

ABSTRAK

Mahasiswa seringkali mengalami stress yang bersumber dari kegiatan akademiknya. Bagi mahasiswa tingkat akhir, yang sering menjadi stressor adalah menyelesaikan skripsi. Ketidakmampuan mahasiswa dalam menerima stressor dalam belajar menjadikan mahasiswa mengalami sulit fokus, mudah lupa bahkan menurunnya motivasi belajar sehingga hal ini menyebabkan terhambat untuk menyelesaikan tugas akhirnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self concept* terhadap stress akademik mahasiswa semester akhir di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. *Self concept* merupakan penilaian diri dan yang diyakini dengan benar mengenai diri sendiri sebagai individu. Dengan mengetahui *self concept* seseorang dapat memudahkan dalam memperkirakan dan memahami perilakunya. Konsep diri yang positif terbukti berkaitan dengan kesuksesan akademis. Orang yang memiliki konsep diri positif akan bersifat optimis, berani mencoba hal baru, berani sukses dan tidak takut kegagalan dan percaya diri dalam mengatasi stressor. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Alat ukur menggunakan skala *self concept* dengan teori William H. Fitts dan skala stress akademik teori Sun, Dunne dan Hou. Populasi penelitian adalah mahasiswa semester akhir jurusan psikologi islam angkatan tahun2020. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode purposive sampling, dan jumlah sampel sebanyak 132 orang mahasiswa ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Analisis penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik dan regresi linier sederhana dengan SPSS 26 for Windows untuk menguji hipotesis penelitian. Rata-rata tingkat *self concept* mahasiswa semester akhir jurusan psikologi angkatan tahun2020 sangat tinggi yaitu 57,4% atau 78 mahasiswa, sedangkan tingkat stress akademik sebanyak 77,2% atau 105 mahasiswa tergolong sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh *self concept* terhadap stress akademik mahasiswa semester akhir jurusan psikologi islam di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang berarti H0 ditolak dan H1 diterima.

Kata Kunci: Mahasiswa, konsep diri dan stress akademik

ABSTRACT

Students often experience stress originating from their academic activities. For final year students, what often becomes a stressor is completing their thesis. The inability of students to accept stressors in learning makes students have difficulty focusing, forget easily and even decrease their motivation to study so that this causes obstacles in completing their final assignments. This research aims to determine the influence of self-concept on final semester students' academic stress at UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Self concept is a self-assessment and what is believed correctly about oneself as an individual. By knowing a person's self-concept, it can be easier to predict and understand their behavior. Positive self-concept has been shown to be related to academic success. People who have a positive self-concept will be optimistic, dare to try new things, dare to succeed and are not afraid of failure and are confident in overcoming stressors. This study uses a quantitative approach. The measuring instrument uses a self-concept scale based on the theory of William H. Fitts and an academic stress scale based on the theory of Sun, Dunne and Hou. The research population was final semester students majoring in Islamic psychology, class of 2020. The sampling method used in this research was the purposive sampling method, and the sample size of 132 students was determined using the Slovin formula. This research analysis uses classical assumption tests and simple linear regression with SPSS 26 for Windows to test the research hypothesis. The average level of self-concept for final semester students majoring in psychology in the class of 2020 is very high, namely 57.4% or 78 students, while the academic stress level of 77.2% or 105 students is classified as moderate. The results of this research show that there is an influence of self-concept on the academic stress of final semester students majoring in Islamic psychology at UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, which means that H0 is rejected and H1 is accepted.

Keywords: Students, self-image and academic stress

المخلص

غالبًا ما يعاني الطلاب من التوتر الناتج عن أنشطتهم الأكاديمية. بالنسبة لطلاب السنة النهائية، ما يصبح في كثير من الأحيان ضغوطًا هو استكمال أطروحتهم. إن عدم قدرة الطلاب على تقبل الضغوطات في التعلم يجعل الطلاب يواجهون صعوبة في التركيز والنسيان بسهولة بل ويقلل من دافعيتهم للدراسة بحيث يسبب ذلك عوائق في إكمال واجباتهم النهائية. يهدف هذا البحث إلى تحديد تأثير مفهوم الذات على الضغط الأكاديمي لطلاب الفصل الدراسي النهائي في جامعة السيد علي رحمة الله تولونج أجونج. مفهوم الذات هو تقييم ذاتي وما يعتقده الفرد بشكل صحيح عن نفسه كفرد. من خلال معرفة المفهوم الذاتي للشخص، قد يكون من الأسهل التنبؤ بسلوكه وفهمه. لقد ثبت أن مفهوم الذات الإيجابي يرتبط بالنجاح الأكاديمي. سيكون الأشخاص الذين لديهم مفهوم إيجابي عن أنفسهم متفائلين، ويجروون على تجربة أشياء جديدة، ويجروون على النجاح، ولا يخشون الفشل، ويثقون في التغلب على الضغوطات. تستخدم هذه الدراسة النهج الكمي. تستخدم ومقياس الضغط وليام. ح يناسب أداة القياس مقياس مفهوم الذات المبني على نظرية وكان مجتمع البحث طلاب الفصل. الشمس ودون وهو الأكاديمي المبني على نظرية الدراسي الأخير في تخصص علم النفس الإسلامي دفعة 2020. وكانت طريقة أخذ العينات المستخدمة في هذا البحث هي طريقة أخذ العينات الهادفة، وتم تحديد حجم العينة البالغ 132 طالبًا باستخدام الصيغة السلوفينية. يستخدم تحليل البحث هذا اختبارات الافتراضات لاختبار شبابيك لنظام التشغيل SPSS 26 الكلاسيكية والانحدار الخطي البسيط مع برنامج فرضية البحث. متوسط مستوى مفهوم الذات لدى طلاب الفصل الأخير تخصص علم النفس دفعة 2020 مرتفع جداً، أي 57.4% أي 78 طالباً، في حين أن مستوى الضغط الأكاديمي 77.2% أي 105 طالباً يصنف على أنه متوسط. أظهرت نتائج هذا البحث أن هناك تأثير لمفهوم الذات على الضغط الأكاديمي لدى طلاب الفصل الدراسي النهائي في تخصص علم النفس الإسلامي في جامعة السيد علي رحمة الله تولونج أجونج، مما يعني رفض H0 وقبول H1.

... العادي الطالب أن الدراسة هذه نتائج أظهرت