



**PERBEDAAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI ANTARA
MAHASISWA YANG MEMILIKI *LOCUS OF CONTROL INTERNAL*
DAN *EKSTERNAL* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area**

Oleh :

**PIPIT LIBIANTI
08.860.0261**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2014**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

JUDUL PERBEDAAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI
ANTARA MAHASISWA YANG MEMILIKI *LOCUS OF
CONTROL* INTERNAL DAN *LOCUS OF CONTROL*
EXTERNAL MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MEDAN AREA

NAMA MAHASISWA : PIPIT LIBIANTI

NIM : 08 860 0261

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Dra. Mustika Tarigan M.Psi

Pembimbing II

Drs. Mulia Siregar M.Psi

MENGETAHUI

Ketua Jurusan



Laili Alfita S.Psi M.M

Dekan

Prof. Dr. Abdul Munir M.Pd

Tanggal Sidang Meja Hijau

27 SEPTEMBER 2013

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

ABSTRAK

PERBEDAAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI ANTARA MAHASISWA YANG MEMILIKI *LOCUS OF CONTROL* INTERNAL DAN *LOCUS OF CONTROL* EKSTERNAL MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Oleh :

PIPIT LIBIANTI

08.860.0261

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan stres dalam menyusun skripsi antara mahasiswa yang memiliki *Locus of control* internal dan eksternal pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Medan Area. Dimana jumlah mahasiswa yang menjadi penelitian sebanyak 46 orang.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini berbunyi : ada perbedaan stres dalam menyusun skripsi antara mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal dan eksternal. Dengan asumsi bahwa yang memiliki *locus of control* internal memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis varians 1 jalur, dimana berdasarkan analisis diperoleh hasil sebagai berikut : 1) Terdapat perbedaan stres yang signifikan antara mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal dan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal. Hal ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan nilai anava $F = 5,753$ dengan koefisien signifikansi 0,021. Hal ini berarti nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,050. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan stres dalam menyusun skripsi antara mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal dan eksternal dinyatakan diterima. 2) Diketahui bahwa mahasiswa dengan *locus of control* internal memiliki nilai rata-rata stres 211,916, sedangkan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal memiliki rata-rata sebesar 244,318.

Diketahui bahwa mahasiswa, baik yang memiliki *locus of control* internal maupun eksternal sama-sama mengalami stres. Mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal mengalami stres yang tergolong tinggi, sebab mean empiriknya (211,916) selisihnya dengan rata-rata hipotetik (129,53) melebihi bilangan SD yakni bilangan 44,566. Sedangkan mahasiswa dengan *locus of control* eksternal mengalami stres yang tergolong sangat tinggi dimana mean empiriknya (244,318) selisihnya dengan nilai rata-rata hipotetiknya (129,5) melebihi bilangan SD yakni 47,047.

Kata kunci : stres dalam menyusun skripsi dan *locus of control*.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area (repository.uma.ac.id)16/8/24



DAFTAR ISI

HAL

Halaman Judul	i
Daftar Isi	ii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian.....	12
a. Manfaat teoritis	12
b. Manfaat praktis	12

BAB II. PERSPEKTIF TEORITIS

A. Deskripsi Mahasiswa	13
1. Defenisi Mahasiswa	13
2. Peran dan Tanggung Jawab Mahasiswa.....	14
3. Mahasiswa psikologi Universitas Medan Area.....	17
B. Gambaran stress	20
1. Defenisi stres.....	20
2. Tahapan – Tahapan stress.....	23
3. Ciri-Ciri Stres Ditinjau dari Gejala-Gejalanya.....	24

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi stress.....	26
5. Aspek stres	30
C. Tugas Akhir Atau Skripsi.....	31
1. Pengertian skripsi.....	31
2. Kriteria tugas akhir atau skripsi	33
3. Tujuan penyusunan skripsi.....	33
D. <i>Locus Of Control</i>	34
1. Defenisi <i>Locus Of Control</i>	34
2. Aspek-aspek <i>Locus Of Control</i>	36
3. Faktor – faktor yang mempengaruhi <i>Locus Of Control</i>	39
4. Perbedaan karakteristik <i>Locus Of Control</i>	43
E. Perbedaan Stres dalam Menyusun Skripsi Antara Mahasiswa yang Memiliki <i>Locus Of Control</i> Internal dan Eksternal	46
F. Kerangka Konseptual.....	47
G. Hipotesis.....	48

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Tipe penelitian.....	49
B. Identifikasi variabel Penelitian.....	49
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	50
1. Defenisi Stres	50
2. Defenisi <i>Locus of control</i>	50
D. Populasi dan Sampel	51

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	56
1. Validitas	56
2. Reliabilitas	58
G. Metode Analisis Data.....	59

BAB IV. PERSIAPAN PENELITIAN, HASIL PENELITIAN DAN

PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancha dan persiapan Penelitian.....	61
1. Orientasi Kancha Penelitian.....	61
2. Persiapan Penelitian	64
B. Uji Coba Alat Ukur Penelitian	67
C. Pelaksanaan Penelitian	70
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	71
E. Pembahasan	77

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82

DAFTAR PUSTAKA.....	84
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Locus of Control</i> sebelum penelitian.....	66
2. Distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala stres sebelum Penelitian.....	66
3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala <i>Locus of Control</i> setelah penelitian.	68
4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Stres setelah <i>Try Out</i>	69
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	72
6. Rangkuman hasil perhitungan uji homogenitas varians	73
7. Rangkuman hasil analisis Varians 1 Jalur.....	74
8. Statistik Induk	75
9. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik.....	76
10. Kurva stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa yang memiliki <i>locus of control</i> internal	76
11. Kurva stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa yang memiliki <i>locus of control</i> eksternal	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :

- A. Analisis Uji Reliabilitas dan Validitas Locus Of Control dan Stres
- B. Data Penelitian Locus Of Control dan Stres
- C. Skala Stres dan Locus Of Control
- D. Surat Keterangan bukti Penelitian





BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa, pada dasarnya sebagai generasi penerus. Mereka diharapkan sebagai subyek atau pelaku di dalam pergerakan pembaharuan. Sebagai bagian dari masyarakat, mereka punya tanggung jawab besar untuk membangun bangsa ke arah yang lebih baik. Sehingga disebutlah mahasiswa sebagai “agent of change” atau agen perubahan.

Mahasiswa, adalah seseorang yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi dari pendidikan SMU dan sederajat. Mahasiswa atau mahasiswi adalah panggilan untuk orang yang sedang menjalani pendidikan tinggi di universitas atau perguruan tinggi, baik negeri ataupun swasta. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Sedangkan mahasiswa dalam Peraturan Pemerintahan RI No.30 Tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu baik swasta ataupun negeri.

Mahasiswa biasanya berusia 18 tahun atau lebih, sehingga dalam tahap perkembangannya mereka digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal. (Monks & Siti Rahayu, 1989). Pada usia tersebut mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal. Masa peralihan tersebut dilihat dari berbagai aspek seperti fisik, pendidikan ataupun sosial.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa inilah yang mendorongnya untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Tugas perkembangan yang harus dijalankan oleh mahasiswa sebagai masa dewasa awal menurut Havinghurst (dalam Dariyo, 2003) antara lain: mencari dan menemukan pasangan hidup, membina kehidupan rumah tangga, meniti karir dalam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga serta menjadi warga negara yang bertanggung jawab.

Tugas perkembangan tersebut menuntut sosok mahasiswa untuk lebih dewasa dan bertanggung jawab. Tuntutan dan tugas perkembangan mahasiswa tersebut muncul dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri.

Menurut Sarwono (1989) salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri vokasional, yaitu penyesuaian diri dalam bidang pendidikan. Kondisi tersebut dikarenakan pendidikan yang diterapkan pada mahasiswa di Perguruan Tinggi berbeda dengan pendidikan di tingkat sebelumnya yaitu SMA.

Pendidikan akademik mahasiswa merupakan pendidikan yang diarahkan terutama pada penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi, dan atau kesenian serta pengembangannya. Adanya pengarah pendidikan akademik tersebut menyebabkan adanya perbedaan sistem pembelajaran dan sistem penyelenggaraan pendidikan yang diterapkan pada mahasiswa di Perguruan Tinggi dan siswa di

SMA.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

Penyelenggaraan pendidikan di Perguruan Tinggi menggunakan Sistem Kredit Semester (SKS). Sistem Kredit Semester adalah suatu sistem penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan satuan kredit semester (SKS) untuk menyatakan beban studi mahasiswa, beban kerja dosen, pengalaman belajar dan penyelenggaraan program (Soemanto, 2006). Penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan SKS menuntut mahasiswa untuk menentukan secara mandiri beban belajar sesuai dengan kemampuannya, khususnya kemampuan akademik. Prosedur tersebut berbeda dengan prosedur yang ada dalam jenjang pendidikan sebelumnya yaitu SMA. Pada jenjang pendidikan SMA, beban belajar telah ditentukan oleh pihak sekolah berdasarkan prosedur yang telah dibuat oleh Departemen Pendidikan Nasional.

Sebagai mahasiswa, banyak tanggung jawab dan beban tugas yang harus di selesaikan untuk dapat menyelesaikan keserjannya. Seperti pada masa perkuliahan yang membutuhkan waktu dan materi yang tidak sedikit. Diiringi dengan tugas-tugas perkuliahan serta menyelesaikan praktikumnya. Dan untuk menyelesaikan keserjannya seorang mahasiswa harus menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya.

Skripsi atau Tugas Akhir adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwadarminta, 1983). Karya ilmiah atau tugas akhir tersebut disusun berdasarkan penelitian yang dilakukan mahasiswa yang bersangkutan di bawah pengawasan 2 orang dosen pembimbing. Yang masing-masing bertugas sebagai

Pembimbing 1 dan Pembimbing 2.

Skripsi sebagai tugas individual bagi mahasiswa dan menjadi syarat untuk menyelesaikan studi pada jenjang strata I. Dalam mengerjakannya membutuhkan waktu dan proses yang panjang untuk penyelesaiannya. Pada saat penyelesaian tugas akhir tersebut, banyak tahapan dan tantangan dihadapi oleh mahasiswa. Semua itu membutuhkan biaya, tenaga, waktu, dan perhatian yang tidak sedikit. Mahasiswa seharusnya menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester atau sekitar enam bulan. Namun, pada kenyataannya banyak mahasiswa yang menyelesaikan skripsi lebih dari itu.

Banyaknya tantangan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi antara lain dari faktor internal mahasiswa yang bersangkutan, juga dari faktor eksternal. Secara internal dari individu mahasiswa, biasanya disebabkan karena sulitnya mencari bahan rujukan, kurangnya kemampuan mahasiswa dalam memahami metode penulisan karya ilmiah, ketakutan bertemu dosen pembimbing karena tidak mampu memenuhi tugas yang diberikan oleh dosen tersebut, kurang semangat karena merasa sendiri setelah melihat kawan-kawan seangkatannya telah lulus, juga desakan dari orang tua, kendala dana, bahkan terjadinya hal-hal yang tidak terduga seperti, file skripsi terkena virus sehingga tidak terbaca, mengalami sakit yang menyebabkan dia harus istirahat, bahkan bisa juga karena laptop yang dipakai untuk mengerjakan tugas akhir ternyata hilang diambil pencuri dsb.

Sedangkan dari faktor eksternal adalah faktor dari administrasi akademis.

Adapun tantangan dan hambatannya biasanya berupa : pemenuhan syarat dalam menyusun skripsi seperti secara akademis seorang mahasiswa yang akan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

menyusun tugas akhir, harus menempuh perkuliahan dan lulus minimal 110 SKS (Buku Panduan Mahasiswa, Tahun Akademik 2013/2014). Mempunyai Indeks Prestasi minimal 2,00 dengan catatan nilai D maksimum 1 mata kuliah, (kecuali Pendidikan Pancasila). Mengajukan judul proposal, Menyelesaikan dan mengikuti seminar proposal skripsi, revisi yang sesuai arahan dosen, melakukan penelitian, melaksanakan sidang hasil penelitian, revisi hasil penelitian dan persetujuan penelitian. Selain itu, persyaratan administrasi yang harus lengkap, deadline waktu yang sudah ditetapkan oleh kampus, yang semua itu memunculkan ketegangan dan tekanan baik fisik ataupun psikis dalam diri mahasiswa, sehingga menyebabkan munculnya stres dalam diri individu mahasiswa tersebut.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Medan Area menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir sering mengalami tekanan psikologis dalam menjalani proses penyelesaian skripsinya, perilaku keseharian mereka yang menunjukkan adanya gejala stres.

Pengamatan tersebut dilakukan di tempat-tempat yang biasa mahasiswa menunggu dosen, seperti di lobi fakultas psikologi atau di depan ruang dosen, juga di perpustakaan dan di rumah kost mahasiswa. Dari hasil observasi tersebut menunjukkan mahasiswa mengalami tanda-tanda stress pada saat menunggu waktu untuk bimbingan, seperti: berkeringat dingin, berfikir negative bahwa skripsi mereka akan di revisi lagi, bahkan ada yang bimbingan selalu minta ditemani oleh kawannya untuk bimbingan. Selain itu mereka rata-rata juga menyalahkan pembimbing jika ditanyai tentang skripsinya.

Gejala stres lain yang ditunjukkan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi Universitas Medan Area antara lain banyaknya keluhan mahasiswa mengenai sakit kepala yang sering mengganggu aktivitas sehari-hari, sulit berkonsentrasi, keluhan mengenai gangguan tidur berupa kesulitan tidur, sering terlihat cemas, sering terlihat mudah marah, mudah tersinggung, kurang nafsu makan bahkan ada beberapa mahasiswa yang menunjukkan gejala gangguan daya ingat dan konsentrasi yang ditunjukkan dengan tidak bisa menjawab pertanyaan ringan seperti, apa judul skripsinya.

Kondisi ini menimbulkan pertanyaan pada peneliti sehingga mendorong untuk melakukan wawancara pada mahasiswa psikologi yang sedang menyusun skripsi. Wawancara dilakukan pada empat mahasiswa Psikologi antara semester 8 sampai semester 12. Berikut ini, salah satu petikan wawancara yang dilakukan penulis, sebelum melakukan penelitian.

“target saya, sebenarnya wisuda bulan 6 lalu. Tapi sampe sekarang skripsi saya belum juga siap. Masih revisi-revisi aja. Saya benar-benar suntuk sebenarnya, pusing karena saya kurang menguasai penelitian ini. Saya jadi males ngerjakan dan ga’ brani jumpai doping. Semakin saya kerjakan, semakin saya ga’ semangat, bingung, takut, ga’ enak makan ga’ enak tidur, bahkan akhir-akhir ini saya sangat mudah tersinggung.”(wawancara tanggal 21 Agustus 2013)

Selain itu, hasil pengamatan penulis menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mempunyai kecenderungan menghindari dosen. Karena takut tidak bisa memenuhi tugas yang diberikan oleh dosen pembimbing tersebut.

Stress yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi biasanya muncul karena adanya tekanan fisik ataupun psikis akibat adanya tuntutan dalam

diri dan lingkungan. Stress menurut Hans Selye (<http://pamuncar.blogspot.com/2012/06>) merupakan respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya.

Berdasarkan pengertian tersebut dapat dikatakan apabila seseorang mengalami beban atau tugas yang berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan merespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga orang tersebut dapat mengalami stres. Respons atau tindakan ini termasuk respons biologis dan psikologis.

Menurut Sarafino (dalam Saleh, 2013) aspek stres ada dua antara lain: aspek biologis dan aspek psikologis. Adapun aspek biologis, seorang yang mengalami stress ditandai dengan : sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan. Adapun dari aspek psikologis, mencakup tiga hal yaitu gejala kognisi seperti individu yang cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi. Dari gejala emosi, individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi. Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

Namun, stres pada dasarnya tidak selalu berdampak negatif, karena stres kadang dapat bersifat membantu dan menstimulasi individu untuk bertingkah laku positif. Stres yang berdampak positif biasa disebut dengan eustress dan stres yang berdampak negative, biasa disebut dengan distress. Stres bukan hanya sebagai stimulus atau respon, karena setiap individu dapat memberikan respon

yang berbeda pada stimulus yang sama. Adanya perbedaan karakteristik individu menyebabkan adanya perbedaan respon yang diberikan kepada stimulus yang datang.

Karakter individu yang mempengaruhi tingkat stres seseorang, salah satunya adalah *Locus of Control*. *Locus of control* merupakan konsep kendali diri atau yang menurut Demirtas & Günes (<http://www.alumni.unair.ac.id/2012/02>) dapat didefinisikan sebagai kekuatan yang mengendalikan tindakan diri seseorang dan hal-hal yang dilakukan terhadap mereka, selain itu *locus of control* dianggap sebagai persepsi orang tentang siapa atau apa yang bertanggung jawab atas hasil dari perilaku atau peristiwa dalam kehidupan mereka.

Menurut Rotter (dalam Soemanto, 2006) *locus of control* terdiri dari 2 dimensi yaitu: *Locus of control* internal dan *Locus of control* eksternal. Menurut Robbins (dalam Sokhi, 2010) *locus of control* internal adalah individu yang percaya bahwa mereka merupakan pemegang kendali atas apa pun yang terjadi pada diri mereka. Individu dengan *locus of control* internal mempunyai persepsi bahwa lingkungan dapat dikontrol oleh dirinya sehingga mampu melakukan perubahan-perubahan sesuai dengan keinginannya.

Mahasiswa dengan *locus of control* internal, biasanya memiliki konsep diri bahwa, kesuksesan dan kegagalan menyusun skripsi tergantung usaha dan kemampuan dirinya. Maka ia akan berusaha semaksimal mungkin menyelesaikan skripsinya, sekalipun harus mengerahkan waktu dan mencurahkan segenap fikiran dan tenaganya. Menurut Solomon dan Oberlander (dalam Sokhi, 2010) menyatakan bahwa, individu dengan *locus of control* internal

memiliki ciri-ciri cenderung giat, rajin, ulet, mandiri dan punya daya tahan lebih baik terhadap pengaruh social, lebih efektif dalam menyelesaikan tugas dan lebih peka terhadap informasi yang relevan dengan keadaan dirinya.

Sedangkan *locus of control* eksternal, menurut Robbins (<http://alumni.unair.ac.id/2012/02>) adalah individu yang memiliki keyakinan bahwa apapun yang terjadi pada dirinya dikendalikan oleh kekuatan luar. Seperti, keberuntungan, kesempatan ataupun kebetulan. Individu dengan *locus of control* eksternal lebih cenderung akan pasrah terhadap apa yang menimpa dirinya. Tanpa ada usaha untuk melakukan perubahan, sehingga cenderung untuk menyukai penyesuaian diri terhadap lingkungan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan ini, dalam bentuk karya ilmiah dengan judul “perbedaan stres dalam menyusun skripsi antara mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal dan *locus of control* eksternal”.

B. Identifikasi Masalah

Stres yang di alami oleh mahasiswa. Khususnya mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Berdasarkan fenomena, bahwa banyak mahasiswa yang mengalami perasaan tertekan, cemas, dan tegang. Yang hal ini disebabkan dalam sulitnya mencari literature, kesulitan menjumpai dosen pembimbing, terbatas serta adanya permasalahan-permasalahan lain.

Faktor yang mempengaruhi stres diantaranya adalah *locus of control*.

Locus of control memiliki dua dimensi yaitu internal dan eksternal. Dimana

individu dengan *locus of control* internal akan menghubungkan peristiwa yang dialaminya dengan perilakunya. Jika mahasiswa memiliki *locus of control* internal, ketika di hadapkan dengan berbagai kendala dan tantangan dalam menyelesaikan tugas akhirnya, maka ia akan melakukan usaha untuk mengenali diri, mencari tahu tentang usaha-usaha untuk mengatasi masalah tersebut. Hal ini akan membuatnya memiliki pandangan positif terhadap dirinya untuk mengurangi ataupun menghindari stres yang dihadapinya dalam menyusun tugas akhirnya.

Sebaliknya individu yang memiliki *locus of control* eksternal, lebih percaya bahwa kesuksesan ataupun kegagalan ditentukan oleh adanya pengaruh dari luar seperti, kebetulan, nasib ataupun kesempatan. Sehingga, mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal jika menghadapi tantangan dalam menyelesaikan tugas akhir, cenderung mengulur-ngulur waktu, sibuk menyalahkan orang lain bahkan memilih menghindar dari tugas, dengan meminta orang lain untuk mengerjakan.

C. Batasan masalah

Penelitian ini menekankan pada masalah stres dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi pada mahasiswa, dimana berbagai faktor tinggi dan rendahnya stress mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya salah satunya ditentukan oleh *locus of control* . Oleh sebab itu, penelitian ini memfokuskan perhatian pada kajian tentang perbedaan stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi antara yang memiliki *locus of control* internal & *locus of control* eksternal. Dimana subjek penelitian adalah mahasiswa yang tergolong masih tahap

mengerjakan skripsi. kemudian diketahui jumlah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang sedang menyelesaikan skripsinya yang terdaftar mengambil mata kuliah seminar pada semester ganjil tahun ajaran 2013/2014.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan *locus of control* yang mereka miliki?

E. Tujuan Penelitian

Sebagaimana di harapkan bahwa setiap penelitian memiliki suatu tujuan tertentu yang diharapkan akan memberikan dampak yang positif bagi masyarakat. Disini dapat dinyatakan bahwa tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi antara yang memiliki *locus of control* internal & eksternal dengan stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Medan Area

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi pada ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, tentang salah satu faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi mahasiswa, memberi tambahan informasi tentang perbedaan stress dalam menyusun skripsi antara mahasiswa yang memiliki *Locus of control* internal dan eksternal. Informasi tersebut diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk lebih mengenal *Locus of control* dirinya.
- b) Bagi dosen, memberi masukan mengenai adanya perbedaan stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa yang memiliki *Locus of control* internal dan eksternal. Masukan tersebut diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan pembimbingan.



BAB II

PERSPEKTIF TEORITIS

A. Deskripsi Mahasiswa

1. Defenisi Mahasiswa

Kata mahasiswa berasal dari dua kata yaitu “maha” yang berarti lebih, paling dan “siswa” yang berarti pelajar. Jadi, kata mahasiswa berarti adalah pelajar yang paling tinggi kedudukannya dibanding tingkat pelajar yang lain. Menurut Oemarjati dkk (2002), mahasiswa adalah siswa di perguruan tinggi. Sedangkan menurut Marhijanto (1995), mahasiswa adalah murid perguruan tinggi. Jadi dapat diartikan bahwa mahasiswa adalah orang yang sedang belajar di sebuah perguruan tinggi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa. Tetapi pada dasarnya makna mahasiswa tidak sesempit itu. Terdaftar sebagai pelajar di sebuah perguruan tinggi hanyalah syarat administratif menjadi mahasiswa.

Menjadi mahasiswa mengandung pengertian yang lebih luas dari sekedar masalah administratif. Peran mahasiswa sebagai calon pembaharu berkaitan erat dengan perannya sebagai calon cendekiawan. Sebagai calon cendekiawan, mahasiswa harus melatih kepekaannya sedemikian rupa sehingga pada saat terjun ke masyarakat ia siap menjalankan perannya sebagai cendekiawan. Kelak, sebagai seorang cendekiawan ia dituntut menyumbangkan pemikiran untuk melakukan berbagai perbaikan.

Mahasiswa diambil dari suku kata pembentuknya maha dan siswa, atau pelajar yang paling tinggi levelnya. Sebagai seorang pelajar tertinggi, tentu mahasiswa sudah terpelajar, sebab mereka tinggal menyempurnakan pembelajarannya hingga menjadi manusia terpelajar yang paripurna. Mahasiswa sebagai calon pembaharu, calon cendekiawan dan calon penyangga keberlangsungan hidup masyarakat. Nantinya mahasiswa diharapkan menjadi pembaharu, cendekiawan, dan penyangga keberlangsungan hidup masyarakat.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah sebutan bagi seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Dan, ada tiga hal mendasar yang harus dicapai oleh mahasiswa ketika belajar antara lain, sebagai pembaharu, cendekiawan dan penyangga keberlangsungan masyarakatnya. Tiga hal itu menjadi tujuan yang akan dicapai oleh mahasiswa melalui perguruan tinggi merupakan dasar bagi penentuan kualitas-kualitas psikologis apa yang seharusnya dimiliki oleh mahasiswa.

2. Peran dan Tanggung Jawab Mahasiswa

Menurut Mirzan (<http://pamuncar.blogspot.com/2012/06>), mahasiswa adalah komunitas yang unik. Karena dengan kemampuan, kelebihan mereka punya posisi yang sedikit lebih tinggi di banding masyarakat biasa. Untuk itu, seharusnya mahasiswa mengetahui peran dan tanggung jawabnya agar bisa membawa masyarakat pada kondisi yang lebih baik. Peran dan fungsi mahasiswa antara lain

a. Mahasiswa Sebagai Aset Masa Depan

Mahasiswa dapat menjadi aset, yaitu mahasiswa diharapkan menjadi manusia-manusia tangguh yang memiliki kemampuan dan akhlak mulia yang nantinya dapat menggantikan generasi-generasi sebelumnya. Intinya mahasiswa itu merupakan aset, cadangan, harapan bangsa untuk masa depan.

Tak dapat dipungkiri bahwa seluruh organisasi yang ada akan bersifat mengalir, yaitu ditandai dengan pergantian kekuasaan dari golongan tua ke golongan muda, oleh karena itu kaderisasi harus dilakukan terus-menerus. Dunia kampus dan kemahasiswaannya merupakan momentum kaderisasi yang sangat sayang bila tidak dimanfaatkan bagi mereka yang memiliki kesempatan.

b. Mahasiswa Sebagai Penjaga Nilai-Nilai Kebenaran

Mahasiswa sebagai penjaga nilai atau *Guardian of Value* berarti mahasiswa berperan sebagai penjaga nilai-nilai di masyarakat. Nilai yang dimaksud di sini adalah nilai kebenaran. Mahasiswa sebagai insan akademis yang selalu berpikir ilmiah dalam mencari kebenaran. Kita harus memulainya dari hal tersebut karena bila kita renungkan kembali sifat nilai yang harus dijaga tersebut haruslah mutlak kebenarannya sehingga mahasiswa diwajibkan menjaganya.

Sudah jelas, bahwa nilai yang harus dijaga adalah sesuatu yang bersifat benar mutlak, dan tidak ada keraguan lagi di dalamnya. Nilai itu jelaslah bukan hasil dari pragmatisme, nilai itu haruslah bersumber dari Tuhan yang Maha

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Selain nilai yang di atas, masih ada satu nilai lagi yang memenuhi kriteria sebagai nilai yang wajib dijaga oleh mahasiswa, nilai tersebut adalah nilai-nilai dari kebenaran ilmiah. Walaupun memang kebenaran ilmiah tersebut merupakan representasi dari kebesaran dan keeksisan Allah, sebagai dzat yang Maha Mengetahui. Kita sebagai mahasiswa harus mampu mencari berbagai kebenaran berlandaskan watak ilmiah yang bersumber dari ilmu-ilmu yang kita dapatkan dan selanjutnya harus kita terapkan dan jaga di masyarakat.

c. Mahasiswa Sebagai “Agent of Change”

Mahasiswa sebagai *Agent of Change* Artinya adalah mahasiswa sebagai agen dari suatu perubahan. Perubahan dari kondisi yang kurang baik menuju kondisi yang lebih baik.

Mahasiswa adalah golongan yang harus menjadi garda terdepan dalam melakukan perubahan dikarenakan mahasiswa merupakan kaum yang “eksklusif”, hanya 5% dari pemuda yang bisa menyandang status mahasiswa, dan dari jumlah itu bisa dihitung pula berapa persen lagi yang mau mengkaji tentang peran-peran mahasiswa di bangsa dan negaranya ini. Mahasiswa-mahasiswa yang telah sadar tersebut sudah seharusnya tidak lepas tangan begitu saja. Mereka tidak boleh membiarkan bangsa ini melakukan perubahan ke arah yang salah. Merekalah yang seharusnya melakukan perubahan-perubahan tersebut.

Perubahan itu sendiri sebenarnya dapat dilihat dari dua pandangan.

Menurut Mirzan (<http://pamuncar.blogspot.com/2012/06>), Pandangan pertama

UNIVERSITAS MEDAN AREA
 Menurut Mirzan (<http://pamuncar.blogspot.com/2012/06>), Pandangan pertama

hal bersifat materialistik seperti teknologi, misalnya kincir angin akan menciptakan masyarakat feodal, mesin industri akan menciptakan masyarakat kapitalis, internet akan menciptakan masyarakat yang informatif, dan lain sebagainya. Pandangan selanjutnya menyatakan bahwa ideologi atau nilai sebagai faktor yang mempengaruhi perubahan. Sebagai mahasiswa nampaknya kita harus bisa mengakomodasi kedua pandangan tersebut demi terjadinya perubahan yang diharapkan. Itu semua karena kita berpotensi lebih untuk mewujudkan hal-hal tersebut.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki peran dan tanggung jawab yang besar di tengah-tengah masyarakat. Peran dan tanggung jawab tersebut antara lain adalah sebagai aset masa depan bangsa, penjaga nilai-nilai kebenaran serta sebagai agen perubahan untuk membawa negeri ini kepada kondisi yang lebih baik.

3. Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area

Mahasiswa psikologi Universitas Medan Area yaitu mahasiswa yang sedang menyelesaikan pendidikan psikologi di Universitas Medan Area. Nama Universitas Medan Area sendiri diambil sebagai penghargaan atas perjuangan mempertahankan kemerdekaan oleh pejuang-pejuang 1945 disekitar kota medan yang dikenal dengan nama pejuang-pejuang medan area.

Fakultas psikologi Universitas Medan Area hadir tahun 1985/1986, setahun sebelumnya telah memiliki 5 fakultas, yaitu fakultas teknik, pertanian, ekonomi dan bisnis. Fakultas psikologi Universitas Medan Area pada

waktu itu adalah satu – satunya psikologi di luar Pulau Jawa (Panduan Mahasiswa Tahun Akademik 2013/2014).

Fakultas psikologi Universitas Medan Area memiliki visi : menghasilkan sarjana yang berahlak dan inofatif yang dilandasi pemahaman terhadap perilaku manusia serta dapat memberikan solusi yang berdaya guna dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan sumber daya manusia dan tuntutan era globalisasi saat ini. Hal ini didukung dengan program pendidikan yaitu pendidikan sarjana (strata satu) dengan masa studi 4 -5 tahun (3 sampai 9 semester) atau sampai pada penyelesaian karya ilmiah berupa skripsi.

Mahasiswa psikologi Universitas Medan Area dalam penyelesaian tugas akhirnya dibebaskan untuk memilih orientasi minat khusus yang ada dalam 3 konsentrasi bagian yaitu :

1. Bagian psikologi perkembangan
2. Bagian industri dan organisasi
3. Bagian pendidikan

Mahasiswa psikologi Universitas Medan Area, mencapai 29 tahun jika diumpamakan manusia, Fakultas psikologi mencapai usia dewasa yang tentunya lebih matang, mandiri, dan berdaya guna. Demi memperbaiki diri dari hari ke hari fakultas psikologi semakin memperbaiki kualitas dan kuantitasnya. Dari segi kualitas, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area memiliki Akreditasi B, sesuai dengan Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 004/U/2002 tanggal 17 Januari 2002 tentang Akreditasi Program Studi

Pada Perguruan Tinggi. Dari segi Tim Pengajar, Fakultas Psikologi UMA

mempunyai tenaga Pengajar / Dosen lulusan universitas ternama di Indonesia ataupun luar negeri , seperti UI, UGM, Unpad, UNM, USU dan UMA. Serta Al Azhar, Universitas of Delhi, Universitas of Poona, USM Malaysia, Universitas Amsterdam dsb. Dan untuk mendukung sarana belajar-mengajar, Fakultas Psikologi UMA juga menambah sarana pendukung belajar seperti mengadakan LCD di masing-masing ruang belajar, perpustakaan dengan buku-buku penunjang ilmu psikologi, alat-alat praktek psikologi, TU, digital library, warung internet dsb. Sarana pendukung lain juga tidak ketinggalan seperti masjid yang nyaman, kantin, fotocopy, tempat parkir, juga akses-akses keorganisasian ekstra kurikuler seperti BEM (Badan Eksekutif Mahasiswa), GASI (Gemar Alam Psikologi), UKMI (Unit Kerohanian Mahasiswa Islam), KOMISI (Kajian & Obrolan Mahasiswa Islam Ideologis), juga FORmasi (Forum Mahasiswa Islam Psikologi).

Saat ini, ditengah munculnya fakultas psikologi lain yang ada di kota Medan, kepercayaan masyarakat tidak mengalami penurunan terhadap Fakultas Psikologi UMA. Hal ini di buktikan dengan semakin banyaknya mahasiswa yang masuk, pada tahun ajaran 2013/2014. masyarakat untuk mempercayakan pendidikan putra/putri mereka pada Fakultas Psikologi UMA.

Dari uraian di atas dapat peneliti simpulkan bahwa, mahasiswa psikologi Universitas Medan Area adalah mahasiswa yang sedang aktif dan terdaftar belajar di fakultas psikologi UMA. Dimana, mahasiswa tersebut jika sudah memasuki tahap penyelesaian tugas akhir, maka akan bisa memilih dan mengambil penelitian ditiga bidang, yaitu psikologi pendidikan, psikologi perkembangan atau psikologi industri dan organisasi.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

B. Gambaran Stres

1. Defenisi Stres

Menurut Sarafino (dalam Saleh, 2013) menyatakan bahwa stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhinya.

Seseorang yang tidak bisa memenuhi tuntutan kebutuhan, akan merasakan suatu kondisi ketegangan dalam diri. Ketegangan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaian, akan berkembang menjadi stres.

Sesuai dengan Sarafino, Manktelow (2009) menyatakan bahwa stres adalah suatu keadaan atau kondisi yang tercipta bila interaksi antara individu yang mengalami tekanan dan keadaan yang dianggap mendatangkan tekanan, membuat individu melihat adanya ketidaksepadanan, antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikis dan sosial yang ada pada diri individu.

Senada dengan pengertian di atas Bishop (dalam Lindley dkk, 1997) menyatakan bahwa stres adalah interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan suatu tekanan dalam diri individu akibat adanya suatu tuntutan yang melebihi batas kemampuan individu untuk menghadapinya dan memberikan respon fisik maupun psikis terhadap tuntutan yang dipersepsi. Pengertian ini menekankan adanya tuntutan pada diri seseorang yang melebihi kemampuannya,

dan adanya proses persepsi yang dilakukan oleh individu terhadap kejadian atau hal di lingkungan yang menjadi sumber stres.

Menurut Rathus & Nevid (dalam Hardjana, 1994) stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan. Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika seseorang tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan.

Senada dengan pendapat di atas, menurut Zuyina & dkk (2009) berpendapat bahwa stres terjadi jika orang dihadapkan dengan peristiwa yang mereka rasakan sebagai sesuatu yang mengancam kesehatan fisik atau psikologinya. Seperti siswa mengalami stress saat ujian sekolah tiba, sehingga menimbulkan emosi dalam bentuk kecemasan yang dapat menyebabkan penyakit fisik, baik ringan ataupun berat.

Ricard, dkk (dalam Manktelow, 2009) stress adalah suatu kondisi perasaan yang dialami ketika seseorang menganggap "tuntutan-tuntutan melebihi sumberdaya social dan personal yang mampu dikerahkan seseorang".

Stres pada dasarnya tidak selalu berdampak negatif, karena stres kadang dapat bersifat membantu dan menstimulasi individu untuk bertindak laku positif. Stres yang berdampak positif biasa disebut dengan eustress dan stres yang berdampak negatif biasa disebut dengan distress. Stres bukan hanya sebagai stimulus atau respon, karena setiap individu dapat memberikan respon yang berbeda pada stimulus yang sama. Adanya perbedaan karakteristik individu menyebabkan perbedaan respon yang diberikan kepada stimulus yang datang.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Smet (dalam Manktelow, 2009) menyatakan bahwa stres adalah suatu proses yang menempatkan seseorang sebagai perantara (agent) yang aktif dan dapat mempengaruhi sumber stres melalui strategi-strategi perilaku, kognitif dan emosional. Pernyataan ini semakin memperjelas bahwa stres tidak hanya dapat disebut sebagai stimulus atau respon saja, karena ada aspek perilaku, kognitif dan emosional dalam diri manusia, yang masing-masing orang mempunyai karakteristik yang berbeda. Perbedaan karakteristik inilah yang membentuk adanya individual differences.

Menurut Wangsa (dalam Saleh, 2013) para psikolog membedakan stres menjadi dua, yaitu:

a. *Eustress* yaitu hasil respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, konstruktif (bersifat membangun). Hal ini termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi dan tingkat performance yang tinggi.

b. *Distress* yaitu hasil dari respon terhadap stress yang bersifat tidak sehat, negative, destruktif (bersifat merusak). Hal ini termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti penyakit ketidakhadiran tinggi, yang diasosiasikan dengan keadaan sakit, penurunan, dan kematian.

Berdasarkan uraian pengertian stres di atas maka, stres adalah kondisi adanya tekanan dalam diri individu akibat adanya tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan. Stress merupakan mekanisme yang kompleks dan menghasilkan respon yang saling terkait baik biologis, psikologis ataupun social.

Dimana, mekanisme tersebut bersifat individual yang saling berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya.

2. Tahapan-Tahapan Stres

Hans Selye (<http://pamuncar.blogspot.com/2012/06>) menyatakan bahwa semua stressor dapat mengakibatkan reaksi tubuh dan bahkan gejala-gejala yg berupa: kehilangan nafsu makan, kelemahan otot, bahkan menurunnya minat pada dunia sekitar. GAS (general Adaptation sindrom) istilah yang digunakan oleh Selye untuk mendeskripsikan dampak umum dari stressor terhadap tubuh.

GAS terdiri dari 3 tahap yaitu :

1. Tanda bahaya (*alarm stage*), tanda bahaya yang mendorong tubuh untuk melakukan mobilisasi dari berbagai sumber daya yang dimiliki. Artinya, pada tahap ini tubuh sedang melakukan pendeteksian terhadap stressor yang masuk.
2. Tahap adaptasi (*adaptation*) , tubuh beradaptasi terhadap timbulnya stressor dan aktivitas dari system endokrin yg msh tinggi, meskipun tarafnya tidak setinggi di tahap peringatan.
3. Tahap kelelahan (*exhaustion stage*), respon yang membantu dalam jangka pendek, kini dapat merusak apabila hal ini berlangsung lama dan menimbulkan kerusakan tubuh.

Di antara faktor-faktor yang berkaitan dengan stressor adalah system kekebalan dan tekanan darah tinggi. Stressor yang akut dan kronis berkaitan

menyebabkan fungsi system kekebalan tubuh (Harjdjana, 1994). Stressor

dianggap sbg sebuah faktor penting bagi kesehatan mental dan tingginya tingkat stres berkaitan dengan depresi dan usaha bunuh diri. Menurut Voelker (dalam Asrori & Ali, 2004) menyatakan bahwa, beberapa professional di bidang kesehatan menyatakan bahwa kombinasi dari stres, kurang tidur, penyalahgunaan obat seringkali menjadi penyebab depresi di kalangan mahasiswa.

Dapat disimpulkan bahwa tahapan stress sebagaimana pendapat Selye (dalam Sokhi, 2010), ada tiga tahap yaitu tahap tanda bahaya, tahap adaptasi dan tahap kelelahan.

3. Ciri-Ciri Stres Dilihat dari Gejala-Gejalanya

Menurut Cassel (dalam Nuzulia, 2011) ciri-ciri stress pada individu dilihat dari dua segi, yaitu fisik dan psikis. Dari segi fisik sebagai berikut :

- a. Merasakan detak jantung berdebar-debar.
- b. Sesak napas, nada pendek & cepat.
- c. Diare, sembelit dan perut kembung.
- d. Kegelisahan, hiperaktif, menggigit kuku, meremas-remas tangan.
- e. Lelah, sulit tidur, sakit kepala.
- f. Berkeringat khususnya ditelapak tangan dan bibir atas, merasa gerah.
- g. Tangan dan kaki dingin.
- h. Sering buang air kecil.
- i. Makan berlebihan atau sebaliknya, kehilangan nafsu makan.

Ciri-ciri stress pada individu dari segi psikis:

- a. Cemas, kecewa, menangis, rendah diri, merasa putus asa, dan tanpa daya, histeris dan menarik diri.
- b. Tidak sabar, mudah tersinggung, dan agresif.
- c. Sulit berfikir jernih, sulit berkonsentrasi dan mengambil keputusan, pelupa, kurang kreatif, irasional, menunda-nunda pekerjaan.
- d. Polifasis (banyak mengerjakan sekaligus) dan tergesa-gesa.

Menurut Irsyad (dalam Saleh, 2013) gejala psikologis yang potensial dalam diri orang distress adalah sebagai berikut:

1. Apatis, kelesuan
2. Penarikan diri.
3. Kecemasan, kekhawatiran dan ketakutan.
4. Ketegangan emosional
5. Mimpi buruk.
6. Tertawa dengan gugup serta melengking.
7. Rasa tidak puas.
8. Mudah marah.
9. Konsentrasi buruk.
10. Kecenderungan mudah mendaapt kecelakaan.
11. Keinginan besar untuk menangis, lari tau bersenmbunyi serta cepat terkejut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa gejala stress dibagi

UNIVERSITAS MEDAN AREA
 segi psikis dan segi fisik.

4. Faktor –faktor yang mempengaruhi stres

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut Slamet (dalam Saleh, 2013) antara lain:

1. Variabel dalam diri individu

Variabel dalam diri individu meliputi: umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, inteligensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi.

2. Karakteristik kepribadian

Karakteristik kepribadian meliputi : introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian tabah, *locus of control*, kekebalan dan ketahanan.

3. Variabel sosial-kognitif

Variabel sosial-kognitif meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan.

4. Hubungan dengan lingkungan sosial

Hubungan dengan lingkungan sosial adalah dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.

4. Strategi coping

Strategi coping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

Michener & Delamater (dalam Manktelow, 2009) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi stres antara lain:

a. Pekerjaan

Beban pekerjaan yang berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stres.

b. Jenis kelamin

Studi yang dilakukan oleh Mirowsky & Ross pada tahun 1995 terhadap wanita dewasa di Amerika Serikat menemukan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30 % lebih tinggi daripada pria.

c. Pernikahan

Orang yang menikah baik pria maupun wanita lebih sehat secara fisik dan psikis dibanding orang yang melajang atau bercerai.

d. Jaringan sosial

Hubungan dengan orang lain dapat menjadi sumber stres dan juga dapat menjadi sumber penyelesaian stres. Jaringan sosial memberikan dukungan kepada individu dan mengajarkan strategi mengatasi stres.

e. Kelas sosial

Orang yang memiliki tingkat sosial yang rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Rendahnya pendapatan menyebabkan adanya kesulitan ekonomi sehingga sering menyebabkan tekanan dalam hidup.

Menurut Jeffry, dkk (dalam Lindley, 1997). Mengemukakan faktor-faktor

yang mampu mempengaruhi stress adalah:

1. Coping stress

Coping stress adalah usaha-usaha dalam menghadapi atau mengelola stress. Pada coping, yang berfokus pada emosi, biasanya orang akan menjaga jarak antara diri mereka dengan sumber stress melalui penyangkalan atau penghindaran. Sedangkan coping stress yang berfokus pada masalah, membantu orang untuk menghadapi stress.

2. Harapan akan *self efficacy*

Menurut Bandura (dalam Soemanto, 2006) harapan yang dimaksud adalah harapan yang berkenaan dengan kemampuan diri dalam mengatasi tantangan yang dihadapi, kemampuan diri untuk menampilkan tingkah laku terampil, dan harapan terhadap kemampuan diri untuk dapat menghasilkan perubahan hidup yang positif.

3. Ketahanan Psikologis

Ketahanan psikologis (*psikological hardiness*) atau sekumpulan trait individu yang dapat membantu dalam mengelola stress yang dialami.

4. Optimisme

Mahasiswa yang memiliki nilai optimisme lebih tinggi melaporkan gejala fisik yang lebih sedikit seperti kelelahan, pusing, pegal-pegal, dan penglihatan yang kabur.

5. Dukungan social

Para peneliti di Swedia dan Amerika menemukan bahwa orang-orang dengan tingkat dukungan social yang lebih tinggi, cenderung memiliki

hidup lebih lama

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository: uma.ac.id 16/8/24

6. Kepribadian

Kepribadian seseorang cukup besar pengaruhnya terhadap coping stress.

Kepribadian seseorang diantaranya: *hardiness*, *ekstrovet-introvet*, *internal locus of control* dan *eksternal locus of control*, dan pribadi yang memiliki ketabahan.

Menurut Susman (dalam Santrok, 2009) mengatakan bahwa ada beberapa factor-faktor yang paling penting yang dapat menentukan apakah remaja akan mengalami stress, diantaranya:

- a. Faktor fisik (bagaimana tubuh merespon terhadap stress).
- b. Factor lingkungan (misalnya, beban yang berlebihan, konflik, dan frustrasi).
- c. Factor kepribadian (bagaimana individu yang memiliki *locus of control* internal, biasanya lebih siap menerima tantangan, di bandingkan individu dengan *locus of control* eskternal).
- d. Factor kognitif (seperti penilaian kognitif).
- e. Factor sosial budaya (masyarakat yang cenderung individualistis atau tidak).

Dari beberapa faktor yang sudah di uraikan di atas, dapat di simpulkan bahwa terdapat lima factor yang dapat meningkatkan ketahanan diri terhadap stress sebagaimana menurut Slamet (dalam Saleh, 2013) bahwa faktor-faktor psikologis yang dapat mempengaruhi stress antara lain: variabel dalam diri individu, karakteristik kepribadian, variabel social-kognitif, hubungan dengan lingkungan

social dan strategi coping

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

5. Aspek Stres

Aspek stres menurut Sarafino (dalam Saleh, 2013) ada dua antara lain:

1. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.

2. Aspek Psikologis

Aspek psikologis dari stres berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain:

a. Gejala Kognisi

Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

b. Gejala Emosi

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

c. Gejala Tingkah Laku

Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

Berdasarkan uraian aspek stres di atas, maka aspek stres yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek biologis yang berupa gejala fisik dan aspek psikis yang berupa gejala kognisi, gejala emosi dan gejala tingkah laku.

C. Tugas Akhir atau Skripsi

1. Pengertian Skripsi

Beberapa kalangan berpendapat bahwa sebenarnya istilah skripsi sama saja dengan istilah "Thesis", hanya saja lebih bernuansa Eropa-continental, sedangkan yang disebut thesis lebih bernuansa anglo-amerika, menurut Dunderha (dalam Lubis, 2012). Skripsi atau Tugas Akhir adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwadarminta, 1983).

Sedangkan menurut Oermarjati, dkk (2002) menyatakan skripsi kesarjanaan adalah karya ilmiah atau tugas akhir yang ditulis mahasiswa pada akhir masa studinya. Karya ilmiah atau tugas akhir tersebut merupakan bagian dari tugas untuk mencapai gelar sarjana strata satu (s1) dan disusun berdasarkan penelitian yang dilakukan mahasiswa yang bersangkutan di bawah pengawasan 2 orang dosen pembimbing. Yang masing-masing bertugas sebagai Pembimbing 1 dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Pengertian tersebut mengandung arti bahwa semua individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi wajib menyusun skripsi.

Dengan pengertian tersebut, skripsi memiliki sifat:

1. Melihat fenomena berdasarkan teori yang telah ada dan bukan untuk menemukan teori baru. Skripsi akan membahas mengapa suatu kondisi ini dapat terjadi berdasarkan konsep-konsep yang telah ada.
2. Skripsi sebagai penelitian lanjutan dari penelitian yang sudah ada.
3. Skripsi dapat memiliki tema yang sama dengan penelitian sebelumnya, akan tetapi dilaksanakan ditempat dan metode penelitian yang berbeda.
4. Skripsi harus mencantumkan dengan jelas sumber-sumber referensi yang di gunakan dalam menyusun kerangka teori.

Penyusunan skripsi, biasanya di lakukan secara individual. Kondisi tersebut berbeda dengan kondisi ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lain, karena mata kuliah lain umumnya dilakukan secara klasikal. Proses belajar secara individual tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari pemecahan masalah-masalah yang dihadapi. Adapun peran dosen pembimbing adalah membantu mahasiswa mengatasi kesulitan yang ditemui ketika menyusun skripsi (<http://gun.blogspot.com/2009/02>).

Berdasarkan dari uraian di atas dapat di simpulkan bahwa skripsi adalah laporan penelitian yang disusun oleh mahasiswa guna memperoleh gelar sarjana dan di pertanggung jawabkan dalam sidang meja hijau dan dihadapan dosen

2. Kriteria Tugas Akhir atau Skripsi

Menurut Oemarjati, dkk (dalam Lubis, 2012) menyatakan bahwa penyusunan skripsi menunjukkan kemampuan mahasiswa dalam hal :

- a. Melihat, mengerti, memahami dan mengupas suatu masalah tertentu
- b. Menerapkan suatu metode yang tepat untuk membahas masalah yang telah di pilih.
- c. Menuliskan hasil penelitiannya secara sistematis, lugas, padu dan jelas.

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa dalam penyusunan tugas akhir, mahasiswa diharapkan mampu untuk menyelesaikan suatu masalah dengan menggunakan suatu metode tertentu dan menuliskannya secara sistematis, lugas, padu dan jelas.

3. Tujuan Penyusunan Skripsi

Tujuan dari penyusunan tugas akhir atau skripsi yang utama, menurut Sherwood dan Talizidundraha (Lubis, 2012) adalah memberi kesempatan bagi para mahasiswa yang bersangkutan untuk melakukan penelitian yang memadai dan melaporkan hasil penelitiannya tersebut.

D.Locus of Control (Pusat Pengendalian)

1. Defenisi Locus Of Control

Menurut Pervin (dalam Sokhi, 2010). Konsep *Locus of control* adalah **UNIVERSITAS MEDAN AREA** dari "Teori Belajar Sosial", (*Social Learning Theory*) yang menyangkut

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

kepribadian dan mewakili harapan umum mengenai masalah factor-faktor yang menentukan keberhasilan pujian dan hukuman terhadap kehidupan seseorang.

Menurut Rotter (dalam Soemanto, 2006) adalah suatu hal yang dipastikan memberikan kontribusi terhadap kualitas kinerja pada seseorang, yaitu respon awal sebagai dasar dari respon yang akan dilakukan selanjutnya.

Locus of control menurut Spector (dalam Munir, 2010) didefinisikan sebagai cerminan dari sebuah kecenderungan seorang individu untuk percaya bahwa dia mengendalikan peristiwa yang terjadi dalam hidupnya (internal) atau kendali atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya itu berasal dari hal lain, misalnya kuasa orang lain (eksternal).

Locus of control menurut Erdogan (dalam Hasniar, 2004) mencakup gagasan bahwa individu sepanjang hidup mereka, menganalisis peristiwa sebagai hasil dari perilaku mereka atau mereka percaya bahwa peristiwa tersebut merupakan hasil dari kebetulan, nasib atau kekuatan di luar kendali mereka. *Locus of control* menurut Mahrita (<http://www.alumni.unair.ac.ad.2012/02>) dapat didefinisikan sebagai kekuatan yang mengendalikan tindakan diri seseorang dan hal-hal yang dilakukan terhadap mereka, selain itu *locus of control* dianggap sebagai persepsi orang tentang siapa atau apa yang bertanggung jawab atas hasil dari perilaku atau peristiwa dalam kehidupan mereka.

Locus of control menurut Robbins (dalam Sokhi, 2010) adalah tingkat di mana individu yakin bahwa mereka adalah penentu nasib mereka sendiri. Faktor internal adalah individu yang yakin bahwa mereka merupakan pemegang kendali

atas apa yang terjadi pada diri mereka, sedangkan faktor eksternal adalah

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

individu yang yakin bahwa apapun yang terjadi pada diri mereka dikendalikan oleh kekuatan luar seperti keberuntungan dan kesempatan.

Locus of control menurut Ancok & Arum (2006) adalah kondisi bagaimana individu memandang perilaku diri mereka sebagai hubungan mereka dengan orang lain serta lingkungannya.

Locus of Control menurut Hiriyyappa (dalam Hasniar, 2004) mengacu pada keyakinan seseorang bahwa apa yang terjadi adalah karena kendali dirinya yaitu internal atau diluar kendali dirinya yaitu eksternal.

Menurut Kreitner & Kenicki (dalam Ginantri, 2013) mengidentifikasi locus of control sebagai dimensi kepribadian. Dia mengemukakan bahwa individu cenderung menghubungkan kejadian dalam hidupnya dengan dirinya dengan dirinya sendiri atau factor lingkungan.

Berdasarkan pandangan beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *locus of control* merupakan suatu konsep yang menunjukkan pada keyakinan individu mengenai peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. *Locus of control* mengarah pada suatu ukuran yang menunjukkan bagaimana seseorang memandang kemungkinan adanya hubungan antara perbuatan yang dilakukan dengan akibat atau hasil yang diperoleh. Jadi, *locus of control* adalah persepsi seseorang terhadap keberhasilan ataupun kegagalannya dalam melakukan berbagai kegiatan dalam hidupnya yang disebabkan oleh kendali dirinya atau kendali di luar dirinya.

2. Aspek-aspek *Locus of Control*

Perbedaan locus of control pada diri individu ternyata menimbulkan sikap dan pandangan yang berbeda. Hal ini akan mempengaruhi efektivitas dan efisiensi seseorang dalam bertingkah laku baik ataupun aktivitas pencapaian tujuan.

Rotter (dalam Sokhi, 2010) menyatakan bahwa *Locus of control* terdiri dari 2 aspek yaitu: *Locus of control* internal dan *Locus of control* eksternal

a. *Locus of control* internal

Menurut Rotter (dalam Sokhi, 2010) *locus of control* internal mengacu pada orang-orang yang percaya bahwa hasil, keberhasilan dan kegagalan mereka adalah hasil dari tindakan dan usaha mereka sendiri.

Factor dalam aspek internal antara lain kemampuan, minat dan usaha:

a. Kemampuan

Seseorang yang yakin bahwa kesuksesan dan kegagalan yang telah terjadi sangat dipengaruhi oleh kemampuan yang dimiliki.

b. Minat

Seseorang memiliki minat yang lebih besar terhadap control perilaku, peristiwa dan tindakannya.

c. Usaha

Seseorang yang memiliki locus of control internal bersikap optimis, pantang menyerah, dan akan berusaha semaksimal mungkin untuk mengontrol perilakunya.

Menurut Kreitner & Kinicki (<http://www.alumni.unair.co.id/2012/02>) individu yang memiliki kecenderungan *locus of control* internal adalah individu yang memiliki keyakinan untuk dapat mengendalikan segala peristiwa dan konsekuensi yang memberikan dampak pada hidup mereka. Contohnya seorang mahasiswa memiliki IPK yang tinggi dikarenakan keyakinan atas kemampuan dirinya dalam menjawab soal-soal ujian yang diberikan.

Menurut Robbins (dalam Ginantri, 2013) *locus of control* internal adalah individu yang percaya bahwa mereka merupakan pemegang kendali atas apa pun yang terjadi pada diri mereka. Individu dengan *locus of control* internal mempunyai persepsi bahwa lingkungan dapat dikontrol oleh dirinya sehingga mampu melakukan perubahan-perubahan sesuai dengan keinginannya. Faktor internal individu yang di dalamnya mencakup kemampuan kerja, kepribadian, tindakan kerja yang berhubungan dengan keberhasilan bekerja, kepercayaan diri dan kegagalan kerja individu bukan disebabkan karena hubungan dengan mitra kerja.

b. *Locus of control* eksternal

Menurut Rotter (dalam Sokhi, 2010) *locus of control* eksternal mengacu pada keyakinan bahwa kesempatan, nasib, keberuntungan dan hal-hal dari luar yang lainnya dapat lebih kuat untuk membuat keputusan tentang kehidupan dan hasil dari seorang individu. Faktor dalam aspek eksternal antara lain nasib, keberuntungan, social ekonomi dan pengaruh orang lain.

a. Nasib

Seseorang akan menganggap kesuksesan dan kegagalan yang dialami ditakdirkan dan mereka tidak dapat mengubah kembali peristiwa yang telah terjadi.

b. Keberuntungan

Seseorang yang memiliki tipe eksternal sangat mempercayai adanya keberuntungan, mereka menganggap bahwa setiap orang memiliki keberuntungan.

c. Sosial Ekonomi

Seseorang yang memiliki tipe eksternal menilai orang lain berdasarkan tingkat kesejahteraan dan bersifat materialistic.

d. Pengaruh Orang Lain

Seseorang yang memiliki tipe eksternal menganggap bahwa orang yang memiliki kekuasaan dan kekuatan yang lebih tinggi mempengaruhi perilaku mereka dan sangat mengharapkan bantuan orang lain.

Individu dengan *locus of control* eksternal tinggi cenderung akan pasrah terhadap apa yang menimpa dirinya tanpa usaha untuk melakukan perubahan, sehingga cenderung untuk menyukai perilaku penyesuaian diri terhadap lingkungan. gar tetap bertahan dalam situasi yang ada. Faktor eksternal individu yang di dalamnya mencakup nasib, keberuntungan, kekuasaan atasan dan lingkungan kerja.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi locus of control

Dari beberapa hasil penelitian dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi *locus of control* seorang individu yaitu:

a. Faktor keluarga

Menurut Kuzgun (dalam Hasniar, 2004) lingkungan keluarga tempat seorang individu tumbuh dapat memberikan pengaruh terhadap *locus of control* yang dimilikinya. Orangtua yang mendidik anak, pada kenyataannya mewakili nilai-nilai dan sikap atas kelas sosial mereka. Kelas sosial yang disebutkan di sini tidak hanya mengenai status ekonomi, tetapi juga memiliki arti yang luas, termasuk tingkat pendidikan, kebiasaan, pendapatan dan gaya hidup. Individu dalam kelas sosial ekonomi tertentu mewakili bagian dari sebuah sistem nilai yang mencakup gaya membesarkan anak, yang mengarah pada pembangunan karakter kepribadian yang berbeda.

Dalam lingkungan otokratis di mana perilaku di bawah kontrol yang ketat, anak-anak tumbuh sebagai pemalu, suka bergantung. (*locus of control* eksternal). Di sisi lain, ia mengamati bahwa anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang demokratis, mengembangkan rasa individualisme yang kuat menjadi mandiri, dominan, memiliki keterampilan interaksi sosial, percaya diri, dan rasa ingin tahu yang besar (*locus of control* internal).

b. Faktor motivasi

Menurut Forte (dikutip Karimi & Alipour, 2011), kepuasan kerja, harga diri meningkatkan kualitas hidup (motivasi internal) dan pekerjaan yang lebih baik,

promosi jabatan, gaji yang lebih tinggi (motivasi eksternal) dapat mempengaruhi *locus of control* seseorang. *Reward* dan *punishment* (motivasi eksternal) juga berpengaruh terhadap *locus of control* menurut Mischel (dalam Nevid, 2009).

c. Faktor pelatihan

Program pelatihan telah terbukti efektif mempengaruhi *locus of control* individu sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuan peserta pelatihan dalam mengatasi hal-hal yang memberikan efek buruk. Pelatihan adalah sebuah pendekatan terapi untuk mengembalikan kendali atas hasil yang ingin diperoleh. Pelatihan diketahui dapat mendorong *locus of control* internal yang lebih tinggi, meningkatkan prestasi dan meningkatkan keputusan karir menurut Luzzo, Funk & Strang (dalam Leliyati, 2002).

Selain itu, menurut Weiner (dalam Sokhi, 2010) faktor dasar yang mempengaruhi *locus of control* adalah sebagai berikut:

a. Usia

Penelitian yang dilakukan oleh Nowicy, bahwa individu yang berusia muda cenderung memiliki *locus of control* eksternal di bandingkan dengan individu yang berusia lebih tua. Katkovsky dan Mons (dalam Asmalita, 1992) menyatakan bahwa *locus of control* internal akan terbentuk sejak kanak-kanak akan meningkat pada waktu anak memasuki masa remaja.

b. Jenis kelamin

London dan Emer, menyatakan bahwa jenis kelamin juga mempengaruhi perkembangan locus of control. Selanjutnya menyatakan bahwa ada perbedaan locus of control pada pria dan wanita, adanya perbedaan tersebut berhubungan dengan peran seksual yang stereotip. Perbedaan tugas antara pria dan wanita juga berpengaruh terhadap jenis *locus of control* pada mereka. Wanita lebih cenderung memiliki *locus of control* eksternal.

c. Pendidikan

Pendidikan yang diperoleh seseorang tidak hanya di dapat melalui bangku sekolah saja. Lingkungan dan masyarakat juga merupakan tempat anak untuk belajar dan mengembangkan diri. Dalam pendidikan formal, kepribadian dan sikap guru sangat mempengaruhi anak didik. Guru membentuk suasana anak untuk lebih bebas sehingga menguntungkan perkembangan kepribadian. Mc. Kinney (dalam Sokhi, 2010).

d. Tingkat kecerdasan

Hasil penelitian dari Lefcoat (dalam Leliyati, 2002) menemukan bahwa dalam tugas yang melibatkan proses kognitif, individu yang memiliki *locus of control internal* lebih baik daripada individu yang memiliki *locus of control eksternal*.

Selanjutnya dia mengemukakan bahwa rendahnya prestasi akademik dan pemecahan masalah individu yang memiliki *locus of*

control eksternal disebabkan oleh kurangnya efisiensi dalam

mengolah informasi yang membutuhkan kemampuan kognitif. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecerdasan dan kecenderungan menyelesaikan tugas dengan baik dan cepat akan mempengaruhi *locus of control*.

e. Sikap Orang Tua

Peranan orangtua dalam pembentukan *locus of control* sangatlah besar. Sikap orangtua yang positif akan memberikan orientasi *locus of control* anak menjadi lebih internal. Pengalaman pengalaman sebagai akibat interaksinya dengan lingkungan tersebut berpengaruh terhadap arah perkembangan *locus of control* seseorang, menurut pendapat Phares.

Ketika anak semakin besar, orangtua tetap memelihara *locus of control* anak dan mempunyai sikap positif terhadap perkembangan anak, seperti konsisten, fleksibel dan menciptakan suasana yang membuat anak mampu berkreasi, mandiri, dan sebagainya akan mendukung perkembangan locus of control kearah internal. Sebaliknya orangtua yang punya sikap negative terhadap anak seperti sikap memusuhi, menghukum tanpa alasan yang jelas, mendominasi akan mendorong perkembangan locus of control anak kearah eksternal.

4. Perbedaan Karakteristik *Locus of Control*

Ada beberapa perbedaan karakter individu yang memiliki *locus of control*

internal dan eksternal menurut Andre (<http://www.scribd.com/doc/88163327/2008/06>), yaitu:

No	<i>Locus of Control Internal</i>	<i>Locus of Control Eksternal</i>
1	Memiliki kontrol terhadap perilaku diri yang lebih baik, perilaku dalam bekerja lebih positif	Memiliki kontrol terhadap perilaku diri yang buruk
2	Lebih aktif dalam mencari informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan situasi yang dihadapi	Kurang aktif dalam mencari informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan situasi yang dihadapi
3	Memiliki <i>self-esteem</i> yang lebih Tinggi	Memiliki <i>self-esteem</i> yang lebih Rendah
4	Memiliki kepuasan kerja yang lebih Tinggi	Memiliki kepuasan kerja yang lebih Rendah
5	Memiliki kemampuan yang lebih baik untuk mengatasi stress dan kesulitan lainnya dalam pekerjaan	Tidak mampu untuk mengatasi stress dan kesulitan dalam pekerjaan dengan cara yang tepat
6	Meyakini <i>reward</i> dan <i>punishment</i> yang mereka terima berhubungan dengan kinerja yang mereka hasilkan	Meyakini <i>reward</i> dan <i>punishment</i> yang mereka terima sebagai kekuatan yang berubah-ubah dan tidak tentu

Karakteristik individu yang memiliki locus of control internal menurut UNIVERSITAS MEDAN AREA

(dalam Ginanti, 2009) adalah:

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

- a. Lebih suka bekerja untuk mencapai prestasi, tidak mengharapkan suatu penghargaan dan selalu merencanakan tujuan jangka panjang.
- b. Setelah berhasil menghadapi suatu tugas, seseorang dengan locus of control internal akan berusaha meningkatkan tujuan-tujuannya.
- c. Setelah gagal dalam melakukan tugas, ia akan mengevaluasi kembali untuk pelaksanaan tugas di masa yang akan datang.
- d. Mampu untuk menolak suatu paksaan.
- e. Lebih mudah mempelajari lingkungannya atau keadaan sekelilingnya dan belajar dari pengalaman di masa lalu.
- f. Lebih merasa cemas dan bersalah dengan kesalahan yang diperbuatnya dan lebih suka menekannya untuk melupakan kekecewaannya.
- g. Mudah menemukan jalan keluar dari penderitaan.
- h. Lebih baik dalam mentoleransi situasi yang ambigu atau tidak jelas.
- i. Dapat memperhitungkan resiko yang akan terjadi.
- j. Dalam bekerja bertujuan untuk meningkatkan kemasjuaan diri dan lebih meningkatkan diri sendiri dalam menyelesaikan pekerjaan selanjutnya.
- k. Memperoleh banyak keuntungan dari dukungan sosialnya.
- l. Dapat menjaga kesehatan mentalnya dan mengatur dalam jangka waktu yang lama pada keterbatasan fisiknya.
- m. Lebih menekankan pada kemampuan dirinya, bukan pada nasib atau keberuntungan.

Sedangkan menurut Ginintasi (<http://alumni.unair.ac.id/2012/002>), individu

UNIVERSITAS MEDAN AREA

an locus of control internal memiliki karakteristik sebagai berikut :

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id) 16/8/24

- a. Cenderung menganggap bahwa keterampilan (*skill*), kemampuan (*ability*), dan usaha (*effort*) lebih menentukan apa yang mereka peroleh dalam hidup mereka.
- b. Mereka yang merasa bertanggungjawab atas kejadian-kejadian tertentu.

Sedangkan individu yang memiliki *locus of control* eksternal, menurutnya memiliki karakteristik berikut ini :

- a. Cenderung menganggap bahwa hidup mereka terutama ditentukan oleh kekuatan dari luar diri mereka, seperti nasib, takdir, keberuntungan, dan orang lain yang
- b. Mereka sering menyalahkan (atau bersyukur) atas keberuntungan, petaka, nasib, keadaan dirinya, atau kekuatan-kekuatan lain diluar kekuasaannya.

Solomon dan Oberlander (dalam Sokhi, 2010) menyatakan bahwa individu dengan *locus of control* internal memiliki ciri-ciri cenderung giat, rajin, ulet, mandiri dan punya daya tahan lebih baik terhadap pengaruh social, lebih efektif dalam menyelesaikan tugas dan lebih peka terhadap informasi yang relevan dengan keadaan dirinya. Itulah sebabnya, mereka lebih bertanggung jawab terhadap kesalahan dan kegagalan.

Reine (dalam Hidayat, 1990) menyatakan bahwa, individu dengan *locus of control* eksternal cenderung lebih mudah menyerah, tidak berdaya, punya tingkat kecemasan yang tinggi, mempunyai penyesuaian social yang kurang baik, pasif, menarik diri, patuh pada otoritas.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat di simpulkan bahwa perbedaan karakteristik individu yang memiliki locus of control internal dan eksternal

terletak pada : control diri, keaktifan, *self-esteem*, kepuasan kerja, mengatasi stress, dan keyakinan terhadap reward – punishment yang mereka miliki.

E. Perbedaan Stres dalam Menyusun Skripsi Antara Mahasiswa yang Memiliki Locus Of Control Internal dan Eksternal

Mahasiswa, dalam menyelesaikan kesarjanaannya pastilah akan banyak mengalami tantangan selama perkuliahan. Tantangan tersebut baik dari segi tenaga, waktu dan pikiran. Setiap manusia memiliki kepribadian dan pandangan mengenai peristiwa yang menimpa dirinya. Di mana, pandangan tersebut dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal yang dapat dikendalikan oleh *locus of control*. Hal akan menyebabkan perbedaan ketahanan mental dan keberanian mengambil keputusan pada masing – masing individu. Demikian pula dalam hal menyusun skripsi, perbedaan pandangan atas peristiwa- peristiwa yang akan dihadapi dalam menyusun skripsi termasuk perbedaan pandangan atas kegagalan dan kesuksesannya tentu akan melahirkan penyikapan berbeda.

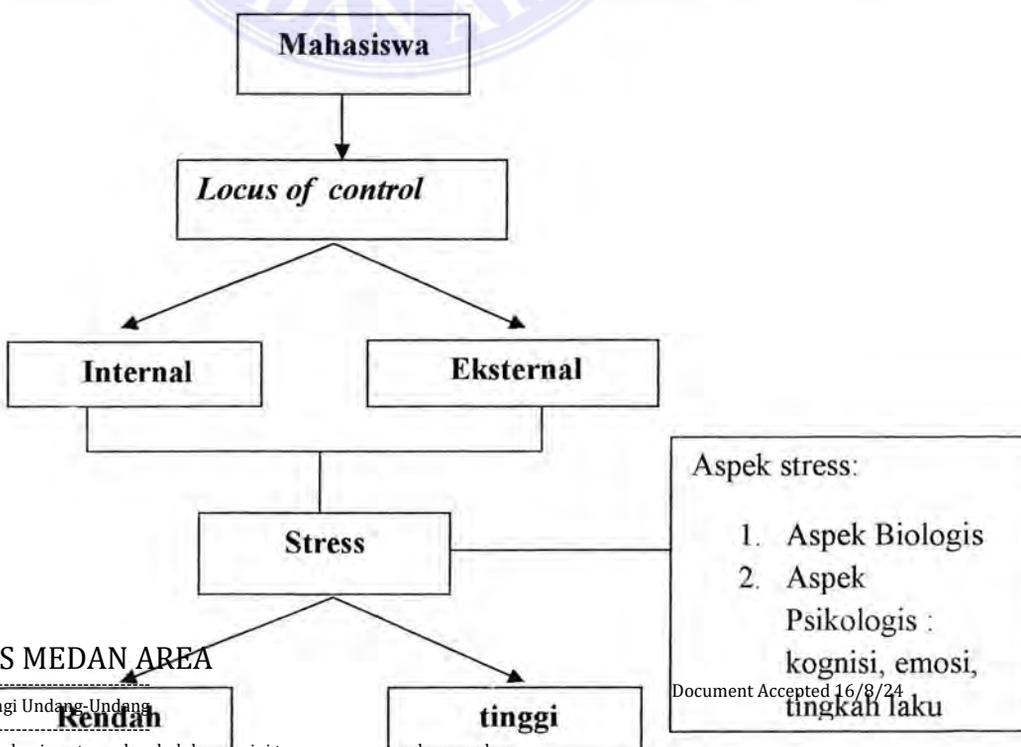
Tugas akhir atau skripsi merupakan salah satu mata kuliah wajib yang digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjananya. Skripsi sebagai tugas akhir mahasiswa cukup menyita waktu untuk penyelesaiannya. Banyaknya tantangan baik dari internal mahasiswa seperti desakan orangtua, dana yang kurang memadai, sulitnya mencari literature, takut bertemu dosen pembimbing serta kurang memahami tata penulisan skripsi dsb. Sedangkan dari eksternal, mahasiswa yang bersangkutan harus di hadapkan pada administrasi fakultas, seperti memenuhi jumlah sks, tidak memiliki nilai D, jadwal

pengajuan sidang yang sudah di tetapkan, persyaratan yang banyak serta cukup melelahkan untuk mengurusnya.

Proses ini menuntut waktu , fikiran dan usaha yang cukup banyak sehingga banyak dikalangan mahasiswa yang stress ketika menjalani proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa yang memiliki anggapan bahwa kesuksesan dalam menyusun skripsi tergantung sepenuhnya pada kemampuan dan usahanya tentu akan berbeda penyikapan dan ketahanan mentalnya dalam menjalani proses menyusun skripsi dibandingkan dengan mahasiswa yang beranggapan sebaliknya yaitu sukses atau gagalnya tergantung pada faktor diluar dirinya. Sehingga, penyikapan dan usaha yang mereka curahkan juga akan berbeda termasuk tingkat stress yang mereka hadapi ketika menjalani skripsi juga akan berbeda.

F. Kerangka Konseptual

dalam penelitian ini, kerangka konseptual yang dimaksud adalah sebagai berikut:



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

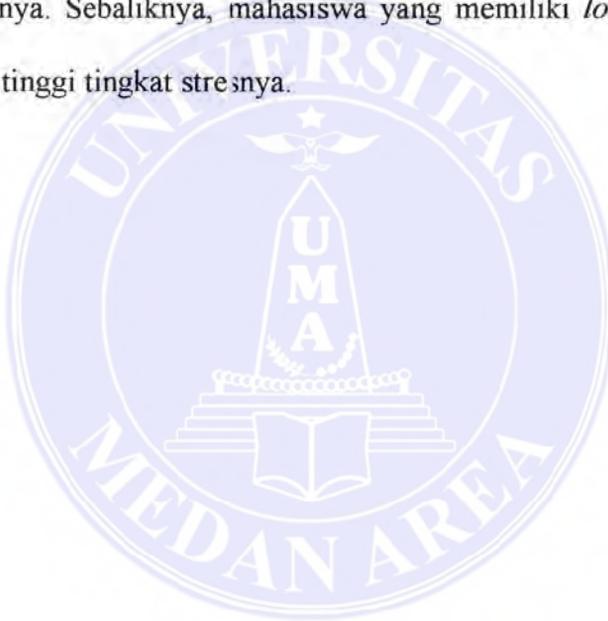
- 1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
- 2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
- 3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 16/8/24

G. Hipotesis

Berdasarkan uraian analisis teoritis di atas, maka dapat dirumuskan suatu hipotesis penelitian sebagai berikut:

Ada perbedaan pada mahasiswa yang memiliki *Lokus of Control* internal dan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal dengan stress pada waktu menyusun skripsi. Mahasiswa yang memiliki *lokus of control* internal cenderung rendah tingkat stresnya. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal cenderung tinggi tingkat stresnya.





BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Menurut Neuman (dalam Bungin, 2011) prosedur yang biasa digunakan dalam penelitian kuantitatif ada 3, yaitu : eksperimen, survey dan content analysis. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan Neuman tersebut , maka type penelitian kuantitatif yang memungkinkan untuk dilakukan adalah penelitian survey dalam bentuk penelitian korelasional.

B. Identifikasi variabel Penelitian

Menurut Nazir (dalam Hadi, 2004) definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada variable atau konstruk dengan cara memberikan arti, menspesifikasikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variable tersebut. Variable dalam penelitian ini yaitu stress dalam menyusun skripsi dengan *Locus of control*.

1. Variabel bebas : *Locus of control internal dan locus of control eksternal*
2. Variabel tergantung : Stres dalam menyusun skripsi

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Setelah mengidentifikasi variabel - variabel penelitian ,maka langkah selanjutnya adalah mendefinisikan variabel - variabel tersebut secara operasional , adapun defenisi operasional dari variabel - variabel tersebut adalah :

1. Stres

Stres adalah kondisi individu yang merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungan. Hal ini menyebabkan adanya tekanan dalam diri, akibat adanya tekanan fisik ataupun psikologis yang menyebabkan pengaruh pada aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Data mengenai stres dalam menyusun skripsi diungkap dengan menggunakan skala Likert, stres dalam menyusun skripsi yang terdiri atas dua aspek yaitu aspek biologis, dan aspek psikologis. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam skala maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh dalam skala maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi.

2. Locus of Control

Locus of control adalah suatu karakteristik kepribadian yang merupakan suatu konsep yang memberikan gambaran tentang keyakinan seseorang mengenai sumber penentu tingkah lakunya , *Locus of control* terbagi atas :

- a. *Locus of control* internal yaitu keyakinan bahwa apa yang dilakukan dan apa yang dihasilkan merupakan hasil usaha sendiri.

Alat yang digunakan untuk mengungkapkan *Locus of control* adalah skala IPC *Locus of control* yang disusun oleh Lavenson (dalam Sokhi, 2010) yang terdiri dari 24 pernyataan dalam format Likert.

D. Populasi, Sampel dan Metode Pengumpulan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2007). Kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi terdiri dari sejumlah individu yang setidaknya-tidaknya mempunyai ciri atau karakteristik yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Medan Area yang terdaftar di biro skripsi sebagai mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan memenuhi karakteristik populasi. Adapun karakteristik dari populasi penelitian adalah: Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi pada semester ganjil 2013/2014. Dengan kata lain mahasiswa yang bersangkutan telah menyelesaikan mata kuliah seminar.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi, karena merupakan bagian dari populasi maka sampel juga memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi (Azwar, 2007). Sedangkan menurut Arikunto (2005), apabila subyek penelitian (populasi) jumlahnya kecil atau kurang dari 100, maka sebaiknya diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Namun jika jumlah subyek besar,

penelitiannya merupakan penelitian populasi. Namun jika jumlah subyek besar, lebih dari itu maka dapat diambil antara 10-15% dan 20-25% atau lebih, tergantung setidak-tidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti terlihat dari waktu, tenaga dan dana.
- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dan jumlah subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana.
- c. Besar kecilnya resiko yang akan ditanggung oleh peneliti.

Adapun subyek penelitian adalah mahasiswa-mahasiswi Universitas Medan Area jurusan Psikologi yang sedang menyusun skripsi atau tugas akhir. Dalam penelitian ini, didapat bahwa mahasiswa jurusan Psikologi semester ganjil 2013/2014 ad sekitar 225 orang. Namun sekitar 40 orang telah menyelesaikan sidang, sehingga yang tersisa ada sekitar 185 orang. Menurut Arikunto (2005) apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sebagai sampel sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Akan tetapi, jika jumlah populasi lebih dari 100 orang maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Jadi penulis mengambil 25% dari 185 mahasiswa yaitu 46 mahasiswa.

Sampel dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik random sampling. Teknik tersebut memungkinkan setiap subjek dalam populasi memiliki peluang yang sama besar untuk terpilih menjadi sampel (Azwar, 2007).

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengambil data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala merupakan sebagian

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 16/8/24

stimulus yang bertujuan pada indikator perilaku guna memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subyek, yang biasanya tidak disadari oleh subyek. Pernyataan yang diajukan memang dirancang untuk mengumpulkan sebanyak mungkin indikasi dari aspek kepribadian yang lebih abstrak.

Alasan peneliti menggunakan metode skala adalah sebagaimana dikemukakan oleh Hadi (2004), adalah sebagai berikut:

1. Subyek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya.
2. Apa yang dinyatakan oleh subyek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subyek tentang pernyataan-pernyataan yang di ajukan kepadanya sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Berdasarkan hal tersebut diatas , maka peneliti menggunakan skala IPC *Locus of control* dalam penelitian ini. *Locus of control* adalah suatu karakteristik kepribadian yang merupakan suatu konsep yang memberikan gambaran tentang keyakinan seseorang mengenai sumber penentu tingkah lakunya.

Konsep ini pertama kali ditemukan oleh Rotter yang diberi nama internal-eksternal scale. Kemudian pada tahun 1972 dikembangkan oleh Lavenson (dalam Sokhi, 2010) dan diubah menjadi skala IPC atau skala internal (I), powerful (P), dan chance I(C). perubahan yang dilakukan oleh Lavenson adalah membagi *Locus of control* eksternal menjadi *Locus of control* Powerful others dan *Locus of control* chance (dalam Sokhi, 2010).

Skala IPC terdiri dari 24 item dan setiap faktornya (IP,dan C) diwakili atas 8 item, item - item skala ini oleh Lavenson (dalam Sohki, 2010) telah dicampur merata sehingga terdapat campuran yang acak dalam susunannya.

Tabel distribusi item- item skala IPC *Locus of control*

No	Faktor	No.Item	Jumlah
1.	Internal	1,4,5,9,18,19,21,23	8
2	Powerful others	3,8,11,13,15,17,20,22	8
3	Chance	2,6,7,10,12,14,16,24	8
Total			24

Faktor 1 diberi skor kearah internal, sedangkan faktor P dan C diberi kearah skor eksternal. Skor subyek untuk setiap faktor (I,P dan C) ditentukan oleh jumlah skor masing- masing subyek pada masing- masing faktor dibagi dengan banyaknya item dalam faktor tersebut. Jumlah skor masing- masing adalah :

- Skor I = total = 8
- Skor P= total = 8
- Skor C = total = 8

Skor ini dibagi menjadi 2 yaitu :

- Locus of control* internal yaitu data yang diperoleh dari factor I
- Locus of control* eksternal yaitu data yang diperoleh dari factor P dan C dijumlahkan kemudian dibagi menjadi 2.

Bagi subyek yang mendapat skor tinggi dalam faktor tertentu memperlihatkan

ahwa **UNIVERSITAS MEDAN AREA** dan skala, faktor internal ditentukan oleh

besarnya skor yang diperoleh subyek untuk pernyataan pada faktor Internal. Sementara faktor eksternal ditentukan oleh besarnya hasil yang dicapai pada pernyataan –pernyataan Powerful Others dan Chance.

Seluruh item dalam skala IPC *locus of control* bersifat *favourable* (positif), dimana setiap butir mendukung obyek psikologi masing-masing item. Item-item dalam skala IPC disusun dalam format Likert dan dalam setiap pernyataan disediakan 4 pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Setuju) nilainya 4, S (Setuju) nilainya 2, TS (Tidak Setuju) dinilai 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) nilainya 1.

Sedangkan pengukuran stres, dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino (dalam Saleh, 2013) yaitu : aspek biologis dan aspek psikologis.

Seluruh skala stres disusun berdasarkan model skala Likert. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subyek yang menyatakan mendukung (*Favourable*) atau yang tidak mendukung (*unfavourable*). dimana setiap butir mendukung obyek psikologi masing-masing item. Item-item dalam setiap pernyataan disediakan 4 pilihan jawaban. Untuk butir atau item *favourabel*, jawaban “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 4, jawaban “S (Setuju)” diberi nilai 3, jawaban “TS (Tidak Setuju)” nilai 2, dan jawaban “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 1. Untuk butir atau item *unfavourable*, jawaban “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 1, jawaban “S (Setuju)” diberi nilai 2, jawaban “TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 3, dan jawaban “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 4.

F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas berasal dari kata “*validity*” yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak di ukur) dan kecermatan suatu instrument pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subyek yang satu dengan yang lainnya (Azwar, 2007). Sebuah alat ukur dapat dinyatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud digunakannya alat ukur tersebut.

Sebelum digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba kedua skala tersebut di atas pada kelompok subjek yang mempunyai karakteristik serupa dengan subjek penelitian. Setelah itu dilakukan uji untuk mengukur kualitas aitem pada kedua skala yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi aitem-total (daya beda aitem) dan reliabilitas.

Uji korelasi aitem-total adalah uji konsistensi antara aitem dengan tes secara keseluruhan. Korelasi aitem total dilakukan untuk memilih aitem-aitem yang fungsi ukurnya sesuai dengan fungsi ukur tes yang dikehendaki. Selanjutnya aitem-aitem diukur daya bedanya. Daya beda aitem menunjukkan sejauhmana aitem mampu membedakan antara kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Daya beda aitem diperoleh dengan cara mengkorelasikan skor aitem dengan skor totalnya (Azwar, 2007). Koefisien korelasi antara aitem dengan

skor totalnya harus signifikan. Untuk memperoleh skor totalnya tersebut digunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\{(\sum x^2) - \frac{(\sum x)^2}{N}\} - \{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} = Koefisien korelasi butir dengan total
- $\sum x$ = jumlah skor butir
- $\sum y$ = jumlah skor total
- $\sum xy$ = Nilai hasil perkalian variabel butir dengan total
- N = Jumlah subyek

Nilai validitas setiap butir (koefisien *r product moment* Pearson) sebenarnya masih perlu dikorelasikan karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total dan ini menyebabkan koefisien *r* menjadi lebih besar (Hadi, 2001). Titik rumus untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai rumus Part Whole, yaitu :

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy}) \cdot (SD_y) \cdot (SD_x)}{\sqrt{(SD_x)^2 + (SD_x)^2 - 2(r_{xy}) \cdot (SD_x)(SD_y)}}$$

r_{bt} = koefisien korelasi setelah dikoreksi dengan Part Whole

r_{xy} = koefisien korelasi sebelum dikoreksi (product moment)

SD_x = standart deviasi butir

SD_y = standart deviasi total

2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliable dapat juga dikatakan kepercayaan, keteralasan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subyek yang sama diperoleh hasil yang sama selama dalam diri subyek yang diukur memang belum pernah berubah (Azwar, 2007). Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Analisis reabilitas alat ukur yang dipakai adalah tehnik Anava Hyot dengan rumus :

$$r_{xx} = 1 - \frac{MK_i}{MK_s}$$

Keterangan :

r_{xx} = Koefisien reabilitas alat ukur

I = Bilangan konstanta

MK_i = Mean kuadrat interaksi item subyek

MK_s = Mean kuadrat anatara subyek

G. Metode Analisis Data

Menurut Hadi (2004), menyatakan bahwa dalam penelitian teknik analisis yang digunakan adalah metode statistic. Disamping itu pertimbangan lain menggunakan statistic adalah :

1. Statistik bekerja dengan angka
2. Statistik bersifat obyektif
3. Statistik bersifat universal yang dapat digunakan pada semua bidang penelitian

Metode statistic ini telah mewakili tiga tugas utama dalam ilmu pengetahuan yaitu menerangkan gejala, meramalkan kejadian dan mengontrol keadaan. Untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, penulis menganalisa data dengan menggunakan formula t-test yakni untuk melihat perbedaan dan perbandingan jumlah yang sama.

Adapun rumus dan rancangan analisis t-test adalah sebagai berikut :

$$t - \text{test} = \frac{X_{A1} - X_{A2}}{\sqrt{\left\{ \frac{X_{A1}^2 + X_{A2}^2}{N_{A1} + N_{A2}} \right\} \left\{ \frac{1}{N_{A1}} + \frac{1}{N_{A2}} \right\}}}$$

keterangan :

t-test : koefisien perbedaan

X^2 : jumlah kuadrat pertama

A_1 : kelompok 1, yaitu remaja yang mempunyai tipe *locus of control internal*

A_2 : kelompok 2, yaitu remaja yang mempunyai tipe *locus of control*

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository:uma.ac.id)16/8/24

- 1 : bilangan konstanta
- N : jumlah subyek penelitian
- 2 : bilangan konstanta untuk dua kelompok (remaja yang mempunyai tipe *locus of control*)

Sebelum dilakukan analisis data yang menggunakan teknik analisis kovarians satu variabel, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yaitu :

- a. uji normalitas sebaran yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak
- b. uji homogenitas yaitu untuk mengetahui apakah data variabel penelitian bersifat homogeny

Semua pengerjaan analisis data yang meliputi uji validitas , uji realibitas, uji normalitas sebaran, uji homogenitas varian dan analisis varian dianalisis dengan menggunakan media computer yaitu system disk program SPSS (Seri Program System Statitics), edisi microsoft.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan stres yang signifikan antara mahasiswa yang memiliki *focus of control* internal dan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan Anava $F = 5,753$ dengan koefisien signifikansi $0,021$. Hal ini berate nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari $0,050$. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan stres antara mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal dan mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal dinyatakan diterima.
2. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa mahasiswa dengan *locus of control* eksternal memiliki nilai rata-rata stres lebih besar yaitu $244,318$ sedangkan mahasiswa dengan *locus of control* internal memiliki nilai rata-rata $211,916$.
3. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini, diketahui bahwa secara umum para mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal maupun *locus of control* eksternal sama-sama mengalami stres. Mahasiswa dengan *locus fo control* internal mengalami stres yang tergolong tinggi, sebab mean

melebihi bilangan SD, yakni 44,566. Sedangkan mahasiswa dengan *locus of control* eksternal mengalami stres yang tergolong sangat tinggi, dimana mean empiriknya (244,318) selisihnya dengan nilai rata-rata hipotetiknya (129,5) melebihi bilangan SD yakni 47,047.

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah disebutkan di atas, maka berikut ini dapat diberikan saran, antara lain:

1. Kepada Pihak Fakultas Psikologi

Melihat tingginya stres dikalangan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, baik mahasiswa yang memiliki locus of control internal maupun eksternal. Maka, disarankan kepada pihak fakultas untuk dapat mengurangi pemicu-pemicu stres seperti kurangnya pemahaman penulisan skripsi, sehingga bisa dilakukan penyuluhan lebih intensif terhadap mahasiswa yang akan menyusun skripsi.

2. Kepada Subyek Penelitian

Kepada para mahasiswa yang akan dan sedang menyusun skripsi, baik diharapkan agar berupaya maksimal untuk mengatasi stres dan senantiasa berfikir positif tentang dirinya, meningkatkan kemampuannya, lebih ulet, rajin serta mandiri, tetap fokus pada tujuan dan siap dalam menghadapi tantangan-tantangan dalam menyusun skripsi.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Sebagai peneliti pemula, penelitian ini memiliki kekurangan, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk mengkaji aspek-aspek lain yang berhubungan dengan stres dalam menyusun skripsi, diantaranya adalah aspek yang ada dalam diri individu, baik itu psikologis maupun biologis, kesiapan untuk menghadapi tugas menyusun skripsi dan aspek lingkungan misalnya kawan-kawan sebaya yang tidak bersemangat dalam menyelesaikan skripsi, apakah ada pengaruhnya terhadap individu tersebut?

Selain itu disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menambah jumlah sampel penelitian sehingga diharapkan dengan dilakukannya penelitian lanjut ini, dapat diperoleh sampel penelitian yang lebih ekstrem. Yaitu mahasiswa dengan *locus of control* internal ekstrem dan mahasiswa dengan *locus of control* eksternal ekstrem.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. 1983. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Rineka Cipta
- Ali, Mohammad & Moh.Asrori. 2004. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Bumi Aksara
- Ancok, Djamaludin & Retno Arum. 2006. *Locus of control sebagai moderator komitmen organisasi: Peran Persepsi Dukungan Organisasi & Kepercayaan Terhadap Pimpinan*. Surabaya: Anima (Indonesian Psychological Journal), volume 22.
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bungin, Burhan. 2011. *Metodologi penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana.
- Gunarsa,D.S. 1993. *Psikologi Praktis : Anak Remaja & keluarga*. Jakarta : BPK,Gunung Mulia.
- Ginartri, Meta. 2013. *Hubungan Locus Of Control Internal Dengan Kematangan Karir Pada Siswa SMKN 1 Percut Sei Tuan*. Skripsi. Tidak diterbitkan. tanggal 20 januari 2014.
- [http://pamuncar.blogspot.com/2010/pengertian -stress/](http://pamuncar.blogspot.com/2010/pengertian-stress/) . diakses tanggal 9/01/2014.
- <http://pamuncar.blogspot.com/2012/06/devinisi-peran-dan-fungsi-mahasiswa.html>, diakses pada tanggal 7 desember 2013.
- <http://www.e-psychology.com>. Diakses tanggal18/03/2014.
- <http://www.scribd.com/doc/88163327/locus-of-control>, diakses pada
- <http://pamuncar.blogspot.com/2012/06/devinisi-peran-dan-tanggungjawab-mahasiswa.html>,diakses pada 28 Januari 2014.
- <http://www.aumni.unair.ac.id/2012/02>
- Hadi, S. 1997. *Metodologi Riset*. Yogyakarta. Gajah Mada Psikologi UGM.
- Hardjaa, M.A. 1994. *Stres Tanpa Distres*. Yogyakarta : Kanisius
- UNIVERSITAS MEDAN AREA 1951. *Pengantar Psikologi*. Jakarta : Erlangga

- Leliyati. 2002. *Perbedaan Tingkat Delikuenasi Remaja Ditinjau dari Locus of Control pada Siswa SMU Angkasa Medan. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan. Universitas Medan Area.*
- Lindley, A.Patricia,dkk. 1997. *Mengatasi Stres Secara Positif. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama*
- Lubis, Astari. 2012. *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Proactive Coping dalam mengerjakan Tugas Akhir Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA. Skripsi. (tidak diterbitkan).*
- Manktelow, James. 2009. *Mengendalikan Stres. Jakarta: Erlangga Group.*
- Monks, F.J.Knoers A.M.P dan Siti Rahayu Haditono. 1989. *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta : Gajah Mada University Press*
- Mulyadi. 1999. *Diagnosa Kesulitan Belajar. Yogyakarta : Nuha Litera*
- Nuzulia, P.S. 2011. *Hubungan antara self-efficacy dengan Stres Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Angkatan 2007 Fak.Psi. UMA. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan: Universitas Medan Area.*
- Oemarjati, dkk. 2002. *Panduan Teknik Penyusunan Skripsi. Jakarta. UI.*
- Saleh, Iwan. 2013 *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas PSikologi Universitas Medan Area. Skripsi. tidak diterbitkan.*
- Santrok, John W. 2009. *Remaja. Jakarta: Erlangga.*
- Sarwono, Sarlito Wirawan.1989. *Psikologi Remaja. Jakarta : Rajawali*
- Soerjabrata, Soemadi. 1975.*Psikologi Perkembangan. Yogyakarta: Rake Press*
- Sokhi Hulu, Parno. 2010. *Perbedaan Orientasi locus of control antara mahasiswa yang aktif berorganisasi dengan yang tidak aktif berorganisasi di Universitas Medan Area. Skripsi. Tidak diterbitkan.*
- Soemanto, Wasty. 2006. *Psikologi Pendidikan. Jakarta : Rineka Cipta.*

Willis, Sofyan. 2009. *Konseling Individual Teori & Praktek*. Bandung : Alfabeta

