

ABSTRAK

Jaka Perdana Yoesya. Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Stress* Terhadap Beban Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2006-2007.

Penelitian yang dilakukan di Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung Bertitik tolak dari sebuah fenomena yang terjadi ditempat tersebut, dimana para mahasiswa mempelajari aspek-aspek psikologi manusia yang memungkinkan mereka memanfaatkan informasi tersebut untuk mengaplikasikan dalam kehidupannya seperti salah satunya aspek *Stress* Namun kenyataannya sebagian mahasiswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu (*Self Efficacy*) untuk menyelesaikan berbagai tugas kuliah yang diberikan kepada mereka selama proses perkuliahan baik itu berupa tugas tersruktur atau tidak, terlihat lebih tenang dalam menghadapi situasi dalam hal pengerjaan tugas dan karenanya mereka diharapkan lebih mampu mengatur strategi belajar yang lebih efektif dan diharapkan mampu mengendalikan sumber *Stress* mereka

Kombinasi keyakinan dan kemampuan dari diri individu yang merupakan syarat awal untuk berhasil yang dikenal dengan *Self Efficacy* Keyakinan merupakan perasaan bahwa dirinya mampu memperoleh apa yang ia inginkan, sedangkan kemampuan merupakan perkiraan individu mengenai kemampuan yang dimiliki berdasarkan pengalaman keberhasilannya pada waktu-waktu sebelumnya Mahasiswa dengan *Self Efficacy* yang tinggi diharapkan akan mampu mengerjakan berbagai tugas yang diberikan dengan hasil yang memuaskan dan tepat waktu meskipun dalam waktu yang relative singkat Berbagai hal tersebut, disertai adanya tugas yang semakin bertumpuk dengan batas waktu yang semakin mendesak diduga akan dianggap sebagai ancaman oleh mahasiswa yang memiliki *Self Efficacy* yang rendah Sehingga mereka akan merasa pesimis mampu mengerjakan tugas sebagaimana mestinya Jika tugas-tugas kuliah diberikan secara terus menerus dengan jeda yang tidak terlalu lama antara satu dengan lainnya dimungkinkan mahasiswa akan semakin merasa jenuh dengan semangat yang akan semakin menurun. Diduga saat mahasiswa psikologi berbincang dengan mahasiswa lain mengenai masalah waktu perkuliahan dan beban studi yang dihadapi, mereka menjadi tidak percaya diri. Akumulasi dari berbagai hal tersebut diduga akan membuat tingkat *Stress* terhadap beban studi semakin meningkat, ataupun sebaliknya Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Stress* terhadap beban studi.

Penelitian ini menggunakan metode korelasional, untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Stress* terhadap beban studi Subyek penelitian yang digunakan adalah populasi dari sample yang berjumlah 41 orang Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Self Efficacy* dan skala *Stress* terhadap beban studi yang kemudian hasilnya diolah dengan menggunakan tehnik Rank Spearman, berdasarkan pertimbangan sifat skala data yang berbentuk ordinal untuk kedua variable penelitian

Hasil analisis data memperlihatkan koefisien korelasi sebesar $r_s = -0,729$, dengan nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima yang berarti terdapat hubungan negative yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Stress* terhadap beban studi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2006-2007 UIN SGD Bandung