

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN  
KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN KEDIRI**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**LAILIYA YORDINA FAHIRA**

**NIM. 933408918**

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

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN  
KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN KEDIRI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada

Institut Agama Islam Negeri Kediri  
Guna Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana

**OLEH:**

**LAILIYA YORDINA FAHIRA**

**NIM. 933408918**

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

**2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**


**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN  
KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN KEDIRI**

**LAILIYA YORDINA FAHIRA**

**NIM. 933408918**

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Prof Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag  
NIP. 197506132003121004

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi  
NIP. 199009302019032014

## NOTA DINAS

Nomor :  
Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : BimbinganSkripsi

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 : Lailiya Yodina Fahira  
NIM : 933408918  
Judul : HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KESIAPAN  
MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN  
KEDIRI

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



Prof Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag  
NIP. 197506132003121004

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi  
NIP. 199009302019032014

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN  
KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN KEDIRI**

**LAILIYA YORDINA FAHIRA  
NIM. 933408918**

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri  
(IAIN) Kediri pada tanggal 17 Maret 2023

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

(.....)

2. Penguji I

Prof Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag

NIP. 197506132003121004



(.....)

3. Penguji II

Fidia Astuti, M.Psi

NIP. 199009302019032014



(.....)

Kediri, 17 Maret 2023  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Dr. H.A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Mahasiswa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lailiya Yordina Fahira  
Nim : 933408918  
Tempat/ Tanggal Lahir : Nganjuk, 06 Juli 2000  
Prodi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah  
Alamat : Dsn. Kedunglo Ds. Cengkok Kec. Ngronggot Kab. Nganjuk  
Email : lailiyafahira@gmail.com

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar hasil karya sendiri. Jika kemudian hari terbukti bahwa merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat orang lain, sebagaimana atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Kediri, 22 Februari 2023

Saya yang menyatakan

Lailiya Yordina Fahira  
NIM. 933408918

## **HALAMAN MOTTO**

Cara terbaik untuk membayar momen indah adalah dengan menikmatinya  
-Richard Bach-

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Pada skripsi ini penulis mempersembahkan untuk suami tercinta Arjuna Hidayat S.T dan peri kecilku Arfa Anum Gantari yang telah menjadi suport sistem terbaik selama ini dan orang-orang yang aku sayangi. Selalu menjadi penyemangat dalam meraih gelar Sarjana Psikologi ini, serta selalu memberi nasehat untuk terus berjuang dan mencapai tujuan yang diinginkan.



## ABSTRAK

LAILIYA YORDINA FAHIRA. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kesiapan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 di IAIN Kediri. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri. Pembimbing 1: Prof. Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag. 2: Fidia Astuti, M.Psi

Kata Kunci: Stres, Kesiapan, Skripsi

Skripsi yaitu suatu karya ilmiah yang disusun mahasiswa sebagai syarat yang harus dipenuhi diakhir jenjang pendidikan akademis untuk mendapatkan gelar sarjana. Untuk itu mahasiswa memerlukan kesiapan dalam menyusun skripsi. Kesiapan adalah seluruh keadaan individu yang menjadikan seseorang lebih siap dalam memberikan tanggapan terhadap keadaan tertentu. Ketegangan, khawatir, rasa takut dan beban psikologis yang ditimbulkan dari menyusun skripsi mengakibatkan mahasiswa mengalami stres. Stres adalah suatu keadaan yang berupa tuntutan atau tekanan yang muncul dari dalam atau luar diri seseorang dan melebihi batas kemampuannya yang menyebabkan seseorang tidak dapat mengatasinya sehingga orang tersebut merasakan ketegangan dalam dirinya. Tujuan dari penelitian ini yaitu : 1. Untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 dalam menyusun skripsi 2. Untuk mengetahui kesiapan mahasiswa Psikologi Islam dalam menyusun skripsi 3. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 di IAIN Kediri.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pengambilan data dilakukan pada mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability Sampling* dengan metode *Random Sampling* sehingga sampel yang diperoleh yaitu 144. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu pembagian kuesioner/angket dengan instrumen skala tingkat stres dan skala kesiapan mahasiswa menyusun skripsi. Kemudian teknik analisisnya menggunakan kolerasi *product moment* dengan bantuan *SPSS for windows 25*.

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa tingkat stres 73 mahasiswa (51%) pada kategori sedang. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi 86 mahasiswa (60%) pada kategori tinggi. Berdasarkan pada uji kolerasi didapatkan hasil nilai sig (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  maka hubungan kedua variabel tersebut signifikan. Hasil dari *pearson correlation* menunjukkan  $-0,343$  terdapat pada interval  $0,20 - 0,399$  yang berarti bahwa kolerasi antar keduanya adalah rendah, serta terdapat hubungan yang negatif. Artinya semakin rendah tingkat stres maka semakin tinggi kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi atau sebaliknya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara tingkat stres dengan kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 di IAIN Kediri.  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena hana atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2019 DI IAIN KEDIRI”

Solawat serta salam senantiasa peneliti haturkan ke hadirat Nabi Muhammad saw, yang senantiasa kita nantikan syafa’atnya kelak dihari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak yang terlibat. Untuk itu, segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag., Rektor Institut Agama Islam Negeri Kediri
2. Bapak Dr. H. A Halil Thahir, M.H.I., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri
4. Bapak Dr. H. Halil Thahir, H.MI, selaku penguji utama. Bapak Prof. Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag, dan Ibu Fidia Astuti, M.Psi, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu berharganya dalam memberikan bimbingan, arahan, dorongan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Terimakasih telah membimbing dengan sabar dan ikhlas.
5. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri yang memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman kepada peneliti.
6. Para staff karyawan Institut Agama Islam Negeri Kediri yang memberikan bantuan kepada peneliti dalam proses adminitrasi perkuliahan
7. Subjek peneliti yaitu mahasiswa psikologi islam angkatan 2019 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner yang telah peneliti bagikan.
8. Teruntuk teman hidupku Arjuan Hidayat S.T dan Arfa Anum Gantari atas kesabaran dan dukungannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
9. Kepada orang tua, mertua, kakak yang senantiasa mendukung dan mendoakan kelancaran menyelesaikan skripsi ini.

10. Kedua sahabatku Nadia Ainun Nikmah S.P dan Diah Ayu Noviantoro, S.Pd yang selalu sedia membantu mengerjakan dan membuat semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Semua teman-teman angkatan psikologi islam 2018, khususnya kelas C yang saling mendukung, membantu serta menguatkan satu sama lain.
12. Semua pihak yang membantu dan memberikan semangat serta doa terbaiknya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi hingga tuntas.

Dengan harapan semoga wawasan, pengetahuan, pengalaman dan kebaikan yang mereka berikan diterima Allah SWT dan tercatat sebagai amal shalih. Karya atau hasil penelitian ini penulis persembahkan kepada seluruh pembaca.

Kediri, 22 Februari 2023

Lailiya Yordian Fahira  
NIM. 933408918

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
NOTA DINAS .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB IPENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Hipotesis Penelitian .....	9
F. Asumsi Penelitian .....	9
G. Penegasan Istilah .....	10
H. Telaah Pustaka .....	11
BAB IILANDASAN TEORI .....	15
A. Kesiapan Menyusun Skripsi .....	15
1. Pengertian Kesiapan .....	15
2. Aspek-aspek Kesiapan .....	17
3. Prinsip Kesiapan .....	18
4. Faktor Kesiapan .....	18
5. Bentuk Kesiapan .....	19
B. Stres .....	20

1. Pengertian Stres.....	20
2. Faktor-faktor Pemicu Stres .....	21
3. Aspek-aspek Pengukuran Stres .....	24
4. Tingkat Stres .....	24
5. Tahapan Stres.....	25
6. Jenis-jenis Stres.....	27
7. Indikasi Stres.....	28
C. Dinamika Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi .....	28
<b>BAB IIIMETODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Rancangan Penelitian .....	30
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	30
2. Variabel Penelitian.....	31
3. Lokasi.....	31
4. Data dan Sumber Data .....	31
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	32
C. Metode Pengumpulan Data .....	33
D. Instrumen Penelitian .....	33
E. Analisis Data.....	37
<b>BAB IVHASIL PENELITIAN.....</b>	<b>42</b>
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	42
1. Sejarah Singkat Psikologi Islam IAIN Kediri.....	42
2. Visi dan Misi Psikologi Islam.....	43
B. Diskripsi Subjek .....	43
C. Pengujian Hipotetis.....	44
1. Uji Instrumen .....	44
2. Uji Asumsi .....	50
3. Analisis Diskriptif Statistik.....	52
4. Uji Hipotesis .....	56
<b>BAB VPEMBAHASAN.....</b>	<b>58</b>

A. Tingkat Stres Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 dalam Menyusun Skripsi .....	58
B. Kesiapan Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 dalam Menyusun Skripsi .....	61
C. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 Di IAIN Kediri .....	63
BAB VIPENUTUP .....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran .....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	68
HALAMAN LAMPIRAN .....	72

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert .....	35
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	35
Tabel 3.3 Skala Likert .....	36
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala Stres.....	36
Tabel 3.5 Nilai Koefisiensi <i>Cronbach Alpha</i> ( $\alpha$ ).....	39
Tabel 3.6 Tingkat Hubungan Koefisien Kolerasi .....	41
Tabel 4.1 Jumlah Subjek Penelitian .....	43
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi .....	45
Tabel 4.4 Hasil Validitas Stres .....	47
Tabel 4.6 Nilai Koefisiensi <i>Cronbach Alpha</i> ( $\alpha$ ).....	49
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	49
Tabel 4.8 Hasil Uji Reliabilitas Stres.....	50
Tabel 4.9 Uji Normalitas .....	50
Tabel 4.10 Uji Linieritas.....	51
Tabel 4.11 Hasil Analisis Hipotetik Variabel Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi .....	52
Tabel 4.12 Distribusi Kategorisasi Variabel Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi .....	52
Tabel 4.13 Statistik Diskriptif Aspek Kesiapan yang Paling Dominan.....	53
Tabel 4.14 Hasil Analisis Hipotetik Variabel Stres.....	54
Tabel 4.15 Distribusi Kategorisasi Variabel Stres.....	54
Tabel 4.16 Statistik Diskriptif Aspek Tingkat Stres yang Paling Dominan .....	55
Tabel 4.17 Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Hubungan.....	56
Tabel 4.18 Hasil Uji Kolerasi .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	
Gambar 4.1 Diagram Lingkaran Jenis Kelamin .....	44
Gambar 4.2 Diagram Lingkaran Tingkat Kesiapan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	52
Gambar 4.3 diagram Lingkaran Tingkat Stres .....	54



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Bukti penyebran kuesioner kepada mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 .....	72
Lampiran 2 : Data Responden .....	73
Lampiran 3 : Skala Kesiapan Dalam Menyusun Skripsi .....	78
Lampiran 4 : Skala Tingkat Stres.....	81
Lampiran 5 : Kategori Variabel Stres .....	84
Lampiran 6 : Kategori Variabel Kesiapan .....	86
Lampiran 7 : Tabel Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael dengan Taraf Kesalahan 1%, 5%, dan 10% .....	87
Lampiran 8 : Hasil Output SPSS .....	88
Lampiran 9 : Distrikbusi Stres .....	92
Lampiran 10 : Distrikbusi Kesiapan .....	103
Lampiran 11 : Daftar Konsultasi .....	114
Lampiran 12 : Pernyataan Kesediaan Menjadi Subjek.....	116
Lampiran 13 : Surat izin Penelitian .....	117
Lampiran 14 : Riwayat Hidup.....	118

