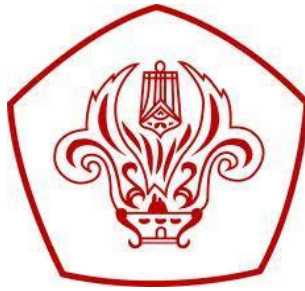


**HUBUNGAN ANTARA *GENERAL SELF-EFFICACY*
DENGAN *DAILY HASSLES STRESS* PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS X DI JAKARTA**

AKIRA MAULANA SUKARDI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

2013



**HUBUNGAN ANTARA *GENERAL SELF-EFFICACY*
DENGAN *DAILY HASSLES STRESS* PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS X DI JAKARTA**

**“Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menempuh ujian sarjana
strata 1 (S-1) Psikologi”**

AKIRA MAULANA SUKARDI

705090125

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

2013

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *GENERAL SELF-EFFICACY*
DENGAN *DAILY HASSLES STRESS* PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS X DI JAKARTA**

Akira Maulana

705090125

(Sri Tiatri, M.Si., Ph.D., Psi.)

Pembimbing I

(Niken Widiastuti, M.Si., Psi.)

Pembimbing II

Jakarta, 16 Januari 2014

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

(Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., Psikoterapis, CGA, CGI, QIA, CRMP.)

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *GENERAL SELF-EFFICACY*
DENGAN *DAILY HASSLES STRESS* PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS X DI JAKARTA**

Akira Maulana

705090125

PANITIA UJIAN

(Prof. Dr. Samsunuwijati Mar'at)

Penguji I

(Monika, M.Psi)

Penguji II

(Niken Widiastuti, M.Si., Psi.)

Penguji III

Kata Pengantar

Bismillahirrahmanirahim. Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi. Selama proses pengerjaan, penulis dihadapkan dengan berbagai macam kendala dan *alhamdulillah* dapat dilewati berkat dukungan dari berbagai pihak.

Pertama-tama penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ibu Sri Tiatri, M.Si., Ph.D., Psi. selaku pembimbing pertama, dan Ibu Niken Widiastuti, M.Si., Psi. selaku pembimbing kedua. Terima kasih atas waktu, tenaga, dan pikiran yang telah didedikasikan kepada penulis dalam membimbing, mengarahkan, dan memberikan pencerahan selama proses penulisan skripsi ini.

Dalam kesempatan ini, penulis juga ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., Psikoterapis, CGI, QIA, CRMP. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Bapak, Ibu Dosen dan Staf Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Terima kasih atas bantuan, ilmu, nasihat, dan pengalaman yang telah diberikan selama penulis kuliah.
2. Bapak Erik Wijaya, M.Si., dan Bapak Putu Tommy Yudha Sumatera Suyasa, M.Si., Psi. yang telah membantu dalam proses pengolahan data serta memberikan nasihat dan masukan yang bermanfaat terkait dengan alat ukur dalam skripsi ini.

3. Keluarga tercinta, Ayah dan Mama yang tak pernah henti-hentinya melantunkan doa dan memberikan dukungan, serta kedua adik-adik Akina Fathia dan Akiko Sabrina yang menjadi motivasi bagi penulis untuk bisa menjadi suri tauladan buat mereka.
4. Kepada Refacha Violany. Terima kasih telah bersedia menemani, memberikan motivasi, dan mendorong penulis agar dapat segera menyelesaikan penulisan skripsi.
5. Para sahabat seangkatan, Roland, Yoanes Leonardi, Welly Julyanto, Yohanes Ari Setiawan, Vonny Anggrean, Pricilla Nathania, Ivah Levina Kosman, William Suryajaya, Ferleo, Aurelia Cynthia Lukman, Vera, Sicylian Juwita Maga, Donny Putra Pratama, dan Ricky Pratama. Terima kasih telah menjadi sahabat yang baik.
6. Para sahabat, Faritze dan Biondi yang telah memberi semangat dan motivasi kepada penulis agar dapat segera menyelesaikan penulisan skripsi.
7. Terima kasih secara khusus yang pertama untuk Alifia Qonitha Sudharto yang telah membantu menerjemahkan alat ukur, dan yang kedua untuk Jessica Odelia dan Marcel Stanley yang telah membantu menyebarkan kuisioner.
8. Keluarga besar DPM/BEM F.Psi Untar masa jabatan 2012/2013 dan 2013/2014. Terima kasih atas segala bantuan dan dukungannya.
9. Seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X angkatan 2013, 2012, 2011, dan 2010 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuisioner.

10. Dan untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis, maaf jika nama kalian terlupakan dan tidak dapat penulis tuliskan satu persatu.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan anugerah dan balasan yang setimpal atas segala bentuk kebaikan yang telah diberikan kepada penulis. Akhir kata, penulis menyatakan bertanggung jawab atas seluruh isi skripsi ini. Semoga apa yang penulis tuangkan dalam skripsi ini dapat bermanfaat dikemudian hari.

Jakarta, 27 Desember 2013

Akira Maulana

DAFTAR ISI

Kata Pengantar _____	i
Daftar Isi _____	iv
Daftar Tabel _____	viii
Daftar Lampiran _____	ix
Abstrak _____	xi
BAB I PENDAHULUAN _____	1
1.1 Latar Belakang Masalah _____	1
1.2 Rumusan Masalah _____	9
1.3 Tujuan Penelitian _____	9
1.4 Manfaat Penelitian _____	9
1.4.1 Manfaat Teoritis _____	9
1.4.2 Manfaat Praktis _____	9
1.5 Sistematika Penulisan _____	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA _____	11
2.1 <i>Self-efficacy</i> _____	11
2.1.1 Definisi <i>Self-efficacy</i> _____	11
2.1.2 Sumber-sumber <i>Self-efficacy</i> _____	12
2.2 Daily Hassles Stress _____	13
2.1.1 Definisi Stress _____	13
2.1.2 Definisi Daily Hassles _____	14
2.2.3 Pandangan-pandangan Terhadap Stres _____	14
2.2.4 Sumber-sumber Stres _____	17
2.2.5 Faktor-faktor Stres Pada Mahasiswa _____	19

2.3 Mahasiswa _____	20
2.3.1 Definisi Mahasiswa _____	20
2.3.2 Karakteristik Perkembangan Mahasiswa _____	21
2.4 Fakultas Psikologi Universitas X _____	24
2.4.1 Profil Fakultas _____	24
2.4.2 Sistem Pembelajaran _____	25
2.5 Kerangka Berpikir _____	25
2.6 Hipotesis _____	27
BAB III METODE PENELITIAN _____	28
3.1 Partisipan Penelitian _____	28
3.2 Populasi Dan Sampel _____	28
3.3 Jenis Penelitian _____	29
3.4 <i>Setting</i> Dan Peralatan Penelitian _____	29
3.4.1 Setting Penelitian _____	29
3.4.2 Peralatan Penelitian _____	29
3.5 Pengukuran _____	30
3.5.1 Pengukuran Variabel <i>General Self-efficacy</i> _____	30
3.5.2 Pengukuran Variabel <i>Dailly Hassles Stress</i> _____	31
3.5.3 Validitas Dan Reliabilitas _____	34
3.6 Prosedur Penelitian _____	35
3.6.1 Persiapan Penelitian _____	35
3.6.2 Pelaksanaan Penelitian _____	36
3.7 Gambaran Responden Penelitian _____	37
3.7.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin _____	37
3.7.2 Gambaran Responden Berdasarkan Angkatan _____	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	39
4.1 Gambaran Data Penelitian	39
4.1.1 Gambaran Data Variabel <i>General Self-efficacy</i>	39
4.1.2 Gambaran Data Variabel <i>Daily Hassles Stress</i>	40
4.2 Uji Normalitas	41
4.2.1 Uji Normalitas <i>General Self-efficacy</i> dan <i>Daily Hassles Stress</i>	41
4.2.2 Uji Normalitas Faktor-Faktor pada <i>Daily Hassles Stress</i>	41
4.3 Analisis Data Utama	42
4.3.1 Hubungan <i>General Self-efficacy</i> Dengan <i>Daily Hassles Stress</i>	42
4.4.1 Hubungan <i>General Self-efficacy</i> Dengan Faktor-Faktor pada <i>Daily Hassles Stress</i>	42
4.4 Analisis Data Tambahan	46
4.4.1 Uji Perbedaan <i>General Self-efficacy</i> Dan <i>Daily Hassles Stress</i> Ditinjau Dari Jenis Kelamin	46
4.4.2 Uji Perbedaan <i>General Self-efficacy</i> Dan <i>Daily Hassles Stress</i> Ditinjau Dari Sistem Perkuliahan	46
4.4.3 Uji Perbedaan <i>General Self-efficacy</i> Dan <i>Daily Hassles Stress</i> Ditinjau Dari Angkatan	47
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	49
5.1 Simpulan	49
5.2 Diskusi	50
5.3 Saran	53
5.3.1 Saran Teoritis	53
5.3.2 Saran Praktis	54
Abstract	xii

Daftar Pustaka _____ **P-1**

Lampiran _____ **L-1**

Abstrak

Akira Maulana (705090125)

Hubungan antara *General Self-efficacy* dengan *Daily Hassles Stress* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X; Sri Tiatri, M.Si., Ph.D., Psi. dan Niken Widiastuti, M.Si., Psi. Program Studi S-1 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, (i-xii;55 halaman, P1-P3, L1-L37)

General self-efficacy adalah keyakinan akan kemampuan menangani tugas-tugas baru dan mengatasi kesulitan dalam berbagai situasi yang menantang dan penuh tekanan. Sementara *daily hassles stress* adalah pengalaman-pengalaman dan kondisi-kondisi di kehidupan sehari-hari yang dinilai sebagai sesuatu yang dapat membahayakan dan mengancam kesejahteraan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *general self-efficacy* dengan *daily hassles stress* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X. Penelitian melibatkan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X angkatan 2010 sampai 2013 ($n = 264$). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan mengambil jumlah proporsi tiap angkatan. Penelitian ini mengadaptasi skala *General Self-Efficacy Scale* (GSE-S) dan *Inventory of College Students Recent Live Experience* (ICSRLE). Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa *general self-efficacy* berkorelasi negatif dengan *daily hassles stress* ($r = -0,184$ dengan $p = 0,00$). Jadi, semakin tinggi *general self-efficacy* yang dimiliki oleh seseorang maka semakin rendah *daily hassles stress* yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah *general self-efficacy* maka semakin tinggi *daily hassles stress* yang dialami.

Kata kunci: *general self-efficacy*, *daily hassles stress*, mahasiswa