

## Efikasi Diri Akademik sebagai Mediator dalam Hubungan Antara Husnudzan dan Stres Akademik pada Mahasiswa = Academic Self-Efficacy as a Mediator in the Relationship between Husnudzan and Academic Stress on Students

Ai Nurhasanah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920518070&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Stres akademik merupakan permasalahan yang sering dialami mahasiswa, tak terkecuali mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren. Kondisi ini merupakan tekanan akibat dari proses belajar yang dapat memberi pengaruh pada aspek fisik maupun psikologis. Penelitian terdahulu mengungkapkan sejumlah variabel yang dapat mengurangi stres akademik, diantaranya adalah variabel efikasi diri akademik dan pola pikir positif. Husnudzan sebagai pola pikir positif dalam Islam, dipandang memiliki pengaruh pada berbagai aspek psikologis seperti kesehatan mental, resiliensi, penerimaan diri dan kecemasan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menyebarkan adaptasi skala stres akademik (SSI), skala husnudzan dan skala efikasi diri akademik (TASES). Uji validitas dan reliabilitas telah dilakukan pada ketiga skala tersebut, dengan nilai 0.922 dan 0.959 untuk skala stress akademik, 0.876 dan 0.796 untuk skala husnudzan serta 0.905 dan 0.951 untuk skala efikasi diri akademik. Analisis data dilakukan dengan melakukan uji korelasi dan uji mediasi. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 80 mahasiswa Universitas Islam Negeri Bandung. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi yang signifikan pada variabel husnudzan dan efikasi diri ( $r = 0.480$  dengan  $p < 0.01$ ). Sedangkan pada variabel lainnya tidak terdapat korelasi yang signifikan, dengan nilai  $r = -0.147$  ( $p = 0.193$ ) untuk efikasi diri akademik dan stres akademik, serta  $r = -0.169$  ( $p = 0.135$ ) untuk husnudzan dan stres akademik. Berdasarkan uji mediasi, hasil penelitian menunjukkan efikasi diri akademik tidak berperan sebagai mediator dalam hubungan husnudzan dan stres akademik dimana nilai yang diperoleh pada indirect effect adalah  $-0.0944$ , yang memiliki rentang antara BootLLCI ( $-0.3656$ ) dan BootULCI ( $0.1986$ ) melewati nilai 0.

.....Academic stress is a problem experienced mostly by students including those who live in Islamic boarding schools. This condition happens because of the learning process pressure which can affect them physically and psychologically. Many previous studies examined a number of variables that can reduce academic stress, including the variables of academic self-efficacy and positive mindset. Husnudzan, a positive mindset in Islam, is considered to have an influence on various psychological aspects such as mental health, resilience, self-acceptance and anxiety. The method used in this study is a quantitative method by distributing the adaptation of the academic stress scale (SSI), the husnudzan scale and the academic self-efficacy scale (TASES). The validity and reliability scores are 0.922 and 0.959 for academic stress scale, 0.876 and 0.796 for husnudzan scale, also 0.905 and 0.951 for academic self-efficacy scale. Data analysis was carried out by conducting correlation and mediation analyses. A total of 80 undergraduate students from State Islamic University of Sunan Gunung Djati Bandung (UIN Bandung) participated in the study. The results demonstrated that husnudzan significantly correlated with academic self-efficacy ( $r = 0.480$  and  $p < 0.01$ ). In contrast, there was no significant correlation not only on academic self-efficacy and stress academic  $r = -0.147$  ( $p = 0.193$ ) but also on husnudzan and stress academic  $r = -0.169$  ( $p = 0.135$ ). The mediation test results showed that academic self-efficacy could not mediate the relationship between

husnudzan and academic stress with indirect effect score -0.0944 (BootLLCI = -0.3656 and BootULCI = 0.1986).