

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UMUM**



SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar

Sarjana Psikologi

OLEH :

DHIYA SALSABILA

04041381924063

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDERALAYA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UMUM SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh
Dhiya Salsabila

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 9 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Ayu Purnamasari, S.Psi., MA.
NIP. 198612152015042004

Pembimbing II



Rachmawati, S.Psi., MA.
NIP. 197703282023212011

Penguji I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198108132012102101

Penguji II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072018031001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 9 Juli 2025

Mengetahui,

Ketua Bagian Psikologi




Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Dhiya Salsabila

NIM : 04041381924063

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Kedokteran

Judul Proposal Penelitian : “Hubungan Antara *Hardiness* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Umum”

Indralaya, 21 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing 1



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A.
NIP. 198612152015042004

Pembimbing 2



Rachmawati, S. Psi., M.A
NIP. 197703282023212011

Mengetahui,

Ketua Bagian Psikologi



Savita Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya
Yang menyatakan,



Dhiya Daisa Ulla

NIM. 04041381924063

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT. atas rahmat dan karunia-Nya yang memberikan saya kesehatan, kemudahan dan kekuatan pada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mempersembahkan ucapan terima kasih kepada:

1. Ayah dan Bunda yang senantiasa mendoakan peneliti sehingga peneliti mampu menghadapi segala kesulitan yang ada. Semoga ayah dan bunda selalu berada dalam lindungan Allah SWT. serta selalu diberikan rejeki berlimpah, kesehatan, keberkahan, dan rahmat-Nya.
2. Saudara-saudaraku tersayang, yang selalu memberikan semangat, dukungan, bantuan dan doa kepada peneliti selama proses skripsi berjalan.
3. Terima kasih kepada diriku sendiri yang telah bertahan dan kuat dalam menyelesaikan skripsi ini walaupun banyak rintangan dan kendala yang terjadi, semoga Allah SWT. selalu melindungi dan membantumu selalu.
4. Keluarga besarku tersayang, nenek anang dan nek ino, om, tante, bibi, dan sepupu lainnya yang juga selama ini turut mendoakan dan memberikan dukungan kepada peneliti.
5. Teman-teman lainnya yaitu NDD, Wacana, IDAMNS, Asoy Geboy, Leci Fams, yang tidak bisa peneliti sebut satu persatu, yang memberikan dukungan dan bantuan pada peneliti selama menyelesaikan skripsi

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah Swt karena berkat rahmat, hidayah, Ridho dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Hardiness* Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Umum” sebagai salah satu syarat untuk lulus kuliah. Pada proses pengerjaan skripsi ini, peneliti dibantu dan dibimbing oleh banyak pihak sampai pada akhirnya peneliti berhasil menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Taufik Marwa, S.E., M.Si., selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Prof. Dr. dr. H. Muhammad Irsan Saleh, M.Biomed. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, S.Psi., M. Psi, selaku Koordinator Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
5. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., MA. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan tugas akhir ini.
6. Ibu Rachmawati, S. Psi., MA. selaku pembimbing II yang telah memberika dukungan.
7. Teman-teman Psikologi dan sahabat saya, terkhususnya Azzah, Cece, Elen, Akil, Hanin, Eca, Inna yang sudah bersedia membantu, meluangkan tenaga dan waktu, serta mensupport terus menerus.
8. Bunda, ayah, adik, nenek, serta saudara, sepupu yang memberikan dukungan kepercayaan kepada peneliti sehingga sanggup menyelesaikan proposal penelitian ini dengan baik.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam proses pengerjaan skripsi, sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun guna perbaikan

di masa mendatang. Meskipun demikian, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi yang membaca.

Inderalaya, Juli 2025
Peneliti,

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, flowing letters that appear to be 'Dhiya Salsabila'.

Dhiya Salsabila
NIM.04041381924063

DAFTAR ISI

HUBUNGAN ANTARA <i>HARDINESS</i> DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UMUM.....	
SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	15
A. <i>Hardiness</i>	15
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	15
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i> (Ketangguhan)	16
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Hardiness</i>	17
4. Fungsi <i>Hardiness</i>	19
B. Stres Akademik	21
1. Pengertian Stres Akademik.....	21
2. Aspek Stres Akademik	22
3. Faktor – Faktor Penyebab Stres Akademik	23
4. Tingkat Stres Akademik	25
C. Hubungan <i>Hardiness</i> dan Stres Akademik	27
BAB I II METODE PENELITIAN.....	29
A. Identifikasi Variabel	29

B.	Definisi Operasional Variabel penelitian VT dan VB	29
1.	<i>Hardiness</i>	29
2.	Stres Akademik.....	30
C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	30
1.	Populasi.....	30
2.	Sampel	30
D.	Metode Pengumpulan Data	31
1.	Skala <i>Hardiness</i>	32
2.	Skala Stres Akademik.....	33
E.	Validitas dan Reliabilitas	34
1.	Validitas	34
2.	Reliabilitas	34
F.	Metode Analisis Data.....	35
1.	Uji Asumsi	35
2.	Uji Hipotesis	36
BAB IV	METODE PENELITIAN	37
A.	Orientasi Kancan Penelitian	37
B.	Hasil Penelitian.....	48
D.	Pembahasan	62
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A.	Kesimpulan.....	67
B.	Saran	67
DAFTAR PUSTAKA.....		70
LAMPIRAN		79

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pedoman Penilaian Setiap Item Skala	32
Tabel 3. 2 Blueprint Skala <i>Hardiness</i>	33
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Stres Akademik	33
Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Valid dan Tidak Valid Skala <i>Hardiness</i>	40
Tabel 4. 2 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Hardiness</i>	40
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Valid Dan Tidak Valid Skala Stres Akademik	42
Tabel 4. 4 Distribusi Penomoran Baru Skala Stres Akademik	43
Tabel 4. 5 Penyebaran Skala Uji Coba	45
Tabel 4. 6 Penyebaran Skala Penelitian	47
Tabel 4. 7 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 8 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 4. 9 Deskripsi Responen Berdasarkan Asal Institusi	49
Tabel 4. 10 Deskripsi Responen Berdasarkan Pulau Asal Institusi	50
Tabel 4. 11 Deskripsi Responen Berdasarkan Semester	50
Tabel 4. 12 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian	51
Tabel 4. 13 Formulasi Kategorisasi	51
Tabel 4. 14 Deskripsi Kategorisasi Variabel <i>Hardiness</i> Subjek Penelitian	52
Tabel 4. 15 Deskripsi Kategorisasi Variabel Stres Akademik Subjek Penelitian	53
Tabel 4. 16 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelittian	53
Tabel 4. 17 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian	54
Tabel 4. 18 Hasil Uji Hipotesis Variabel Penelitian	54
Tabel 4. 19 Hasil Uji Berdasarkan Usia	55
Tabel 4. 20 Hasil Uji <i>Dunn-Bonferroni</i>	56
Tabel 4. 21 Hasil Uji Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 4. 23 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Institusi	58
Tabel 4. 24 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pulau Asal Universitas	59
Tabel 4. 25 Hasil Uji Beda Berdasarkan Semester	59
Tabel 4. 26 Hasil Uji <i>Dunn-Bonferroni</i>	60
Tabel 4. 27 Uji Tingkat Mean pada Aspek <i>Hardiness</i>	61
Tabel 4. 28 Uji Tingkat Mean pada Aspek Stres Akademik	61

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	80
LAMPIRAN B.....	90
LAMPIRAN C	98
LAMPIRAN D	143
LAMPIRAN E.....	148
LAMPIRAN F	155
LAMPIRAN G	159

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UMUM

Dhiya Salsabila¹, Ayu Purnamasari²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum.

Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa kedokteran umum. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 304 mahasiswa dalam pengambilan data dan 55 mahasiswa untuk uji coba (*try out*). Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *nonprobability* sampling dengan bentuk *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala *hardiness* yang mengacu pada aspek Kobasa, dkk (1982) dan skala stres akademik yang mengacu pada aspek Sun, dkk (2011).

Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0.711$ yang berarti terdapat hubungan negatif dan signifikansi antara *hardiness* dan stres akademik dengan derajat hubungan korelasi sedang, semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci: *Hardiness*, Stres Akademik

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A.

NIP. 198612152015042004

Dosen Pembimbing II



Rachmawati, S. Psi., M.A

NIP. 197703282023212011

Mengetahui,

Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si

NIP. 197805212002122004

THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS AND ACADEMIC STRESS AMONG MEDICAL STUDENTS

Dhiya Salsabila¹, Ayu Purnamasari²

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between hardiness and academic stress among medical students. The hypothesis proposed in this research is that there is a relationship between hardiness and academic stress in medical students.

The population of this study consists of medical students. A total of 304 students participated as the main sample, and 55 students were involved in the trial (try-out) phase. Sampling was conducted using a non-probability sampling technique in the form of accidental sampling. The instruments used were a hardiness scale based on the theory of Kobasa, et al. (1982), and an academic stress scale adapted from Sun, et al. (2011).

The results of data analysis showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient of $r = -0.711$, indicating a significant negative relationship between hardiness and academic stress, with a moderate correlation strength. The strength of the correlation was moderate, suggesting that higher levels of hardiness are associated with lower levels of academic stress, and conversely, lower levels of hardiness are associated with higher levels of academic stress. Thus, the proposed hypothesis is accepted.

Keywords: *Hardiness, Academic Stress*

¹Student of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University

²Lecturer of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A.
NIP. 198612152015042004

Dosen Pembimbing II



Rachmawati, S. Psi., M.A
NIP. 197703282023212011

Mengetahui,
Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Melanjutkan pendidikan merupakan harapan setiap orang guna meningkatkan kualitas diri menjadi lebih baik, salah satunya adalah dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Transisi dari SMA/SMK ke perguruan tinggi membawa banyak perbedaan dalam lingkungan dan metode pembelajaran, kondisi ini menimbulkan tantangan adaptasi yang tidak sedikit bagi mahasiswa, sehingga tidak mengherankan jika banyak dari mereka mengeluhkan proses adaptasi tersebut, (Fajrianti, Dewi, Triandra, Kamila, Pasekoendra, Devi, Kusuma, Utami, & Aprilianti, 2023).

Metode pembelajaran di sekolah berbeda dengan pola belajar di perguruan tinggi tidak hanya menuntut mahasiswa untuk belajar aktif tapi juga menuntut dosen menerapkan pola belajar yang sama. Hal ini terbukti dengan adanya perbedaan semasa pendidikan, hubungan antara dosen dan mahasiswa berbeda dengan hubungan antara guru dan murid, selanjutnya beban studi, mata pelajaran, dan masa studi siswa sudah ditentukan sehingga mereka tinggal menjalani saja, sedangkan mahasiswa dituntut menentukan mata kuliah yang sesuai dengan kemampuan, dan mahasiswa juga dituntut untuk belajar dengan giat dan serius agar bisa menyelesaikan kuliah dalam waktu sesingkatnya (Sutjiato, Kandou, & Tucunan, 2015).

Mahasiswa diharuskan untuk menguasai materi yang diajarkan dan memperluas pengetahuan mereka dengan memanfaatkan buku dan jurnal yang relevan, yang telah menjadi bagian penting dari kehidupan akademis mereka, (Setiawaty, Kuswara, Tamelan & Moy, 2019). Selanjutnya Sutjiato, dkk (2015) juga menyatakan, penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari

tuntutan eksternal seperti tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya, dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya dan tuntutan dari harapannya sendiri. Namun, seringkali mahasiswa juga harus menghadapi tekanan tambahan dari kehidupan sehari-hari.

Berbeda dengan mahasiswa pada umumnya, mahasiswa kedokteran lebih rentan terkena stres. Hal ini dikarenakan jurusan kedokteran merupakan salah satu jurusan tersulit di dunia, (CNBC, 2023). Para mahasiswa harus dapat beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan belajar yang baru di perguruan tinggi, sebab sistem pembelajaran yang mereka hadapi sangat berbeda dari sistem yang ada di sekolah menengah atas, termasuk perbedaan dalam waktu, teknik pembelajaran yang berfokus pada siswa (*student-centered learning*), praktikum, skill lab, dan tutorial dimana semua termasuk dalam sistem blok, dan setiap semester terdiri dari tiga blok, (Putri, 2018).

Penelitian yang dilakukan Prabamurti (2019) juga menyatakan, beban tugas mahasiswa kedokteran cenderung lebih banyak jika dibandingkan dengan program studi lainnya dan jenis kegiatan mahasiswa kedokteran sangatlah beragam, seperti kuliah pengantar, kuliah penunjang, dan serangkaian kegiatan praktikum (*pretest*, kegiatan praktikum, *posttest*, penulisan laporan, dan responsi), *skills lab*, *field lab*, *small group discussion*, kuliah panel, ujian blok, *Objective Structured Clinical Examination* yang harus dikerjakan dalam jangka waktu tertentu, dan juga ujian akhir semester mata kuliah.

Mahasiswa kedokteran memiliki banyak hal yang harus dipelajari dan dipahami dalam waktu singkat, selain itu kerangka pendidikan yang digunakan di program studi kedokteran dengan kerangka pendidikan program studi lainnya berbeda, hal ini dapat menjadi pemicu stres pada mahasiswa kedokteran. Tian-Ci, Wai-San, Tran, Zhang, Su-

Hui & Chun-Man (2019), juga menyatakan bahwa sebanyak 33,8% dari 40,438 mahasiswa kedokteran di 69 Negara mengalami kecemasan, dimana kecemasan paling umum terjadi di kalangan mahasiswa kedokteran dari Timur tengah dan Asia.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutjiato, dkk (2015), mahasiswa kedokteran seringkali mengalami stres karena tuntutan tinggi dari fakultas. Mereka diharapkan memiliki memiliki dasar yang kuat dalam hal metode pembelajaran dan penguasaan materi, serta menguasai sistem kompetensi yang ketat. Hal ini bertujuan untuk menjamin bahwa lulusan memiliki pengetahuan yang mendalam, keterampilan yang memadai, serta sikap profesional. Untuk mencapai tujuan ini, fakultas kedokteran umumnya menerapkan kurikulum yang mendidik, dilengkapi dengan peragaan, praktik terawasi, mentoring, dan pengalaman langsung guna meningkatkan hasil belajar individu.

Stres yang berasal dari tuntutan akademik dinamakan stres akademik, (Hulwani & Desreza, 2022). Berdasarkan apa yang didefinisikan oleh Sun, Dunne, Hou & Xu (2013), stres akademik dianggap sebagai tekanan psikologis subjektif bukan berasal dari sekadar jumlah stresor peristiwa kehidupan, melainkan dari berbagai aspek pembelajaran akademik yang mencakup tekanan, beban, kekhawatiran, dan ketidakpuasaan terhadap nilai serta kesulitan lain yang dirasakan. Sun, Dunne, Hou & Xu (2011) menyebut stres akademik terdiri atas lima aspek, yakni tekanan pelajaran (pressure from study), beban tugas (workload), kekhawatiran terhadap nilai (worry about grade), harapan diri (self-expectation), dan kesedihan (despondency).

Mahasiswa kedokteran sangat rentan terkena stres akademik dalam menempuh studinya, bahkan stres yang dialaminya lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program studi lain di non sektor medis, dan dampak psikologis yang dirasakan seperti

krisis kepribadian dan tidak dapat mengelolah emosi, serta tidak dapat rileks (Jafri, Zaidi, Aamir, Aziz, Din, & Shah, 2017). Stres akademik pada mahasiswa timbul karena beberapa faktor, seperti kurangnya pengelolaan yang efektif, motivasi akademik yang rendah, tekanan karena tugas yang berat, dan proses penyelesaian tugas akhir, (Djoar dan Anggarani, 2024). Berbagai faktor pemicu stres ini, jika tidak dikelola dengan baik akan berpotensi memengaruhi pengalaman belajar dan kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan.

Saat mahasiswa mengalami stres akademik beberapa tanda yang muncul yaitu, kepercayaan diri yang rendah, sulit berkonsentrasi, menarik diri, mudah marah, muram, sedih, dan bimbang, (Rahmawati, Fahrudin, & Abdillah, 2022). Fares, Al Tabosh, Saadeddin, El Mouhayyar, & Aridi (2016) juga menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran sering menunjukkan perubahan emosi seperti mudah marah, gelisah, dan merasa cemas ketika mengalami stres akademik. Mereka juga mungkin mengalami perasaan rendah diri, frustrasi, dan pesimis terhadap pencapaian akademik. Studi menunjukkan hal ini terkait dengan tuntutan akademik yang tinggi dan persaingan di lingkungan pendidikan kedokteran.

Adapun penelitian di Fakultas Kedokteran di Universitas Abulyatama yang dilakukan oleh Nursa'adah (2022), yang menunjukkan bahwa dari total 155 mahasiswa kedokteran, 91 responden (58,7%) diantaranya mengalami stres akademik. Kemudian dari 91 mahasiswa tersebut, sebanyak 83 mahasiswa mengalami stres akademik yang disebabkan oleh banyaknya tuntutan akademik yang diberikan. Dalam penelitian yang dilakukan Kadi, Bahar & Sunarjo (2020), di Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, terdapat mahasiswa yang mengaku mengalami stres karena tuntutan akademik yang harus mereka penuhi, hasilnya menunjukkan bahwa 38 mahasiswa mengaku

pernah mengalami stres dalam menempuh studinya, dan 2 mahasiswa lainnya mengaku belum pernah mengalaminya, dari 38 mahasiswa yang mengaku mengalami stres, 29 di antaranya menyebut beban belajar yang berat sebagai penyebab utama. Selain itu, 26 mahasiswa juga menyatakan bahwa rasa takut akan drop out dan tekanan finansial turut berkontribusi terhadap stres yang mereka alami selama menjalani studi di Fakultas Kedokteran..

Hasil studi yang dilakukan Yusuf & Yusuf (2020), menunjukkan bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan dampak baik maupun buruk. Jika masih dalam batas wajar, stres dapat mendorong peningkatan kreativitas dan pengembangan diri. Namun, jika berlebihan, stres dapat menimbulkan dampak negatif seperti gangguan tidur, sakit kepala, ketegangan leher, gangguan makan, hingga penyalahgunaan alkohol. Kondisi ini berpengaruh pada kesehatan mental dan fisik mahasiswa, yang pada akhirnya dapat menurunkan kemampuan akademik dan berdampak pada indeks prestasi mereka. Dalam tujuan untuk menyikapi tantangan dan tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran dalam tuntutan akademiknya, diperlukan suatu sifat atau karakteristik kepribadian untuk menyikapi stres akademik yang dialami. Suatu karakteristik kepribadian yang dimiliki individu dalam menghadapi keadaan stres disebut *Hardiness* (Kobasa, 1979)

Hardiness merupakan faktor internal yang mempengaruhi suatu individu hingga dapat mengalami stres akademik (Sumiati, Sakiinah, & Latifa, 2023). Begitupun stres yang dialami oleh mahasiswa kedokteran, Prasetya, Merida & Novianti (2022) menegaskan bahwa *hardiness* yang dimiliki mahasiswa akan membantu mereka untuk merespon stres sehingga tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa akan cenderung rendah.

Azizah & Satwika (2021), menyebutkan *hardiness* merupakan kepribadian yang menjadi salah satu faktor stres akademik mahasiswa, hal ini terjadi karena kepribadian *hardiness* membuat mahasiswa lebih tangguh, bersemangat, kuat, tahan terhadap tekanan, dan mampu bangkit saat menghadapi stresor, sehingga tingkat stres akademik yang dirasakan cenderung rendah. Sebaliknya, tanpa kepribadian *hardiness*, mahasiswa cenderung mudah rapuh, putus asa, kurang tahan, dan cepat menyerah saat menghadapi tekanan, yang mengakibatkan tingkat stres akademik menjadi lebih tinggi..

Sejalan dengan Azizah & Satwika, penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan & Aslamawati (2022), juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *hardiness* dan stres akademik. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa dari tiga aspek *hardiness* yang dikaitkan langsung dengan stres akademik, mahasiswa yang mampu mengelola sikap dan emosi serta memanfaatkan pengalaman secara positif cenderung mengalami penurunan tingkat stres akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mampu mengatur sikap dan perasaan dalam merespons pengalaman, cenderung mengalami peningkatan stres akademik.

Dari rangkuman yang diberikan diatas, jelaslah bahwa kapasitas seseorang untuk mengatasi berbagai situasi kehidupan yang penuh tekanan sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kepribadian *hardiness*. Oleh sebab itu, dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa kedokteran umum.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran umum

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian Hubungan Antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran ini diharapkan dapat menjadi sumbangan yang berguna serta menjadi kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi, baik itu dalam bidang pendidikan, sosial, dan kepribadian. Akan tetapi khususnya ilmu psikologi di bidang psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan terkait Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran serta sangat diharapkan dapat memberikan sumbangan yang bermanfaat bagi :

a. Manfaat Bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepadamahasiswa fakultas mengenai keterkaitan antara hardiness dan stres akademik yang terjadi selama perkuliahan, sehingga mereka dapat lebih menyadari serta mengurangi faktor-faktor penyebab stres akademik.

b. Manfaat bagi praktisi psikologi

Penelitian ini mampu memberikan wawasan kepada para praktisi muda dalam bidang psikologi ataupun konselor dalam memahami kepribadian *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan dalam pencegahan atau penanganan stres akademik, khususnya pada mahasiswa yang mengalami kesulitan menghadapi tuntutan selama perkuliahan terutama pada jurusan ilmu kedokteran dengan mengacu pada kepribadian *hardiness*.

c. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang luas sebagai dasar atau referensi dalam upaya mengurangi stres akademik di lingkungan perkuliahan, khususnya di fakultas kedokteran, melalui pengembangan karakteristik *hardiness* sebagai landasan.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian Pertama, dengan judul “Penyesuaian Diri dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama” (Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, H. Fuad Nashori, M. Novvaliant Filsuf Tasaufi, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara penyesuaian diri dengan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa tahun pertama untuk menyesuaikan diri, maka semakin rendah stres

akademik dan sebaliknya semakin rendah kemampuan menyesuaikan diri, maka semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, H. Fuad Nashori, M. Novvaliant Filsuf Tasaufi (2021) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, H. Fuad Nashori, M. Novvaliant Filsuf Tasaufi menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel bebas dan mahasiswa tahun pertama sebagai subjek, sedangkan pada penelitian ini menggunakan *hardiness* sebagai variabel terikat dan mahasiswa kedokteran umum sebagai subjek.

Penelitian kedua, dilakukan oleh Muhammad Iqbaal Ramadhan dan Yuli Aslamawati (2022) dengan judul “Hubungan Hardiness dengan Stres Akademik (Studi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas X Program Studi Profesi Dokter (PSPD) di Kota Bandung)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik. Hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat, signifikan, dan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik. Hubungan korelasi negatif antara *hardiness* dengan stres akademik dapat diartikan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik dan sebaliknya.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Iqbaal Ramadhan dan Yuli Aslamawati (2022) dengan peneliti terletak pada subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Iqbaal Ramadhan dan Yuli Aslamawati menggunakan mahasiswa kedokteran Universitas X Program Studi Profesi Dokter

(PSPD) di Kota Bandung, sedangkan pada penelitian ini menggunakan mahasiswa fakultas kedokteran.

Penelitian ketiga, dengan judul “Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro” (Intan Wientya Risana dan Erin Ratna Kustanti, 2020). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro angkatan 2017. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stres akademik.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Intan Wientya Risana dan Erin Ratna Kustanti (2020) dengan peneliti terletak pada subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Intan Wientya Risana dan Erin Ratna Kustanti menggunakan mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro, sedangkan pada penelitian ini menggunakan mahasiswa kedokteran umum.

Penelitian keempat, dilakukan oleh Ni Nyoman Imas Pradnyanita Wistarini dan Adijanti Marheni (2018) dengan judul “Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Angkatan 2018” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan efikasi diri secara bersama-sama memiliki peran sebesar 31% terhadap stres akademik. Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga dan efikasi diri memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas udayana angkatan 2018.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ni Nyoman Imas Pradnyanita Wistarini & Adijanti Marheni (2018) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan Ni Nyoman Imas Pradnyanita Wistarini & Adijanti Marheni menggunakan Dukungan Sosial dan Efikasi Diri sebagai variabel independen, dan Stres Akademik sebagai variabel dependen sedangkan peneliti hanya menggunakan *Hardiness* sebagai variabel independen dan Stres Akademik sebagai variabel dependen. Selanjutnya Ni Nyoman Imas Pradnyanita Wistarini & Adijanti Marheni menggunakan mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas udayana angkatan 2018 sebagai subjek, sedangkan peneliti menggunakan mahasiswa kedokteran umum.

Penelitian kelima, dengan judul “Hubungan antara stres akademik dengan Coping Stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi Universitas Negeri Jakarta” (Jehan Shahnaz Azahra, 2018). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan aspek problem focused coping dan emotional focused coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Pendidikan Psikologi. Stres akademik memiliki keterkaitan yang signifikan dengan problem focused coping, yang berarti semakin tinggi tingkat stres akademik, maka semakin tinggi pula penggunaan strategi problem focused coping, begitu pula sebaliknya. Hal serupa juga ditemukan pada emotional focused coping, di mana peningkatan stres akademik diikuti oleh peningkatan penggunaan strategi emotional focused coping, dan sebaliknya

Penelitian keenam, dilakukan oleh Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani (2021) dengan judul “Pengaruh *Hardiness* dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *hardiness* dan dukungan

sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa Diploma IV Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Kaltim. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara *hardiness* dan stres akademik, meskipun tingkat korelasinya sangat lemah. Selain itu, tidak ditemukan pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani (2021) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani menggunakan *Hardiness* dan Dukungan Sosial sebagai variabel independen, dan Stres Akademik sebagai variabel dependen sedangkan peneliti hanya menggunakan *hardiness* sebagai variabel independen dan stres akademik sebagai variabel dependen. Selanjutnya Andyria Kurnia dan Ayunda Ramadhani menggunakan mahasiswa Diploma IV kebidanan di Poltekkes Kemenkes Kaltim sebagai subjek penelitiannya, sedangkan peneliti menggunakan mahasiswa kedokteran umum.

Penelitian ketujuh, dengan judul “Conscientiousness and academic stress among thesis-writing students” (Ismi Nurtamami, Fatin Rohmah Nur Wahidah, Tri Na’imah, 2023). Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien negative antara variabel yang diartikan adanya hubungan yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, Korelasi yang negative berarti semakin tinggi kepribadian *conscientiousness* maka semakin rendah stres akademik yang dialami, sebaliknya semakin rendah kepribadian *conscientiousness* maka semakin tinggi stres akademik yang dialami.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ismi Nurtamami, Fatin Rohmah Nur Wahidah, Tri Na’imah (2023) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek.

Pada penelitian yang dilakukan Ismi Nurtamami, Fatin Rohmah Nur Wahidah, Tri Na'imah menggunakan variable independent yaitu kepribadian Conscientiousness dan subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang mengerjakan tesis, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel independent yaitu *hardiness* dan subjek yang digunakan adalah mahasiswa fakultas kedokteran umum.

Penelitian kedelapan, dilakukan oleh Puspita Kinanthi Putri dan Fattah Hanurawan (2022) dengan judul “*The Relationship Between Hardiness and Academic Stress in XII Grade Students of X Senior High School*”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada penyelesaian tugas akhir kelas XII pada siswa SMA X. Hasil uji korelasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa H_0 = diterima yang berarti tidak terdapat korelasi antara variabel *hardiness* dengan variabel academic stress.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Puspita Kinanthi Putri dan Fattah Hanurawan (2022) dengan peneliti terletak pada subjek. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Puspita Kinanthi Putri dan Fattah Hanurawan menggunakan siswa kelas XII pada SMA X yang sedang menyelesaikan tugas akhir, sedangkan pada penelitian ini menggunakan mahasiswa fakultas kedokteran.

Penelitian kesembilan dilakukan oleh Opeyemi, S.M.I (2016) dengan judul “*Hardiness, sensationing seeking, optimism and social support as predictors of stress tolerance among private secondary schools teacher in Lagos State.*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana memprediksi toleransi stres pada guru sekolah swasta berdasarkan kepribadian *hardiness*, sensationing seeking, optimism dan dukungan sosial. Hasil penelitian ini menunjukkan sifat tahan banting, pencarian sensasi, optimisme, dan dukungan sosial akan secara signifikan memprediksi

toleransi stress pada guru sekolah menengah swasta, berarti guru yang memiliki kepribadian *hardiness*, *sensationing seeking*, dan optimisme yang tinggi, serta dukungan sosial memiliki toleransi yang tinggi terhadap stresor dalam pekerjaannya.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Opeyemi, S.M.I (2016) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek. Pada penelitian yang dilakukan oleh Opeyemi, S.M.I (2016) dengan peneliti terletak pada variabel dan subjek. Pada penelitian Opeyemi menggunakan variabel *stress tolerance* sebagai variabel dependen dan variabel *hardiness*, optimisme, *sensationing seeking*, dan dukungan sosial sebagai variabel independent, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan *hardiness* sebagai variabel independent dan stres akademik sebagai variabel dependen. Pada penelitian Opeyemi juga menggunakan subjek guru sekolah menengah swasta, sedangkan peneliti menggunakan mahasiswa kedokteran umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, M., Sulistiyana, S., & Setyowati, E. (2022). Analisis Academic Hardiness pada Mahasiswa FKIP ULM Angkatan 2018. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(Special Ed), 35-43.
- Azahra, J. S. (2018). *Hubungan antara stres akademik dengan coping stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas pendidikan psikologi* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Azizah, N. Jesica, & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Antara Hardiness dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Selama pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 194–205.
<https://doi.org/10.26877/empati.v9i2.11584>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ildil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Backovic, D. V., Ilic Zivojinovic, J., Maksimovic, J., & Maksimovic, M. (2012). Gender differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria danubina*, 24(2.), 175-181.
Cnbcindonesia.com
- Darmajayanti, A. A. I. S., Paramasatiari, A. A. A. L., & Tirta, I. G. R. (2022). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Semester Awal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Medical Journal*, 2(2), 97-104.

- Delfri, N. R., Yendi, F. M., Ardi, Z., Zola, N., & Adlya, S. I. (2024). Gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa prasejahtera dalam menyelesaikan tugas akhir ditinjau dari jenis kelamin. *Ekasakti Jurnal Penelitian Dan Pengabdian*, 4(1), 219-232.
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi stress akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52-59.
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11-17.
- Fajrianti, I. N., Triandra, S. F., Kamila, A. H., Pasekoenda, S. M., Devi, S. L., Kusuma, G. N., ... & Apriliani, Z. (2023). Analisa Kecepatan Beradaptasi dalam Belajar di Perkuliahan pada Mahasiswa Baru Prodi Pendidikan Luar Sekolah UNNES 2023. *Journal of Education and Technology*, 3(2), 161-172.
- Fares, J., Al Tabosh, H., Saadeddin, Z., El Mouhayyar, C., & Aridi, H. (2016). Stress, burnout and coping strategies in preclinical medical students. *North American journal of medical sciences*, 8(2), 75.
- Freire, C., Ferradás, M. D. M., Regueiro, B., Rodríguez, S., Valle, A., & Núñez, J. C. (2020). Coping strategies and self-efficacy in university students: A person-centered approach. *Frontiers in psychology*, 11, 841.
- Gao, X. (2023). Academic stress and academic burnout in adolescents: a moderated mediating model. *Frontiers in psychology*, 14, 1133706.

- Hakim, A. N., Kusumawati, A., Sakti, Y. B. H., & Qoimatun, I. (2023). Tingkat Stres dan Pencapaian Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter: Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19(2), 173-186.
- Hediaty, S., Herlambang, H., & Shafira, N. N. A. (2022). Gambaran tingkat stres mahasiswa kedokteran berdasarkan medical student stresor questionnaire di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Journal of Medical Studies*, 2(2), 61-71.
- Heriyanto, Y. (2011). Hardiness Pada Penderita Jantung Koroner (Studi Deskriptif Kuantitatif di Purwokerto). Skripsi. Purwokerto: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Hulwani, N., & Desreza, N. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. *JOURNAL OF HEALTHCARE TECHNOLOGY AND MEDICINE*, 8(2), 1536-1544.
- Jafri, S. A. M., Zaidi, E., Aamir, I. S., Aziz, H. W., Din, I. U., & Shah, M. A. H. (2017). Stres level comparison of medical and nonmedical students: a cross sectional study done at various professional colleges in karachi, pakistan. *Acta Psychopathologica*, 3(2), 1-6. doi: 10.4172/2469-6676.100080
- Kadi, A. R., Bahar, H., & Sunarjo, I. S. (2020). HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HALU OLEO RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION WITH ACADEMIC STRESS ON STUDENTS OF MEDICAL FACULTY.

- Kinanthi Putri, P., & Hanurawan, F. (2022). The Relationship Between Hardiness and Academic Stress in XII Grade Students of X Senior High School. *KnE Social Sciences*, 2022(ICoPsy), 283–294. <https://doi.org/10.18502/kss.v7i18.12394>
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 42(1), 168.
- Kurnia, A., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 657. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6506>
- Maddi, S. R., & Maddi, S. (2013). Personal hardiness as the basis for resilience. *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*, 7-17.
- Maeshade, S., Armalita, R., & Rahayuningsih, T. (2023). Gambaran Hardiness Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang (UNP) Yang Bekerja Part Time. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 9156-9166.
- Muhammad, F., Rakhmat, C., Rusmana, N., & Saripah, I. (2025). Analysis of Factors That Contribute to The Formation of Academic Hardiness of University Students. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 11(1), 375-386.
- Munir, S., Anita, R., & Sefnimal, O. D. T. (2020). Academic Stress Factors Among Indonesia Students: A Case of IAIN Batu Sangkar. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 10(3), 417-428.

- Nirwan, Q. A., Rahmanisa, S., Daulay, S. A., & Sari, R. D. P. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran: Tinjauan Pustaka.
- Nurmaidah, R., Widayati, N., & Sutawardana, J. H. (2021). Hubungan Spiritual Well-Being dengan Hardiness pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik RS Tingkat III Baladhika Husada Jember. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(3), 402-417.
- Nursa'adah. (2022). Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. *Serambi Saintia : Jurnal Sains dan Aplikasi*, X(2). 116-120.
- Nurtjahjanti, H., & Ratnaningsih, I. Z. (2011). Hubungan kepribadian hardiness dengan optimisme pada calon tenaga kerja Indonesia (CTKI) wanita di BLKLN DISNAKERTRANS Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 126-132.
- Opeyemi, S. M. I. (2016). Hardiness, sensation seeking, optimism and social support as predictors of stress tolerance among private secondary schools teachers in Lagos state. *Clinical Depression*, 2(3), 116.
- Prabamurti, G. A. (2019). Analisis faktor-faktor pemicu level stres akademik mahasiswa kedokteran universitas sebelas maret surakarta. *e-Journal Medika Program Studi Pendidikan Dokter*, 1-2.
- Prasetya, A. L., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Hardiness dan stres akademik mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh. *Journal of Psychology Students*, 1(1), 11-24.

- Prasetyo, J. A., Hidayat, J., Surilena, S., & Widjaja, N. T. (2022). Domain Stresor dan Hubungannya dengan Stres pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 72(6), 266-274.
- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stress Akademik Mahasiswa Semester Awal Dan Mahasiswa Semester Akhir: Studi Komparatif Dalam Situasi Pembelajaran Daring. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 20(2).
- Putri, P. M. (2018). Hubungan antara sikap terhadap beban tugas dengan stres akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Herb-Medicine Journal: Terbitan Berkala Ilmiah Herbal, Kedokteran dan Kesehatan*, 1(2).
- Putri, S. A., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal empati*, 6(4), 319-322.
- Ramadhan, M. I., & Aslamawati, Y. (2022). Hubungan Hardiness dengan Stres Akademik (Studi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas X Program Studi Profesi Dokter (PSPD) di Kota Bandung). *Schema: Journal of Psychological Research*, 43–48. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.5670>
- Rahmawati, D., Fahrudin, A., & Abdillah, R. (2022). Hubungan kontrol diri dengan stres akademik akibat pembelajaran hybrid dalam masa pandemi COVID-19 di SMK X Kota Bekasi. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services*, 2(2), 135-153.
- Rasmun, R. (2004). Stres, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan.

- Risana, I. W., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 9(5), 370–374. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.29255>
- Rosiana, E. (2018). Hubungan antara hardiness dan stres akademik pada mahasiswa kedokteran. *Jurnal Universitas Islam Indonesia*. Diakses dari [https://dspace. uui. ac. id](https://dspace.uui.ac.id).
- Saputra, I. M. R. A., & Suarya, L. M. K. S. (2019). Peran stres akademik dan hardiness terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 31-43. (Bab 2)
- Savira, Y., Marhayuni, E., Widodo, S., & Lestrari, S. M. P. (2023). Hubungan manajemen waktu dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2020. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(2), 627-634.
- Setiawati, O. R., Alamsyah, R. T., Sani, N., & Anggraini, M. (2022). Hubungan stres akademik dengan motivasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2019. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), 26-33.
- Setiawaty, T., Kuswara, K. M., Tamelan, P. G., & Moy, D. L. (2019). Kemampuan Mahasiswa Beradaptasi Belajar Di Perguruan Tinggi. *Komodo Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, 3(3), 147-160.
- Sumiati, N. T., Sakiinah, M., & Latifa, R. (2023). College students' academic stress during the Covid-19 pandemic: The influence of hardiness, coping strategy, social support, and demographic factorsand. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 5(2), 67-79.

- Sun, J. (2012). *Educational stress among Chinese adolescents: measurement, risk factors and associations with mental health* (Doctoral dissertation, Queensland University of Technology).
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2011). Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of psychoeducational assessment*, 29(6), 534-546.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2013). Educational stress among Chinese adolescents: Individual, family, school and peer influences. *Educational Review*, 65(3), 284-302.
- Sutjiato, M. (2015). Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jikmu*, 5(1).
- Takril, A. (2022). Hubungan Resiliensi Akademik dan Optimisme dengan Stres Akademik Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Tahun Pertama di Boarding School. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(2), 162-176.
- Tari, M. A. T. S., Kamayani, M. O. A., & Damayanti, M. R. (2022). Hubungan stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan Universitas Udayana. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2), 173-179.
- Tian-Ci Quek, T., Wai-San Tam, W., X. Tran, B., Zhang, M., Zhang, Z., Su-Hui Ho, C., & Chun-Man Ho, R. (2019). The global prevalence of anxiety among medical students: a meta-analysis. *International journal of environmental research and public health*, 16(15), 2735.

- Widiastuti, D., & Indriana, Y. (2020). Hubungan antara konsep diri dengan hardiness pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1), 332-338.
- Wistarini, N. N. I. P., & Marheni, A. (2019). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*, 164-173.
- Wulandari, N. A., Astini, D. A. A. A. S., & Arsana, I. W. E. (2022). Tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. *Aesculapius Medical Journal*, 2(2), 69-75.
- Yolandah, Y., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Hardiness Terhadap Stres Akademik Pembelajaran Daring Masa Pandemi Pada Siswa SMP, di DKI Jakarta. In *Psychomunity Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul* (Vol. 1, No. 01).
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. W. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche 165 Journal*, 235-239.