

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI
DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh
gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)



Oleh:

**INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH
NIM. 9334.136.19**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI**

2023

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI
DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
menyelesaikan program Sarjana

Oleh:

**INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH
NIM. 9334.136.19**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI
DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2022**


**INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH
NIM. 9334.136.19**

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Moh Irfan Burhani, M.Psi
NIP. 196612201991031002


Novi Wahyu Winastuti, M.Psi
NIP. 198311132019032004

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 1 September 2023
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH
NIM : 9334.136.19
Judul : HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI
DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA
MAHASISWA PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI
ANGKATAN 2022

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1). Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Moh Irfan Burhani, M.Psi
NIP. 196612201991031002


Novi Wahyu Winastuti, M.Psi
NIP. 198311132019032004

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Nomor : Kediri, 23 Oktober 2023
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH
NIM : 9334.136.19
Judul : HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI
DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA
MAHASISWA PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI
ANGKATAN 2022

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, dengan beberapa petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober 2023, saya dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.


Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Moh Irfan Burhani, M.Psi
NIP. 196612201991031002


Novi Wahyu Winastuti, M.Psi
NIP. 198311132019032004

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA PRODI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2022

INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH

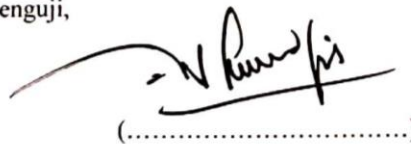
NIM. 9334.136.19

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Pada Tanggal 18 Oktober 2023

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. M. Qomarul Huda, M. Fill. I
NIP. 196902171999031001



(.....)

2. Penguji I

Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi
NIP. 196612201991031002



(.....)

3. Penguji II

Novi Wahyu Winastuti, M.Psi
NIP. 198311132019032004



(.....)

Kediri, 18 Oktober 2023
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI
NIP. 19711121 200501 1 006

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Indah Nur Fitri Khoiro Mar'ah

NIM : 933413619

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara Resiliensi dan Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022” secara keseluruhan merupakan hasil keseluruhan sendiri, dan bukan merupakan plagiasi kecuali bagian tambahan yang menjadi sumber rujukan peneliti. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas penelitian dengan bukti yang konkrit bahwa saya melakukan plagiasi, baik sebagian atau keseluruhan tulisan, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Kediri, 23 Oktober 2023

Penulis,

Indah Nur Fitri Khoiro Mar'ah

NIM. 933413619

MOTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(Q.s. Al-Baqarah, 2: 286)

Apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirmu, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu.-

(Ali bin Abi Thalib)

Jangan pernah merasa rendah daripada orang lain.-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT, yang maha pengasih dan maha penyayang yang telah melimpahkan rahmat serta pertolongan-Nya, dan tak lupa shalawat serta salam juga selalu tercurah limpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW. Karya tulis yang berupa Skripsi ini akan saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi dan paling berarti dalam hidupku:

1. Pertama untuk Pintu surga saya Ibu Saunah, dan cinta pertama saya Bapak Muhammad Zainul Arifin. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin hingga saya bisa sampai dimana sskripsi ini akhirnya selesai. orang hebat yang selalu menjadi penyemangat dan motivasi saya untuk mewujudkan cita-cita. Yang tanpa lelah melangitkan doá-doá baik, dan slalu berjuang untuk kehidupan saya. Terimakasih atas kepercayaan yang selalu diberikan kepada saya untuk merantau guna mencari ilmu. Saya persembahkan karya tulis sederhana saya dan gelar ini untuk kalian. Semoga Allah SWT selalu menjaga kalian dalam kebaikan dan kemudaha aamiinn.
2. Dan kedua, untuk diri sendiri, Indah Nur Fitri Khoiro Mar'ah. Yang selalu mampu menguatkan dan meyakinkan diri tanpa jeda bahwa semuanya akan selesai pada waktunya. Terimakasih sudah mau terus berjuang dan bertahan sampai saat ini dan berada di titik ini.

ABSTRAK

INDAH NUR FITRI KHOIRO MAR'AH, Dosen Pembimbing (1) Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi dan (2) Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Hubungan antara Resiliensi dan Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri, 2023.

Kata Kunci: Resiliensi, Efikasi diri, Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik merupakan suatu emosi atau keadaan negatif yang dialami oleh individu yang menyebabkan ketakutan dan kekhawatiran dalam lingkungan akademik. Kecemasan akademik sering terjadi karena kurangnya kemampuan individu dalam beradaptasi dan merespon permasalahan dengan baik yang biasa disebut resiliensi. selain itu, Kecemasan juga bisa dipicu oleh rendahnya efikasi diri mahasiswa. Efikasi diri merupakan rasa yakin atau percaya diri pada individu terhadap kesanggupannya dalam melakukan dan menyelesaikan semua tugas yang dihadapinya. Oleh karena itu, peneliti ingin mendalami hubungan resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik. Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui hubungan negatif antara resiliensi dengan kecemasan akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022 (2) untuk mengetahui hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022 (3) untuk mengetahui hubungan negatif antara resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022.

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan metode uji korelasional. Populasi dalam penelitian ini sebesar 248 mahasiswa prodi psikologi islam IAIN Kediri Angkatan 2022, Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling* dengan sampel sebesar 153 mahasiswa. Instrumen yang digunakan berupa skala resiliensi yang disusun berdasarkan teori Connor and Davidson, skala efikasi diri yang disusun dari teori Bandura dan angket kecemasan akademik yang disusun dari teori Holmes. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *pearson product moment* dan uji regresi berganda dengan bantuan SPSS 16.

Hasil penelitian yang telah dilakukan berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* dan uji regresi linier berganda. 1) diperoleh nilai *pearson correlation* sebesar -0,571 dan nilai sig $0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan kecemasan akademik 2) diperoleh nilai *pearson correlation* sebesar -0,620 dan nilai sig $0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan akademik 3) diperoleh nilai *Unstandardized Coefficients B* pada variabel resiliensi sebesar -0,111 dan pada variabel efikasi diri -1.070. selain itu diperoleh nilai perbandingan $F_{hitung} = 58.408 > F_{tabel} = 3,06$. dan nilai sig $0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dan efikasi diri dengan kecemasan akademik.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunianya penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Resiliensi dan Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2022”.

Penulisan Skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi penulis agar dapat menyelesaikan Gelar Sarjana pada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Jurusan Psikologi Islam (Psi) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan serta dukungan baik secara moral maupun materi. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang setinggi-tingginya, khususnya kepada yang terhormat :

1. Dr. H. Wahidul Anam M.Ag selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si selaku ketua Prodi Psikologi Islam.
4. Drs. Moh Irfan Burhani M.Psi selaku dosen pembimbing 1 dan Ibu Novi wahyu Winastuti M.Psi selaku dosen bembimbing 2 yang telah meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan, arahan, masukan dan motivasi yang telah diberikan dalam membimbing penulis sehingga skripsi ini bisa selesai dengan baik. Semoga bapak dan ibu selalu dilimpahkan kesehatan, kemudahan, dan selalu dalam lindungan-Nya.

5. Bapak dan ibu seluruh dosen, seluruh staf akademik dan seluruh staf perpustakaan, yang telah memberi ilmu pengetahuan serta motivasi kepada penulis selama menempuh pendidikan di kampus. Semoga bapak dan ibu selalu dilimpahkan kesehatan, kemudahan, dan selalu dalam lindungannya.
6. Bapak, ibu serta keluarga yang senantiasa mendoakan, menyayangi membantu dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2022 IAIN Kediri, yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi objek penelitian dalam skripsi ini.
8. M. Rizqi Alfian, yang selalu mendampingi saya dalam segala hal di kota ini. dan menjadi rumah yang selalu ada untuk saya, meluangkan waktu untuk saya, menjadi tempat bercerita keluh kesah saya, dan mendukung ataupun menghibur dalam segala hal. Terimakasih telah menjadi bagian perjalanan penulis dari awal perkuliahan hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Semoa Allah selalu memberi kemudahan dalam segala hal yang akan kita lalui.
9. Teruntuk teman dekat saya diperantauan, Clarisa Dinda, Khoti Muhayati, Intan Kusuma, Fabi Annisa, Wanda Aulia, Kafin Trisyafatna, Terimakasih karena telah kebersamai peneliti dari awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini, saling menyemangati dan mendukung dalam proses penyelesaian skripsi ini, serta menjadi teman yang selalu baik sampai saat ini.
10. Teman-teman Sebimbangan dan Teman-teman Psikologi Islam Angkatan 2019, yang telah memberi dukungan serta motivasi padaa penulis.

11. Kepada seluruh pihak yang turut membantu memberikan masukan, motivasi, dukungan, dan doa baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti berharap skripsi ini dapat membawa dampak positif bagi para pembaca, karena dalam skripsi ini memuat pembelajaran yang peneliti dapatkan selama penelitian berlangsung. Dalam hal ini peneliti tidak menutup diri untuk menerima kritik dan saran yang sekiranya bisa menjadi pembelajaran bagi peneliti untuk berkembang menjadi lebih baik lagi.

Kediri, 1 September 2023

Penulis

Indah Nur Fitri Khoiro Mar'ah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS.....	iv
NOTA PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
MOTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Hipotesis Penelitian.....	10
F. Definisi Operasional.....	11
G. Telaáh Pustaka	12
BAB II LANDASAN TEORI	17
1. Kecemasan Akademik.....	17
a. Definisi Kecemasan Akademik	17
b. Aspek-aspek Kecemasan Akademik	18
c. Karakteristik kecemasan Akademik	19

d.	Sumber-sumber Kecemasan	21
e.	Faktor-faktor Kecemasan Akademik.....	23
f.	Kecemasan Akademik pada mahasiswa psikologi islam	23
2.	Resiliensi.....	24
a.	Pengertian Resiliensi	24
b.	Dimensi Resiliensi.....	25
c.	Fungsi Resiliensi	27
d.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi.....	28
3.	Efikasi diri.....	28
a.	Pengertian Efikasi diri	28
b.	Dimensi-dimensi Efikasi diri.....	29
c.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Efikasi diri	31
d.	Proses Efikasi Diri.....	33
4.	Hubungan Antar Variabel	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		42
1.	Rancangan Penelitian	42
2.	Lokasi Penelitian.....	42
3.	Pupulasi dan Sampel	43
4.	Teknik pengumpulan data.....	45
5.	Instrumen penelitian.....	46
6.	Teknik analisis data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		55
A.	Gambaran Umum Obyek Penelitian	55
B.	Deskripsi Data.....	58
1.	Uji Instrumen.....	58
2.	Uji Asumsi Klasik	69
3.	Uji Hipotesis.....	74
BAB V PEMBAHASAN		80
A.	Hubungan Resiliensi dengan Kecemasan Akademik.....	80
B.	Hubungan Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik.....	82
C.	Hubungan Resiliensi dan Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik	85
BAB VI PENUTUP		90
A.	Kesimpulan	90
B.	Saran.....	91

DAFTAR PUSTAKA	93
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	126

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Hubungan Antar Variabel	40
Gambar 4.1 Hasil Grafik Data Uji Normalitas.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Nilai Skala <i>Likert</i>	46
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Resiliensi.....	46
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Efikasi diri.....	47
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Kecemasan Akademik	48
Tabel 3.5 Koefisien Korelasi.....	52
Tabel 4.1 Susunan <i>Blueprint</i> Resiliensi sebelum Uji Validitas	59
Tabel 4.2 Hasil Validitas Uji coba Skala Aitem Resiliensi Kepada Subjek	59
Tabel 4.3 Susunan <i>Blueprint</i> Resiliensi sesudah Uji Validitas	61
Tabel 4.4 Susunan <i>Blueprint</i> Efikasi diri sebelum Uji Validitas	62
Tabel 4.5 Hasil Validitas Uji coba Skala Aitem Efikasi diri Kepada Subjek	63
Tabel 4.6 Susunan <i>Blueprint</i> Efikasi diri sesudah Uji Validitas.....	64
Tabel 4.7 Susunan <i>Blueprint</i> Kecemasan Akademik Sebelum Uji Validitas	65
Tabel 4.8 Hasil Validitas Uji coba Skala Aitem Kecemasan Akademik Kepada Subjek.....	65
Tabel 4.9 Susunan <i>Blueprint</i> Kecemasan Akademik Sesudah Uji Validitas	67
Tabel 4.10 Reliabilitas Resiliensi.....	68
Tabel 4.11 Reliabilitas Efikasi diri.....	68
Tabel 4.12 Reliabilitas Kecemasan Akademik	69
Tabel 4.13 Uji Normalitas.....	70
Tabel 4.14 Uji Linearitas Resiliensi dengan Kecemasan Akademik	71
Tabel 4.15 Uji Linearitas Efikasi diri dengan Kecemasan Akademik	72
Tabel 4.16 Uji Multikolinieritas.....	73
Tabel 4.17 Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> Hipotesis 1.....	75
Tabel 4.18 Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> Hipotesis 2.....	76

Tabel 4.19 Uji Regresi Linier Berganda	78
Tabel 4.20 Uji Regresi Linier Berganda	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Blueprint</i> Resiliensi	98
Lampiran 2 Kuesioner Resiliensi	99
Lampiran 3 <i>Blueprint</i> Efikasi diri	101
Lampiran 4 skala Efikasi diri	102
Lampiran 5 <i>Blueprint</i> Kecemasan akademik	103
Lampiran 6 Skala Kecemasan Akademik	104
Lampiran 7 Bukti Penyebaran Angket	106
Lampiran 8 Tabulasi data Resiliensi	107
Lampiran 9 Tabulasi data Efikasi diri	113
Lampiran 10 Tabulasi data kecemasan akademik.....	117
Lampiran 11 Surat Professional judgment	123
Lampiran 12 lembar konsultasi pembimbing 1	124
Lampiran 13 lembar konsultasi pembimbing 2.....	125