor kepribadian dalam hal ini adalah memiliki ketertarikan yang rendah dengan orang lain dan kesulitan dalam hal afeksi. Selain itu juga terdapat kesulitan dalam berhubungan interpersonal yang menjadi atribut kepribadian pada siswa. (Bailey, dkk., 1998 dalam Duarte, dkk., 2015).

Terdapat perbedaan individu dalam mereaksi peristiwa yang membuat stres dan juga terdapat perbedaan bagaimana seseorang mengontrol reaksi tersebut setelah muncul stresor. Perbedaan ini terjadi karena beberapa faktor, yakni perbedaan dalam keadaan biologis dan juga komponen kepribadian serta psikopatologi (Deater-Deckard, 2014). Terdapat beberapa variabel yang terlibat dalam stres, yakni karakteristik kepribadian diri siswa. Karakteristik kepribadian

akan bekerja dengan memberi banyak pengaruh yakni dapat menaikkan atau menurunkan stresor yang sedang dialaminya, dapat mempengaruhi kognisi dan pengalaman emosional yang melingkupi stres, dapat berkontribusi atau mengurangi sumber kemampuan yang dibutuhkan untuk strategi menghadapi stres dimasa yang akan datang (Deater-Deckard, 2014). Salah satu penelitian mengatakan bahwa peran dari faktor individu dalam memoderasi stres terfokus pada atribut kepribadian yakni Kepribadian Tangguh (Weiss, 2012).

Secara konseptual, Kepribadian Tangguh adalah karakteristik kepribadian yang terdiri dari sekumpulan sikap, dimana sikap tersebut memiliki fungsi sebagai suatu sumber kekuatan dalam menghadapi peristiwa stresful (Kobasa, 1982 dalam Durak, 2012). Hal ini juga menunjukkan bahwa faktor karakteristik kepribadian dapat menjadi sesuatu yang penting untuk dipertimbangkan. Seseorang yang memiliki Kepribadian Tangguh maka ia memiliki karekteristik yang melibatkan sikap komitmen, kontrol dan tertantang (Weiss, 2002).

Siswa yang memiliki Kepribadian Tangguh dapat menghadapi situasi stres dengan baik. Salah satu alasan mengapa individu yang memiliki Kepribadian Tangguh lebih efektif dalam menghadapi situasi yang cenderung dapat membuat stres adalah memiliki suatu penilaian yang positif mengenai situasi tersebut, yakni menganggap bahwa situasi yang cenderung dapat membuat stres tidak membahayakan, yakin mampu mengontrol situasi tersebut, bahkan mungkin juga dapat mengambil pelajaran dari situasi yang cenderung dapat membuat stres tersebut (Delahaj, dkk, 2019).

Faktor internal lain yang mempengaruhi individu dalam menghadapi keadaan stress adalah kondisi emosi yang positif berupa suatu tekad yang kuat untuk mendapatkan dan menghasilkan sesuatu yang baik pada saat situasi yang kurang menyenangkan, hal itu disebut dengan optimisme. Optimisme Sebagai energi baru yang harus dimiliki pada siswa sebagai pemuda dalam mempersiapkan dan menghadapi masa depan. Optimisme sebagai faktor penting dalam menggerakkan roda kehidupan umat manusia menuju kebaikan dan kebahagiaan.

Pengertian optimisme adalah suatu karakteristik yang seperti ciri mencerminkan sikap atau suasana hati positif mengenai masa depan (Jameson, 2017). Menurut McCann (dalam Putrianti, 2018) menjelaskan bahwa optimisme merupakan kekuatan psikologis yang menyebabkan seseorang mempunyai harapan umum bahwa mereka akan mendapatkan kesuksesan melalui kerja keras yang dilakukannya. Harapan tersebut membuat seseorang melakukan upaya – upaya secara sungguh – sungguh untuk mewujudkan tujuan – tujuannya.

Siswa yang fokus dengan situasi yang dihadapi saat ini dengan bersikap optimis memiliki keyakinan bahwa semua ini akan berlalu lebih tahan dalam menghadapi cobaan dalam menjalani proses belajar di tengah pandemi Covid-19. Para siswa dengan keseimbangan emosi dan optimisme yang baik akan memiliki keyakinan bahwa musibah ini akan segera berlalu sehingga mereka akan mampu bertahan, menyelesaikan pendidikan dan berjalan maju ke masa depan dengan lebih baik tanpa merasa tertekan/stres.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul; Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stress Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai.

1.2 Identifikasi Masalah

Masalah kesehatan mental yang terjadi pada pandemi COVID-19 ini yaitu meningkatnya tingkat stres siswa terkait dengan sistem belajar daring. Kegiatan akademik yang berjalan 1 arah dengan lingkungan dan situasi belajar yang kurang kondusif membuat para siswa mengalami tekanan psikologis berupa stress akademik. Kondisi ini akan berlangsung sudah lebih dari 2 tahun, sementara belum ada keputusan pemerintah terkait dibukanya kembali sekolah dan tempat pendidikan untuk melaksanakan proses belajar mengajar berjalan normal seperti sedia kala.

Dengan kondisi seperti ini keadaan stress siswa tidak bisa dibiarkan berlarut-larut, siswa dituntut untuk dapat menghadapi dan mengatisipasi keadaan untuk tidak menjadi lebih buruk, faktor internal yang mempengaruhi keadaan stress akademik siswa yaitu Kepribadian Tangguh dan optimisme. Kepribadian Tangguh adalah karakteristik kepribadian yang terdiri dari sekumpulan sikap, dimana sikap tersebut memiliki fungsi sebagai suatu sumber kekuatan dalam menghadapi peristiwa stressful. Optimisme adalah suatu karakteristik yang seperti ciri mencerminkan sikap atau suasana hati positif mengenai masa depan. Siswa

dengan optimisme yang baik akan memiliki keyakinan bahwa musibah ini akan segera berlalu sehingga mereka akan mampu bertahan, menyelesaikan pendidikan dan berjalan maju ke masa depan dengan lebih baik tanpa merasa tertekan/stres.

1.3. Batasan Masalah

Banyaknya permasalahan yang diakibatkan oleh keadaan pandemic covid-19 diseluruh penjuru dunia baik berupa; materi, fisik, sosial dan psikologis, peneliti mencoba untuk membatasi masalah pada stress akademik yang dialami siswa SMA Negeri 1 Binjai dengan mengkaji faktor internal penyebab stress yaitu Kepribadian Tangguh dan optimisme, sehingga mengajukan judul; Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah;

- 1.4.1. Apakah ada Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme dengan Stress Akademik Siswa ?
- 1.4.2. Apakah ada hubungan Kepribadian Tangguh dengan Stress Akademik Siswa?
- 1.4.3. Apakah ada hubungan Optimisme Dengan Stress Akademik Siswa ?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui;

- 1.5.1. Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme dengan Stress Akademik Siswa

1.5.2. Hubungan Kepribadian Tangguh dengan Stress Akademik Siswa

1.5.3. Hubungan Optimisme Dengan Stress Akademik Siswa

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat;

1.6.1 Manfaat Teoritis

Pada tatanan teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi khazanah ilmu pengetahuan untuk dapat digunakan sebagai penunjang penelitian lebih lanjut serta memperkaya wawasan, khususnya dalam bidang pengetahuan ilmu psikologi pendidikan yang mengkaji tentang stress akademik, Kepribadian Tangguh dan optimisme.

1.6.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat secara praktis dari hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan masukan kepada siswa, guru dan orang tua agar dapat menyadari bahwa Kepribadian Tangguh dan optimisme merupakan faktor yang dapat meminimalisir keadaan stress akademik yang dialami siswa.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Stres Akademik

2.1.1 Pengertian Stres

Stres merupakan keadaan ketika seseorang mengalami ketegangan karena adanya kondisi yang mempengaruhi dirinya. Stres dapat diterjemahkan sebagai ketegangan atau tekanan. Jadi, stres merupakan keadaan ketegangan dalam tekanan. Individu disebut stres bila ia berada dalam situasi ketegangan yang mengandung tekanan baik dari dalam maupun dari luar dirinya (Lal, 2018). Stres menurut Sarafino (2011) merupakan kondisi yang disebabkan ketika perbedaan seseorang atau lingkungan yang berhubungan dengan individu, yaitu antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem respon psikologis manusiasaat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa sudah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi.

Lazarus dalam (Lal, 2018) menjelaskan stres sebagai stimulus, respon dan proses. Stres sebagai stimulus merupakan kondisi atau kejadian tertentu yang dapat menimbulkan stres atau disebut juga dengan stresor. Stres sebagai respon yaitu reaksi atau respon seseorang yang muncul akibat suatu situasi yang menimbulkan stres. Respon fisiologis yang dapat muncul akibat stres yaitu meningkatnya detak jantung, gemetar dan pusing dan respon psikologis yang akan muncul adalah ketakutan, cemas, tidak mudah berkonsentrasi, dan mudah tersinggung. Stres sebagai proses diartikan sebagai suatu proses dimana seseorang dapat mempengaruhi dampak stres melalui strategi tingkah laku, kognisi maupun

afeksi secara aktif.

Definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa stres adalah reaksi tubuh ketika terjadi perubahan-perubahan yang tidak dapat diatasi bagi fisik maupun psikologis seseorang yang membuat ketidakseimbangan dalam hidup.

2.1.2 Stres Akademik

Misra et al (2010) menyatakan stres akademik adalah stress yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. Bariyyah (2013) menyatakan stres akademik merupakan respon siswa terhadap berbagai tuntutan yang bersumber dari proses belajar mengajar. Tuntutan yang dihadapi siswa antara lain meliputi: tuntutan naik kelas, menyelesaikan banyak tugas, mendapat nilai ulangan yang tinggi, keputusan menentukan jurusan, kecemasan menghadapi ujian, dan tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar (Rahmawati, 2017).

Agnihotri (2018) menyebutkan hal-hal yang menjadi tekanan bagi siswa sehingga mengalami stress akademik yaitu; (1) Tekanan berprestasi tinggi, (2) Stres sosial, (3) Jadwal yang padat, (4) Prestasi akademik.

1. Tekanan berprestasi tinggi

Tekanan berprestasi tinggi adalah salah satu penyebab utama stress akademik pada siswa. Ujian bisa sangat menuntut dan persaingan untuk mendapat nilai tertinggi akan lebih sengit. Ini termasuk belajar untuk ujian, tekanan saat menghadapi ujian, tugas-tugas di sekolah, dan pada saat harus melakukan presentasi dan ceramah. Selain itu masalah terkait PR juga menyebabkan stress

bagi siswa saat ini, karena mereka diberi pekerjaan rumah yang lebih berat dari tahun-tahun sebelumnya, dan PR dapat menambah jadwal yang sibuk. Kecanduan, gaya belajar yang tidak cocok juga menyebabkan pengalaman akademik yang penuh tekanan. Beberapa siswa belajar lebih baik dengan cara mendengarkan, sedang, ada juga siswa yang lebih merasa efisien belajar dengan cara membaca, dan yang lain lebih suka belajar sambil praktek. Itu jelas dapat mengarah pada pengalaman akademik yang penuh tekanan, jika ada ketidakcocokan dalam gaya belajar dan pengajaran di kelas.

2. Stres sosial

Sebagian besar siswa mengalami beberapa tingkat stres atau kecemasan dalam situasi sosial yang mereka temui di sekolah. Sebagian besar guru melakukan yang terbaik untuk memberikan siswa pendidikan yang positif dan pengalaman, namun beberapa siswa lebih cocok untuk gaya pengajaran dan jenis kelas tertentu daripada yang lain. Karena alasan ini terkadang siswa dapat membentuk perasaan negatif tentang sekolah dan kemampuannya sendiri jika ada ketidakcocokan antara siswa dan guru.

Teman juga bisa menjadi sumber stres. Siswa yang khawatir tidak memiliki cukup teman, tidak berada di kelas yang sama dengan temantemannya, tidak mampu bersaing dengan teman-teman di satu area tertentu atau konflik antar teman dan tekanan teman sebaya adalah beberapa penyebab stres secara umum. Siswa sering mendapat tekanan dari teman sekelasnya untuk misalnya mencoba obat-obatan, merokok dan perilaku berbahaya lainnya merupakan stress yang disebabkan oleh teman sebaya. Banyak siswa. Banyak siswa yang

rentan terhadap tekanan teman sebaya karena mereka takut ditolak, kehilangan teman, dan diejek.

3. Jadwal yang padat

Jadwal yang padat merupakan sumber stres yang dapat terjadi di sekolah. Banyak siswa mendapati dirinya sangat sibuk akhir-akhir ini karena jam sekolah semakin lama dan libur yang dipersingkat atau dilewati. Dalam upaya pengalaman perkembangan terbaik, banyak orangtua mendaftarkan siswa dalam terlalu banyak kegiatan ekstrakurikuler. Selanjutnya, standar penerimaan perguruan tinggi juga semakin kompetitif sehingga menyulitkan siswa untuk menghindari penjadwalan yang padat untuk dirinya sendiri.

Faktor-faktor ini menyebabkan stres pada siswa. Siswa bahkan lebih mungkin menghadapi situasi dan peristiwa yang mengharuskan mereka melakukan perubahan dan menyesuaikan perilaku mereka; Ditugaskan untuk membaca, makalah, belajar untuk ujian, hubungan, dan berurusan dengan tenggat waktu. Beberapa orang merasakan efek stres lebih dari yang lain karena apa yang dinilai sebagai ancaman oleh satu orang mungkin dinilai sebagai kesempatan oleh yang lain (misalnya pikirkan bagaimana anda dan teman anda mungkin merespons secara berbeda terhadap peluang untuk menulis makalah 10 lembar untuk tambahan nilai dalam tiga minggu terakhir semester ini.) Sejumlah stress diperlukan dan selalu bersama kita. Stres menjadi penting karena konsekuensinya. Walaupun stres menyebabkan efek positif dan negative, stress yang berlebihan tidak hanya menghasilkan gangguan psikologis tetapi juga beberapa efek berbahaya pada bio-sistem.

4. Prestasi akademik

Prestasi akademik berarti tiga hal kemampuan untuk belajar dan mengingat peristiwa, mampu belajar secara efektif dan melihat bagaimana fakta-fakta cocok dan membentuk pola pengetahuan yang lebih besar dan mampu berpikir untuk diri sendiri dalam kaitannya dengan fakta-fakta dan ketiga yaitu mampu berkomunikasi secara lisan ataupun tulis di atas kertas. Kinerja akademik yang baik juga terkait memiliki organisasi yang baik seperti tempat kerja yang rapi dan manajemen waktu yang baik. Tempat ini meningkatkan performa fokus, konsentrasi, meningkatkan kinerja akademik sehingga dapat belajar dengan efektif.

Desmita (2014) mengungkapkan bahwa stres akademik adalah ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademik. Lin dan Chen (dalam Misra, 2010) menambahkan bahwa stres akademik bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam manajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan.

Busari (2012) mengemukakan bahwasannya stress akademik merupakan suatu tekanan yang muncul karena siswa memiliki keinginan untuk tampil dan memberikan hasil yang terbaik dalam ujian atau tes, namun adanya batasan waktu

yang membuat lingkungan akademik siswa menegang. Menurut Gupta dan Khan (dalam Lal, 2018), stres akademik adalah tekanan mental yang berkaitan dengan frustrasi dengan kegagalan akademik, ketakutan akan kegagalan tersebut bahkan kesadaran terhadap kemungkinan terjadinya kegagalan tersebut. Sedangkan menurut Sahu, Pandey dan Jha (dalam Barseli, 2017) mengatakan stres akademik adalah sesuatu yang menimbulkan tuntutan tambahan pada kemampuan individu untuk coping, seringkali dengan stres akademik kebanyakan siswa merasa stres dimasa sekolahnya.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, serta harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi akademik.

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Kocalevent at al (2014) menjabarkan beberapa faktor yang memengaruhi stres akademik yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang memengaruhi stres akademik bersumber dari dalam diri atau pribadi individu seperti kepribadian seperti beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa stres negatif berkorelasi dengan harga diri, Optimisme, *locus of control*, Kepribadian Tangguh, kecerdasan, *problem solving*, dan efikasi diri

terhadap sumber stres yang dialami siswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan penyelesaian terhadap beberapa beban tugas akademik

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang memengaruhi munculnya stres akademik pada individu seperti faktor lingkungan rumah, lingkungan belajar dan lingkungan masyarakat. *Academic stress* disinyalir karena dampak tuntutan dari rutinitas belajar dalam dunia perkuliahan, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat

Sedangkan menurut (Agola dan Ongori, 2019) faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik antara lain;

- a. Banyak tugas
- b. Kompetisi dengan siswa lain
- c. Kegagalan, kekurangan uang
- d. Relasi yang kurang antara sesama siswa dan guru
- e. Lingkungan yang bising
- f. System semester
- g. Kekurangan sumber belajar

Terdapat faktor-faktor yang mampu mereduksi stres yaitu:

- a. Ridha dengan ketentuan Allah.

Menurut Munnajid (2016) menyatakan bahwa jika seorang individu memiliki masalah, tuntutan, dan tekanan (stres) akan menganggap bahwa hal tersebut adalah ujian dari Allah yang akan menjadikan hamba-Nya menjadi lebih tabah, matang dalam kehidupan, dan akan ada hikmah disetiap ujian yang datang.

b. Bersyukur

Menurut Munnajid (2016) seseorang yang memahami akan nikmat yang telah diberikan, kemudian selalu mengingat dan mensyukurinya dapat menghilangkan perasaan sedih, duka cita dan stres yang dialami. Hal ini terjadi karena individu yang bersyukur telah memiliki persepsi bahwa prosentase stresor yang ada tidak sebanding dengan kenikmatan yang telah diterima, individu dapat menerima stresor dengan sabar, ridha, dan pasrah, sehingga individu akan merasa ringan dari himpitan dan beban yang diterimanya.

c. Berpikir positif

Elfiky (2013) menyatakan bahwa proses berpikir berkaitan erat dengan konsentrasi, perasaan, sikap, dan perilaku. Berpikir positif dapat dideskripsikan sebagai suatu cara berpikir yang lebih menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi. mengemukakan bahwa dengan berpikir positif dapat membuat individu mampu bertahan dalam situasi yang rawan distres.

d. Dzikir

Witmer (dalam al-Munnajid, 2016) mengatakan bahwa penggunaan praktik-praktik religius dan keyakinan spiritual merupakan tindakan coping untuk memberikan dampak yang positif untuk mengatasi stres. Dzikir merupakan salah satu cara olah batin yang dapat digunakan untuk mereduksi gangguan-gangguan psikologis seperti seperti psikosomatik dan stres.

Ridha dengan ketentuan Allah, bersyukur, berfikir positif dan dzikir. Adalah dalam bentuk religiusitas sehingga salah satu faktor yang mempengaruhi stress

akademik adalah religiusitas. Semakin tinggi religiusitas maka diasumsikan keadaan stres akademik semakin rendah.

Berdasarkan uraian di atas faktor-faktor stres akademik yaitu faktor internal; yang menunjukkan bahwa stres negatif berkorelasi dengan harga diri, Optimisme, *locus of control*, Kepribadian Tangguh, kecerdasan, *problem solving*, dan efikasi diri terhadap sumber stres yang dialami siswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan faktor eksternal sedangkan faktor yang dapat mereduksi stress yaitu ridha dengan ketentuan Allah, bersyukur, berfikir positif dan dzikir (religiusitas).

2.1.4. Aspek-Aspek Stres Akademik

Aspek-aspek stres akademik menurut Robotham (2008) ada empat, yaitu:

a. Kognitif

Aspek kognitif meliputi kondisi stres disebabkan kesulitan memusatkan perhatian dalam proses belajar dan memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri dari lingkungan sekitarnya. Seperti, kebingungan, tidak mampu berkonsentrasi serta performansi pengumpulan tugas-tugas yang buruk, mudah lupa dan munculnya pikiran yang tidak biasa.

b. Afektif

Aspek afektif meliputi perasaan yang negatif dan percaya diri yang rendah akibat stres. Seperti kecemasan, ketakutan, mudah marah, sedih yang mendalam, tertekan, merasa ragu-ragu, merasa malu, kemampuan atau potensi yang dimiliki rendah, sehingga merasa tidak mampu untuk memenuhi tuntutan akademik.

c. Fisiologis

Aspek fisiologis meliputi respon fisiologis akibat stres yang biasanya terjadi adalah merasa sakit pada tubuh dan kebugaran fisik menurun. Seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, nafsu makan menghilang, tidur tidak nyenyak, bermimpi buruk dan peningkatan produksi keringat. Secara fisik kondisi stres muncul dengan muka memerah, pucat, badan terasa lemah, merasa tidak sehat, jantung bedebur-debur, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin.

d. Perilaku

Aspek perilaku meliputi berperilaku negatif dan mulai menghindari orang-orang disekitarnya (antisosial). Seperti mudah menyalahkan orang lain, mencari kesalahan orang lain, bersikap acuh, penundaan tugas dan mulai terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan secara berlebihan dan berisiko.

Menurut Sun, Dunne dan Hou (2011) terdapat lima aspek stres akademik, yaitu:

a) Tekanan Belajar

Tekanan belajar berkaitan dengan tekan yang dialami individu ketika sedang belajar di sekolah dan di rumah. Tekanan yang dialami oleh individu dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah serta jenjang pendidikan yang lebih tinggi

b) Beban Tugas

Beban tugas berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan oleh individu di sekolah. Beban yang dialami individu berupa pekerjaan rumah (PR), tugas di sekolah dan ujian/ulangan.

c) Kekhawatiran terhadap Nilai

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

d) Ekspektasi Diri

Ekspektasi diri berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki harapan atau ekspektasi terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki stres akademik akan memiliki ekspektasi yang rendah terhadap dirinya sendiri seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa selalu mengecewakan orang tua dan guru apabila nilai akademis tidak sesuai dengan yang diinginkan.

e) Keputusasaan

Keputusasaan berkaitan dengan respon emosional seseorang ketika ia merasa tidak mampu mencapai target/tujuan dalam hidupnya. Individu yang mengalami stres akademik akan merasa bahwa dia tidak mampu memahami pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas di sekolah.

Menurut Hardjana (2002) terdapat empat aspek stres akademik, yaitu:

a) Fisikal

Aspek fisikal berkaitan dengan hal-hal yang bersifat fisik dan tingkah laku individu yang dapat dilihat dan diamati. Seperti berkeringat, kenaikan tekanan darah, kesulitan untuk tidur dan buang air besar, tegang pada urat dan sakit kepala.

b) Emosional

Aspek emosional berkaitan dengan perasaan individu sebagai respon terhadap sesuatu. Aspek emosional yang berkaitan dengan stres akademik adalah mudah merasa sedih, depresi dan marah, mood yang berubah dengan cepat serta terjadi burn out.

c) Intelektual

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

d) Interpersonal

Aspek interpersonal berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan hubungan atau komunikasi dengan orang lain. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan kesulitan untuk bersosialisasi. Hal ini dikarenakan individu mengalami kehilangan kepercayaan baik dengan diri

sendiri maupun orang lain, mudah menyerang orang lain dan tidak mau disalahkan.

Berdasarkan aspek-aspek stress akademik yang telah dipaparkan di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Robotham (2008) yaitu aspek kognitif, afektif, fisiologis dan perilaku sebagai teori yang digunakan untuk menyusun skala stress akademik.

2.2. Kepribadian Tangguh

2.2.1 Pengertian *Kepribadian Tangguh*

Secara konseptual, *Kepribadian Tangguh* adalah kumpulan karakteristik kepribadian yang memiliki fungsi sebagai suatu sumber kekuatan dalam menghadapi peristiwa stresful (Kobasa, 1998 dalam Durak, 2012). Maddi, dkk., (2012) mengatakan bahwa *Kepribadian Tangguh* muncul sebagai gabungan dari keterhubungan satu sama lain mengenai sikap dari komitmen, kontrol dan tertantang yang membantu dalam pengaturan kondisi yang *stressful* bagi individu itu sendiri dengan membentuk sikap- sikap tersebut sehingga dapat berkembang untuk mempengaruhi dirinya dalam menghadapi kondisi *stressful*. Komitmen adalah aspek yang memperlihatkan keterikatan individu secara penuh pada situasi yang bervariasi. Kontrol adalah keyakinan bahwa diri individu memiliki kekuatan dalam interaksi dengan kejadian dalam hidupnya dan memiliki pilihan dalam hal menilai dan pendekatan terhadap tiap situasi. Tertantang adalah aspek dalam diri individu yang melibatkan suatu kecenderungan untuk melihat suatu permasalahan bukan sebagai suatu ancaman atau hal yang tidak dapat diatasi

Menurut Kobasa (1998), *Kepribadian Tangguh* adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut sehingga tidak menimbulkan stress pada individu yang bersangkutan. Secara psikologis orang yang ketahanan psikologisnya tinggi cenderung lebih efektif dalam mengatasi stress dengan menggunakan pendekatan *coping* yang berfokus pada masalah secara aktif. Kobasa menunjukkan bahwa orang yang ketahanan psikologisnya tinggi lebih baik dalam menangani stress karena mereka menganggap diri mereka sebagai orang yang memilih situasi stress itu sendiri. Mereka menganggap stressor yang mereka hadapi membuat kehidupan lebih menarik dan menantang, bukan semata-mata membebani mereka dengan tekanan-tekanan tambahan.

Schultz & Schultz (2010) mengatakan bahwa *Kepribadian Tangguh* merupakan suatu variabel kepribadian yang dapat menjelaskan perbedaan individual dalam kerentanan terhadap stres. Individu dengan kepribadian *Kepribadian Tangguh* yang tinggi mempunyai perilaku-perilaku yang membuat mereka lebih kuat dalam menahan stres dan juga percaya bahwa mereka dapat mengontrol atau mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidup mereka. Individu juga berkomitmen kuat pada pekerjaan dan aktivitas-aktivitas lain yang mereka senangi serta mengubah pandangan bahwa sesuatu yang mengancam dapat menjadi sebuah tantangan.

Sementara itu, Santrock menyatakan bahwa *Kepribadian Tangguh* adalah gaya kepribadian yang dikarakteristikan oleh suatu komitmen (daripada

alienasi/keterasingan), pengendalian (daripada ketidakberdayaan) dan persepsi terhadap masalah-masalah sebagai tantangan (daripada sebagai ancaman).

Menurut Nevid (2015) ketahanan psikologis (*psychological Kepribadian Tangguh*) yaitu sekumpulan trait individu yang dapat membantu mengelola stres yang dialami, ditandai dengan adanya komitmen, tantangan, dan pengendalian.

Berdasarkan dari definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *Kepribadian Tangguh* adalah suatu bentuk kepribadian di mana individu dapat mengatasi permasalahan yang dihadapinya dengan tepat dan efektif, mampu mengelola stress yang dialami, yang ditandai dengan adanya komitmen, tantangan, dan pengendalian.

2.2.2. Dimensi *Kepribadian Tangguh*

Adapun dimensi *Kepribadian Tangguh* menurut Kobasa (1998) yaitu sebagai berikut:

a. Control

Merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Orang-orang yang memiliki kontrol yang kuat dalam menghadapi masalah-masalah daripada individu yang kontrolnya rendah. Selain itu mereka juga memiliki kemampuan untuk bertindak secara nyata dalam mengatasi suatu permasalahan. Individu dengan *Kepribadian Tangguh* memiliki kemampuan mengontrol apa yang akan terjadi kepadanya.

b. Commitment

Individu yang memiliki komitmen yang tinggi percaya pada kemampuan sendiri dan apa yang mereka lakukan. Individu yang mempunyai kegiatan apapun yang sedang dikerjakan dan perasaan yang wajar akan menuntunnya untuk mengidentifikasi atau memberikan arti pada setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada di lingkungannya.

Individu yang memiliki komitmen yang kuat tidak akan mudah menyerah ketika dihadapkan pada situasi yang sulit. Mereka akan menggunakan strategi coping yang sesuai dengan nilai-nilai, tujuan, dan kemampuan diri mereka ketika menghadapi stres. Sebaliknya, individu yang memiliki komitmen rendah akan mudah merasa bosan, menyerah, menarik diri dari tugas-tugas yang harus dikerjakan, serta pasif dari berbagai kegiatan. Individu yang memiliki komitmen yang rendah akan menilai kejadian yang menimbulkan stress sebagai suatu yang hanya bisa dikeluhkan bukan dihadapi.

c. *Challenge*

Tantangan mengacu pada kecenderungan untuk memandang suatu perubahan sebagai insentif atau peluang untuk pertumbuhan dan bukan ancaman terhadap keamanan. Individu dengan *Kepribadian Tangguh* yang memiliki tantangan yang tinggi mengharapkan perubahan dan melihat kondisi yang menekan sebagai suatu tantangan yang menawarkan kesempatan untuk tumbuh. Mereka selalu bergerak dinamis, memiliki keinginan untuk maju yang kuat, serta menemukan cara yang lebih mudah untuk menghilangkan atau mengurangi keadaan yang membuat stress dan tidak menganggap stress sebagai suatu

hambatan. Apabila mereka dihadapkan pada suatu yang sulit, mereka menganggapnya sebagai tantangan, bukan rintangan.

2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Kepribadian Tangguh*

a. Dukungan sosial

Maddi (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan *Kepribadian Tangguh* individu. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial baik berupa materi, motivasi, dan informasi dari orang-orang di sekitarnya dapat memberikan pengaruh positif terhadap individu terkait dalam menghadapi masalah yang dapat menimbulkan stress, sehingga membuat individu tersebut menjadi lebih kuat. Interaksi antara orang tua dan anak, dan juga pola asuh orang tua berperan dalam meningkatkan *Kepribadian Tangguh* pada seseorang. Orang tua yang mengajarkan *supportive problem solving* pada anak juga dapat membantu meningkatkan *Kepribadian Tangguh* pada seorang anak.

b. Lingkungan keluarga

Tjong (2010) menyatakan lingkungan keluarga merupakan prediktor *Kepribadian Tangguh* seseorang. Individu yang tinggal dengan orang tua yang supportif akan memiliki cara penyelesaian masalah yang baik sehingga akan meningkatkan *Kepribadian Tangguh* pada individu.

c. Emotional intelligence

Tjiong (2010) menyatakan bahwa *emotional intelligence* berhubungan secara signifikan dengan *Kepribadian Tangguh*. Individu yang memiliki *emotional intelligence* yang tinggi cenderung dapat mengontrol reaksi terhadap suatu peristiwa yang dihadapi secara efektif.

2.2.4. Fungsi Kepribadian Tangguh

- a. Membantu dalam proses adaptasi individu dan memiliki toleransi terhadap stres.
- b. Mengurangi akibat buruk dari stress dan kemungkinan terjadinya burnout serta penilaian negatif terhadap suatu kejadian yang mengancam.
- c. Meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil.
- d. Membantu individu membuat keputusan yang baik ketika stres.

2.3 Optimisme

2.3.1 Pengertian Optimisme

Sikap optimis disebut dengan optimisme. Optimisme adalah kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang positif (Scheier, Charles, dan Michael, 2001). Shapiro (2003) menjelaskan bahwa optimisme adalah kebiasaan berfikir positif. Konseptualisasi optimisme merupakan cakupan dari variabel- variabel biologis dimana optimism dianggap sebagai hasil dari gaya penjelasan tertentu (*explonatory style*) dan lebih pada pendekatan kognitif. Goordin et al (2017) mendefinisikan optimisme sebagai pengharapan individu akan terjadinya hal- hal baik, dengan kata lain individu optimis merupakan

individu yang mengharapkan peristiwa baik akan terjadi dalam hidupnya dimasa depan. Optimisme mengharapkan hal baik akan terjadi dan masalah yang terjadi akan terselesaikan dengan hasil akhir yang baik. Individu optimis juga mempunyai area kepuasan hidup yang lebih luas. Berdasarkan pemaparan di atas optimisme adalah kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang bersifat positif.

Optimisme adalah salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik (Daraei & Ghaderi, 2012). Terdapat dua pandangan utama mengenai optimisme, “the explanatory style” dan “the dispositional optimism view” yang juga disebut sebagai “the direct belief view” (Scheier, dkk., 2001):

1. Explanatory Style

Explanatory Style atau juga biasa disebut attributional style merupakan pandangan yang melihat bahwa dalam menentukan kepercayaan seseorang, ditentukan berdasarkan pengalaman masa lalu. Pandangan ini didasarkan pada person's attributional style (Scheier, dkk, 2001). Explanatory style dibentuk oleh cara kita mempersepsikan, menjelaskan pengalaman masa lalu. Jika persepsi atau penjelasan yang dipegang adalah negatif maka individu akan cenderung mengharapkan hasil yang negatif pada masa depan. Perasaan learned helplessness berlebihan dan kepercayaan bahwa individu tidak dapat merubah pandangannya terhadap dunia.

Masalah dengan menggunakan attributional theory dalam memahami optimisme adalah bahwa hal tersebut dapat menjadi sangat kompleks dan bersifat subjektif didasarkan pada self report pengalaman masa lampau (Scheier, dkk., 2001). Berdasarkan explanatory style, individu yang percaya pengalaman masa lalunya positif dan ingatan-ingatan negatif adalah di luar kontrol mereka (faktor eksternal) dikatakan bahwa mereka memiliki positif explanatory style atau orang yang optimis, sedangkan orang yang menyalahkan diri sendiri terhadap kemalangan (faktor internal) dan percaya bahwa mereka tidak akan pernah mendapat sesuatu dikatakan memiliki negative explanatory style atau orang yang pesimis.

2. Dispositional Optimisme

Konstruk ini berusaha untuk mempelajari optimisme melalui kepercayaan langsung individu mengenai kejadian masa depan. Pendekatan ini lebih fokus pada kepercayaan optimistik mengenai masa depan, dibanding dengan attributional theory yang berusaha memahami mengapa individu optimis atau pesimis dan bagaimana mereka bisa menjadi seperti itu Scheier & Carver (2001) menyatakan bahwa optimisme adalah kecenderungan disposisional individu untuk memiliki ekspektasi positif secara menyeluruh meskipun individu menghadapi kemalangan atau kesulitan dalam kehidupan.

Optimisme merupakan sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan. Dengan kata lain optimisme adalah cara berpikir atau paradigma berpikir positif (Scheier & Carver, 2001). Orang yang optimis adalah orang yang memiliki ekspektasi

yang baik pada masa depan dalam kehidupannya. Masa depan mencakup tujuan dan harapan-harapan yang baik dan positif mencakup seluruh aspek kehidupannya (Scheier & Carver, 2001).

Konsep optimisme dan pesimisme fokus kepada ekspektasi individu terhadap masa depan. Konsep ini memiliki ikatan dengan teori psikologi mengenai motivasi, yang disebut dengan *expectancy-value theories*. Beberapa teori juga menyatakan optimisme dan pesimisme mempengaruhi perilaku dan emosi seseorang. *Expectancy-value theories* adalah teori yang dimulai dengan ide bahwa perilaku ditujukan untuk pencapaian tujuan (goal) yang diinginkan (Carver & Scheier, 1993). Goal adalah tindakan, state akhir, atau nilai yang individu lihat sebagai sesuatu yang diinginkan atau tidak diinginkan. Individu akan mencoba mencocokkan perilaku, mencocokkan dengan diri mereka sendiri terhadap apa yang mereka lihat yang mereka inginkan, dan mereka akan mencoba untuk menghindari yang tidak mereka inginkan.

Konsep utama lainnya adalah *expectancies*: perasaan percaya diri atau ragu-ragu mengenai kemampuan meraih tujuan (goal). Hanya dengan kepercayaan diri yang cukup yang individu berusaha mencapai tujuan. Optimisme akan mengarahkan individu untuk selalu memiliki hasil yang baik dan menyenangkan akan masa depannya.

Dari prinsip ini, muncul beberapa prediksi mengenai orang yang optimis dan orang yang pesimis. Ketika berhadapan dengan sebuah tantangan, orang yang optimis lebih percaya diri dan persisten, meskipun progresnya sulit dan lambat.

Orang yang pesimis lebih ragu-ragu dan tidak percaya diri. Perbedaan juga jelas terlihat dalam menghadapi kesengsaraan.

Orang yang optimis percaya bahwa kesengsaraan dapat ditangani dengan berhasil. Orang yang pesimis menganggap sebagai bencana. Hal ini dapat mengarahkan pada perbedaan tingkah laku yang berhubungan dengan resiko kesehatan, mengambil pencegahan pada lingkungan yang beresiko, kegigihan dalam mencoba mengatasi ancaman yang ada.

Selain respon perilaku, individu juga mengalami pengalaman emosi pada kejadian dalam kehidupan. Kesulitan-kesulitan merangsang beberapa perasaan yang merefleksikan baik distres dan tantangan. Keseimbangan antara perasaan-perasaan tersebut berbeda antara orang yang optimis dan pesimis. Karena orang yang optimis mengharapkan good outcome, mereka cenderung mengalami perpaduan emosi yang lebih positif. Karena orang yang pesimis mengharapkan bad outcome, mereka mengalami perasaan-perasaan yang lebih negatif seperti kecemasan, kesedihan, keputusasaan (Scheier & Carver, 2001).

Penelitian juga menunjukkan optimisme memiliki efek terhadap bagaimana individu menghadapi situasi baru atau sulit. Ketika berhadapan dengan situasi sulit, orang yang optimis akan lebih memiliki reaksi emosi dan harapan yang positif, mereka berharap akan memperoleh hasil yang positif meskipun hal tersebut sulit, mereka cenderung menunjukkan sikap percaya diri dan persisten. Orang yang optimis juga cenderung untuk menganggap kesulitan dapat ditangani dengan berhasil dengan suatu cara atau cara lain dan mereka lebih melakukan active

Berdasarkan konsep mengenai optimisme di atas, terdapat dua pandangan mengenai optimisme yaitu *explanatory style* dan *dispositional optimism*, dalam penelitian ini, konsep optimisme yang digunakan adalah *dispositional optimism* yaitu kecenderungan disposisional individu untuk memiliki ekspektasi positif secara menyeluruh meskipun individu menghadapi kemalangan atau kesulitan dalam kehidupan. Rasa optimis yang muncul dari dalam diri seseorang ditunjukkan dengan adanya sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan, dengan kata lain optimisme adalah cara berpikir atau paradigma berpikir positif.

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa Optimisme adalah cara pandang seseorang terhadap kejadian atau pengalaman yang dialaminya secara positif, mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik, tidak takut pada kegagalan, realistis dalam memandang suatu masalah untuk berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk.

2.3.2. Ciri-Ciri Optimisme

Ciri-ciri optimisme menurut pandangan para ahli. Seligman (2005) mengatakan bahwa orang yang optimis percaya bahwa kegagalan hanyalah suatu kemunduran yang bersifat sementara dan penyebabnya pun terbatas, mereka juga percaya bahwa hal tersebut muncul bukan diakibatkan oleh faktor dari dalam dirinya, melainkan diakibatkan oleh faktor luar.

Ginnis (1995) mengatakan bahwa orang optimis mempunyai ciri-ciri yang khas, yaitu:

1. Jarang terkejut oleh kesulitan. Hal ini dikarenakan orang yang optimis berani menerima kenyataan dan mempunyai penghargaan yang besar pada hari esok.
2. Mencari pemecahan sebagian permasalahan. Orang optimis berpandangan bahwa tugas apa saja, tidak peduli sebesar apapun masalahnya bisa ditangani kalau kita memecahkan bagian-bagian dari yang cukup kecil. Mereka membagi pekerjaan menjadi kepingan-kepingan yang bisa ditangani.
3. Merasa yakin bahwa mampu mengendalikan atas masa depan mereka. Individu merasa yakin bahwa dirinya mempunyai kekuasaan yang besar sekali terhadap keadaan yang mengelilinginya. Keyakinan bahwa individu menguasai keadaan ini membantu mereka bertahan lebih lama setelah lain-lainnya menyerah.
4. Memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur. Orang yang menjaga optimisnya dan merawat antusiasmenya dalam waktu bertahun-tahun adalah individu yang mengambil tindakan secara sadar dan tidak sadar untuk melawan entropy (dorongan atau keinginan) pribadi, untuk memastikan bahwa sistem tidak meninggalkan mereka.
5. Menghentikan pemikiran yang negatif. Optimis bukan hanya menyela arus pemikirannya yang negatif dan menggantikannya dengan pemikiran yang lebih logis, mereka juga berusaha melihat banyak hal sedapat mungkin dari segi pandangan yang menguntungkan.
6. Meningkatkan kekuatan apresiasi. Kita mengetahui bahwa dunia ini, dengan semua kesalahannya adalah dunia besar yang penuh dengan hal-hal baik untuk dirasakan dan dinikmati.

7. Menggunakan imajinasi untuk melatih sukses. Optimis akan mengubah pandangannya hanya dengan mengubah penggunaan imajinasinya. Mereka belajar mengubah kekhawatiran menjadi bayangan yang positif.
8. Selalu gembira bahkan ketika tidak bisa merasa bahagia. Optimis berpandangan bahwa dengan perilaku ceria akan lebih merasa optimis
9. Merasa yakin bahwa memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk diukur. Optimis tidak peduli berapapun umurnya, individu mempunyai keyakinan yang sangat kokoh karena apa yang terbaik dari dirinya belum tercapai.
10. Suka bertukar berita baik. Optimis berpandangan, apa yang kita bicarakan dengan orang lain mempunyai pengaruh yang penting terhadap suasana hati kita.
11. Membina cinta dalam kehidupan. Optimis saling mencintai sesama mereka. Individu mempunyai hubungan yang sangat erat. Individu memperhatikan orang-orang yang sedang berada dalam kesulitan, dan menyentuh banyak arti kemampuan. Kemampuan untuk mengagumi dan menikmati banyak hal pada diri orang lain merupakan daya yang sangat kuat yang membantu mereka memperoleh optimisme.
12. Menerima apa yang tidak bisa diubah. Optimis berpandangan orang yang paling bahagia dan paling sukses adalah yang ringan kaki, yang berhasrat mempelajari cara baru, yang menyesuaikan diri dengan sistem baru setelah sistem lama tidak berjalan. Ketika orang lain membuat frustrasi dan mereka

melihat orang-orang ini tidak akan berubah, mereka menerima orang-orang itu apa adanya dan bersikap santai

Menurut Carver dan Scheier (1993) mengungkapkan ciri- ciri orang yang optimis sebagai berikut:

1. Percaya diri merasa percaya diri dan yakin bahwa mampu mengendalikan atas masa depannya, individu merasa yakin bahwa dirinya mempunyai kekuasaan yang besar sekali terhadap keadaan yang mengelilinginya. Keyakinan bahwa individu menguasai keadaan ini membant dirinya lebih percaya diri dalam melakukan sesuat karena merasa yakin smeu yang dikerjakan akan berjalan dengan baik.
2. Berharap sesuatu yang baik terjadi Seseorang yang optimis yakin bahwa sesuatu yang baik yang akan terjadi pada dirinya. Meskipun sedang menghadapi situasi yang sulit, orang optimis akan tetap yakin bahwa dapat menyelesaikannya dan pada akhirnya akan mendapat sesuatu yang baik.
3. Mempunyai gaya penjelesan yang fleksibel. Orang yang optimis mempunyai gaya penjelasan yang fleksibel dalam memandang kejadian yang menimpa dirinya, sedangkan orang yang pesimis mempunyai gaya penjelasan yang kaku.
4. Jarang terkena stress dalam menghadapi situasi yang sulit. Hal ini mungkin disebabkan karena orang yang optimis akan selalu mempunyai pandangan yang positif terhadap situasi buruk yang sedang dihadapi. Orang yang optimis biasanya akan mencari jalan keluar yang lain apabila sedang mengalami kesusahan dan usahanya gagl. Oleh karena itu orang yang optimis cenderung jarang terkena stress.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti menyimpulkan bahwa ciri-ciri dari optimisme adalah; percaya diri terhadap masa depan, percaya suatu yang baik akan terjadi, mempunyai sudut pandang luas atau fleksibel, dan mencari jalan keluar dari suatu permasalahan.

2.3.3. Aspek-Aspek Optimisme

Menurut Seligman, Rashid, dan Parks, (2006) aspek optimism adalah

1. Permanensi

Gaya penjelasan peristiwa ini menggambarkan bagaimana individu melihat peristiwa berdasarkan waktu, yaitu bersifat sementara (temporary) dan menetap (permanence). Orang-orang yang mudah menyerah (pesimis) percaya bahwa penyebab kejadian-kejadian buruk yang menimpa mereka bersifat permanen selalu hadir mempengaruhi hidup mereka. Orang-orang yang melawan ketidakberdayaan (optimis) percaya bahwa penyebab kejadian buruk itu bersifat sementara.

2. Pervasif (Universal- Spesifik)

Permanen adalah masalah waktu, pervasive adalah masalah ruang. Individu yang pesimis, menyerah di segala area ketika kegagalan menimpa satu area. Individu yang optimis mungkin memang tidak berdaya pada satu bagian kehidupan, tapi ia melangkah dengan mantap pada bagian lain.

3. Personalisasi

Personalisasi adalah bagaimana individu melihat asal masalah, dari dalam dirinya (internal) atau luar dirinya (eksternal).

Dari beberapa penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari optimisme yaitu permanensi, pervasif, dan personalisasi.

2.2.4. Manfaat Optimisme

Whelen (1997) melaporkan bahwa optimisme memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan, penyesuaian diri setelah operasi kanker, operasi jantung koroner, penyesuaian di sekolah dan dapat menurunkan depresi serta ketergantungan alkohol. Optimisme dalam jangka panjang juga bermanfaat bagi kesejahteraan dan kesehatan fisik dan mental, karena membuat individu lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial, pekerjaan, perkawinan, mengurangi depresi dan lebih dapat menikmati kepuasan hidup serta merasa bahagia (Scheier, Carver, Bridges 1994).

Menurut Segerstrom, Taylor, Kemeny, dan Fahey (1998), ada 3 manfaat optimisme yaitu:

1. Optimisme dapat mengurangi mood negative yang dapat merubah imun ketika stress.
2. Dispositional optimism dapat menghindari penggunaan coping menghindar, pasif, dan menyerah, yang berhubungan dengan memberikannya status imun dan kesehatan.
3. Optimisme dapat meningkatkan fungsi adaptif pada perilaku sehat.

Didalam bidang kesehatan, optimisme mampu meningkatkan kesehatan tubuh, sistem kekebalan, kebiasaan hidup sehat, membuat hidup lebih lama, serta dapat mengurangi depresi, infeksi dalam tubuh dan mempengaruhi terhadap penyakit, sedangkan dalam bidang sosial, optimisme dapat meningkatkan

kepercayaan diri, harga diri, mengurangi sikap pesimis, membuat individu lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial serta dapat menikmati kepuasan hidup dan merasa bahagia. Selain itu dengan adanya optimisme akan membuat orang lebih sukses di sekolah, pekerjaan, menggunakan waktu lebih bersemangat, lebih berprestasi dalam potensinya (Segerstrom, 1998).

Berdasarkan beberapa penjelasan yang ada dapat ditarik kesimpulan, bahwa optimisme mempunyai banyak manfaat diantaranya membuat individu selalu berfikir positif, memberikan dampak yang baik terhadap kesehatan dan banyak lagi manfaat lainnya.

2.3.5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Optimisme

Menurut Seligman (2005) ada beberapa faktor yang mempengaruhi optimis, yaitu pesimis, pengalaman bergaul dengan orang lain, dan prasangka yang dibangun dalam diri. Terciptanya optimisme tidak lepas dari karakter kepribadian yang dimiliki seseorang. Ada beberapa hal yang mempengaruhi cara berfikir optimis dalam diri seseorang, diantaranya dari dalam dirinya sendiri dan dari luar dirinya. Vinacle (1988) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi pola pikir optimis-pesimis, yaitu:

1. Faktor Etnosentris

Faktor etnosentris yaitu sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas dari kelompok atau jenis lain. Faktor

etnosentris ini berupa keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan.

2. Faktor Egosentris

Faktor egosentris yaitu sifat- sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain.

Faktor egosentris ini berupa aspek-aspek kepribadian yang memiliki keunikan sendiri dan berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas hal yang mempengaruhi cara berfikir optimis dalam diri seseorang, diantaranya dari dalam dirinya sendiri dan dari luar dirinya yaitu faktor egosentris dan faktor egosentris.

2.4 Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA

Kondisi wabah yang penuh dengan ketidakpastian ini perlu disikapi secara bijaksana oleh berbagai pihak. Perlu usaha untuk mereduksi stres dengan melakukan beragam aktivitas yang menyenangkan di dalam rumah yang bisa dilakukan oleh siswa sistem pembelajaran daring sendiri memiliki kelebihan yaitu siswa memiliki keleluasaan waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun. Siswa dapat berinteraksi dengan guru menggunakan beberapa aplikasi *e-learning* seperti *classroom*, *video converence*, telepon atau *live chat*, *zoom* maupun melalui *whatsapp group* namun sistem pembelajaran daring juga memiliki kekurangan

yaitu berkurangnya interaksi siswa dengan guru, atau bahkan antara siswa itu sendiri, siswa yang tidak memiliki motivasi belajar yang tinggi maka akan cenderung gagal, tempat daerah siswa atau guru yang tidak tersedia fasilitas internet (Rahmawati, 2017). Masalah-masalah yang timbul selama pembelajaran dengan media daring jika tidak dapat diadaptasi oleh siswa maka dapat menimbulkan stress.

Tuntutan akademik yang harus dihadapi peserta didik setiap harinya cenderung menjadi salah satu penyebab stres dalam kehidupan peserta didik. Stres yang berasal dari hambatan akademik yang di alami peserta didik disebut dengan istilah stres akademik. Kegiatan yang padat, tuntutan tugas yang harus diselesaikan serta keharusan untuk mematuhi tata tertib yang berlaku selama tinggal di asrama membuat taruna merasa lelah secara fisik maupun psikis dengan kondisi tersebut. Tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani siswa membuat mereka mengalami stres. Radillo, et all (2014) menambahkan bahwa fenomena stres yang berasal dari hambatan akademis yang dialami peserta didik dikenal dengan istilah stres akademik. Siswa mengalami stres akademik dapat berdampak positif atau negatif (Agolla & Ongori, 2019). Yusuf (2011) mengungkapkan bahawa stres tidak hanya berpengaruh negatif, namun stres memiliki pengaruh positif bagi individu. Pengaruh positif stres adalah mendorong individu untuk membangkitkan kesadaran dan menghasilkan pengalaman baru.

Reaksi terhadap stres yang dialami bervariasi antara individu satu dengan yang lain dari waktu ke waktu. Perbedaan yang ada dapat disebabkan oleh faktor psikologis dan sosial yang mampu merubah dampak stresor bagi individu. Salah

satu faktor yang menyebabkan stres adalah karakteristik kepribadian (Smet, 2011). Kepribadian seseorang dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialami (Maddy dalam Alwisol, 2007). Skomorovsky dan Sudom (2011) mengungkapkan bahwa faktor kepribadian adalah variabel yang penting bagi individu dalam menghadapi situasi yang menekan.

Schultz dan Schultz (2010) mengemukakan bahwa salah satu membedakan sikap individu dalam menghadapi permasalahannya adalah dengan memiliki *Kepribadian Tangguh*. Individu dengan *Kepribadian Tangguh* yang tinggi lebih mampu menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Sebaliknya, individu dengan *Kepribadian Tangguh* rendah memandang dirinya tidak mampu mengatasi permasalahannya, dalam arti individu menyerah terhadap masalah yang dihadapinya.

Untuk menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan ketika siswa menjalani pendidikan, memiliki *Kepribadian Tangguh* untuk merespon setiap masalah terkait dengan stres akademik yang dihadapi merupakan hal yang diperlukan. Kreitner & Kinicki (2015) mengemukakan bahwa *Kepribadian Tangguh* merupakan perilaku seseorang dalam mengubah stresor negatif menjadi positif atau dengan kata lain menganggap suatu stresor sebagai suatu tantangan. *Kepribadian Tangguh* memiliki peran dalam proses individu memaknai kondisi yang menyebabkan timbulnya stres. *Kepribadian Tangguh* akan membawa para siswa pada kesuksesan dalam menghadapi tantangan dan rintangan selama menjalani proses pendidikan pada masa pandemic covid-19 dengan prestasi akademik yang membanggakan.

Optimisme (Feist dan Feist, 2010) yaitu kebiasaan berpikir positif, cara yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah, berpikir positif merupakan suatu bentuk berpikir yang berusaha untuk mencapai hasil terbaik dari keadaan terburuk. Maka dari itu, dapat diasumsikan bahwa optimisme merupakan faktor yang mempengaruhi stress. Menurut Ginnis (dalam Scheier dan Carver, 2002) salah satu ciri orang yang optimis adalah dapat menghentikan pemikiran yang negatif dan menggantikannya dengan pemikiran yang lebih logis serta melihat banyak hal dari sudut pandang yang positif atau menguntungkan. Oleh karena itu, perbedaan tingkat optimisme siswa ini akan menentukan respon siswa terhadap sumber stress.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Kepribadian Tangguh dan optimism terhadap strrs akademik siswa.

2.5 Hubungan Kepribadian Tangguh Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA

Di lingkungan sekolah siswa rentan mengalami perubahan yang sangat signifikan, seperti meningkatnya tanggung jawab dan kemandirian, perubahan dari struktur kelas yang kecil dan akrab menjadi struktur kelas yang lebih besar dan impersonal, peningkatan jumlah guru dan teman, serta meningkatnya fokus pada prestasi dan menghadapi ekspektasi-ekspektasi akademik yang lebih tinggi (Santrock, 2007). Ekspektasi-ekspektasi yang muncul tersebut membuat beberapa

siswa merasa rentan dan tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan baru. Perilaku tersebut merupakan salah satu bentuk masalah emosional dan perilaku di lingkungan sekolah yang dapat memicu terjadinya stres pada siswa (Desmita, 2010).

Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial individu tersebut (Sarafino, 2006: 62). Maksudnya adalah bahwa ketidaksesuaian yang dihadapi oleh siswa itu berada pada tuntutan lingkungan dengan sumber daya actual yang dimiliki siswa.

Menurut Goodman & Leroy (Walker 2005: 41) mengungkapkan sumber stress pada siswa dikategorikan menjadi akademik, keuangan, yang berkaitan dengan waktu serta kesehatan. Stressor akademik merupakan sumber stres yang berasal dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar yang meliputi tekanan untuk naik kelas, lama belajar, menyontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, birokrasi, mendapat beasiswa, keputusan menentukan jurusan dan karir, serta kecemasan ujian dan yang terakhir adalah manajemen waktu (Desmita, 2010). Sumber stres tersebut sering dirasakan oleh hampir sebagian siswa disekolah dan mampu membuat siswa merasakan ketidaknyamanan dan mampu menurunkan keyakinan akademik yang mereka miliki.

Stres pada setiap siswa biasanya terjadi karena banyaknya harapan dan tuntutan dalam bidang akademik yang sering disebut dengan stres akademik. Menurut Gusniarti (2012) memaparkan bahwa stres akademik yang dialami siswa

merupakan hasil persepsi yang subjektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki oleh siswa itu sendiri. Ketidaksesuaian kondisi psikologis individu dengan lingkungannya dapat terjadi dalam bentuk tuntutan lingkungan lebih tinggi daripada kemampuan individu ataupun sebaliknya yaitu tuntutan individu yang lebih tinggi dari kondisi lingkungan yang dihadapi. Kondisi psikologis siswa meliputi keadaan mental dari individu yang sehat. Individu yang memiliki mental yang sehat akan mampu melakukan pengaturan terhadap dirinya sendiri dalam perilakunya secara efektif sehingga dapat terhindar dari gangguan stres.

Kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola pikir yang bersifat optimis. Seseorang dengan kepribadian yang kuat akan memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang baik dalam setiap situasi. Kobasa dkk (1982) mengungkapkan bahwa salah satu tipe kepribadian adalah kepribadian *Kepribadian Tangguh* yaitu karakteristik kepribadian yang mempunyai fungsi sebagai sumber perlawanan pada saat individu menemui kejadian yang menimbulkan *stress*. *Kepribadian Tangguh* diartikan sebagai sikap dan keterampilan untuk bertahan dalam keadaan stres (Maddi , 2002). Kreitner dan Kinicki (2005) menyebutkan bahwa kepribadian *Kepribadian Tangguh* melibatkan kemampuan secara sudut pandang atau secara berperilaku mengubah stressor yang negatif menjadi tantangan yang positif. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh Kepribadian Tangguh terhadap stress akademik.

2.6 Hubungan Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA

Stres merupakan suatu bagian dalam hidup yang tidak dapat terelakan pada kehidupan manusia. Hampir seluruh manusia pernah mengalami stres, baik stres psikologis, stres akademik maupun stres di lingkungan kerja. Stres adalah beban yang dialami seseorang yang menarik seseorang tersebut dari segala penjuror, ketegangan dan tekanan yang dialami seseorang saat menghadapi tuntutan untuk menguji kemampuan dalam mengatasi atau mengelola masalah dalam hidup. Stres akademik merupakan kasus yang paling sering dialami oleh siswa, baik pada tingkat sekolah menengah atas maupun perguruan tinggi yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang dihadapi semakin banyak seperti tugas sekolah, ujian dan lain-lain.

Sumber stress akademik pada siswa terbagi menjadi empat bagian yaitu 1) interpersonal yang mencakup hubungan dengan teman sebaya, 2) intrapersonal yang mencakup hubungan dengan diri sendiri, 3) akademik yang mencakup prestasi di sekolah dan 4) lingkungan yang mencakup kondisi sekolah dan lingkungan belajar (Akande, Olowonirejuaro & Okwara-Kalu, 2014).

Stres akademik adalah salah satu jenis stres yang bersumber dari kegiatan akademik atau proses belajar, stres akademik timbul karena adanya tekanan akademik (*academic pressure*) dan tekanan teman sebaya (*peer pressure*). Tekanan akademik yang dihadapi oleh siswa adalah naik kelas, mendapat peringkat, ujian sekolah serta tugas dan proyek yang berkaitan dengan mata pelajaran di sekolah. Sedangkan, tekanan teman sebaya yang dihadapi oleh siswa adalah menjadi menjadi siswa populer, memiliki banyak teman dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah (Greenberg, 2002). Selain mengikuti kegiatan

belajar di sekolah, tak sedikit pula siswa yang mengikuti bimbingan belajar di luar untuk menunjang prestasi akademis di sekolah. Banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi oleh siswa, terutama di bidang akademik membuat siswa rentan untuk mengalami stres akademik.

Optimisme menjadi salah satu faktor proteksi dari distress psikologis karena perannya dalam mengatasi kedua simtom yang ada pada distress psikologis yaitu depresi dan kecemasan. Goleman (1997) menyatakan bahwa seseorang yang menafsirkan hidup secara tidak optimis berdampak pada membesarnya rasa putus asa dan depresi. Selain itu, Hirsch (dalam Carver, 2014) mengatakan kalau kecemasan lebih besar ditemukan pada individu yang tingkat optimismenya rendah, dan tidak pada individu yang optimismenya tinggi. Dengan kata lain, optimisme dapat mempengaruhi tingkat depresi dan kecemasan pada individu yang senantiasa berpikir positif dan berorientasi pada hal baik yang akan terjadi, sedangkan individu yang berpikir secara tidak optimis cenderung lebih lambat dalam merespon usaha-usaha keluar dari masalah, bersikap pasrah, pasif, dan menyangkal (Van-Berkel, 2019).

Siswa yang optimis tidak mudah untuk menyerah dalam menghadapi kegagalan-kegagalan yang mengarah pada *stress*, melainkan tetap berusaha mencari solusi untuk masalah tugas akhir yang dihadapi. Seligman (Valentsia, 2020), menyatakan bahwa optimisme merupakan keyakinan individu dalam menanggapi bahwa peristiwa buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara, tidak mempengaruhi semua aktivitas dan tidak mutlak disebabkan diri sendiri tetapi bisa situasi, nasib atau orang lain. Sementara Scheier dan Carver (1985)

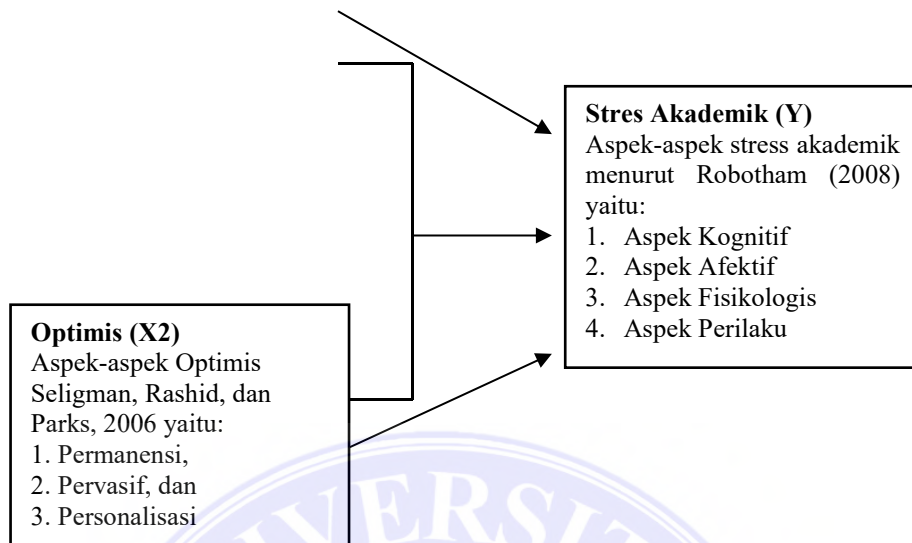
mendefinisikan optimisme sebagai harapan umum untuk hasil positif daripada negatif.” Reina (Raditya, 2009), mengatakan bahwa orang yang optimis lebih mampu mengatasi *stress* daripada orang yang pesimis.

Menurut Carver, (2014) individu yang optimis akan lebih cepat untuk menerima kenyataan akan kondisi yang dihadapi sekarang dibandingkan dengan individu yang pesimis. Ketika individu memiliki sebuah ekspektasi positif atau optimisme tinggi, maka individu akan mampu menghadapi masalah yang dihadapi dan lekas mencari penyelesaian dari masalah tersebut, meskipun dirasa sulit. Sedangkan individu yang memiliki keraguan atau optimisme rendah, maka individu tersebut akan berhenti mengeluarkan usahanya (Scheier & Carver, 2011). Optimisme didefinisikan sebagai kecenderungan stabil untuk mempercayai akan terjadinya yang baik daripada hal – hal buruk dimasa depan berupa tujuan dan harapan-harapan baik dan positif mencakup seluruh aspek dalam kehidupannya (Carver, Scheier, & Moffat, 2011)

Memiliki sikap optimis merupakan hal yang penting bagi setiap siswa, optimisme penting karena masih banyak siswa yang merasa khawatir dengan apa yang akan terjadi dalam hidupnya. Optimisme yang dimiliki oleh para siswa nantinya akan memberikan dampak positif berupa harapan-harapan baik untuk menghadapi tantangan dalam bentuk apapun di masa depan yang mencakup semua bidang kehidupannya. Menurut Weinstein (1980) optimisme berkaitan dengan harapan positif mengenai rangkaian peristiwa umum yang akan dialami oleh individu pada tahap selanjutnya.

Daraei dan Ghaderi (2012) yang berpendapat bahwa optimisme adalah salah satu komponen Psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stres, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik. Optimisme pada seseorang bisa dipengaruhi dari berbagai macam faktor, Vinacle (dalam Adhi, 2008) menerangkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi cara berfikir optimis yaitu faktor etnosentris dan faktor egosentris. Faktor etnosentris adalah sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau area yang menjadi ciri khas dari kelompok atau ras lain. Faktor etnosentris ini meliputi keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan. Hal tersebut akan membentuk kecenderungan berfikir yang sama antara individu-individu dengan kelompok sosial yang sama. Sedangkan faktor egosentris adalah sifat-sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda antara pribadi yang satu dengan pribadi yang lain. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh optimisme dengan kemampuan menghadapi stress akademik.

Kepribadian Tangguh (X1)
 Dimensi *Kepribadian Tangguh* menurut Kobasa (1998)
 1. Control
 2. Commitment
 3. Challenge



Gambar 2.1: Kerangka Penelitian

2.8 Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Ada Hubungan negatif antara Kepribadian Tangguh dan Optimisme dengan Stress Akademik Siswa artinya bahwa semakin tinggi kepribadian tangguh dan optimisme siswa, maka semakin rendah tingkat stress akademik siswa, dan sebaliknya
2. Ada hubungan negatif antara Kepribadian Tangguh dengan Stress Akademik Siswa dengan artinya bahwa semakin tinggi kepribadian tangguh siswa, maka semakin rendah tingkat stress akademik siswa, dan sebaliknya.
3. Ada hubungan negatif antara Optimisme Dengan Stress Akademik Siswa dengan artinya bahwa semakin tinggi Optimisme siswa, maka semakin rendah tingkat stress akademik siswa, dan sebaliknya.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif, yaitu suatu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal atau angka-angka. Rancangan penelitiannya adalah tentang pengaruh Kepribadian Tangguh dan optimisme terhadap stress akademik siswa siswa SMA Negeri 1 Binjai.

3.2. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada SMA Negeri 1 Binjai, yang berkedudukan di Jalan WR. Mogonsidi No. 10 Satria, Kecamatan Binjai Kota, Kotamadya Binjai. Penelitian ini dijadwalkan pada bulan Maret 2021 s/d April 2022

3.3. Identifikasi Variabel

Variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini ditetapkan dua variabel yaitu:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas (independen) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (dependen).

Variabel bebasnya adalah

1. Kepribadian Tangguh (X1)
2. Optimisme (X2)

b. Variabel Terikat

Variabel terikat (dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dari penelitian ini adalah Stres Akademik.

3.4 Definisi Operasional

1. Stres Akademik

Stres Akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, serta harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi akademik. Untuk mengukur stress akademik digunakan skala stress akademik yang disusun berdasarkan aspek-aspek stress akademik yaitu, 1. Aspek Kognitif, 2. Aspek Afektif, 3. Aspek Fisikologis. 4. Aspek Perilaku

2. Kepribadian Tangguh

Kepribadian Tangguh adalah suatu bentuk kepribadian di mana individu dapat mengatasi permasalahan yang dihadapinya dengan tepat dan efektif, mampu mengelola stress yang dialami, yang ditandai dengan adanya komitmen, tantangan, dan pengendalian. Untuk mengukur kepribadian tangguh digunakan skala kepribadian tangguh yang disusun berdasarkan dimensi yaitu; 1. Control, 2. Commitment dan 3. Challenge.

3. Optimisme

Optimisme adalah cara pandang seseorang terhadap kejadian atau pengalaman yang dialaminya secara positif, mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik, tidak takut pada kegagalan, realistis dalam memandang suatu masalah untuk berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Untuk mengungkap optimisme digunakan skala optimisme yang disusun berdasarkan aspek-aspek; 1. Permanensi, 2. Pervasif, dan 3. Personalisasi

3.5 Populasi Dan Sampel

3.5.1 Populasi

Sugiyono (2012) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Banyaknya siswa yang akan dimasukan kedalam Jumlah Populasi penelitian ini sebanyak 374 orang siswa yang mana jumlah siswa tersebut diambil dari seluruh siswa Kelas 11 (sebelas) di SMA Negeri 1 Binjai. Setelah dilakukan proses screening test melalui Instrument yang saya buat, kemudian diambil Jumlah Populasi pada penelitian ini sebanyak 95 siswa.

3.5.2 Sampel

Arikunto (2010) sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Sedangkan menurut Hadi (2004), sampel merupakan sejumlah subjek yang merupakan bagian dari populasi yang mempunyai sifat yang sama dan sampel ini dikenai langsung dalam penelitian. Hasil penelitian terhadap sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Selanjutnya menurut Hadi (2004) syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang

digunakan dalam penelitian harus dapat mencerminkan keadaan populasinya. Jumlah sampel adalah 95 orang.

3.6. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah melalui Teknik Total Sampling yaitu berjumlah 95 orang siswa

3.7. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode pengambilan data dengan skala atau disebut dengan metode skala. Skala yaitu suatu metode pengumpulan data yang merupakan suatu daftar pertanyaan/pernyataan yang harus dijawab oleh subjek secara tertulis (Sugiono, 2014).

Sugiono (2014) menyatakan bahwa skala dapat digunakan dalam penelitian berdasarkan asumsi-asumsi sebagai berikut:

1. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya
2. Bahwa apa yang dinyatakan oleh subjek dalam penelitian adalah benar dan dapat dipercaya
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan yang dimaksudkan peneliti.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala Likert. Sugiyono (2014), skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Setiap jawaban diberi skor

dengan berdasarkan pada skala likert dengan angka atau bobot yaitu 1 sampai dengan 4, seperti terlihat pada Tabel 3.2.

Tabel 3.1. Skor Skala Likert

Pilihan Jawaban	Bobot Nilai	
	Favourable	Unfavourable
STS : Sangat Tidak Sesuai	1	4
TS : Tidak Sesuai	2	3
S : Sesuai	3	2
SS : Sangat Sesuai	4	1

Sumber: Sugiyono (2012)

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah

1. Skala Stres Akademik

Skala stress akademik disusun berdasarkan Aspek-aspek stres akademik menurut Robotham (2008) ada empat, yaitu:

a. Kognitif

Aspek kognitif meliputi kondisi stres disebabkan kesulitan memusatkan perhatian dalam proses belajar dan memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri dari lingkungan sekitarnya. Seperti, kebingungan, tidak mampu berkonsentrasi serta performansi pengumpulan tugas-tugas yang buruk, mudah lupa dan munculnya pikiran yang tidak biasa.

b. Afektif

Aspek afektif meliputi perasaan yang negatif dan percaya diri yang rendah akibat stres. Seperti kecemasan, ketakutan, mudah marah, sedih yang mendalam, tertekan, merasa ragu-ragu, merasa malu, kemampuan atau potensi yang dimiliki rendah, sehingga merasa tidak mampu untuk memenuhi tuntutan akademik.

c. Fisiologis

Aspek fisiologis meliputi respon fisiologis akibat stres yang biasanya terjadi adalah merasa sakit pada tubuh dan kebugaran fisik menurun. Seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, nafsu makan menghilang, tidur tidak nyenyak, bermimpi buruk dan peningkatan produksi keringat. Secara fisik kondisi stres muncul dengan muka memerah, pucat, badan terasa lemah, merasa tidak sehat, jantung bedebur-debur, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin.

d. Perilaku

Aspek perilaku meliputi berperilaku negatif dan mulai menghindari orang-orang disekitarnya (antisosial). Seperti mudah menyalahkan orang lain, mencari kesalahan orang lain, bersikap acuh, penundaan tugas dan mulai terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan secara berlebihan dan berisiko.

Tabel 3.2 kisi-kisi skala stres Akademik

No	Aspek	Indikator	SEBARAN BUTIR		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1	Kognitif	Takut gagal	4. 14.	1. 24.	4
		Berfikir negative	3.	30.	2

		Mudah lupa	26.		1
		Sulit konsentrasi	8.	5. 10.	3
2	Afektif	Cemas	13.		1
		Percaya diri yang rendah	15. 20.	7.	3
		Mudah stress	6. 17.		2
		Sedih	22. 31.		2
3	Fisiologis	Gemetar	9. 27.		2
		Sakit kepala	18. 23.		2
		Sakit perut	19.		1
		Jantung berdebar-debar	28.		1
4	Perilaku	Menarik diri dari lingkungan sosial	29.	11. 12. 25.	4
		Mudah terkejut	32.		1
		Menyalahkan orang lain	33.	16.	2
		Bersikap acuh	2.	21.	2
Total			22	11	33

2. Skala Kepribadian Tangguh

Skala Kepribadian Tangguh disusun berdasarkan dimensi *Kepribadian Tangguh* menurut Kobasa (1998) yaitu sebagai berikut:

a. Control

Merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Orang-orang yang memiliki kontrol yang kuat dalam menghadapi masalah-masalah daripada individu yang kontrolnya rendah. Selain itu mereka juga memiliki kemampuan untuk bertindak secara nyata dalam mengatasi suatu permasalahan. Individu dengan *Kepribadian Tangguh* memiliki kemampuan mengontrol apa yang akan terjadi kepadanya.

b. Commitment

Individu yang memiliki komitmen yang tinggi percaya pada kemampuan sendiri dan apa yang mereka lakukan. Individu yang mempunyai kegiatan apapun yang sedang dikerjakan dan perasaan yang wajar akan menuntunnya untuk mengidentifikasi atau memberikan arti pada setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada di lingkungannya.

Individu yang memiliki komitmen yang kuat tidak akan mudah menyerah ketika dihadapkan pada situasi yang sulit. Mereka akan menggunakan strategi coping yang sesuai dengan nilai-nilai, tujuan, dan kemampuan diri mereka ketika menghadapi stres. Sebaliknya, individu yang memiliki komitmen rendah akan mudah merasa bosan, menyerah, menarik diri dari tugas-tugas yang harus dikerjakan, serta pasif dari berbagai kegiatan. Individu yang memiliki komitmen yang rendah akan menilai kejadian yang menimbulkan stress sebagai suatu yang hanya bisa dikeluhkan bukan dihadapi.

c. Challenge

Tantangan mengacu pada kecenderungan untuk memandang suatu perubahan sebagai insentif atau peluang untuk pertumbuhan dan bukan ancaman terhadap keamanan. Individu dengan *Kepribadian Tangguh* yang memiliki tantangan yang tinggi mengharapkan perubahan dan melihat kondisi yang menekan sebagai suatu tantangan yang menawarkan kesempatan untuk tumbuh. Mereka selalu bergerak dinamis, memiliki keinginan untuk maju yang kuat, serta menemukan cara yang lebih mudah untuk menghilangkan atau mengurangi keadaan yang membuat stress dan tidak menganggap stress sebagai suatu

hambatan. Apabila mereka dihadapkan pada suatu yang sulit, mereka menganggapnya sebagai tantangan, bukan rintangan.

Tabel 3.3. kisi-kisi penyebaran aitem skala kepribadian tangguh

No	Aspek	Indikator	SEBARAN BUTIR		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1	Komitmen	Siswa memiliki komitmen yang tinggi percaya pada kemampuan sendiri dan apa yang mereka lakukan Siswa mampu mengidentifikasi atau memberikan arti pada setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada di lingkungannya.	1. 7. 24. 30. 37. 39. 43. 46.	2. 4. 18. 19. 31. 41. 42. 48.	16
2	Kontrol	Siswa mmiliki kontrol yang kuat dalam menghadapi masalah-masalah Siswa memiliki kemampuan untuk bertindak secara nyata dalam mengatasi suatu permasalahan	5. 10. 11. 14. 20. 26. 27. 40.	9. 16. 23. 25. 29. 32. 36. 45.	16
3	Tantangan/ <i>Challenge</i>	Kemampuan siswa dalam memandang suatu perubahan sebagai insentif atau peluang untuk pertumbuhan Kemampuan siswa bergerak dinamis, memiliki keinginan untuk maju yang kuat, serta menemukan cara yang lebih mudah unuk menghilangkan atau mengurangi keadaan yang membuat stress	3. 12. 15. 17. 34. 35. 38. 47.	6. 8. 13. 21. 22. 28. 33. 44.	16
Jumlah			24	24	48

3. Skala Optimisme

Skala optimism disusun berdasarkan aspek optimisme menurut Seligman, Rashid, dan Parks, (2006)

1. Permanensi

Gaya penjelasan peristiwa ini menggambarkan bagaimana individu melihat peristiwa berdasarkan waktu, yaitu bersifat sementara (temporary) dan menetap (permanence). Orang-orang yang mudah menyerah (pesimis) percaya bahwa

penyebab kejadian-kejadian buruk yang menimpa mereka bersifat permanen selalu hadir mempengaruhi hidup mereka. Orang-orang yang melawan ketidakberdayaan (optimis) percaya bahwa penyebab kejadian buruk itu bersifat sementara.

2. Pervasif (Universal- Spesifik)

Permanen adalah masalah waktu, pervasive adalah masalah ruang. Individu yang pesimis, menyerah di segala area ketika kegagalan menimpa satu area. Individu yang optimis mungkin memang tidak berdaya pada satu bagian kehidupan, tapi ia melangkah dengan mantap pada bagian lain.

3. Personalisasi

Personalisasi adalah bagaimana individu melihat asal masalah, dari dalam dirinya (internal) atau luar dirinya (eksternal).

Tabel 3.4 kisi-kisi penyebaran aitem skala Optimis

No	Aspek	Indikator	SEBARAN BUTIR		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1	Permanensi (lama waktu)	Siswa memiliki keyakinan percaya bahwa penyebab kejadian buruk bersifat sementara.	1. 2. 3. 12. 15. 19. 20. 25. 26. 27.	22. 28. 29. 30.	14
2	Pervasiveness (pengaruh)	Siswa mampu melangkah dengan mantap meski ada tantangan dan halangan yang dihadapi	5. 6. 7. 9. 11. 31. 33.	4. 10. 13. 21.	11
3	Personalization (sumber)	Kemampuan siswa dalam melihat asal masalah, dari dalam dirinya (internal) atau luar dirinya (eksternal).	8. 14. 17. 18. 32.	16. 23. 24.	8
Jumlah			22	11	33

3.8. Prosedur Penelitian

3.8.1 Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat validitas atau kesahihan suatu instrumen, sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang ingin diukurnya atau dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud (Arikunto, 2016). Validitas menunjukkan sejauh mana alat pengukur untuk mengukur apa yang diukur.

Uji validitas menggunakan pengujian *construct validity* yang dilakukan dengan teknik korelasi antar skor butir pernyataan dalam suatu variabel yang diamati dengan skor totalnya, dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan level signifikansi 5% dari nilai kritisnya.

Untuk mengetahui validitas butir – butir angket dapat diuji dengan menggunakan korelasi product momen seperti yang dikemukakan Arikunto (2016) sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N(\sum xy) - (\sum x \sum y)}{\sqrt{[N\sum x^2 - (\sum x)^2][N\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Dimana:

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y
- $\sum X$: Jumlah skor total distribusi X
- $\sum Y$: Jumlah skor total
- $\sum XY$: Jumlah perkalian skor X dan Y
- N : Jumlah responden
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor distribusi X
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor distribusi Y

Besarnya r_{hitung} dikonsultasikan pada r_{tabel} dengan batas signifikan 5 %. Apabila didapat $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka butir pernyataan tergolong valid dan demikian sebaliknya.

3.8.2. Uji Reliabilitas

Sedangkan untuk menguji reliabilitas butir angket digunakan rumus *Alpha Cronbach* seperti yang dikemukakan Arikunto (2016) sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right)$$

Dimana:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = banyaknya soal

$\sum \sigma_i^2$ = jumlah varians skor tiap-tiap item

σ^2 = varians total

Besarnya reliabilitas yang diperoleh tersebut di konsultasikan dengan indeks korelasi yang dikemukakan Arikunto (2016) sebagai berikut :

- Antara 0,81 – 1.00 = tergolong sangat tinggi
- Antara 0,61 – 0.80 = tergolong tinggi
- Antara 0,41 – 0.60 = tergolong cukup
- Antara 0,21 – 0.40 = tergolong rendah
- Antara 0,00 – 0.20 = tergolong sangat rendah

3.9. Teknik Analisis Data

3.9.1 Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Salah satu uji persyaratan yang harus dipenuhi dalam penggunaan analisis parametrik yaitu uji normalitas atau populasi. Pengujian normalitas distribusi data populasi dilakukan dengan menggunakan statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Alat uji

ini biasanya disebut dengan uji K-S yang tersedia dalam program SPSS dengan menggunakan fungsi *Explore*.

Uji normalitas sampel baik menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* maupun *Shapiro-Wilk* menghasilkan besaran statistik dan taraf kepercayaan (*Significance Level*). Jika ditemukan besaran 0.000 atau jauh lebih kecil dari taraf kepercayaan yang ditentukan, misalnya 0.05, atau nilai *Asymp. Sig. (2-tailed) > 0,05* maka besaran ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal (Sitompul, 2017).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dipergunakan untuk melihat apakah model yang dibangun mempunyai hubungan linear atau tidak. Uji ini jarang digunakan pada berbagai penelitian, karena biasanya model dibentuk berdasarkan telaah teoretis bahwa hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya adalah linear. Hubungan antar variabel yang secara teori bukan merupakan hubungan linear sebenarnya sudah tidak dapat dianalisis dengan regresi linear, misalnya masalah elastisitas.

Jika ada hubungan antara dua variabel yang belum diketahui apakah linear atau tidak, uji linearitas tidak dapat digunakan untuk memberikan adjustment bahwa hubungan tersebut bersifat linear atau tidak. Uji linearitas digunakan untuk mengkonfirmasi apakah sifat linear antara dua variabel yang diidentifikasi secara teori sesuai atau tidak dengan hasil observasi yang ada. Uji linearitas dengan menggunakan analisis *compare means* dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut.

1. Jika nilai probabilitas $> 0,05$, maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
2. Jika nilai probabilitas $< 0,05$, maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

3.9.2 Pengujian Hipotesis

Metode analisis data adalah cara yang digunakan dalam mengolah dan menganalisis data yang diperoleh sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistik. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda untuk menganalisis Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Terhadap Stres Akademik siswa SMA Negeri 1 Binjai. Penggunaan analisis regresi berganda akan menunjukkan variabel yang dominan dalam mempengaruhi variabel terikat dan mengetahui sumbangan efektif dari masing-masing variabel, Arikunto (2016). Keseluruhan proses analisis data penelitian ini menggunakan bantuan IBM SPSS Statistic 20.0.

Rumus Regresi Berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2$$

Dimana :

Y = Stres Akademik

X₁ = Kepribadian Tangguh

X₂ = Optimisme

b₀ = Besarnya nilai Y jika X₁ dan X₂ = 0

b₁ = Besarnya pengaruh X₁ terhadap Y dengan asumsi X₂ tetap

b₂ = Besarnya pengaruh X₂ terhadap Y dengan asumsi X₁ tetap

multikolinearitas dan uji hipotesis. Hasilnya menunjukkan bahwa dua dari tiga hipotesis yang diusulkan signifikan atau diterima, dan satu lagi tidak signifikan atau ditolak. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama menunjukkan peran signifikan self-efficacy dan optimisme pada stres akademik dengan nilai $p = 0.000 (<0,01)$ dan nilai R square 0,200. Ini menunjukkan kontribusi efektif sebesar 20%. Hipotesis kedua mengungkapkan peran penting yang tinggi dari self-efficacy pada stres akademik dengan nilai $p = 0,01 (\leq 0,01)$. Akhirnya, hipotesis ketiga menunjukkan peran optimisme pada tekanan akademis.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kepribadian Tangguh (X1) dan optimisme (X2) terhadap Stress akademik (Y). Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi $R = -0,728$ $p < 0,000$. maka hipotesis yang dinyatakan dalam penelitian ini dinyatakan diterima (Azwar, 1999). Berdasarkan kriteria tersebut maka diketahui bahwa hipotesis penelitian ini dinyatakan diterima, dengan kata lain bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kepribadian tangguh dan optimisme dengan Stress akademik . Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Total

sumbangan efektif dari kedua variabel bebas (Kepribadian tangguh dan optimisme) terhadap stress akademik adalah sebesar 53%.

2. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kepribadian tangguh dengan Stress akademik , dengan koefisien korelasi sebesar hal ini berarti semakin tinggi kepribadian tangguh, maka akan semakin rendah Stress akademik . Kepribadian tangguh memberikan sumbangan efektif kepada variabel Stress akademik sebesar 33,1%.
3. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara optimisme dengan Stress akademik dengan koefisien korelasi $-0,546$ hal ini menunjukkan, semakin tinggi optimisme maka akan semakin rendah Stress akademik. variabel optimisme memberikan sumbangan efektif kepada variabel Stress akademik sebesar 29,8%.

5.2 Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran Kepada SMA Negeri 1 Binjai

Melihat ada pengaruh negatif antara Kepribadian tangguh dan optimisme terhadap stress akademik SMA Negeri 1 Binjai diharapkan agar siswa dapat mempertahankannya.

2. Saran kepada pihak sekolah

Agar pihak sekolah tetap memelihara dan mempertahankan kondisi seperti saat ini.

3. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat kekurangan, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk mengkaji faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi stress akademik yaitu: faktor-faktor yang mempengaruhi stress akademik adalah : harga diri, *locus of control*, kecerdasan, *problem solving*, dan efikasi diri terhadap sumber stres yang dialami siswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan penyelesaian terhadap beberapa beban tugas akademik



DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, J. E., & Ongori, H. 2019S. An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4, 63-70.
- Ahmad Yogi Pratama, and Farah Farida Tantiani, (2021), “Differences in Hardiness Between 8th Grade Students of Superior and Regular Class in SMPN 1 Ngunut Tulungagung” in *International Conference of Psychology 2021 (ICoPsy 2021)*, KnE Social Sciences, pages 99–108. DOI 10.18502/kss.v7i1.10204.
- Al-Munajjid, M. B. S. 2016. *Silsilah amalan hati. ikhlas, tawakkal, optimis, takut, bersyukur, ridha, sabar, instropeksi diri, tafakur, mahabbah, taqwa, wara.* Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Alvin. 2020. *Handling Student’s Stress.* Jakarta : Gramedia
- Alwisol, R. 2007. *Psikologi Kepribadian.* Malang: UPT Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ariyanto. E. 2019. *Pengaruh Relaksasi terhadap Stres pada Remaja di Lapas Anak Blitar.* Tesis. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Arishanti, N, dan Amalia. J. (2019). *Hardiness, Self Adjustment And Stress On Cadet Students.* *Psikoislamedia Jurnal Psikologi.* Volume 4 Nomor 2, 2019. ISSN:2548-4044. Hal. 163-174.
- Asra, S. 2020. *Metode Pembelajaran.* Bandung: CV Wacana Prima
- Bariyyah. K. 2013. *Menurunkan Tingkat Stres Akademik Siswa dengan Teknik Cognitive-Behavioural Stress Management”.* *Proseding Kongres XII, Konvensi XVIII Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia dan Seminar Internasional Konseling.* Denpasar Bali.
- Barseli. M. dkk. 2017. *Konsep Stres Akademik Siswa.* Padang : *Jurnal Konseling dan Pendidikan*
- Carver, C. S., & Segerstrom, S. C. 2014. *NIH Public Access.* 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>. Optimism
- Carver, C., Scheier, M., & Moffat, F. (2011). *How Coping Mediates the Effect of Optimism on Distress : A Study of Women With Early Stage Breast Cancer.* (December 2015). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.2.375>
- Citraningtyas, C,E, 2021. *Addressing Optimism Among The Young Indonesian Generation In Sustaining The Pandemic.* *Jurnal Ilmu Sosial dan*

Humaniora. P-ISSN: 2303-2898 | E-ISSN: 2549-6662 Vol. 10, No. 2, Agustus 2021. Hal. 279-289.

- Daraei, M. & Ghaderi, A.R. 2012. Impact of Education on Optimism or Pessimism. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, 38(2),339-343. Diunduh dari <http://jiaap.org/4a603105-a5ef-4dba.pdf>
- Desmita. 2014. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Durak, M. 2012. Predictive role of Kepribadian Tangguh on psychological symptomatology of university students experienced earthquake (Thesis). The Middle East Technical University: The Departement of Psychology.
- Elfiky, Ibrahim, 2013. Terapi Berpikir Positif, Gita Print, Bandung.
- Ernest, et al. 2020. Students' perceptions of the learning environment and attitudes in game based mathematics classrooms. *Springer Science and Business*. Vol.16, pp. 131-150.
- Goleman, D. 1997. Emotional Intelligence. Boston.
- Goodin, Burel R. & Bulls, Hailey W. 2017. Optimism and the Experience of Pain: Benefits of Seeing the Glass as Half Full. *Curr Pain Headache Rep.* (2017) 17:329.
- Hutapea Chelsea, D.A, dan Mashoedi, S.F. (2019). The relationship between Optimism and Psychological Distress of Poor Emerging Adults in Jakarta. *Jurnal Mind Set*, Desember 2019, hal. 87-103 Vol. 10, No. 2. ISSN 2685-3620 (Online)ISSN2086-1966 (Printed)
- Jameson, J.L., Kasper, D.L., Braunwald, E., and Fauci, S.A., Hauser, S.L., Longo, D.L., 2017, *Harrison's Manual of Medicine*, 16th Ed, McGraw-Hill Companies, USA. 830-831
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R., Kahn, S. 1998. Kepribadian Tangguh and Health : A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*. 42 (1). 168-177
- Kocalevent, R. D., Mierke, A., Danzer, G., dan Klapp, B. F. 2014. Adjustment Disorders as a Stress-Related Disorder: A Longitudinal Study of the Associations among Stress, Resources, and Mental Health. *Journal PLoS One* Vol. 9 (1-9)
- Kreitner, R., & Kinicki, A. 2015. Perilaku organisasi, buku 2, edisi 5. alih bahasa: Erly Suandy. Jakarta: Salemba Empat.

- Lal K. 2018. Academic Stress Among Adolescent In Relation To Intelligence And Demographic Factors. *American International Journal Of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, 2018 Desember-Februari;5(1);123-9.
- Maddi, S.R., Khosaba, D.M., Persico, M., Lu, J., Harvey, R., Bleecker, F. 2012. The personality construct of Kepribadian Tangguh. *Journal of Research in Personality*, 36, 72-85.
- Misra, R., & McKean, M. 2010. College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16, 41-51.
- Nevid, Jeffrey S dkk. 2015. Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1. Erlangga:Jakarta
- Putrianti, F. G. 2018. Kesuksesan Peran Ganda wanita Karir, Ditinjau Dari Dukungan Suami, Optimisme, Dan Strategi Coping. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. 9, (1), 3-17.
- Radillo, B. E. P., Serrano, M. L P., Fernandez, M. A., Velasco, M.A.A., & Garcia, D. D. 2014. Accademic stress as a predictor of chronic stress in university students. *Journal Psicologia Educativa*, 20, 47-62. doi: 10.1016/j.pse.2014.05.006.
- Rahmawati, W.K. 2017. Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Menangani Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2 (1 Oktober).
- Saktia Baiq Y.P, Siti U, dan Ciptasari P. (2020). The Role of Self-Efficacy and Optimism on Academic Stress Towards Industrial Engineering Students. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR)* (2020) Volume 53, No 1, pp 35-42
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, M. K, 2020. Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu dalam Menghadapi Wabah COVID 19 dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. Kediri: Jurnal Stikes Pamenang
- Scheier, M. F., & Carver, Charles S. 2001. Optimism, Pesimism, And Self-Regulation: Implication for Theory, Research, and Practice. *Journal of American Psychological Assosiation*. 31-51.
- Schultz, D., & Schultz, S. E. 2010. *Psychology & work today*. Tenth edition. Upper Saddle River: Pretince Hall

- Seligman, M. E. P., Rashid, T & Parks, A. C. 2006. Positive Psychotherapy. Journal of American Psychologist, page 774-778. Positive Psychology Center, University of Pennsylvania
- Shapiro, Lawrence E, 2003. Mengajarkan Emotional Intelligence pada Anak Alih bahasa Alex Tri Kantjono, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Skomorovsky, A. Sudom, K. A. 2011. Psychological Well-Being of Canadian Forces Officer Candidates: The Unique Roles of Kepribadian Tangguh and Personality. Military Medicine, 176, 389-395.
- Smet, B. 2011. Psikologi kesehatan. Jakarta: PT Grasindo.
- Sugiyono, 2017. Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta. CV.
- Sunaryo. 2013. Psikologi Untuk Keperawatan, edisi 2. Jakarta: EGC.
- Van-Berkel, H. (2019). The Relationship Between Personality, Coping Styles And Stress, Anxiety, And Depression
- Valentsia, GKD, dan Wijono, S. 2020. Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. Edukasi : Jurnal Ilmu Pendidikan Vol 2 No 1 April 2020 p-ISSN 2656-8063 e-ISSN 2656-8071.
- Yusuf, S. 2011. Mental hygiene: terapi psiko-spiritual untuk hidup sehat berkualitas. Bandung: Maestro



LAMPIRAN



PETUNJUK PENGISIAN SKALA

DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri Saudara

1. Nama : _____ (L/P)

2. Kelas : _____

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan dalam bentuk skala. Adik-adik diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut:

PETUNJUK

Pada angket ini adik-adik diminta untuk memberi satu jawaban pada setiap soal, yang dianggap sesuai dengan keadaan diri adik serta apa yang adik rasakan, dan sangat kami harapkan pula kejujuran dan keterbukaan adik. Adik tinggal memilih jawaban dengan memberikan tanda cek (√) salah satu huruf pada jawaban yang disediakan.

SS : jika merasa Sangat Sesuai

S : jika merasa Sesuai

TS : jika merasa Tidak Sesuai

STS : jika merasa Sangat Tidak Sesuai

Bila telah selesai, jangan lupa memeriksa kembali, agar tidak ada nomor yang terlewat.

SELAMAT MENGERJAKAN

SKALA STRES AKADEMIK

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya yakin dapat mengerjakan tugas secara baik	SS	S	TS	STS
2	Ketika teman-teman berbicara tentang tugas yang harus diselesaikan, saya tidak peduli	SS	S	TS	STS
3	Karna banyaknya tugas, akhir-akhir ini saya merasa tidak mampu	SS	S	TS	STS
4	Saya takut gagal ketika tidak bisa mengerjakan tugas	SS	S	TS	STS
5	Saya mudah fokus dalam mempelajari semua materi yang ada	SS	S	TS	STS
6	Saya mudah tertekan apabila saya membandingkan kemampuan saya dengan kemampuan teman	SS	S	TS	STS
7	Saya tidak takut menghadapi ujian mendadak karna saya sudah mempersiapkan diri sebelumnya	SS	S	TS	STS
8	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar	SS	S	TS	STS
9	Saat menyerahkan tugas kepada guru kaki dan tangan saya gemetar	SS	S	TS	STS
10	Walaupun banyak tugas yang saya kerjakan saya mampu berkonsentrasi	SS	S	TS	STS
11	Saya merasa memiliki banyak teman	SS	S	TS	STS
12	Saya tidak takut apabila harus satu kelompok dengan teman yang bukan teman dekat saya	SS	S	TS	STS
13	Saya cemas setiap menghadapi ujian mendadak	SS	S	TS	STS
14	Ketika mendapatkan nilai jelek, membuat saya merasa takut akan tinggal kelas	SS	S	TS	STS
15	Saya kurang percaya diri ketika harus berada didepan kelas untuk mempresentasikan tugas	SS	S	TS	STS
16	Saya siap menerima konsekuensi atas perbuatan yang saya lakukan	SS	S	TS	STS
17	Saya mudah stres ketika banyak hafalan dan banyak kegiatan yang harus saya lakukan	SS	S	TS	STS
18	Kepala saya pusing saat orang tua saya bertanya tentang nilai tugas-tugas saya	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
19	Saya mudah sakit perut apabila saya harus menjawab pertanyaan mendadak yang diberikan oleh guru	SS	S	TS	STS
20	Saya ragu akan kemampuan saya	SS	S	TS	STS
21	Saya merasa keberadaan teman-teman sangat berarti	SS	S	TS	STS
22	Akhir-akhir ini, saya merasa sedih dan murung	SS	S	TS	STS
23	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing	SS	S	TS	STS
24	Saya bekerja keras untuk mencapai tujuan hidup saya di masa depan	SS	S	TS	STS
25	Saya sering berdiskusi masalah mata pelajaran dengan teman-teman	SS	S	TS	STS
26	Saya mudah lupa ketika banyak hafalan yang harus saya stor	SS	S	TS	STS
27	Badan saya gemetar saat menghadapi ujian	SS	S	TS	STS
28	Jantung saya berdebar-debar saat masuk pelajaran yang kurang saya sukai	SS	S	TS	STS
29	Ketika nilai ujian saya rendah, saya cenderung menarik diri dari lingkungan karena saya merasa malu	SS	S	TS	STS
30	Saya merasa para guru kurang menyenangkan saya	SS	S	TS	STS
31	Terkadang saya menjadi mudah merasa sedih	SS	S	TS	STS
32	Saya mudah terkejut apabila saya mendengar suara keras secara tiba-tiba	SS	S	TS	STS
33	Saya akan menyalahkan orang lain ketika mereka berbuat hal yang saya tidak sukai	SS	S	TS	STS

SKALA KEPRIBADIAN TANGGUH

No	Pernyataan	Alternatif jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Setiap peristiwa pasti memiliki makna yang berarti.	SS	S	TS	STS
2.	Permasalahan hidup membuat saya tidak berdaya.	SS	S	TS	STS
3.	Saya selalu mempertimbangkan kemungkinan yang terjadi dalam hidup.	SS	S	TS	STS
4.	Saya lebih senang menghindari masalah agar tidak mengalami ketegangan.	SS	S	TS	STS
5.	Saya dapat mengendalikan permasalahan yang datang bertubi-tubi.	SS	S	TS	STS
6.	Perubahan yang tidak diinginkan merupakan suatu ancaman.	SS	S	TS	STS
7.	Hidup di tengah-tengah keluarga sangat menyenangkan	SS	S	TS	STS
8.	Saya takut menghadapi perubahan hidup.	SS	S	TS	STS
9.	Saya tidak akan mampu mengatasi sumber ketegangan.	SS	S	TS	STS
10.	Saya sanggup mengambil keputusan untuk dipertanggungjawabkan.	SS	S	TS	STS
11.	Hari-hari saya lalui penuh keoptimisan dan kemandirian.	SS	S	TS	STS
12.	Saya menerima perubahan yang terjadi dengan lapang dada.	SS	S	TS	STS
13.	Perubahan hanya membuat tata nilai kehidupan menjadi tidak teratur.	SS	S	TS	STS
14.	Rintangan senantiasa mendampingi keberhasilan, tetapi itu bukan suatu masalah.	SS	S	TS	STS
15.	Pengalaman menjadi guru yang berharga.	SS	S	TS	STS
16.	Ketidakterdayaan hidup semakin terasa ketika menyadari siapa diri saya.	SS	S	TS	STS
17.	Perubahan yang terjadi akan menuju kemajuan.	SS	S	TS	STS
18.	Saya merasa kurang percaya diri berada di lingkungan masyarakat.	SS	S	TS	STS
19.	Kegiatan kemasyarakatan hanya menambah beban hidup saya.	SS	S	TS	STS
20.	Saya berusaha mencari sumber ketegangan dalam penyelesaian masalah.	SS	S	TS	STS
21.	Saya khawatir jika berada dalam lingkungan yang belum saya kenal.	SS	S	TS	STS
22.	Hidup yang tenteram adalah tanpa pengaruh dari luar.	SS	S	TS	STS
23.	Kejenuhan hidup kadang saya rasakan.	SS	S	TS	STS
24.	Saya terlibat dalam kegiatan kemasyarakatan.	SS	S	TS	STS
25.	Gairah hidup saya mulai menurun.	SS	S	TS	STS

26.	Saya yakin setiap permasalahan pasti ada jalan keluarnya.	SS	S	TS	STS
No	Pernyataan	Alternatif jawaban			
27.	Alternatif penyelesaian masalah pasti ada.	SS	S	TS	STS
28.	Saya tidak pernah mencoba sesuatu yang baru.	SS	S	TS	STS
29.	Saya merasa gelisah dengan permasalahan yang terjadi.	SS	S	TS	STS
30.	Saya ingin menyelesaikan tugas sebaik-baiknya.	SS	S	TS	STS
31.	Kondisi yang mulai menurun akan membatasi ruang gerak saya.	SS	S	TS	STS
32.	Biarkan apa yang terjadi, terjadilah.	SS	S	TS	STS
33.	Saya kurang suka melibatkan diri dalam kegiatan hidup sehari-hari.	SS	S	TS	STS
34.	Dalam hidup ini akan terjadi perubahan sebagai proses alamiah.	SS	S	TS	STS
35.	Saya berani mengambil risiko atas apa yang saya lakukan.	SS	S	TS	STS
36.	Saya merasa mudah tersinggung jika ada yang mengomentari kekurangan saya.	SS	S	TS	STS
37.	Saya menikmati keaktifan dalam berorganisasi.	SS	S	TS	STS
38.	Kegagalan adalah keberhasilan yang tertunda.	SS	S	TS	STS
39.	Saya selalu menghadapi setiap masalah yang ada.	SS	S	TS	STS
40.	Saya mampu menyelesaikan setiap masalah yang terjadi.	SS	S	TS	STS
41.	Orang lain pasti sudah tidak menginginkan dan membutuhkan saya lagi.	SS	S	TS	STS
42.	Saya enggan untuk memulai sesuatu.	SS	S	TS	STS
43.	Pikiran saya menjadi lebih terbuka karena bergaul dengan orang lain.	SS	S	TS	STS
44.	Permasalahan hidup membuat saya stres.	SS	S	TS	STS
45.	Hati saya sakit jika mengingat kenangan pahit.	SS	S	TS	STS
46.	Saya bahagia ketika merasa berguna bagi orang lain.	SS	S	TS	STS
47.	Saya tertarik untuk mencoba sesuatu yang baru.	SS	S	TS	STS
48.	Saya kurang tertarik dengan kegiatan yang melibatkan banyak orang.	SS	S	TS	STS

SKALA OPTIMISME

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya percaya bahwa keadaan saya akan lebih baik masa depan	SS	S	TS	STS
2	Sekolah merupakan saat yang tepat untuk mengembangkan hobi yang saya miliki	SS	S	TS	STS
3	Saya yakin dengan nanti saya akan dapat menghasilkan karya yang bermanfaat bagi orang lain	SS	S	TS	STS
4	Saya takut dikucilkan dan disingkirkan dari masyarakat	SS	S	TS	STS
5	Saya lebih mengandalkan logika dari pada emosi dalam memutuskan suatu permasalahan	SS	S	TS	STS
6	Saya bisa menyelesaikan setiap masalah yang saya hadapi	SS	S	TS	STS
7	Saya sangat bangga akan prestasi dan pencapaian yang telah saya raih selama ini	SS	S	TS	STS
8	Saya bisa menahan amarah ketika ada hal yang tidak sesuai pendapat saya	SS	S	TS	STS
9	Saya sangat menikmati hari hari saya sebagai seorang pelajar	SS	S	TS	STS
10	Saya tidak tahu harus berbuat apa untuk mengisi waktu	SS	S	TS	STS
11	Dalam memutuskan suatu perkara atau masalah saya biasanya didasarkan atas bukti dan fakta yang ada	SS	S	TS	STS
12	Saya dapat menggunakan waktu untuk melakukan berbagai kegiatan yang bermanfaat	SS	S	TS	STS
13	Saya bingung apa yang harus saya lakukan	SS	S	TS	STS
14	Saya yakin kehidupan saya akan lebih bahagia	SS	S	TS	STS
15	Saya ingin lebih sukses dari pada teman-teman lain	SS	S	TS	STS
16	Emosi saya mudah sekali berubah karena pengaruh dari luar diri saya	SS	S	TS	STS
17	Saya berusaha merawat dan menjaga kesehatan diri saya	SS	S	TS	STS
18	Saya menikmati hidup saya karena saya sangat mencintai diri saya sendiri	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
19	Saya yakin dapat meraih kesuksesan	SS	S	TS	STS
20	Saya ingin selalu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi	SS	S	TS	STS
21	Apabila ada masalah saya tidak tahu apa yang harus saya perbuat	SS	S	TS	STS
22	Saya tidak tahu apa yang bisa saya lakukan sebagai seorang siswa	SS	S	TS	STS
23	Saya merasa tidak memiliki manfaat lagi di masyarakat	SS	S	TS	STS
24	Saya langsung menunjukkan amarah apabila ada hal yang tidak sesuai dengan pendapat saya	SS	S	TS	STS
25	Saya berusaha olahraga teratur dan menjaga pola makan untuk menjaga kesehatan saya	SS	S	TS	STS
26	Dalam menyelesaikan sebuah masalah saya tetap berusaha untuk tenang dalam menyelesaikannya	SS	S	TS	STS
27	Saya yakin akan keahlian yang saya miliki	SS	S	TS	STS
28	Saya sudah tidak memiliki cita cita atau keinginan apapun yang ingin saya wujudkan	SS	S	TS	STS
29	Kesuksesan merupakan hal yang mustahil bagi orang seperti saya	SS	S	TS	STS
30	Saya merasa kesehatan pada diri saya sudah tidak penting lagi	SS	S	TS	STS
31	Saya selalu mencari informasi kebenaran mengenai suatu masalah dari berbagai sumber yang bisa di percaya	SS	S	TS	STS
32	Saya menekuni hobi dan aktif dalam organisasi	SS	S	TS	STS
33	Saya memiliki cita cita yang ingin saya wujudkan	SS	S	TS	STS



LAMPIRAN
DATA UJI COBA

Stres Akademik																																			
N O	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	TOTAL					
1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	97	
2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	1	2	3	4	2	4	3	1	4	3	3	4	3	3	4	3	87	
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	4	2	2	2	1	2	2	3	4	1	3	4	3	97	
4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	70	
5	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	2	1	1	3	2	4	2	3	2	2	3	95	
6	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	76	
7	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	76	
8	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	1	2	1	1	2	1	1	1	71	
9	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	87	
10	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	80	
11	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	90	
12	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	81	
13	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	76	
14	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	94	
15	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	81	
16	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	70
17	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	81	
18	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	74	
19	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	85	
20	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	73	
21	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	101	
22	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	85	
23	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	83	
24	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	77	

25	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	79	
26	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	77	
27	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	80		
28	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	89	
29	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	81	
30	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	1	2	1	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	72
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	97
32	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	91
33	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	2	96
34	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	65
35	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	67
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	72
37	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	2	2	3	89
38	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	66
39	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	87
40	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	76
41	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	2	89
42	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	2	84
43	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	1	3	1	2	3	1	2	1	2	73
44	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	60
45	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	1	3	3	84
46	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	82
47	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	67
48	2	4	2	3	2	4	3	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	82
49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	79
50	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	73

51	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	81	
52	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3	78		
53	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	87			
54	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	82	
55	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	71		
56	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	79
57	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	80	
58	2	2	2	1	3	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	68
59	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	84	
60	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	105
61	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	4	3	2	3	1	3	3	85
62	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	66
63	2	3	3	2	3	2	1	2	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	67
64	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	71	
65	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	76
66	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	3	77
67	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	77
68	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	83
69	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	86
70	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	78
71	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	3	2	2	77	
72	1	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	82
73	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	91
74	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	81
75	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	74	
76	2	2	1	2	2	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	81

77	1	4	4	2	1	2	2	1	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	73
78	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	1	3	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	77	
79	1	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	78	
80	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	89	
81	3	2	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	2	3	2	4	2	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	83
82	4	2	2	4	2	1	2	4	2	4	2	3	2	3	1	3	4	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	4	87
83	3	2	2	3	4	3	4	1	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	4	1	3	1	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	4	84
84	2	2	4	4	1	2	3	4	2	2	3	1	3	3	2	4	3	3	1	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	78
85	3	1	2	3	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	1	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	71
86	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	3	3	2	2	70
87	4	3	3	3	3	4	2	3	2	1	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	85
88	3	1	1	1	1	2	1	2	3	1	3	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	78
89	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	3	86
90	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	75
91	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	87
92	3	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	83
93	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	2	72
94	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	4	87
95	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	79

		Kepribadian Tangguh																																																				
N O	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48						
1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4			
3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
4	3	4	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3		
5	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
6	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	3	4	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
7	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
8	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1		
9	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3			
10	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2		
11	4	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2			
12	3	3	1	3	4	2	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
13	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
14	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	2	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	3			
15	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3		
16	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
17	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	
18	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3		
19	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	1
20	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1		
21	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	2	4	3	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	

2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3					
2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3			
2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3				
2	5	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2				
2	6	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
2	7	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	1	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2			
2	8	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1				
2	9	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1
3	0	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	1	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	1	2	1	3	4	2	4	3	2	4	2	3	4	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4			
3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3		
3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	
3	5	4	3	3	3	2	4	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	1	2	
3	6	2	4	2	2	2	4	1	2	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	3	1	2	1	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2		
3	7	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
3	8	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	
3	9	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	1	1	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	
4	0	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	3	1	1	1	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	
4	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	3	1	2	3	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

4 2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2		
4 3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3			
4 4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	1		
4 5	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3			
4 6	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	
4 7	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	1	1	1	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3		
4 8	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3			
4 9	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3			
5 0	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
5 1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3			
5 2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	4	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2		
5 3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
5 4	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	4	3	1	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3			
5 5	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	1	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3			
5 6	3	1	1	3	1	3	1	1	3	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3			
5 7	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	1	2	2	2	1	1	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3		
5 8	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
5 9	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	1	3	
6 0	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	4	4	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	
6 1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

6 2	1	2	3	2	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3					
6 3	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1			
6 4	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1					
6 5	3	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	4	3	1	3	3	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3					
6 6	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3			
6 7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3						
6 8	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3					
6 9	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2					
7 0	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3					
7 1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2
7 2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	3	1	2	2	3	4	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2		
7 3	4	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2		
7 4	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	1			
7 5	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	2	3	1			
7 6	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3			
7 7	4	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2		
7 8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2			
7 9	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	
8 0	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
8 1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	3	4	2	3	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	3				

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

82	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3											
83	2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2									
84	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1						
85	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2							
86	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2		
87	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	
88	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3			
89	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	4	2	3	2			
90	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
91	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
92	1	4	4	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	1	
93	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1		
94	2	3	2	3	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
95	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	1	2	3	1	2	3	1	3

Optimisme																																		
NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	TOTAL
1	3	4	3	4	1	3	2	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	3	4	3	2	3	3	2	3	1	1	2	1	1	1	85
2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	1	4	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	75
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	4	4	3	3	4	2	2	3	73
4	3	4	3	4	2	4	2	4	4	1	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	2	102
5	2	3	1	2	3	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	4	2	1	1	2	2	2	1	3	2	2	2	3	4	2	3	2	67
6	2	3	2	4	2	1	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	4	4	1	2	3	2	2	3	2	91
7	3	4	3	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	1	2	3	3	3	4	3	3	1	2	2	3	2	4	2	3	2	4	95
8	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	4	4	2	94
9	3	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	4	1	3	2	1	3	1	2	1	1	3	2	1	3	4	4	4	3	4	3	4	78
10	3	2	4	4	4	2	3	1	2	4	4	2	4	4	4	4	3	2	1	4	4	3	2	1	4	3	3	4	3	3	4	1	2	98
11	4	1	3	2	2	3	3	3	3	1	3	1	2	1	2	2	3	3	1	3	2	2	1	1	1	3	3	3	4	2	4	3	4	79
12	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	1	3	3	4	3	4	97
13	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	113
14	3	2	2	3	1	2	2	4	1	2	1	2	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	83
15	3	2	3	2	4	2	3	4	2	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	1	2	3	1	1	3	3	2	95
16	4	2	4	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	1	2	4	1	2	1	4	2	2	2	4	2	3	1	2	3	1	1	3	1	81
17	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	3	4	3	3	4	3	3	75
18	3	3	1	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	1	3	1	3	4	2	4	2	2	3	3	86
19	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	90
20	3	2	3	3	1	3	2	3	2	4	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	85
21	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	3	4	3	2	3	4	2	4	69
22	3	4	3	3	1	1	1	3	3	3	2	4	1	1	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	1	3	4	90
23	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	4	3	1	3	1	3	2	4	1	4	4	1	2	2	1	4	1	4	3	3	4	3	3	93
24	3	2	3	3	3	1	2	1	2	3	4	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	1	77

25	4	1	4	3	2	3	3	1	1	3	4	1	3	3	3	2	2	4	1	4	3	1	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	84		
26	1	3	4	3	3	1	4	3	3	4	3	3	4	2	1	3	3	1	2	4	3	3	1	2	4	4	3	4	3	3	3	3	94		
27	3	1	3	4	3	2	4	3	2	3	3	1	3	1	2	1	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	1	3	4	3	4	2	4	89	
28	3	2	2	2	3	4	2	1	2	3	3	2	3	2	3	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	4	4	4	4	2	3	1	81
29	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	1	3	2	71	
30	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	1	4	2	2	2	2	2	1	102	
31	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	87	
32	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	2	3	4	4	2	4	2	86	
33	1	2	3	1	1	3	3	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	2	3	1	3	3	1	3	1	2	4	1	2	3	2	1	65	
34	3	1	2	3	1	1	3	1	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	2	2	3	1	2	4	1	3	2	1	4	3	2	1	2	70	
35	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	2	3	1	3	2	103	
36	3	4	2	4	2	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	3	3	2	3	2	1	3	2	103	
37	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	1	3	3	1	2	3	3	99	
38	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	1	2	4	2	3	90	
39	3	4	3	2	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	1	3	1	2	3	2	3	4	96	
40	3	2	3	3	2	1	3	4	2	3	1	2	3	2	2	4	2	1	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	88	
41	4	1	4	3	3	4	3	3	4	3	4	1	3	4	4	3	3	3	1	4	3	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	1	2	102	
42	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	75	
43	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	2	4	2	3	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	2	4	95	
44	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	108
45	3	3	2	4	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	4	1	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	3	74
46	4	3	3	1	2	1	1	2	3	4	3	3	3	2	2	1	3	2	3	3	1	4	1	3	4	3	3	1	1	3	1	3	1	78	
47	3	3	3	2	1	3	3	4	3	1	4	3	4	1	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	1	1	86	
48	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	1	4	3	1	3	2	107	
49	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	1	2	3	3	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	74	
50	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	2	1	3	2	4	4	4	3	4	1	3	3	2	2	3	2	1	1	3	98	

51	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	1	2	3	2	3	99					
52	3	1	3	1	3	1	1	3	4	4	4	1	3	1	1	3	4	4	3	3	1	1	1	3	1	3	4	1	2	1	3	1	2	75			
53	3	1	4	3	2	2	1	2	4	1	2	1	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	1	1	2	3	1	4	81					
54	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	2	1	3	1	2	3	2	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	1	4	94			
55	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	90				
56	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	1	3	3	4	4	116			
57	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	1	2	1	2	2	4	4	3	2	2	90			
58	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	108		
59	3	1	3	4	3	4	2	4	3	4	2	1	3	1	3	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	84			
60	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	3	3	3	4	3	2	3	61			
61	3	3	3	1	3	1	1	3	2	1	3	3	3	2	3	3	2	1	1	3	1	3	2	3	3	1	1	1	3	3	1	3	2	72			
62	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	1	2	3	1	1	3	100			
63	3	3	4	3	3	4	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	4	1	4	4	3	4	3	3	4	3	97			
64	3	3	3	4	2	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	3	4	2	2	4	100				
65	3	3	1	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	3	101			
66	3	2	3	2	4	4	1	4	2	1	3	2	4	1	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2	85			
67	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	1	4	3	4	2	91		
68	4	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	4	4	2	1	3	87			
69	3	4	3	2	4	2	1	4	2	2	3	4	4	1	4	4	2	4	4	3	2	2	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	101			
70	1	3	3	3	2	4	4	4	4	1	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	1	3	2	2	1	95		
71	4	1	3	4	4	2	2	3	1	3	4	1	4	2	3	3	3	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	2	1	4	1	3	2	92			
72	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	4	3	4	1	3	3	4	78
73	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	1	4	74			
74	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	1	1	78			
75	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	4	3	3	2	1	3	4	91		
76	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	99		

77	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	90		
78	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	3	2	4	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	4	2	98	
79	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3	87		
80	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	4	1	4	2	3	1	2	80	
81	4	2	4	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	1	1	2	3	2	1	2	2	3	2	73		
82	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	1	2	3	3	4	2	1	2	4	3	1	76	
83	2	1	1	3	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	1	71	
84	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	90	
85	4	2	3	3	4	2	3	2	4	3	1	4	3	1	4	3	2	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	96	
86	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	89
87	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	4	2	4	3	4	3	4	3	85	
88	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	4	2	3	1	2	1	2	1	2	89	
89	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	1	3	2	4	3	3	1	3	76	
90	3	2	3	3	2	3	1	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	90	
91	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	1	3	1	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	1	3	4	1	78	
92	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	84	
93	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	89	
94	4	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	4	1	4	4	3	3	90	
95	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	97	



LAMPIRAN
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8
aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17
aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25
aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33
aitem_34 aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 aitem_39 aitem_40 aitem_41
aitem_42 aitem_43 aitem_44 aitem_45 aitem_46 aitem_47 aitem_48
/SCALE('Kepribadian Tangguh') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:10:17
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 95
Missing Value Handling	Matrix Input
	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 aitem_34 aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 aitem_39 aitem_40 aitem_41 aitem_42 aitem_43 aitem_44 aitem_45 aitem_46 aitem_47 aitem_48 /SCALE('Kepribadian Tangguh') ALL

		/MODEL=ALPHA	
		/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE	
		/SUMMARY=TOTAL.	
Resources	Processor Time		00:00:00,03
	Elapsed Time		00:00:00,05

[DataSet0]

Scale: Kepribadian Tangguh

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	95	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	95	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,914	48

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,45	,796	95
aitem_2	2,55	,796	95
aitem_3	2,48	,861	95
aitem_4	2,48	,697	95
aitem_5	2,31	,773	95

aitem_6	2,46	,796	95
aitem_7	2,33	,691	95
aitem_8	2,51	,727	95
aitem_9	2,43	,821	95
aitem_10	2,37	,773	95
aitem_11	2,39	,673	95
aitem_12	2,52	,650	95
aitem_13	2,46	,810	95
aitem_14	2,47	,770	95
aitem_15	2,49	,713	95
aitem_16	2,62	,622	95
aitem_17	2,44	,725	95
aitem_18	2,58	,708	95
aitem_19	2,47	,742	95
aitem_20	2,53	,682	95
aitem_21	2,46	,712	95
aitem_22	2,44	,631	95
aitem_23	2,59	,722	95
aitem_24	2,47	,682	95
aitem_25	2,45	,726	95
aitem_26	2,42	,807	95
aitem_27	2,61	,641	95
aitem_28	2,33	,721	95
aitem_29	2,35	,796	95
aitem_30	2,29	,797	95
aitem_31	2,14	,780	95
aitem_32	2,46	,755	95
aitem_33	2,39	,748	95
aitem_34	2,23	,736	95

aitem_35	2,32	,762	95
aitem_36	2,46	,836	95
aitem_37	2,37	,800	95
aitem_38	2,46	,823	95
aitem_39	2,40	,764	95
aitem_40	2,59	,692	95
aitem_41	2,34	,858	95
aitem_42	2,52	,849	95
aitem_43	2,51	,698	95
aitem_44	2,54	,741	95
aitem_45	2,41	,857	95
aitem_46	2,55	,822	95
aitem_47	2,48	,756	95
aitem_48	2,41	,779	95

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	114,88	249,210	,384	,912
aitem_2	114,79	246,508	,495	,911
aitem_3	114,85	248,382	,382	,912
aitem_4	114,85	247,765	,512	,911
aitem_5	115,03	248,371	,432	,912
aitem_6	114,87	245,495	,536	,911

aitem_7	115,01	247,372	,536	,911
aitem_8	114,83	249,120	,429	,912
aitem_9	114,91	246,789	,467	,911
aitem_10	114,97	247,542	,467	,911
aitem_11	114,95	248,412	,501	,911
aitem_12	114,82	251,893	,348	,913
aitem_13	114,87	246,963	,467	,911
aitem_14	114,86	244,417	,602	,910
aitem_15	114,84	246,985	,536	,911
aitem_16	114,72	249,461	,491	,911
aitem_17	114,89	247,329	,511	,911
aitem_18	114,76	249,058	,445	,912
aitem_19	114,86	247,375	,496	,911
aitem_20	114,81	252,964	,280	,913
aitem_21	114,87	249,729	,412	,912
aitem_22	114,89	250,414	,435	,912
aitem_23	114,75	249,191	,430	,912
aitem_24	114,86	250,290	,406	,912
aitem_25	114,88	247,955	,482	,911
aitem_26	114,92	264,972	-,233	,919
aitem_27	114,73	259,180	-,004	,916
aitem_28	115,01	259,245	-,011	,916
aitem_29	114,99	248,159	,427	,912
aitem_30	115,04	247,083	,470	,911
aitem_31	115,20	250,672	,333	,913
aitem_32	114,87	249,218	,407	,912
aitem_33	114,95	248,625	,437	,912
aitem_34	115,11	253,138	,249	,914
aitem_35	115,02	250,510	,349	,913

aitem_36	114,87	246,643	,463	,911
aitem_37	114,97	248,201	,423	,912
aitem_38	114,87	244,282	,566	,910
aitem_39	114,94	250,187	,362	,912
aitem_40	114,75	248,914	,463	,911
aitem_41	115,00	247,787	,406	,912
aitem_42	114,82	246,829	,448	,912
aitem_43	114,83	250,163	,401	,912
aitem_44	114,80	249,353	,410	,912
aitem_45	114,93	247,920	,402	,912
aitem_46	114,79	247,296	,446	,912
aitem_47	114,85	249,808	,382	,912
aitem_48	114,93	247,282	,474	,911

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
117,34	259,502	16,109	48

```

NEW FILE.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
RELIABILITY
/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8
aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17
aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25
aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33
/SCALE('Optimisme') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:11:40
Comments	
Input	Active Dataset DataSet1 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 95 Matrix Input Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 /SCALE('Optimisme') ALL

		/MODEL=ALPHA
		/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
		/SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

[DataSet1]

Scale: Optimisme**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	95	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	95	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,831	33

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,94	,755	95
aitem_2	2,64	,874	95
aitem_3	2,86	,807	95

aitem_4	2,79	,886	95
aitem_5	2,55	,884	95
aitem_6	2,54	,987	95
aitem_7	2,52	,886	95
aitem_8	2,83	,975	95
aitem_9	2,64	,798	95
aitem_10	2,59	,951	95
aitem_11	2,79	,910	95
aitem_12	2,59	,881	95
aitem_13	2,63	,900	95
aitem_14	2,46	,836	95
aitem_15	2,60	,868	95
aitem_16	2,75	,799	95
aitem_17	2,65	,822	95
aitem_18	2,63	,888	95
aitem_19	2,46	,998	95
aitem_20	2,86	,752	95
aitem_21	2,74	,925	95
aitem_22	2,67	,844	95
aitem_23	2,56	,834	95
aitem_24	2,62	,925	95
aitem_25	2,67	1,015	95
aitem_26	2,79	,898	95
aitem_27	2,82	,945	95
aitem_28	2,59	,984	95
aitem_29	2,71	,999	95
aitem_30	2,62	,947	95
aitem_31	2,60	,972	95
aitem_32	2,49	,933	95

aitem_33	2,61	1,014	95
----------	------	-------	----

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	84,88	121,167	,314	,808
aitem_2	85,18	118,319	,414	,804
aitem_3	84,96	119,275	,399	,805
aitem_4	85,03	116,648	,498	,801
aitem_5	85,27	119,052	,369	,806
aitem_6	85,28	117,610	,391	,805
aitem_7	85,31	119,576	,341	,807
aitem_8	84,99	117,330	,411	,804
aitem_9	85,18	119,914	,367	,806
aitem_10	85,23	118,648	,357	,806
aitem_11	85,03	120,116	,302	,808
aitem_12	85,23	117,669	,445	,803
aitem_13	85,19	119,347	,346	,807
aitem_14	85,36	119,126	,391	,805
aitem_15	85,22	120,131	,319	,808
aitem_16	85,07	119,473	,392	,805
aitem_17	85,17	120,780	,304	,808
aitem_18	85,19	118,517	,396	,805
aitem_19	85,36	117,594	,387	,805
aitem_20	84,96	119,956	,390	,806
aitem_21	85,08	115,589	,529	,800
aitem_22	85,15	118,701	,410	,805
aitem_23	85,26	118,004	,455	,803

aitem_24	85,20	120,630	,369	,810
aitem_25	85,15	117,170	,398	,804
aitem_26	85,03	122,393	,389	,812
aitem_27	85,00	125,638	,020	,819
aitem_28	85,23	125,350	,029	,819
aitem_29	85,12	125,572	,017	,819
aitem_30	85,20	123,417	,326	,815
aitem_31	85,22	125,472	,025	,819
aitem_32	85,33	122,499	,374	,813
aitem_33	85,21	121,870	,381	,813

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
87,82	126,957	11,268	33

```

NEW FILE.
DATASET NAME DataSet2 WINDOW=FRONT.
RELIABILITY
/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8
aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17
aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25
aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33
/SCALE('Stres Akademik') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:12:31
Comments	
Input	Active Dataset DataSet2 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 95 Matrix Input Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 /SCALE('Stres Akademik') ALL

		/MODEL=ALPHA
		/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
		/SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,03

[DataSet2]

Scale: Stres Akademik**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	95	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	95	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,870	33

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,56	,614	95
aitem_2	2,46	,681	95
aitem_3	2,48	,697	95

aitem_4	2,44	,614	95
aitem_5	2,37	,745	95
aitem_6	2,43	,709	95
aitem_7	2,40	,706	95
aitem_8	2,49	,666	95
aitem_9	2,33	,643	95
aitem_10	2,31	,773	95
aitem_11	2,38	,702	95
aitem_12	2,61	,673	95
aitem_13	2,33	,675	95
aitem_14	2,56	,631	95
aitem_15	2,31	,685	95
aitem_16	2,52	,650	95
aitem_17	2,58	,693	95
aitem_18	2,35	,665	95
aitem_19	2,38	,732	95
aitem_20	2,35	,696	95
aitem_21	2,45	,740	95
aitem_22	2,43	,647	95
aitem_23	2,41	,722	95
aitem_24	2,46	,649	95
aitem_25	2,36	,757	95
aitem_26	2,41	,707	95
aitem_27	2,44	,648	95
aitem_28	2,47	,682	95
aitem_29	2,46	,712	95
aitem_30	2,40	,690	95
aitem_31	2,49	,756	95
aitem_32	2,43	,709	95

aitem_33	2,49	,727	95
----------	------	------	----

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	77,79	68,508	,379	,800
aitem_2	77,88	68,891	,399	,802
aitem_3	77,86	69,375	,348	,804
aitem_4	77,91	69,299	,300	,802
aitem_5	77,98	68,127	,330	,801
aitem_6	77,92	67,674	,391	,799
aitem_7	77,95	67,093	,445	,797
aitem_8	77,85	68,127	,379	,800
aitem_9	78,02	68,553	,354	,801
aitem_10	78,04	67,785	,342	,801
aitem_11	77,97	68,776	,398	,802
aitem_12	77,74	68,345	,354	,800
aitem_13	78,02	70,042	,398	,806
aitem_14	77,79	67,764	,441	,798
aitem_15	78,04	67,785	,397	,799
aitem_16	77,83	69,035	,304	,802
aitem_17	77,77	68,456	,332	,801
aitem_18	78,00	69,106	,389	,803
aitem_19	77,97	67,159	,421	,798
aitem_20	78,00	69,043	,378	,803
aitem_21	77,89	67,797	,360	,800
aitem_22	77,92	71,035	,118	,809
aitem_23	77,94	68,677	,396	,803

aitem_24	77,88	69,465	,364	,804
aitem_25	77,99	71,032	,089	,811
aitem_26	77,94	68,273	,340	,801
aitem_27	77,91	68,895	,319	,802
aitem_28	77,87	68,005	,380	,799
aitem_29	77,88	67,720	,385	,799
aitem_30	77,95	69,625	,329	,805
aitem_31	77,85	70,829	,105	,810
aitem_32	77,92	70,674	,131	,809
aitem_33	77,85	69,765	,301	,806

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
80,35	72,740	8,529	33



Stres Akademik																														
NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	TOTAL
1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	84
2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	1	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	77
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	4	1	3	87
4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	63
5	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	1	3	2	4	2	3	3	87
6	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	65
7	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	1	2	2	67
8	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	1	2	1	66
9	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	78
10	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	68
11	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80
12	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	72
13	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	66
14	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	83
15	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	4	2	3	2	4	2	3	3	69
16	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	63
17	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	72
18	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	66
19	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	1	74
20	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	64
21	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	89
22	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
23	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	74
24	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	68

25	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	70			
26	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	67	
27	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	70	
28	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	77
29	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	72
30	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	1	2	1	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	61
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	85
32	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	83	
33	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	85	
34	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	55
35	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	59
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	61
37	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	80
38	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	57
39	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	76
40	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	65
41	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	2	76	
42	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	74
43	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	3	1	2	3	1	2	67	
44	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	3	2	2	1	52	
45	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	74
46	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	72
47	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	55
48	2	4	2	3	2	4	3	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	73
49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	67
50	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	63	

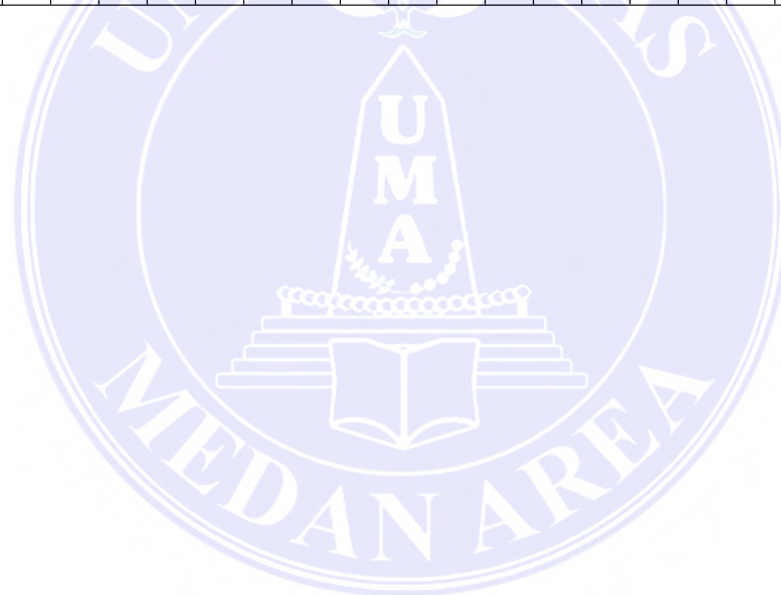
51	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	69	
52	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	70	
53	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	75	
54	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	73	
55	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	4	2	3	2	3	2	3	2	2	60	
56	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	69	
57	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	69	
58	2	2	2	1	3	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	58	
59	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	73	
60	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	95	
61	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	3	75		
62	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	3	3	56	
63	2	3	3	2	3	2	1	2	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	61
64	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	64	
65	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	3	1	2	3	65
66	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	67	
67	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	1	2	3	3	66
68	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	75	
69	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	76	
70	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	65	
71	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	66	
72	1	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	73	
73	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81
74	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	73
75	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	64	
76	2	2	1	2	2	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	71	

77	1	4	4	2	1	2	2	1	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	65	
78	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	1	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	3	2	69	
79	1	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	68	
80	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	79	
81	3	2	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	2	3	2	4	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	74	
82	4	2	2	4	2	1	2	4	2	4	2	3	2	3	1	3	4	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	4	77	
83	3	2	2	3	4	3	4	1	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	4	1	3	1	2	3	2	2	2	1	4	78	
84	2	2	4	4	1	2	3	4	2	2	3	1	3	3	2	4	3	3	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	69	
85	3	1	2	3	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	1	3	3	1	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	60	
86	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	2	62	
87	4	3	3	3	3	4	2	3	2	1	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	76
88	3	1	1	1	1	2	1	2	3	1	3	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	66	
89	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	75	
90	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	68	
91	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	77	
92	3	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	4	74	
93	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	63	
94	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	4	76	
95	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	72	

NO	Kepribadian Tangguh																												TOTAL																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	99				
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	9	121			
3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	90	
4	3	4	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	110	
5	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90	
6	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	4	2	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	100
7	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
8	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	81	
9	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	72					
10	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	115	
11	4	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	97		
12	3	3	1	3	4	2	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	116	
13	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	113	
14	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	3	85				
15	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	108		
16	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131	
17	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	98	
18	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	104		
19	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	84			
20	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	95	
21	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	96		
22	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	119				
23	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	91		
24	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128		
25	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	109			
26	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	127	
27	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	1	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	2	108				

57	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	1	2	2	1	1	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	109	
58	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	134		
59	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	1	3	106		
60	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80		
61	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	90			
62	1	2	3	2	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	140	
63	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	97		
64	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	119	
65	3	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	4	1	3	3	1	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	118
66	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	105	
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	99	
68	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	86	
69	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	92	
70	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	127	
71	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	107	
72	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	4	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	106	
73	4	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	95	
74	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	1	86
75	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	1	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	2	123
76	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	114		
77	4	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	104	
78	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	126	
79	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	115
80	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	80
81	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	1	4	3	3	1	4	3	3	1	4	2	3	114	
82	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	108	
83	2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	1	2	1	3	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	102	
84	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	95	
85	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	85

86	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	132		
87	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	108			
88	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	115		
89	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	4	2	3	2	96		
90	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	84		
91	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	106	
92	1	4	4	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	1	99	
93	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	121
94	2	3	2	3	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	111
95	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	1	2	3	1	2	3	1	3	89	



Optimisme																															
NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	TOTAL	
1	3	4	3	4	1	3	2	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	3	4	3	2	3	3	2	2	1	1	79	
2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	1	4	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	4	3	2	2	2	1	2	1	67	
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	4	4	2	3	61	
4	3	4	3	4	2	4	2	4	4	1	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	2	92
5	2	3	1	2	3	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	4	2	1	1	2	2	2	1	3	2	4	3	2	58	
6	2	3	2	4	2	1	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	4	4	2	3	2	83	
7	3	4	3	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	1	2	3	3	3	4	3	3	1	2	2	2	2	4	83	
8	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	81	
9	3	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	4	1	3	2	1	3	1	2	1	1	3	2	1	3	3	3	4	62	
10	3	2	4	4	4	2	3	1	2	4	4	2	4	4	4	4	3	2	1	4	4	3	2	1	4	3	3	1	2	84	
11	4	1	3	2	2	3	3	3	3	1	3	1	2	1	2	2	3	3	1	3	2	2	1	1	1	3	2	3	4	65	
12	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	86	
13	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	101	
14	3	2	2	3	1	2	2	4	1	2	1	2	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	72	
15	3	2	3	2	4	2	3	4	2	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	1	1	3	2	86	
16	4	2	4	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	1	2	4	1	2	1	4	2	2	2	4	2	3	1	3	1	74	
17	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	61	
18	3	3	1	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	1	3	1	3	2	3	3	74	
19	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	77	
20	3	2	3	3	1	3	2	3	2	4	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	77	
21	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	3	3	2	4	56	
22	3	4	3	3	1	1	1	3	3	3	2	4	1	1	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	4	81	
23	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	4	3	1	3	1	3	2	4	1	4	4	1	2	2	1	4	3	3	3	81	
24	3	2	3	3	3	1	2	1	2	3	4	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	1	3	2	2	1	67	

25	4	1	4	3	2	3	3	1	1	3	4	1	3	3	3	2	2	4	1	4	3	1	3	3	3	3	1	1	3	73	
26	1	3	4	3	3	1	4	3	3	4	3	3	4	2	1	3	3	1	2	4	3	3	1	2	4	4	3	3	3	81	
27	3	1	3	4	3	2	4	3	2	3	3	1	3	1	2	1	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	3	2	4	77	
28	3	2	2	2	3	4	2	1	2	3	3	2	3	2	3	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	3	4	3	1	69	
29	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	64	
30	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	1	2	2	1	92	
31	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	79
32	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	4	4	2	75	
33	1	2	3	1	1	3	3	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	2	3	1	3	3	1	3	1	2	2	1	55	
34	3	1	2	3	1	1	3	1	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	2	2	3	1	2	4	1	3	3	1	2	61	
35	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	94	
36	3	4	2	4	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	3	2	3	2	94
37	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	1	3	3	90
38	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	4	2	2	3	77
39	3	4	3	2	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	1	3	3	4	88	
40	3	2	3	3	2	1	3	4	2	3	1	2	3	2	2	4	2	1	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	4	75	
41	4	1	4	3	3	4	3	3	4	3	4	1	3	4	4	3	3	3	1	4	3	4	2	3	3	4	4	1	2	88	
42	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	68	
43	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	2	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	80	
44	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	95	
45	3	3	2	4	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	4	1	3	2	1	2	1	2	3	67	
46	4	3	3	1	2	1	1	2	3	4	3	3	3	2	2	1	3	2	3	3	1	4	1	3	4	3	3	3	1	72	
47	3	3	3	2	1	3	3	4	3	1	4	3	4	1	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	77	
48	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	100
49	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	1	2	3	3	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	67	
50	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	2	1	3	2	4	4	4	4	3	4	1	3	3	2	1	3	90

51	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	89		
52	3	1	3	1	3	1	1	3	4	4	4	1	3	1	1	3	4	4	3	3	1	1	1	3	1	3	1	1	2	65	
53	3	1	4	3	2	2	1	2	4	1	2	1	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	3	1	71	
54	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	2	1	3	1	2	3	2	4	3	2	4	3	4	3	1	4	83	
55	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	80
56	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	106
57	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	1	2	1	4	2	2	79	
58	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	92
59	3	1	3	4	3	4	2	4	3	4	2	1	3	1	3	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	3	3	1	74	
60	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	4	2	3	49	
61	3	3	3	1	3	1	1	3	2	1	3	3	3	2	3	3	2	1	1	3	1	3	2	3	3	1	3	3	2	66	
62	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	94	
63	3	3	4	3	3	4	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	4	1	4	3	4	3	83	
64	3	3	3	4	2	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4	2	4	87	
65	3	3	1	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	3	3	2	4	3	3	3	90	
66	3	2	3	2	4	4	1	4	2	1	3	2	4	1	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	72	
67	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	2	82	
68	4	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	78
69	3	4	3	2	4	2	1	4	2	2	3	4	4	1	4	4	2	4	4	3	2	2	4	3	2	3	4	4	3	87	
70	1	3	3	3	2	4	4	4	4	1	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	1	88	
71	4	1	3	4	4	2	2	3	1	3	4	1	4	2	3	3	3	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	84	
72	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	4	64	
73	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	4	66	
74	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	4	3	1	1	67	
75	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	2	3	4	80	
76	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	4	4	85	

77	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	2	2	3	79			
78	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	3	2	4	3	2	4	2	3	2	3	4	3	4	2	88		
79	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	4	3	3	3	75		
80	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	2	1	2	68		
81	4	2	4	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	1	1	1	2	3	64		
82	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	1	65		
83	2	1	1	3	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	3	1	61		
84	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	75		
85	4	2	3	3	4	2	3	2	4	3	1	4	3	1	4	3	2	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	85		
86	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	76		
87	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	4	4	4	3	73		
88	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	4	2	1	1	2	81		
89	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	1	3	1	3	64	
90	3	2	3	3	2	3	1	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	76
91	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	1	3	1	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	4	1	65		
92	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	74		
93	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	4	2	3	2	4	77		
94	4	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	4	3	3	79		
95	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	83		



LAMPIRAN

UJI NORMALITAS

NPAR TESTS
 /K-S(NORMAL)=X1 X2 Y
 /STATISTICS DESCRIPTIVES
 /MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

Notes

Output Created	22-APR-2022 21:35:39
Comments	
Input	Active Dataset DataSet3
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 95
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPART TESTS
	/K-S(NORMAL)=X1 X2 Y
	/STATISTICS DESCRIPTIVES
Resources	/MISSING ANALYSIS.
	Processor Time 00:00:00,02
	Elapsed Time 00:00:00,03
	Number of Cases Allowed ^a 131072

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet3]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kepribadian Tangguh	95	107,08	16,207	72	140
Optimisme	95	77,11	11,110	49	106
Stres Akademik	95	70,63	8,125	52	95

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kepribadian Tangguh	Optimisme	Stres Akademik
N		95	95	95
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	107,08	77,11	70,63
	Std. Deviation	16,207	11,110	8,125
	Absolute	,077	,071	,064
Most Extreme Differences	Positive	,059	,071	,064
	Negative	-,077	-,044	-,041
Kolmogorov-Smirnov Z		,749	,693	,622
Asymp. Sig. (2-tailed)		,629	,723	,834

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

MEANS TABLES=Y BY X1
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS ANOVA LINEARITY.

Means

Notes

Output Created		22-APR-2022 21:36:23
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
Missing Value Handling	N of Rows in Working Data File	95
	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax		MEANS TABLES=Y BY X1 /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time	00:00:00,03
	Elapsed Time	00:00:00,05

[DataSet3]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres Akademik * Kepribadian Tangguh	95	100,0%	0	0,0%	95	100,0%

Report

Stres Akademik

Kepribadian Tangguh	Mean	N	Std. Deviation
72	78,00	1	.
78	76,00	1	.
80	85,50	4	6,807
81	66,00	1	.
84	71,00	2	4,243
85	71,50	2	16,263
86	74,00	2	1,414
89	74,00	2	2,828
90	82,25	4	5,852
91	74,00	1	.
92	76,50	2	,707
95	71,33	3	8,737
96	77,00	3	11,136

97	70,50	2	13,435
98	70,50	2	2,121
99	74,67	3	9,018
100	65,00	1	.
102	69,50	2	12,021
104	65,50	2	,707
105	67,00	1	.
106	74,33	3	2,309
107	66,00	1	.
108	73,00	4	4,082
109	70,33	3	1,528
110	63,00	1	.
111	76,00	1	.
112	67,00	1	.
113	66,00	1	.
114	72,50	2	2,121
115	69,00	5	2,646
116	69,80	5	5,891
117	66,50	2	10,607
118	65,00	2	,000
119	69,50	2	7,778
121	67,67	3	8,083
123	64,00	1	.
124	65,50	2	12,021

125	67,00	1	.
126	69,00	1	.
127	66,00	2	1,414
128	68,00	1	.
129	78,50	2	9,192
130	61,00	1	.
131	57,50	2	7,778
132	62,00	1	.
134	58,00	1	.
139	55,00	2	,000
140	56,00	1	.
Total	70,63	95	8,125

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	(Combined)	3946,222	47	83,962	1,746	,029
Stres Akademik * Kepribadian Tangguh	Between Groups	2055,464	1	2055,464	42,749	,000
	Deviation from Linearity	1890,758	46	41,103	,855	,702
	Within Groups	2259,883	47	48,083		
	Total	6206,105	94			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres Akademik * Kepribadian Tangguh	-,576	,331	,797	,636



MEANS TABLES=Y BY X2
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS ANOVA LINEARITY.

Means

Notes

Output Created	22-APR-2022 21:37:31	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
Missing Value Handling	N of Rows in Working Data File	95
	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
		MEANS TABLES=Y BY X2
		/CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,03

[DataSet3]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres Akademik *	95	100,0%	0	0,0%	95	100,0%
Optimisme						

Report

Stres Akademik

Optimisme	Mean	N	Std. Deviation
49	95,00	1	.
55	85,00	1	.
56	89,00	1	.
58	87,00	1	.
61	73,00	4	13,491
62	78,00	1	.
64	73,50	4	1,291
65	76,00	4	4,243
66	78,00	2	4,243
67	71,80	5	4,207
68	76,50	2	3,536
69	77,00	1	.
71	75,00	1	.

72	74,00	3	8,185
73	73,00	2	4,243
74	69,00	4	5,354
75	71,25	4	8,016
76	65,00	2	4,243
77	63,83	6	7,305
78	75,00	1	.
79	75,80	5	8,871
80	63,67	3	3,512
81	69,60	5	4,506
82	66,00	1	.
83	67,60	5	4,980
84	67,00	2	1,414
85	65,50	2	7,778
86	70,50	2	2,121
87	70,00	2	8,485
88	71,50	4	5,447
89	69,00	1	.
90	69,33	3	9,292
92	60,67	3	2,517
94	58,67	3	2,517
95	52,00	1	.
100	73,00	1	.
101	66,00	1	.

106	69,00	1	.
Total	70,63	95	8,125

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			3838,355	37	103,739	2,497	,001
Stres Akademik * Optimisme	Between Groups	Linearity	1847,791	1	1847,791	44,483	,000
		Deviation from Linearity	1990,564	36	55,293	1,331	,164
	Within Groups		2367,750	57	41,539		
	Total		6206,105	94			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres Akademik * Optimisme	-,546	,298	,786	,618



```

REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X1
/SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED)
/RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID)
/CASEWISE PLOT(ZRESID) OUTLIERS(3).
    
```

Regression

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:38:33
Comments	
Input	Active Dataset DataSet3
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 95
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X1 /SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED) /RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID) /CASEWISE PLOT(ZRESID)

		OUTLIERS(3).	
Resources	Processor Time		00:00:03,12
	Elapsed Time		00:00:02,76
	Memory Required	1380 bytes	
	Additional Memory Required for Residual Plots	912 bytes	

[DataSet3]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kepribadian Tangguh ^b		Enter

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,576 ^a	,331	,324	6,681	1,919

a. Predictors: (Constant), Kepribadian Tangguh

b. Dependent Variable: Stres Akademik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2055,464	1	2055,464	46,055	,000 ^b
	Residual	4150,642	93	44,631		
	Total	6206,105	94			

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. Predictors: (Constant), Kepribadian Tangguh

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	101,528	4,604		22,052	,000		
	Kepribadian Tangguh	-,289	,043	-,576	-6,786	,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions	
				(Constant)	Kepribadian Tangguh
1	1	1,989	1,000	,01	,01
	2	,011	13,359	,99	,99

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Casewise Diagnostics^a

Case Number	Std. Residual	Stres Akademik	Predicted Value	Residual
33	3,097	85	64,31	20,692

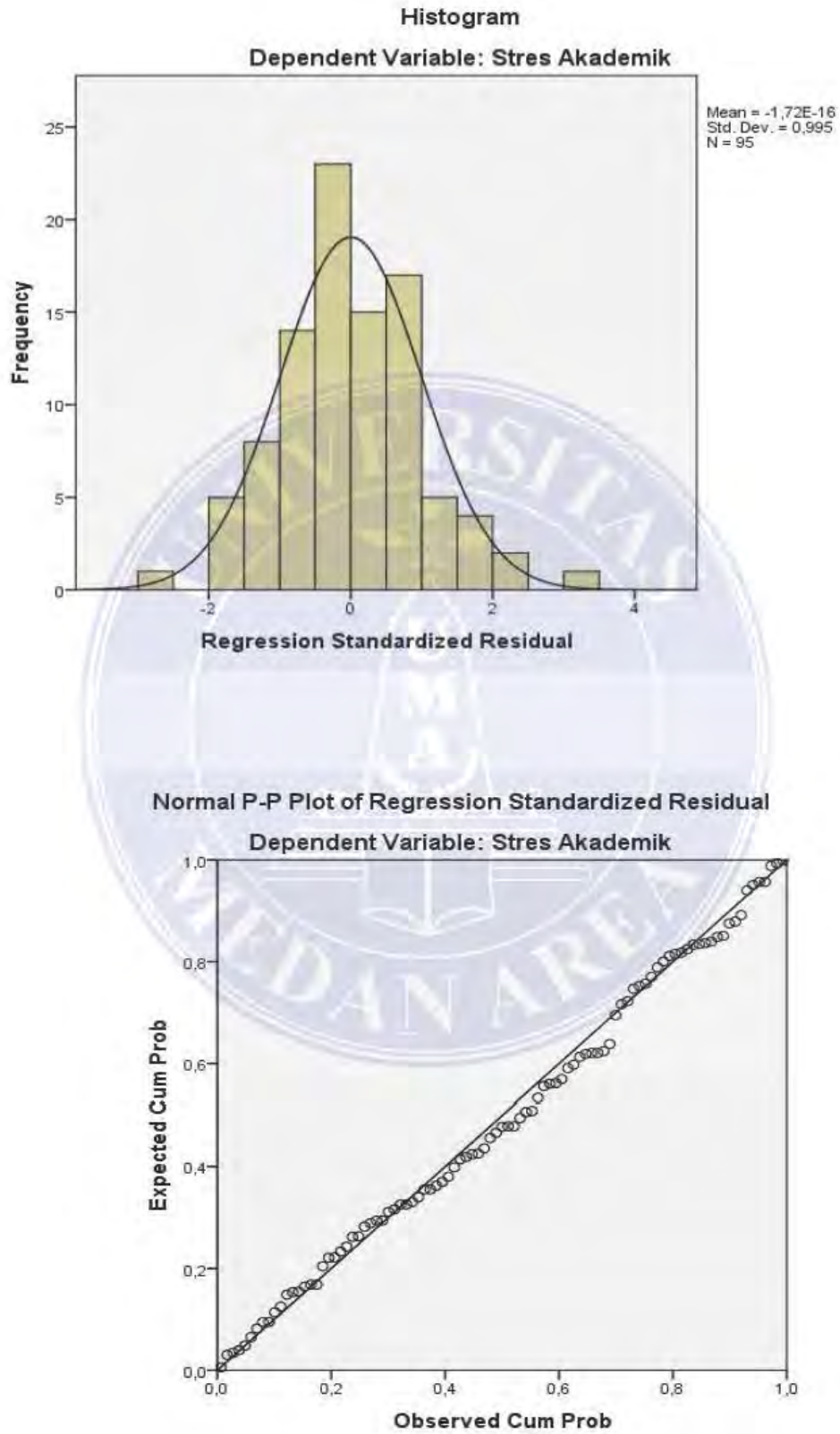
a. Dependent Variable: Stres Akademik

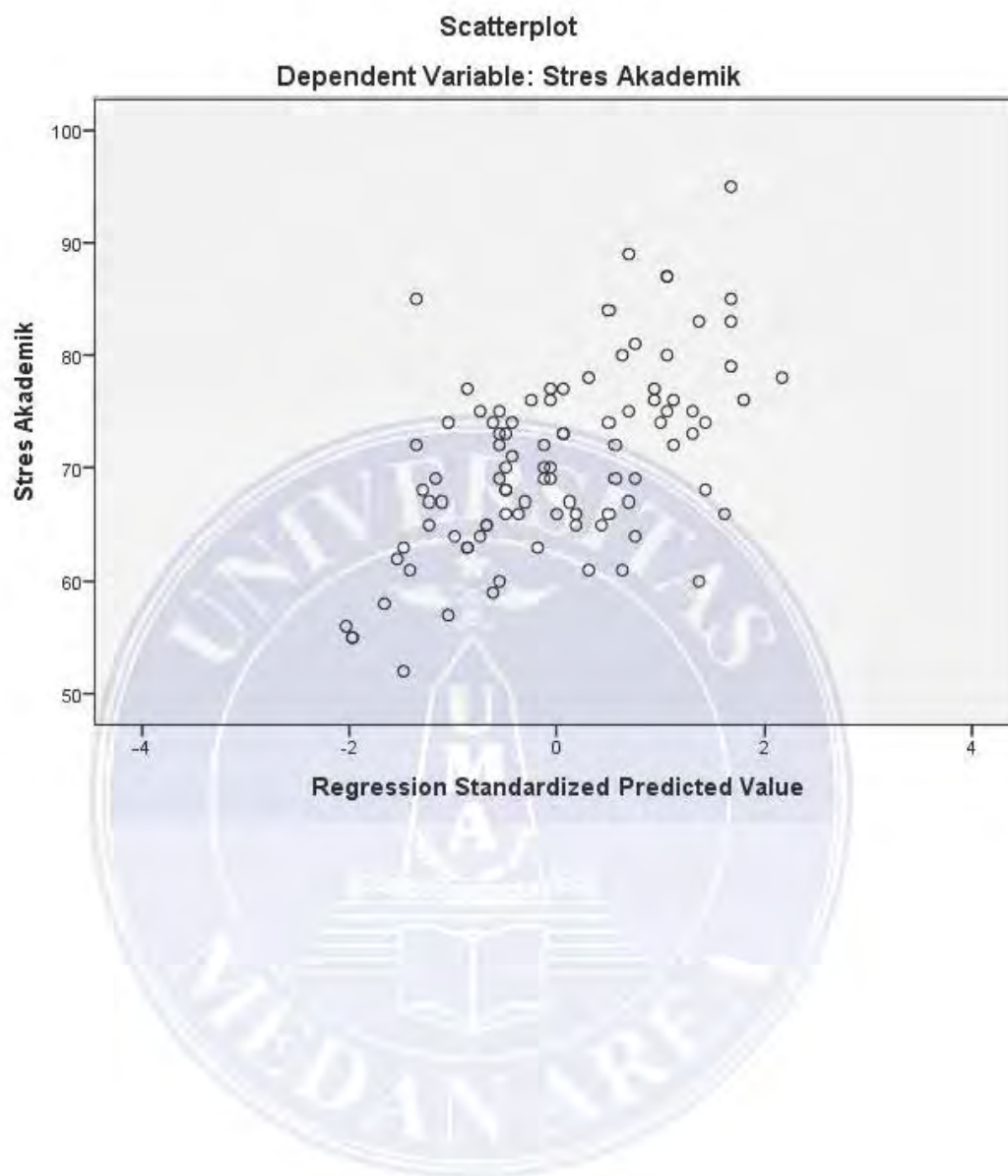
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	61,13	80,75	70,63	4,676	95
Residual	-17,003	20,692	,000	6,645	95
Std. Predicted Value	-2,031	2,165	,000	1,000	95
Std. Residual	-2,545	3,097	,000	,995	95

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Charts





```

REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X2
/SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED)
/RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID)
/CASEWISE PLOT(ZRESID) OUTLIERS(3).
    
```

Regression

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:39:35
Comments	
Input	Active Dataset DataSet3 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 95
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing. Cases Used Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X2 /SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED) /RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID) /CASEWISE PLOT(ZRESID)

		OUTLIERS(3).	
Resources	Processor Time		00:00:01,36
	Elapsed Time		00:00:01,33
	Memory Required	1380 bytes	
	Additional Memory Required for Residual Plots	912 bytes	

[DataSet3]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Optimisme ^b		Enter

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,546 ^a	,298	,290	6,846	2,188

a. Predictors: (Constant), Optimisme

b. Dependent Variable: Stres Akademik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1847,791	1	1847,791	39,429	,000 ^b
	Residual	4358,314	93	46,864		
	Total	6206,105	94			

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. Predictors: (Constant), Optimisme

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	101,401	4,950		20,484	,000		
	Optimisme	-,399	,064	-,546	-6,279	,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions	
				(Constant)	Optimisme
1	1	1,990	1,000	,01	,01
	2	,010	14,025	,99	,99

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Casewise Diagnostics^a

Case Number	Std. Residual	Stres Akademik	Predicted Value	Residual
34	-3,222	55	77,06	-22,059

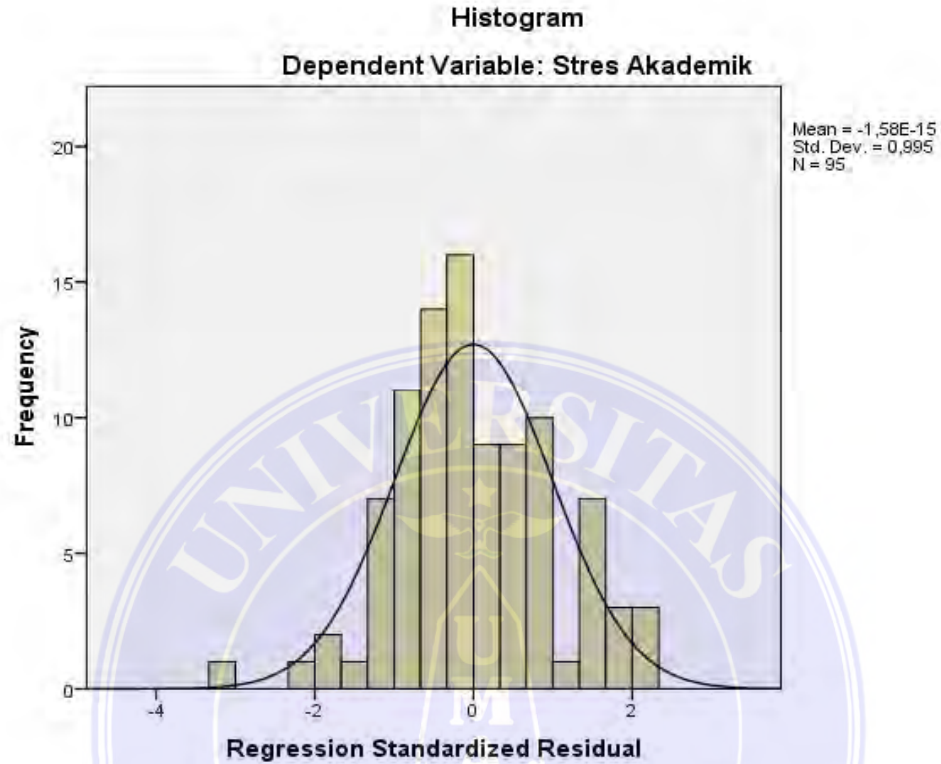
a. Dependent Variable: Stres Akademik

Residuals Statistics^a

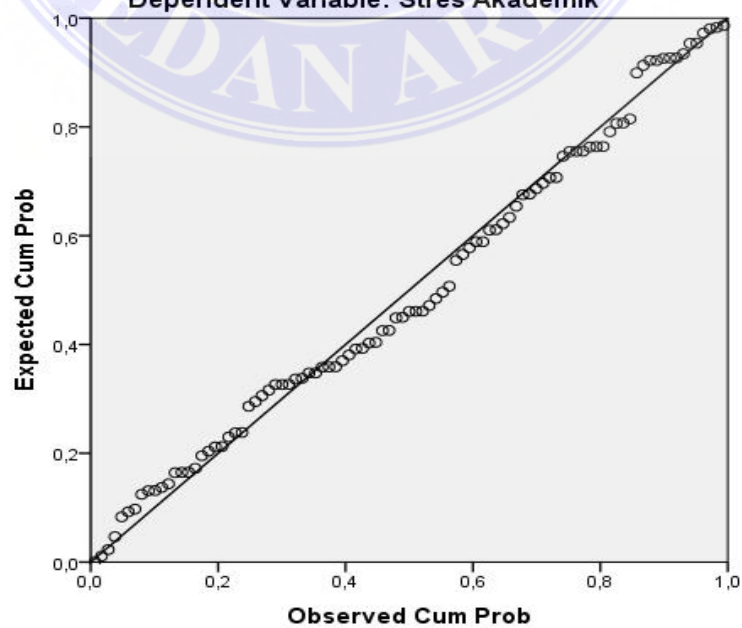
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	59,10	81,85	70,63	4,434	95
Residual	-22,059	15,125	,000	6,809	95
Std. Predicted Value	-2,601	2,530	,000	1,000	95
Std. Residual	-3,222	2,209	,000	,995	95

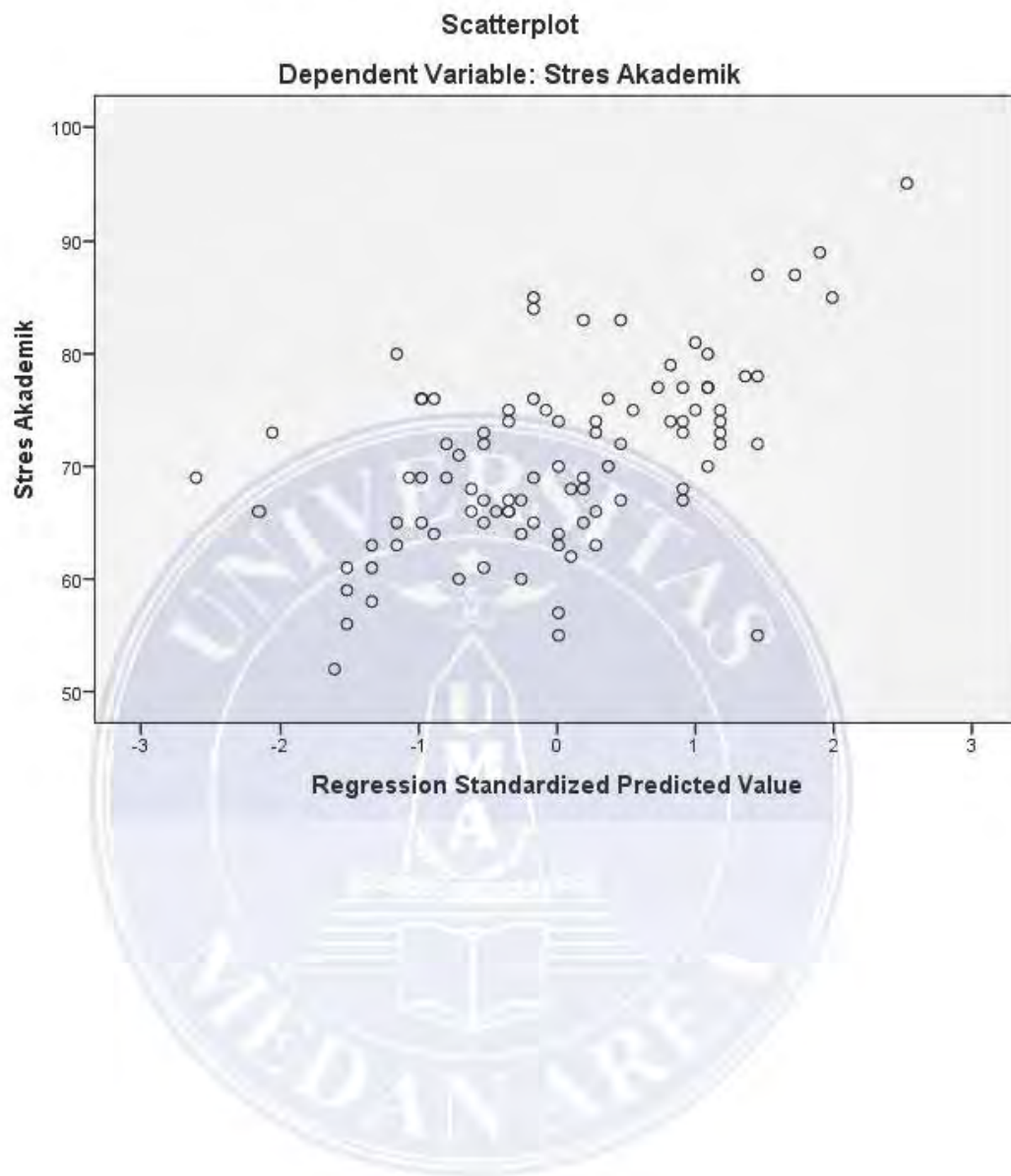
a. Dependent Variable: Stres Akademik

Charts



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual
Dependent Variable: Stres Akademik





```

REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X1 X2
/SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED)
/RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID)
/CASEWISE PLOT(ZRESID) OUTLIERS(3).
    
```

Regression

Notes	
Output Created	22-APR-2022 21:40:40
Comments	
Input	Active Dataset DataSet3
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 95
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X1 X2 /SCATTERPLOT=(Y ,*ZPRED) /RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID) /CASEWISE PLOT(ZRESID)

		OUTLIERS(3).	
Resources	Processor Time		00:00:01,23
	Elapsed Time		00:00:01,23
	Memory Required	1644 bytes	
	Additional Memory Required for Residual Plots	904 bytes	

[DataSet3]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Optimisme, Kepribadian Tangguh ^b		Enter

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,728 ^a	,530	,520	5,629	2,027

a. Predictors: (Constant), Optimisme, Kepribadian Tangguh

b. Dependent Variable: Stres Akademik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3291,371	2	1645,686	51,944	,000 ^b
	Residual	2914,734	92	31,682		
	Total	6206,105	94			

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. Predictors: (Constant), Optimisme, Kepribadian Tangguh

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	122,599	5,141		23,848	,000		
	Kepribadian Tangguh	-,246	,036	-,491	-6,750	,000	,965	1,036
	Optimisme	-,332	,053	-,454	-6,246	,000	,965	1,036

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Kepribadian Tangguh	Optimisme
1	1	2,974	1,000	,00	,00	,00
1	2	,017	13,130	,00	,67	,52
	3	,008	18,825	1,00	,33	,48

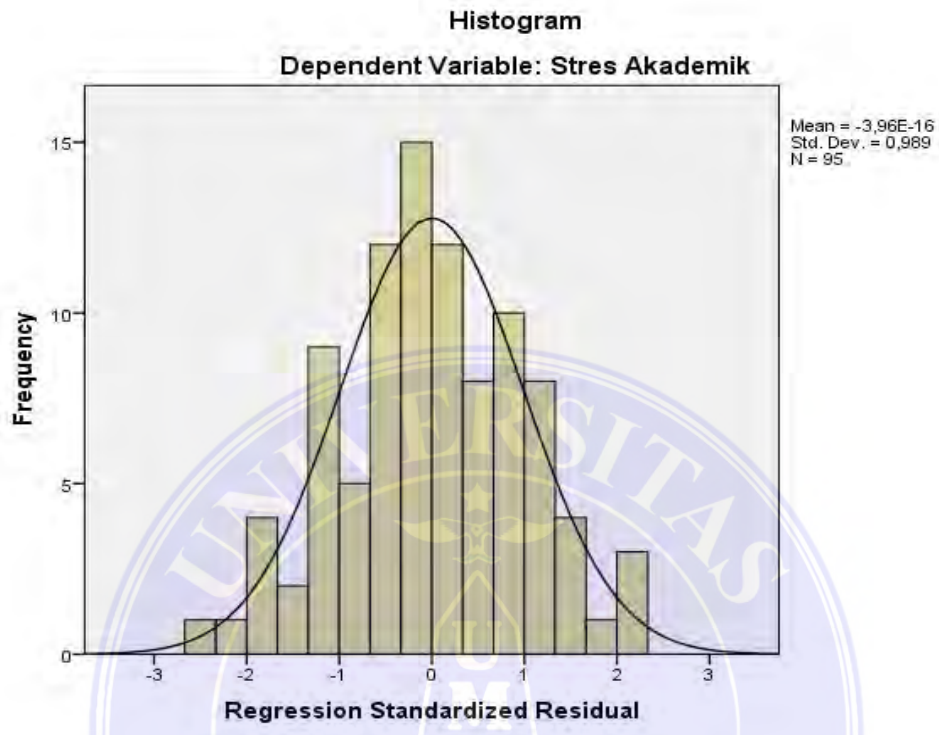
a. Dependent Variable: Stres Akademik

Residuals Statistics^a

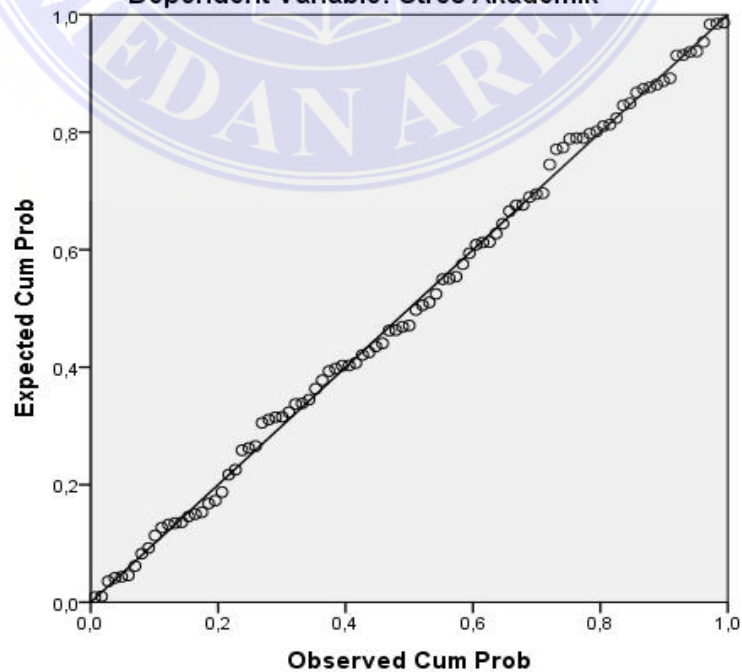
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	56,92	86,63	70,63	5,917	95
Residual	-13,444	12,419	,000	5,568	95
Std. Predicted Value	-2,317	2,704	,000	1,000	95
Std. Residual	-2,389	2,206	,000	,989	95

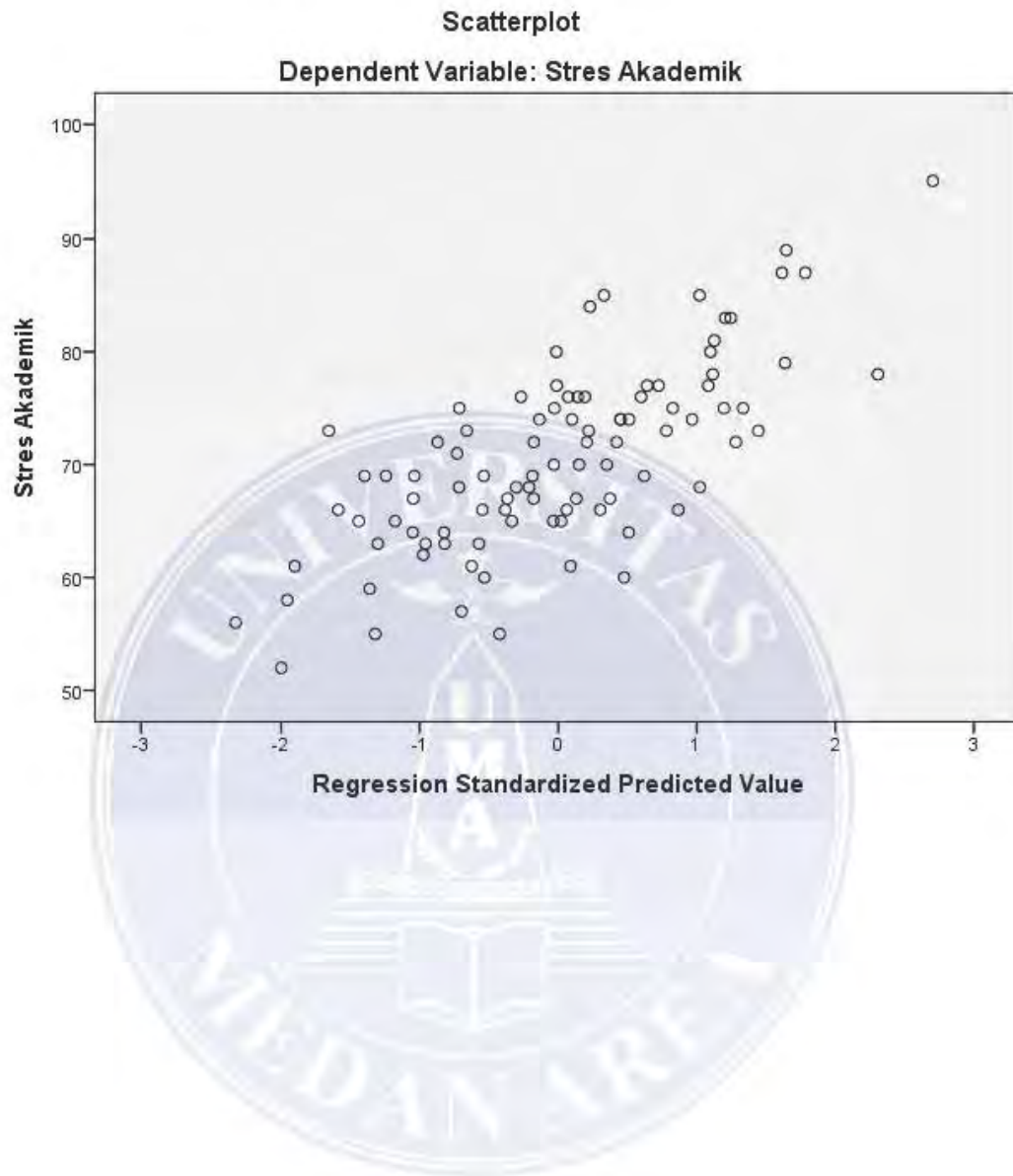
a. Dependent Variable: Stres Akademik

Charts



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual
Dependent Variable: Stres Akademik









UNIVERSITAS MEDAN AREA PASCASARJANA

Program Magister : Ilmu Administrasi Publik - Agribisnis - Ilmu Hukum - Psikologi
Program Doktor : Ilmu Pertanian

Jl. Setia Budi No. 79-B Tj. Rejo Medan Sunggal Kota Medan Sumatera Utara 20112 Indonesia
Telp. (061) 8201994 Fax. (061) 8226331

Nomor : 020 /PPS-UMA/D/01/I/2022
Hal : Izin Penelitian

Januari 2022

Kepada Yth. :

SMA Negeri 1 Binjal

Jl. Wr.Mongonsidi No.10, Satria, Kec. Binjal Kota, Kota Binjal

Di -

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya Tugas Akhir mahasiswa Program Magister Psikologi Universitas Medan Area, kami mohon kesediaan Saudara untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : DARA AISYAH
NPM : 191804053
Program Studi : Magister Psikologi
Konsentrasi : Pendidikan

Untuk melaksanakan pengambilan data di tempat yang Saudara pimpin sebagai bahan melengkapi tugas-tugas penulisan Tesis pada Program Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Disamping itu perlu kami sampaikan bahwa mahasiswa yang tersebut diatas mengambil judul "Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjal".

Demikian disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

Direktur,

Retna Astuti K, MS

Tembusan :

1. Ketua Program Studi – M.Psi
2. Pertinggal

Kampus Utama : Jalan Kotam No. 1 Medan Estate Telp. (061) 7366878 Fax. (061) 7366998 Medan 20223

PROVINSI SUMATERA UTARA
 DINAS PENDIDIKAN
MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 BINJAI

Jl. Gonskidi No. 10 -- Kode Pos 20714 -- Kec. Binjai Kota -- Kota Binjai
 Telp. (011) 42088320 - E-Mail : binjai_sman1@yahoo.co.id - Website : www.sman1binjai.sch.id

SURAT KETERANGAN TELAH MENGADAKAN PENELITIAN

Nomor : 422 -579 /SMAN.1/VI/2022

Pt. Kepala SMA Negeri 1 Binjai Menegaskan :

Nama : Dara Aisyah
 NIM : 191804053
 Program Studi : Magister Psikologi
 Konsentrasi : Pendidikan

Adalah benar telah mengadakan penelitian di SMA Negeri 1 Binjai pada 24 Februari – 06 Juni 2022 dengan judul.

“ Hubungan Kepribadian Tangguh dan Optimisme Dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai ”.

Adapun Penelitian ini berdasarkan surat dari Universitas Medan Area Pascasarjana Nomor : 020/PPS-UMA/D/01/I/2022 tentang izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Binjai, 13 Juni 2022

Binjai, 13 Juni 2022 pada SMA Negeri 1 Binjai

