

SKRIPSI

**PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA**

**(Studi Pada Mahasiswa Kelas Malam Fakultas Ekonomi Dan Bisnis
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya)**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Manajemen**

Program Studi Manajemen



Diajukan Oleh :

FAIZAH RAHMA SA'ADAH
NPM : 21420015

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

2025

SKRIPSI

**PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA**

**(Studi Pada Mahasiswa Kelas Malam Fakultas Ekonomi Dan Bisnis
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya)**

Diajukan Oleh :

FAIZAH RAHMA SA'ADAH

NPM : 21420015

TELAH DISETUJUI DAN DITERIMA DENGAN BAIK OLEH

DOSEN PEMBIMBING



Drs. Ec. Gimanto Gunawan, MM., M.Ak

Tanggal,

KETUA PROGRAM STUDI



Dr Adrianto Trimarjono, SE, MM

Tanggal, 14 April 2025

SKRIPSI

**PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA**

**(Studi Pada Mahasiswa Kelas Malam Fakultas Ekonomi Dan Bisnis
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya)**

Diajukan Oleh :

FAIZAH RAHMA SA'ADAH
NPM : 21420015

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Sekretaris Penguji



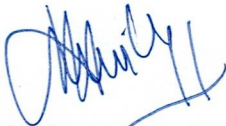
Dewi Nuraini, SE., M.SM

Ketua Tim Penguji



Atty Erdiana, SE., M.Ak

Anggota Dewan Penguji



Wiwik Herawati, SE., MM

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen**

Tanggal 14 APRIL 2025



Dr Adrianto Trimarjono, SE, MM
Ketua Program Studi

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa di dalam naskah Skripsi tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh diri saya sendiri atau orang lain untuk memperoleh gelar akademik, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam bagian utama Skripsi dan daftar Pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah Skripsi ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiat, maka saya bersedia jika disertai digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA MANAJEMEN) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Surabaya, 14 April 2025

Yang membuat pernyataan



Faizah Rahma Sa'adah
21420015

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul **“Pengaruh Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Kelas Malam Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya”** dengan tepat waktu. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar strata I (S1) Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan maka penulis menerima kritik dan saran yang membangun guna menambah wawasan yang lebih lanjut. Selama proses penulisan skripsi, penulis mendapat banyak bantuan dari berbagai pihak yang telah membantu kelancaran dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini dengan segalam hormat dan kesungguhan hati penulis hendak menyampaikan ucapan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof Dr. H. Widodo Ario Kentjono, dr. Sp. T.H.T.K.L(K), FICS, selaku Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Bapak Drs. Ec Gimanto Gunawan, MM., M.Ak, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Sekaligus Dosen Pembimbing yang telah meluangkan tenaga dan waktu dalam membimbing, memberi kemudahan, pengarahan, dan saran-saran dengan penuh kesabaran selama penulisan skripsi ini.

3. Bapak Dr. Adrianto Trimarjono, SE., MM, selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Wijaya Kusuma Surabaya sekaligus selaku Dosen Wali yang telah memberikan pengarahan selama masa perkuliahan.
4. Segenap Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Khususnya Program Studi Manajemen yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan yang sangat berguna dan bermanfaat kepada penulis selama masa perkuliahan.
5. Seluruh staf kemahasiswaan dan akademik Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan pelayanan terbaik selama proses perkuliahan maupun skripsi.
6. Kedua orang tua tercinta Bapak Rochmad dan Ibu Siti Zunaidah, orang tua hebat yang selalu menjadi penyemangat dan selalu memberikan dukungan penulis sebagai sandaran terkuat. Terimakasih atas segala doa dan tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang yang tulus dan selalu memberika motivasi disetiap perjalanan hidup penulis.
7. Kedua Saudara penulis, Kakak Farid Muhammad Iqbal dan Kakak Mas Ainur Rosanti yang selalu menemani dan mendukung penulis untuk menyelesaikan skripsi.
8. Sahabat-sahabat penulis yaitu Pamulia Umi, Zulfa Alifiani, dan Salma Meylinda yang selalu ada menemani masa-masa sulit penulis, menyemangati dan membantu dalam menyusun skripsi dan sampai selamanya.

9. Sahabat-sahabat penulis di kampus yaitu Indah, Hanum, Mita, Caca, Priska, Kanaya, Nanda yang telah berjuang bersama hingga sekarang dan tidak pernah bosan dalam memberikan dukungan selama perkuliahan.

10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.

11. Faizah Rahma Sa'adah yaitu Penulis sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab dan semangat untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak pernah menyerah, serta senantiasa menjadi manusia kuat dan menikmati setiap prosesnya yang bisa dibilang tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan untuk tetap hidup dan selalu mengusahakan yang terbaik untuk diri sendiri dan keluarga.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk kritik dan saran serta masukan yang membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, peneliti selanjutnya dan semua pihak.

Surabaya,.....

Penulis

Faizah Rahma Sa'adah

ABSTRAK

Skripsi berjudul “Pengaruh Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Kelas Malam Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stress terkait ekspektasi akademis, stress terkait tugas dan ujian, stress terkait persepsi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa kelas malam Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa kelas malam Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang berjumlah 197 mahasiswa. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik random sampling. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 66 orang. Metode analisis data yang digunakan adalah SPSS. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stress terkait ekspektasi akademis berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar, stress terkait tugas dan ujian berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar, dan stress terkait persepsi diri berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar.

Kata kunci: stres terkait ekspektasi akademis, stres terkait tugas dan ujian, stres terkait persepsi diri dan prestasi belajar.

ABSTRACT

Thesis entitled "The Effect of Academic Stress on the Learning Achievement of Evening Class Students of the Faculty of Economics and Business, Wijaya Kusuma University, Surabaya." This study aims to determine the effect of stress related to academic expectations, stress related to assignments and exams, stress related to self-perception on the learning achievement of evening class students of the Faculty of Economics and Business, Wijaya Kusuma University, Surabaya. The population in this study were evening class students of the Faculty of Economics and Business, Wijaya Kusuma University, Surabaya, totaling 197 students. The sampling method used in this study was the random sampling technique. The number of samples used in this study was 66 people. The data analysis method used was SPSS. The results of this study indicate that stress related to academic expectations has a significant effect on learning achievement, stress related to assignments and exams has a significant effect on learning achievement, and stress related to self-perception has a significant effect on learning achievement.

Keywords: *stress related to academic expectations, stress related to assignments and exams, stress related to self-perception and academic achievement.*

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Sistematika Skripsi	9
BAB II	10
TELAAH PUSTAKA DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS	10
2.1. Landasan Teori.....	10
2.1.1 Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	10
2.1.2 Pengertian Stres	10
2.1.3 Penyebab Stres	11
2.1.4 Akibat Stres	11
2.1.5 Mengelola Stres	12
2.1.6 Pengertian Stres Akademik.....	13
2.1.6.1 Dimensi Stres Akademik.....	15
2.1.6.2 Sumber Stres Akademik	17
2.1.6.3 Penyebab Stres Akademik.....	18
2.1.6.4 Gejala Stres Akademik	20
2.1.6.5 Dampak Stres Akademik.....	21
2.1.7 Prestasi Belajar	22

2.1.7.1 Pengertian Prestasi Belajar	22
2.1.7.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prestasi Belajar.....	24
2.1.7.3 Indikator Prestasi Belajar	26
2.1.7.4 Upaya-Upaya meningkatkan Prestasi Belajar	27
2.1.8 Hubungan Antar Variabel	28
2.2 Penelitian Sebelumnya.....	30
2.3 Pengembangan Hipotesis.....	35
BAB III.....	37
METODOLOGI PENELITIAN	37
3.1 Pendekatan Penelitian	37
3.2 Populasi dan Sample Penelitian.....	37
3.2.1 Populasi.....	37
3.2.2 Sampel.....	37
3.3 Identifikasi Variabel.....	39
3.4 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel.....	40
3.5 Jenis dan Sumber Data Penelitian.....	47
3.5.1 Jenis Data.....	47
3.5.2 Sumber Data.....	48
3.6 Prosedur Pengumpulan Data	49
3.7 Teknik Analisis Data	51
BAB IV	59
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Hasil Penelitian.....	59
4.1.1 Gambaran objek penelitian	59
4.1.1.1 Sejarah Singkat FEB Universitas Wijaya Kusuma Surabaya .	59
4.1.1.2 Visi dan Misi FEB Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	60
4.1.1.3 Struktur Organisasi FEB Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	61
4.1.2 Analisa Deskriptif	62
4.1.2.1 Analisa Deskriptif Karakteristik Responden	62
4.1.2.2 Statistika Deskriptif	66
4.1.3 Hasil Pengujian Hipotesis	67
4.1.3.1 Uji Validitas	67
4.1.3.2 Uji Reliabilitas	69

4.1.3.3 Uji Asumsi Klasik.....	69
4.1.3.4 Analisis Regresi Linier Berganda	75
4.1.3.5 Uji Hipotesis.....	76
4.2 Pembahasan.....	79
BAB V.....	82
SIMPULAN DAN SARAN	82
5.1 Simpulan Penelitian	82
5.2 Keterbatasan Penelitian	83
5.3 Saran Penelitian	83
DAFTAR PUSTAKA.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	30
Tabel 3. 1	41
Tabel 3. 2	46
Tabel 4. 1	62
Tabel 4. 2	63
Tabel 4. 3	64
Tabel 4. 4	65
Tabel 4. 5	66
Tabel 4. 6	67
Tabel 4. 7	69
Tabel 4. 9	70
Tabel 4. 10	71
Tabel 4. 11.....	73
Tabel 4. 8	75
Tabel 4. 12	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	36
Gambar 4. 1	61

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 KUESIONER.....	88
LAMPIRAN 2 TABULASI DATA.....	98
LAMPIRAN 3 HASIL OLAH DATA MENGGUNAKAN SPSS.....	108