

ABSTRAK

HUBUNGAN HARDINESS TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR JURUSAN PENDIDIKAN BAHASA DAN SENI UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

QAIS MA'UNNAH

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni Universitas Lampung. *Hardiness* merupakan kepribadian yang berfungsi sebagai ketahanan psikologis dalam menghadapi tekanan, sedangkan stres akademik adalah tekanan yang dialami mahasiswa akibat tuntutan akademik, khususnya dalam menyelesaikan tugas akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan populasi penelitian ini sebanyak 460 mahasiswa dengan sampel 100 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih secara *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan berupa skala *hardiness* dan skala stres akademik. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dan stres akademik, yang ditunjukkan dengan indeks korelasi $r_{hit} = -0,614 > r_{tab} = 0,134$, dengan $p = 0,001$; $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya semakin tinggi tingkat *hardiness* mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan *hardiness* untuk membantu mahasiswa mengelola stres akademik selama masa penyelesaian studi.

Kata Kunci: *Hardiness*, Stres Akademik, Mahasiswa

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS AND ACADEMIC STRESS AMONG FINAL-YEAR STUDENTS IN THE DEPARTMENT OF LANGUAGE AND ARTS EDUCATION, UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

QAIS MA'UNNAH

This study aims to examine the relationship between hardiness and academic stress among final-year students in the Department of Language and Arts Education at the University of Lampung. Hardiness is a personality trait that functions as psychological resilience in facing pressure, while academic stress refers to the pressure experienced by students due to academic demands, especially in completing their final project. This research employs a quantitative method with a correlational approach. The population consists of 460 students, with a sample of 100 final-year students selected using convenience sampling. The instruments used were the hardiness scale and the academic stress scale. The results show a significant negative relationship between hardiness and academic stress, indicated by a correlation coefficient of $r_{hit} = -0.614$, which is greater than the critical value $r_{tab} = 0.134$, with $p = 0.001 < 0.05$. Therefore, H_0 is rejected, meaning that the higher the students' hardiness level, the lower the academic stress they experience. These findings emphasize the importance of developing hardiness to help students manage academic stress during their study completion period.

Keywords: *Hardiness, Academic Stress, Students*