

**PERAN EFIKASI DIRI PADA STRES AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT  
AKHIR PRODI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

Oleh:

**Nur Alif Faizin**

NPM: 20170710042

**FAKULTAS AGAMA ISLAM PROGRAM STUDI  
KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2024

**PERAN EFIKASI DIRI PADA STRES AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
PRODI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada program pendidikan Strata Satu (S-1),

Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Oleh:

Nur Alif Faizin

NPM: 20170710042

**FAKULTAS AGAMA ISLAM PROGRAM STUDI  
KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2024

## NOTA DINAS

Lamp. :

Yogyakarta, 12 Juli 2024

Hal : Persetujuan

Kepada Yth.

Ketua Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam  
Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta  
di Yogyakarta

*Assalam'alaikum wr. wb.*

Setelah menerima dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Nur Alif Faizin  
NPM : 20170710042  
Judul : **Peran Efikasi Diri Pada Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

telah memenuhi syarat untuk diajukan pada ujian akhir tingkat Sarjana pada Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Bersama ini saya sampaikan naskah skripsi tersebut, dengan harapan dapat diterima dan segera dimunaqasyahkan. Atas perhatian Bapak diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. wb*

Pembimbing,



Novia FeTri Aliza, M. Psi., Psikolog

## PERNYATAAN KEASLIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Nur Alif Faizin  
NPM : 20170710042  
Program Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi mana pun, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 12 Juli 2024

Yang membuat pernyataan:

  
Nur Alif Faizin  
2017071004

## **MOTTO**

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.” – Ali bin Abi Thalib

## **PERSEMBAHAN**

Dengan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT dan segala kelimpahan karunia-Nya serta sholawat dan salamtercurahkan kepada yang selalu kita harapkan syafaatnya, Nabi Muhammad SAW. Dengan rasa bangga dan bahagia penulis persembahkan untuk :

1. Kepada kedua orangtua, Abi Maryono Indarto yang saya hormati dan Umi Ivo Keristiana yang paling saya cintai dan sayangi yang menjadi sebuah alasan saya untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang saya jalani. Dan yang selalu memperjuangkan apa yang saya butuhkan sejak dahulu hingga sampai saat ini.
2. Kepada calon istri saya Nada Maulida, yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada saya dalam proses pembuatan skripsi ini.
3. Kepada adek, kakak sepupu, sepupu, dan adek sepupu, yang selalu memberi semangat selama saya mengerjakan skripsi.
4. Kepada keponakan tersayang, Mika dan Barak, yang sudah menghibur saya dengan karakter dan sifat kalian masing – masing.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan kesempatan untuk dapat menyelesaikan skripsi yang menjadi tugasakhir di perkuliahan ini. Sholawat dan salam tak lupa kita curahkan kepada junjungan dan suri teladan kita *Rasulullah* Muhammad SAW yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya. Semoga segala bantuan, dorongan dan petunjuk serta bimbingan yang telah diberikan kepada penulis dapat bermanfaat, khususnya bagi penulis sendiri dan ber nilai usaha dan penuh keberkahan di sisi-Nya.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Akan tetapi, dengan selesainya skripsi ini tentu melibatkan berbagai pihak. Maka dari itu pada kesempatan inilah penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Gunawan Budiyanto, M.P., IPM., ASEAN.Eng. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Syakir Jamaluddin, M.A. selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Dr. Ahmad Hermawan Lc., M.A. selaku Ketua Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam yang penuh dukungan serta motivasi selama perjalanan pembelajaran sejauh ini.
4. Novia Fetri Aliza, M.Psi., Psikolog. selaku Sekretaris Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam dan selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar telah membimbing, mengarahkan serta membantu peneliti sehingga proses penulisan skripsi berjalan dengan lancar sampai selesai.
5. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
6. Kepada Irfan, Anggoro, Mufid, Mega, Fauzan, Radi, Baks dan semua teman tercinta yang selalu memberi dukungan, doa, dan semangat selama penulisan skripsi ini.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Batasan Masalah .....	5
1.3 Rumusan Masalah .....	5
1.4 Tujuan Penelitian .....	5
1.5 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
2.1 Kajian Teori .....	8
2.1.1 Teori Efikasi Diri.....	8
2.1.2 Teori Stres Akademik .....	11
2.1.3 Teori Remaja .....	15
2.2 Penelitian Sebelumnya .....	15
2.3 Kerangka Penelitian.....	16
2.4 Perumusan Hipotesis .....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>18</b>
3.1 Desain Penelitian .....	18
3.2 Operasional Penelitian.....	19
3.3 Teknik Pengumpulan Data .....	19
3.4 Partisipan Penelitian .....	24
3.5 Analisis Data .....	26
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>

4.1 Gambaran Umum Penelitian .....	30
4.2 Prosedur Penelitian .....	31
4.3 Subjek Penelitian .....	33
4.4 Gambaran Efikasi Diri .....	34
4.5 Gambaran Stress Akademik .....	36
4.6 Peran Efikasi Diri Terhadap Stress Akademik .....	38
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>42</b>
5.1 Kesimpulan .....	42
5.2 Saran .....	43
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>45</b>