

## Kecemasan dan Resiliensi: Prediktor Untuk Stres Akademik pada Mahasiswa di Masa Ujian = Anxiety and Resilience: Predictor Of Academic Stress Among College Students during Exam

Zefanya Meiroosa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920539309&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Dalam perkuliahan seringkali mahasiswa merasa tertuntut dengan beban yang dialami, salah satunya saat masa ujian. Jika mahasiswa melihat tuntutan tersebut lebih besar dari kemampuannya, ia akan mengalami stres akademik. Kecemasan diduga menjadi sumber dari stres akademik yang dialami oleh mahasiswa. Resiliensi diduga menjadi variabel yang berperan sebagai faktor protektif terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini melihat peran kecemasan dan resiliensi terhadap stres akademik. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa berusia 17 hingga 25 tahun yang telah mengikuti kuliah tatap muka sepenuhnya (N=107, M=19,79, SD=1,24). Terdapat 3 alat ukur yang digunakan dalam penelitian The Student- Life Stress Inventory (SSI), General Anxiety Disorder 7 (GAD-7), dan Connor Davidson Resilience Scale 10 (CD-RISC 10). Hasil analisis regresi linear menunjukkan kecemasan memprediksi stres akademik, sedangkan resiliensi tidak memprediksi stres akademik. Dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat kecemasan pada mahasiswa, maka semakin tinggi juga stres akademik pada mahasiswa. Pengambilan data dilakukan saat partisipan sedang ujian akhir. Hal ini mengakibatkan hasil penelitian mencerminkan kondisi mahasiswa saat berada pada masa yang menekan.

.....College students often experience burden in facing lectures, one of the examples is during exam. If the demand of the lectures is seen bigger than the college student's capability, they may experience academic stress. Anxiety was predicted as the stressors of academic stress that experienced by college student. Resilience is predicted as a protective factor towards academic stress. This study aims to find out the role of anxiety and resilience on academic stress. The participants of this study is college student aged 17 until 25 years old (N=107, M=19,79, SD=1,24). There are three scales that is used in the study Student-Life Stress Inventory (SSI), General Anxiety Disorder 7 (GAD-7), and Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10). The result shows that anxiety predicts academic stress, and resilience does not predict academic stress. Based on these findings, it can be concluded that the higher the anxiety, the higher the academic stress on college student. The data was collected during the final exam. Therefore, the result indicates college student's condition when they are in stressful times.