

**Stress Akademik Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan  
Introvert pada Mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian Dari Persyaratan untuk Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:**

**M. Nanang Khafidz Wahyudi**

**NIM: 201769110043**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

**2021**

## TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : M. Nanang Khafidz wahyudi  
NIM : 201769110043  
Program Studi : Psikologi  
JUDUL : Stress Akademik Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan  
di depan penguji  
Pasuruan, 9 Agustus 2021



Kepala Program Studi  
Nanik Kholidah, S.Psi., M.Si.  
NIP.Y 069.11.09.022

Menyetujui

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, which appears to be "Laurensius Iaka".

Dr. Laurensius Iaka, M.Si.  
NIP.Y 069.11.09.029

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

Yang disusun oleh

M Nanang khafidz wahyudi

201769110043

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 18 Agustus 2021

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Penguji Utama

Dra. Estalita Kelly, M.Si.  
NIP.Y 069.02.04.003



Penguji I

Lailatuzzahro A.A, S.Psi., M.Psi.  
NIP.Y 069.09.11.026



Penguji II /  
Pembimbing

Dr. Laurensius Laka, M.Psi  
NIP.Y069.11.09.029



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana

Tanggal 18 Agustus 2021

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Yudhanegara Pasuruan



Dr. Abdul Amin, M.Psi  
NIP.Y069.09.04.017

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul "Stress Akademik ditinjau dari kepribadian ekstrovert dan introvert pada Mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga 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.

Pasuruan, 9 Agustus 2021



M Nanang Khafidz Wahyudi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan anugerah-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Stress Akademik Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert” dengan baik. Sehubungan dengan hal tersebut, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini, terutama kepada:

1. KH. Sholeh Bahruddin selaku Pengasuh Yayasan Darut Taqwa,
2. Dr. H. Kholid Murtadho, SE., ME. Selaku Rektor Universitas Yudharta Pasuruan,
3. Drs. Abdul Amin, M.Psi. selaku Dekan Fakultas Psikologi.
4. Nanik Kholifah, S.Psi, M.Si. selaku Kepala Program Studi Psikologi,
5. Dr. Laurensius Laka, M.Si. selaku dosen pembimbing penyusunan Skripsi. Terima kasih atas bimbingannya, pengarahannya serta dukungan yang berarti kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Psikologi yang telah memberikan ilmunya kepada penulis yang sangat bermanfaat untuk bekal penyusunan Skripsi ini,
7. Orang tua penulis yang banyak memberikan dukungan baik moril maupun materil,
8. Seluruh rekan Mahasiswa Psikologi yang selama ini telah memberikan motivasi serta doanya, sehingga peneliti dapat bersemangat untuk menyelesaikan Skripsi ini,
9. Dan seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu. Semoga semua keikhlasan dalam membantu penyelesaian penelitian ini diberikan balasan yang baik dari Tuhan Yang Maha Esa.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna

dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang sifatnya membangun dari berbagai pihak.

Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang Psikologi Pendidikan.

Pasuruan, 9 Agustus 2021

ttd

Penulis.

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
PERSEMBAHAN .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
INTISARI .....	xiv
BAB I. PENGANTAR .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Permasalahan.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Stress Akademik .....	9
B. Kepribadian Ekstrovert dan Introvert .....	16
C. Pengaruh Tipe Kepribadian Ekstrovert Introvert terhadap Stress Akademik .....	25
D. Kerangka Pemikiran Penelitian .....	29
E. Hipotesis Penelitian.....	30

BAB III. METODE PENELITIAN.....	31
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	31
B. Subjek Penelitian .....	32
C. Cara Pengumpulan Data.....	33
D. Desain Penelitian .....	38
E. Cara Analisis Data .....	38
 BAB IV. PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	 40
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	40
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data.....	40
C. Hasil.....	45
D. Pembahasan.....	46
 BAB V. PENUTUP .....	 50
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	56
 DAFTAR PUSTAKA.....	 52
 LAMPIRAN .....	 55



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Stress akademik .....	34
Tabel 2 . Blue Print Skala Kepribadian.....	35
Tabel 3. Skoring Skala Likert .....	35
Tabel 4 . Kriteria Koefisien Reliabilitas .....	38
Tabel 5 . Grup Statistik .....	41
Tabel 6. Rumus Skor Standart .....	41
Tabel 7. Hasil Kategorisasi Skor Standart.....	41
Tabel 8. Validitas Skala Uji Coba.....	42
Tabel 9. Blue-Print Kepribadain Psca Uji Coba.....	43
Tabel 10. Blue Print Pasca Uji coba Stress Akademik .....	44
Tabel 11 Hasil Uji Reliabilitas.....	44
Tabel 12. Uji Homogenitas .....	45
Tabel 13. Independent Samples Test .....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	29
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran Skala Stress Akademik .....	55
2. Lampiran Skala Tipe Kepribadian Ekstrovert Introvert .....	57
3. Lampiran Data Induk Skala Kepribadian .....	58
4. Lampiran Data Induk Stress Akademik .....	59
5. Lampiran Validitas Stress Akademik .....	60
6. Lampiran Validitas Tipe Kepribadian .....	61
7. Lampiran Tabel Reliabilitas Tipe Kepribadian .....	62
8. Lampiran Tabel Reabilitas Stress Akademik .....	63

## Persambahan

Segala puji bagi Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang  
Skripsi ini saya persambahkan untuk semua pihak yang bersangkutan  
terutama para dosen yang saya hormatimohon maaf apabila ada salah dari  
saya karena saya hanyalah insan yang pasti mempunyai salah dan dosa  
karena hanyalah tuhan yang mempunyai sifat rohman rohim

## **ABSTRACT**

### **ACADEMIC STRESS BY PERSONALITY TYPE EXTROVERTED AND INTROVERTED ON STUDENTS OF YUDHARTA UNIVERSITY PASURUAN**

**M. Nanang khafidz wahyudi**

Faculty of psychology, Yudharta Pasuruan University

The COVID-19 pandemic has occurred almost all over the world, causing activities that involve many people to be avoided, one of which is teaching and learning activities. In Indonesia, since the learning process in higher education has turned into online/distance learning. This is to prevent the spread of COVID-19. Online learning by students causes several obstacles, including many tasks, lack of focus, difficulty sleeping so that it causes stress to students. This study aims to determine the effect of Extroverted and Introverted personality types on student academic stress during the covid-19 pandemic. This research is incidental sampling technique. Data retrieval using an academic stress scale with 25 items with a reability coefficient of 0,856 and personality type scale with 25 valid items with a reability coefficient of 0,898. The result of the homogeneity count show a significance of  $0,854 > 0,05$ , which means that the population data is homogeneous. The results of hypothesis testing with t-test showed 7,888 with p worth  $0,000 < 0,01$  which indicates a very significant difference in average academic stress between atudent with extroverted perdonality types and introverted personality types. The hypothesis in this study that the effect of extroverted and introverted personality types on academic stress of Yudharta Pasuruan University Student was accepted.

Keywords: academic stress, Personality Types Extroverted, Personality Types Introverted

**INTISARI**  
**STRESS AKADEMIK DITINJAU DARI TIPE KEPRIBADIAN EKSTROVERT**  
**DAN INTROVERT MAHASISWA UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

**M. Nanang khafidz wahyudi**  
Fakultas Psikologi, Universitas Yudharta Pasuruan

Pandemi covid-19 terjadi hampir diseluruh dunia menyebabkan kegiatan yang melibatkan banyak orang harus dihindari, salah satunya adalah kegiatan belajar mengajar. Di Indonesia sejak proses pembelajaran di perguruan tinggi telah berubah menjadi pembelajaran daring/jarak jauh. Hal tersebut untuk mencegah penyebaran covid-19. Pembelajaran daring yang dilakukan mahasiswa menimbulkan beberapa kendala antara lain tugas yang banyak, kurang fokus, kesulitan tidur sehingga hal tersebut menyebabkan stress pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh tipe kepribadian ekstrovert dan introvert terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. penelitian ini adalah tehnik sampling Insidental . Pengambilan data dengan menggunakan skala stress akademik dengan 25 aitem valid dengan koefisien reliabilitas 0,856 dan skala tipe kepribadiandengan 25 aitem valid dengan koefisien reliabilitas 0.898. hasil hitung homogenitas menunjukkan signifikansi  $0,854 > 0,05$  yang berarti data populasi homogen. hasil uji hipotesis dengan uji-t menunjukkan 7,888 dengan p senilai  $0,000 < 0,01$  yang menunjukkan adanya perbedaan rata-rata stress akademik yang sangat signifikan antara mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Hipotesis dalam penelitian ini adanya pengaruh tipe kepribadian ekstrovert dan introvert terhadap stress akademik mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan diterima.

Kata Kunci: Stress akademik, Tipe Kepribadian Introvert, Tipe Kepribadian Ekstrovert