

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP STRES MAHASISWA BARU
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI**

SKRIPSI

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



Oleh:

SHINTA PUTRI BRILLIANT
NIM.: 933400915

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2021**

ABSTRAK

SHINTA PUTRI BRILLIANT, 2021. *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Stres Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri Kediri*, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Dr. Moh. Shofiyul Huda MF, M.Ag. dan (2) Sunarno, MA.

Kata kunci: Konsep Diri, Stres, Mahasiswa Baru

Usia mahasiswa merupakan usia transisi dari masa remaja menuju dewasa. Pada usia ini, remaja banyak sekali mengalami perubahan fisik, emosi, sosial, intelektual, psiko-sosial, maupun pemahaman dirinya. Salah satu unsur dalam kepribadian yang berkaitan dengan penyesuaian diri adalah konsep diri. Mahasiswa yang memiliki hambatan pada masa peralihan tersebut akan terlihat dari beberapa indikasi, yaitu kesulitan mengatur waktu, kesulitan mengikuti proses perkuliahan sehingga menyebabkan nilai akademik yang tidak memuaskan, dan kesulitan menjalin relasi dengan orang baru yang menyebabkan individu kekurangan informasi. Mahasiswa yang memiliki indikasi-indikasi hambatan tersebut akan cenderung mudah mengalami stres, salah satunya adalah stres akademik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; (1) bagaimana tingkat konsep diri mahasiswa baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri?, (2) bagaimana tingkat stres mahasiswa baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri? (3) adakah pengaruh konsep diri terhadap stres pada mahasiswa baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri?.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah 290 mahasiswa baru Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri. Sedangkan jumlah responden adalah 164 responden. Pengambilan sampel ditentukan dengan teknik *random sampling* dimana peneliti menyebar angket menggunakan *google form* untuk diisi oleh responden. Penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS 21.0 *for windows* untuk menganalisis uji validitas dan realibilitas, uji regresi linier, serta uji t untuk mengetahui pengaruh variabel x terhadap variabel y .

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa konsep diri pada mahasiswa baru didapatkan 129 responden atau 78,65% dalam kategori sedang. Sementara Stres pada mahasiswa baru didapatkan 121 responden atau 73,78% yang juga masuk dalam kategori sedang. Sedangkan melalui uji F diketahui adanya hubungan linier antara konsep diri dan stres mahasiswa baru Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri dengan nilai $F_{hitung} 1,357 < F_{tabel} 3,90$. Berdasarkan regresi linier sederhana didapatkan hasil $T_{hitung} 3,045 > T_{tabel} 1,974$ maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan, dengan begitu, maka H_a diterima dan H_o ditolak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsep diri dan stres pada mahasiswa baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri.

HALAMAN PERSETUJUAN


**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP STRES MAHASISWA BARU
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI**

SHINTA PUTRI BRILLIANT


NIM. 933400915

Disetujui oleh:

Pembimbing I


(Dr. Moh. Shofiyul Huda MF, M.Ag.)
NIP. 197607082003121003

Pembimbing II


(Sunarno, MA.)
NIDN. 2015028201

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 14 April 2021

Kepada
Yth, Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
di
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo
Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

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

Nama : SHINTA PUTRI BRILLIANT
NIM : 9.334.009.15
Judul : PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP
STRES MAHASISWA BARU
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami
berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat
sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).


Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya,
dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.


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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


(Dr. Moh. Shofiyul Huda MF, M.Ag.)
NIP. 197607082003121003


(Sunarno, MA.)
NIDN. 2015028201

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP STRES MAHASISWA BARU
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
KEDIRI**

**SHINTA PUTRI BRILLIANT
NIM. 933400915**

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
pada tanggal 23 April 2021

Tim Penguji,

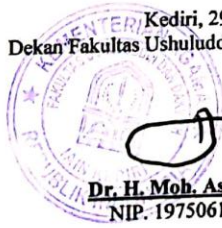
1. Penguji Utama
Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 19750613 200312 1 004
2. Penguji 1
Dr. Moh. Shofiyul Huda MF, M.Ag.
NIP. 19760708 200312 1 003
3. Penguji 2
Sunarno, MA.
NIDN. 2015028201


.....)

.....)

.....)

Kediri, 29 April 2021
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri




Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 19750613 200312 1 004

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Stres Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri Kediri” ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Besar harapan penulis atas saran-saran dan koreksi terhadap skripsi ini yang akan menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik lagi. Penulis menyampaikan banyak terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Nur Chamid MM., Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
2. Bapak Dr. Moh. Asror Yusuf M.Ag., Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta M.Si., Kaprodi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
4. Bapak Dr. Moh Shofiyul Huda MF, M.Ag. dan Bapak Sunarno, M.A., dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan semangat sehingga penyusunan skripsi ini bisa terselesaikan.
5. Untuk Ayah dan Mama yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan, serta keluarga besar yang selalu memberikan dorongan penuh selama penulis menempuh masa-masa sulit berproses di IAIN Kediri.
6. Mahasiswa baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri yang telah bersedia menjadi responden dengan mengisi angket online.
7. Tak lupa kepada teman-teman penulis, *Miftakul Khusna* teman seperjuangan dari mulai pengajuan judul sampai pendaftaran sidang dan *Deni Kurnia Shoffa* juga selalu mendengarkan keluh kesah selama proses penyelesaian skripsi. Untuk sahabatku *Sasa, Puput, Devi, Intan, Winda, Ifa, Riris, Vicha, Kosik dan Ayun* terimakasih untuk semangat dan do'a.

8. Semua mahasiswa Program Studi Psikologi Islam angkatan 2015 yang telah berjuang bersama demi meraih cita-cita dan gelar sarjana di IAIN Kediri.
9. Serta pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah ikut serta membantu baik langsung maupun tidak langsung dalam proses penyelesaian skripsi ini.
10. Terimakasih untuk diriku sendiri sudah berada di titik ini, selalu bersyukur dan jangan mudah puas dengan apa yang kamu dapatkan. Masih sangat panjang perjuanganmu ke depan, tetap rendah hati, jangan sombong jika di atas.

Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Dan semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Amin.

Kediri, 12 April 2021

Penulis

Shinta Putri Brilliant

NIM.9.334.009.15

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Telaah Pustaka.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Konsep Diri.....	12
1. Definisi Konsep Diri	12
2. Dimensi Konsep Diri	13
3. Fungsi Konsep Diri	16

4. Aspek-aspek Konsep Diri	17
B. Stres	18
1. Definisi Stres.....	18
2. Aspek-aspek Stres	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	20
C. Pengaruh Konsep Diri Terhadap Stres	22
D. Hipotesis Penelitian	23
E. Kerangka Konseptual.....	24
F. Definisi Operasional	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian	26
B. Variabel Penelitian.....	26
C. Lokasi Penelitian	27
D. Populasi dan Sampel.....	27
E. Data dan Sumber Data.....	28
F. Teknik Pengumpulan Data	28
G. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN	34
A. Profil Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri	34
1. Sejarah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.....	34
2. Visi dan Misi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri	38
3. Profil Program Studi Psikologi Islam	40
B. Deskripsi Data	42
1. Uji Instrumen.....	42

a. Uji Validitas	42
b. Uji Reliabilitas	45
2. Uji Asumsi	46
a. Uji Normalitas.....	46
b. Uji Linieritas	47
c. Uji Koefisien Determinasi R2.....	49
3. Uji Hipotesis	50
a. Uji Regresi	50
b. Analisis Deskriptif	51
BAB V PEMBAHASAN	55
A. Konsep Diri Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri	55
B. Tingkat Stres Pada Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri	57
C. Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri	59
BAB VI PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Nilai Skoring	29
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Konsep Diri.....	29
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Stres	31
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Konsep Diri.....	43
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Stres	44
Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Skala Konsep Diri	46
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Skala Tingkat Stres	46
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas Variabel Bebas dan Variabel Terikat.....	47
Tabel 4.6 Uji Linieritas Konsep Diri dan Stres	48
Tabel 4.7 Uji Linieritas Konsep Diri dan Stres	49
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi Sederhana	50
Tabel 4.9 Deskripsi Statistik Tiap Variabel	52
Tabel 4.10 Norma Kategorisasi Data	52
Tabel 4.11 Perhitungan Kategorisasi Tiap Variabel	53
Tabel 4.12 Kategorisasi Variabel Konsep Diri	53
Tabel 4.13 Kategorisasi Variabel Tingkat Stres.....	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran I Blueprint Skala Konsep Diri	i
Lampiran II Blueprint Skala Stres.....	ix
Lampiran III Angket penelitian Konsep Diri	xiii
Lampiran IV Angket penelitian Stres	xvi
Lampiran V Tabulasi data variabel X.....	xix
Lampiran VI Tabulasi data variabel Y	xxvi