

## LAMPIRAN

### Lampiran-1

#### Uji coba Skala Stress Akademik

Nama :

Gender :

Kelas :

#### Petunjuk :

1. Isi identitas diri anda terlebih dahulu
2. Beri tanda (v) pada pernyataan yang menggambarkan diri anda!

**SS** : Sangat setuju

**STS** : Sangat tidak setuju

**N** : Netral

**S** : Setuju

**TS** : Tidak setuju

NO	Soal	SS	S	N	TS	STS
1	jika PR saya banyak, maka saya akan sulit untuk istirahat					
2	saat PR saya banyak, saya masih bisa istirahat dengan tenang					
3	saya cemas ketika besok diadakan ulangan harian					
4	saya istirahat dengan tenang meskipun ada ulangan besok					
5	saya kadang terbangun ditengah malam, Ketika PR belum terselesaikan					
6	saya dapat tidur dengan lelap seperti biasanya, meskipun PR belum terselesaikan					
7	jika saya mendapatkan nilai dibawah KKM, saya malu					
8	saat nilai ujian saya jelek, saya baik-baik saja					
9	saya gelisah setiap menghadapi kuis mendadak					
10	saya tertarik untuk menghadapi kuis mendadak					
11	kepala saya bertmbah pusing karena terlalu banyak PR yang terlalu banyak membuat saya ingin menangis					
12	saya mengerjakan tugas tanpa bantuan teman					
13	saat saya mengetahui nilai raport jelek, saya berfikirkan untuk bunuh diri					
14	saat banyak PR, saya santai saja					
15	saya sedih berkepanjangan ketika dapat nilai jelek					
16	saya tetap tenang meskipun terancam tidak naik kelas					
17	saya mengurung diri di kamar ketika orangtua mengetahui nilai raport saya yang jelek					
18	saya tetap holiday, meskipun saya memiliki beberapa nilai dibawah KKM					

NO	Soal	SS	S	N	TS	STS
19	Jika <i>Daring</i> berlangsung, saya kurang focus karena banyaknya notifikasi <i>Hanphone</i>					
20	saat ujian berlangsung, saya langsung mengerjakan dengan fokus					
21	Saya sulit memahami <i>Daring</i> yang disampaikan meskipun suasana rumah tenang					
22	Saya merasa terhibur membuka <i>Aplikasi</i> lain ketika <i>daring</i> berlangsung					
23	saya mengantuk ketika KBM <i>Daring</i> berlangsung					
24	saya tetap memusatkan perhatian walaupun pada pelajaran yang kurang saya sukai					
25	ketika ujian, saya bingung antara belajar apa bermain					
26	saat ujian, saya memilih bermain daripada belajar					
27	Saya bimbang dengan jawaban yang saya pilih saat ujian					
28	saya takut akan mengalami kegagalan dalam program studi yang salah pilih					
29	Saya pusing sehari-hari Ketika hendak memilih jurusan perguruan tinggi					
30	saat ada tugas, saya harus mengerjakan sendiri					
31	jika saya mendapatkan tugas banyak, maka saya akan meminta tolong pada teman-teman					
32	Saya merasa gugup meskipun presentasi secara <i>Online</i>					
33	saya senang ketika ditunjuk untuk presentasi					
34	Saya menyembunyikan nilai jelek saya dari teman dekat saya					
35	Jika <i>Daring</i> berlangsung cukup lama, Saya memarahi orang lain seharian					
36	Jika <i>Daring</i> berlangsung lama, saya tetap mengikutinya					
37	Saya mearasa puas setelah mengumpat guru Ketika <i>daring</i> berlangsung terlalu lama					
38	Saya tetap menyukai <i>Daring</i> meskipun kurang efektif					
39	Saya memaki diri sendiri Ketika sulit memahami <i>Daring</i> yang disampaikan guru					
40	Saya mengikuti <i>Daring</i> tanpa berkomentar, meskipun membosankan					

😊 **Terima kasih** 😊

Lampiran-2  
Data Induk Stress Akademik

Subjek	No. Item																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	1	3	4	0
2	4	1	3	2	3	2	3	3	2	2	1	4	4	4	4	3	4	2	3	3
3	2	3	2	3	0	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3
4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	2	3	0
5	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	1	3	3	2
6	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	4	4	2	2	4	3
7	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	2	0
8	2	4	2	2	4	2	4	3	2	2	4	2	3	1	2	4	2	2	4	2
9	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	0	0
10	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	0	3	1	4	3	3	3	0
11	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	4	1
12	4	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2
13	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	2	1
14	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3
15	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3
16	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3
17	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4
18	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3
19	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	2	2	4	3
20	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	3
21	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	1	1
22	3	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	3	4	2	4	3	4	4	3
23	3	3	4	2	4	3	2	2	2	3	4	2	3	3	2	4	4	4	4	4
24	4	2	3	2	4	4	2	2	2	4	4	2	4	0	2	4	3	4	4	4
25	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	4	3	4	2	3	4	2
26	2	3	0	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	2	2	0	2	3	3	2
27	2	3	4	1	3	2	2	3	4	2	4	2	3	2	2	4	1	4	3	2
28	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	4	3	4	2	3	4	2
29	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	0	3	4	2
30	3	3	2	2	4	4	3	2	1	4	4	4	4	4	4	2	0	2	2	2

Lanjutan Data Induk Skala Stress Akademik																				
Subjek	No. Item																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
31	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2
32	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2
33	3	3	0	3	3	3	1	3	1	3	4	1	4	3	1	4	0	4	4	1
34	2	3	4	3	1	3	0	0	4	3	3	2	4	2	2	2	2	2	1	
35	4	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3
36	3	2	4	3	3	3	4	1	1	3	0	0	3	3	4	2	4	2	3	3
37	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	0	2	2	4	3	4	3	2
38	4	2	0	3	4	3	4	4	2	3	0	2	0	2	3	4	3	2	1	2
39	3	0	1	2	3	0	1	2	1	0	3	2	2	4	3	2	3	1	2	3
40	3	0	2	4	3	0	2	1	2	0	2	3	3	0	2	3	1	0	2	2
41	3	2	4	1	2	0	2	2	4	0	4	2	1	3	2	2	4	1	4	2
42	2	2	1	3	4	3	4	4	2	3	0	2	0	2	3	4	4	2	1	3
43	4	2	3	4	4	2	3	4	1	2	1	2	1	2	4	1	2	0	3	3
44	3	0	2	1	3	2	4	2	0	2	4	2	3	4	3	4	0	3	4	2
45	2	2	3	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	0	2	4	2	3	0
46	3	3	4	2	3	4	3	2	1	4	4	1	2	1	2	2	1	1	2	1
47	1	4	4	2	4	3	2	0	2	3	2	0	2	4	3	4	2	0	3	4
48	4	3	3	0	2	2	3	4	4	2	2	2	1	4	4	3	2	3	2	1
49	3	4	2	0	1	0	1	3	1	0	4	2	3	2	4	2	4	4	1	3
50	3	4	4	3	3	2	4	2	0	2	2	4	4	2	4	2	3	3	2	4
51	4	3	3	2	2	2	4	4	4	1	4	2	3	2	2	4	0	0	3	1
52	4	2	3	2	3	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2
53	3	3	0	3	3	3	1	3	1	3	4	1	0	3	1	4	0	4	4	1
54	4	4	4	3	1	3	0	0	4	3	3	2	0	2	2	2	2	2	2	1
55	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3
56	3	3	4	2	3	0	3	2	1	0	4	1	2	4	2	1	1	1	2	1
57	3	3	4	2	4	2	2	0	2	2	2	0	2	4	3	4	2	0	3	4
58	4	4	3	4	2	2	3	1	4	2	2	2	3	4	4	1	2	2	2	1
59	3	3	2	3	3	0	1	1	1	0	4	2	3	2	4	3	4	3	4	3
60	2	4	4	3	3	2	4	2	0	2	2	1	4	2	4	2	3	3	2	4

No. Item																			
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
3	1	1	3	1	2	3	3	0	1	3	3	2	3	1	3	0	3	3	2
2	3	3	2	2	1	3	1	3	3	2	1	4	4	3	1	3	2	1	4
2	2	2	2	3	4	1	2	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2
2	3	3	3	0	4	2	3	0	3	3	3	2	1	1	3	0	3	3	2
2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	4	3	1	2	3	3	3	4	3
2	2	2	4	0	4	2	4	0	2	4	4	2	3	1	4	0	4	4	2
4	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	4	2	3	3	3	2	2	4	2
4	2	2	3	2	3	3	4	0	2	3	3	3	4	2	4	0	3	3	3
4	2	2	4	3	3	3	4	0	2	3	3	3	0	3	4	0	3	3	3
3	2	2	4	0	3	0	3	1	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2
2	2	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2
2	2	2	4	1	3	3	3	1	2	3	4	2	3	3	3	1	3	4	2
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	4	4	3	4	2	3	3	1	4	3
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	1	4	3
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	1	4	3
2	3	3	2	2	4	2	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	1	4	3
2	3	3	2	2	4	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3
2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	4	2	2	3	2	4	3
2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3
2	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2
4	2	2	4	0	4	3	4	3	2	4	4	2	3	0	4	3	4	4	2
4	2	2	3	0	4	3	4	4	2	3	4	2	3	0	4	4	3	4	2
4	2	2	4	0	4	3	4	4	2	4	4	2	4	0	4	4	4	4	2
3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	1	4	2	2	2	3	4	1
2	2	2	2	2	3	4	1	2	2	2	4	2	4	2	1	2	2	4	2
2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	1	3	2	2	4	2
3	1	1	3	3	3	4	2	2	1	3	4	1	4	2	2	2	3	4	1
3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3
2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4

Lanjutan Data Induk Skala Stress Akademik																			
No. Item																			
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2
2	3	3	2	2	3	2	0	2	3	2	4	2	3	3	0	2	2	4	2
3	3	3	3	2	3	4	4	1	3	3	4	1	4	4	4	1	3	4	1
2	4	4	3	2	4	2	3	1	4	3	3	2	4	3	3	1	3	3	2
2	0	0	2	1	1	4	2	3	0	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3
4	2	2	3	2	0	2	3	3	2	3	0	0	3	3	3	3	3	0	0
2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	0	3	3	2	2	4	1
4	1	1	3	0	3	0	2	2	1	3	0	2	0	3	2	2	3	0	2
2	1	1	0	3	3	2	2	3	1	0	3	2	2	4	2	3	0	3	1
4	2	2	0	4	3	3	0	2	2	0	2	3	3	2	0	2	0	2	1
2	0	0	0	3	2	4	0	2	0	0	4	2	1	3	0	2	0	4	1
4	1	1	3	0	2	4	2	3	1	3	0	2	0	4	2	3	3	0	1
4	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1
4	2	2	2	1	1	1	3	2	2	2	4	2	3	4	3	2	2	4	1
1	0	0	1	4	1	2	2	0	0	1	1	0	2	3	2	0	1	1	1
3	2	2	4	3	2	2	2	1	2	4	4	1	2	2	2	1	4	4	1
3	0	0	3	3	0	2	3	4	0	3	2	0	2	3	3	4	3	2	0
3	2	3	2	3	2	4	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2
4	1	4	0	4	2	4	3	3	4	0	4	2	3	3	3	3	0	4	2
4	2	3	2	4	2	3	2	4	3	1	2	4	4	3	2	4	2	2	4
2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	4	2	3	3	2	1	1	4	2
2	3	3	2	2	3	2	0	2	3	2	4	2	3	3	0	2	2	4	2
3	3	3	3	2	3	4	4	1	3	1	4	1	0	4	4	1	3	4	1
2	4	4	3	2	4	2	3	1	4	3	3	2	0	1	3	1	1	3	2
2	0	0	2	2	4	4	2	3	0	2	3	3	4	4	2	3	1	3	3
3	2	2	0	3	2	2	2	1	2	0	4	1	2	2	2	1	0	1	1
3	3	3	2	3	0	2	3	4	3	2	2	0	2	3	3	4	2	2	0
3	2	2	2	3	2	4	3	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2
4	3	3	0	4	2	4	3	3	3	0	4	2	3	3	3	3	0	4	2
4	3	2	2	4	2	3	2	4	2	2	2	1	4	3	2	4	2	2	1

## Lampiran-3

Lampiran-3																				
Tabel uji Validitas Stress Akademik																				
Subjek	No. Item																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	1	3	4	0
2	4	1	3	2	3	2	3	3	2	2	1	4	4	4	4	3	4	2	3	3
3	2	3	2	3	0	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3
4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	2	3	0
5	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	1	3	3	2
6	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	4	4	2	2	4	3
7	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	2	0
8	2	4	2	2	4	2	4	3	2	2	4	2	3	1	2	4	2	2	4	2
9	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	0
10	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	0	3	1	4	3	3	3	0
11	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	4	1
12	4	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2
13	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	2	1
14	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3
15	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3
16	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3
17	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4
18	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3
19	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	2	2	4	3
20	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	3
21	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	1	1
22	3	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	3	4	2	4	3	4	4	3
23	3	3	4	2	4	3	2	2	2	3	4	2	3	3	2	4	4	4	4	4
24	4	2	3	2	4	4	2	2	2	4	4	2	4	0	2	4	3	4	4	4
25	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	4	3	4	2	3	4	2
26	2	3	0	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	2	2	0	2	3	3	2
27	2	3	4	1	3	2	2	3	4	2	4	2	3	2	2	4	1	4	3	2
28	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	4	3	4	2	3	4	2
29	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	0	3	4	2
30	3	3	2	2	4	4	3	2	1	4	4	4	4	4	4	2	0	2	2	2

Lanjutan																					
Lampiran-3 Uji Validitas Stress Akademik																					
No. Item																					
31	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2	
32	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2	
33	3	3	0	3	3	3	1	3	1	3	4	1	4	3	1	4	0	4	4	1	
34	2	3	4	3	1	3	0	0	4	3	3	2	4	2	2	2	2	2	1		
35	4	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3	
36	3	2	4	3	3	3	4	1	1	3	0	0	3	3	4	2	4	2	3	3	
37	4	4	3	2	1	2	4	4	4	2	4	2	0	2	2	4	3	4	3	2	
38	4	2	0	3	4	3	4	4	2	3	0	2	0	2	3	4	3	2	1	2	
39	3	0	1	2	3	0	1	2	1	0	3	2	2	4	3	2	3	1	2	3	
40	3	0	2	4	3	0	2	1	2	0	2	3	3	0	2	3	1	0	2	2	
41	3	2	4	1	2	0	2	2	4	0	4	2	1	3	2	2	4	1	4	2	
42	2	2	1	3	4	3	4	4	2	3	0	2	0	2	3	4	4	2	1	3	
43	4	2	3	4	4	2	3	4	1	2	1	2	1	2	4	1	2	0	3	3	
44	3	0	2	1	3	2	4	2	0	2	4	2	3	4	3	4	0	3	4	2	
45	2	2	3	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	0	2	4	2	3	0	
46	3	3	4	2	3	4	3	2	1	4	4	1	2	1	2	2	1	1	2	1	
47	1	4	4	2	4	3	2	0	2	3	2	0	2	4	3	4	2	0	3	4	
48	4	3	3	0	2	2	3	4	4	2	2	2	1	4	4	3	2	3	2	1	
49	3	4	2	0	1	0	1	3	1	0	4	2	3	2	4	2	4	4	1	3	
50	3	4	4	3	3	2	4	2	0	2	2	4	4	2	4	2	3	3	2	4	
51	4	3	3	2	2	2	4	4	4	1	4	2	3	2	2	4	0	0	3	1	
52	4	2	3	2	3	2	4	4	4	2	4	2	3	2	2	4	0	0	3	2	
53	3	3	0	3	3	3	1	3	1	3	4	1	0	3	1	4	0	4	4	1	
54	4	4	4	3	1	3	0	0	4	3	3	2	0	2	2	2	2	2	2	1	
55	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3	
56	3	3	4	2	3	0	3	2	1	0	4	1	2	4	2	1	1	1	2	1	
57	3	3	4	2	4	2	2	0	2	2	2	0	2	4	3	4	2	0	3	4	
58	4	4	3	4	2	2	3	1	4	2	2	2	3	4	4	1	2	2	2	1	
59	3	3	2	3	3	0	1	1	1	0	4	2	3	2	4	3	4	3	4	3	
60	2	4	4	3	3	2	4	2	0	2	2	1	4	2	4	2	3	3	2	4	
ΣX	175	169	162	144	162	143	170	161	147	144	187	125	156	162	165	194	134	136	184	128	
ΣX <sup>2</sup>	31178	29092	26748	21126	26740	20852	29448	26440	22048	21152	35632	15934	24838	26738	27742	38328	18358	18892	34474	16738	
ΣXY	17611	17307	16422	14711	16481	14960	17326	16603	14950	15116	19341	12993	16256	16504	17024	19923	13586	14162	18943	13277	
r <sub>xy</sub>	0,0	0,3	0,1	0,3	0,2	0,6	0,2	0,4	0,1	0,6	0,5	0,5	0,5	0,2	0,4	0,4	0,1	0,4	0,5	0,4	
Ket	Ggur	Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugur	Valid	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	



Lanjutan																				
Lampiran-3 Uji Validitas Stress Akademik																				
No.Item																				Y
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
3	1	1	3	1	2	3	3	0	1	3	3	2	3	1	3	0	3	3	2	101
2	3	3	2	2	1	3	1	3	3	2	1	4	4	3	1	3	2	1	4	105
2	2	2	2	3	4	1	2	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	97
2	3	3	3	0	4	2	3	0	3	3	3	2	1	1	3	0	3	3	2	93
2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	90
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	4	3	1	2	3	3	3	4	3	114
2	2	2	4	0	4	2	4	0	2	4	4	2	3	1	4	0	4	4	2	110
4	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	4	2	3	3	3	2	2	4	2	100
4	2	2	3	2	3	3	4	0	2	3	3	3	4	2	4	0	3	3	3	110
4	2	2	4	3	3	3	4	0	2	3	3	3	0	3	4	0	3	3	3	103
3	2	2	4	0	3	0	3	1	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	96
2	2	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	97
2	2	2	4	1	3	3	3	1	2	3	4	2	3	3	3	1	3	4	2	105
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	4	4	3	4	2	3	3	1	4	3	122
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	1	4	3	121
3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	1	4	3	122
2	3	3	2	2	4	2	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	1	4	3	122
2	3	3	2	2	4	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	123
2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	4	2	2	3	2	4	3	117
2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	126
2	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	79
4	2	2	4	0	4	3	4	3	2	4	4	2	3	0	4	3	4	4	2	120
4	2	2	3	0	4	3	4	4	2	3	4	2	3	0	4	4	3	4	2	119
4	2	2	4	0	4	3	4	4	2	4	4	2	4	0	4	4	4	4	2	121
3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	1	4	2	2	2	3	4	1	115
2	2	2	2	2	3	4	1	2	2	2	4	2	4	2	1	2	2	4	2	95
2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	1	3	2	2	4	2	103
3	1	1	3	3	3	4	2	2	1	3	4	1	4	2	2	2	3	4	1	109
3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	110
2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	120

Lanjutan																				
Lampiran-3 Uji Validitas Stress Akademik																				
No. Item																				
2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	102
2	3	3	2	2	3	2	0	2	3	2	4	2	3	3	0	2	2	4	2	98
3	3	3	3	2	3	4	4	1	3	3	4	1	4	4	4	1	3	4	1	107
2	4	4	3	2	4	2	3	1	4	3	3	2	4	3	3	1	3	3	2	101
2	0	0	2	1	1	4	2	3	0	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3	103
4	2	2	3	2	0	2	3	3	2	3	0	0	3	3	3	3	3	0	0	92
2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	0	3	3	2	2	4	1	104
4	1	1	3	0	3	0	2	2	1	3	0	2	0	3	2	2	3	0	2	82
2	1	1	0	3	3	2	2	3	1	0	3	2	2	4	2	3	0	3	1	76
4	2	2	0	4	3	3	0	2	2	0	2	3	3	2	0	2	0	2	1	72
2	0	0	0	3	2	4	0	2	0	0	4	2	1	3	0	2	0	4	1	75
4	1	1	3	0	2	4	2	3	1	3	0	2	0	4	2	3	3	0	1	88
4	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1	90
4	2	2	2	1	1	1	3	2	2	2	4	2	3	4	3	2	2	4	1	95
1	0	0	1	4	1	2	2	0	0	1	1	0	2	3	2	0	1	1	1	52
3	2	2	4	3	2	2	2	1	2	4	4	1	2	2	2	1	4	4	1	94
3	0	0	3	3	0	2	3	4	0	3	2	0	2	3	3	4	3	2	0	89
3	2	3	2	3	2	4	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	92
4	1	4	0	4	2	4	3	3	4	0	4	2	3	3	3	3	0	4	2	97
4	2	3	2	4	2	3	2	4	3	1	2	4	4	3	2	4	2	2	4	114
2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	4	2	3	3	2	1	1	4	2	96
2	3	3	2	2	3	2	0	2	3	2	4	2	3	3	0	2	2	4	2	98
3	3	3	3	2	3	4	4	1	3	1	4	1	0	4	4	1	3	4	1	97
2	4	4	3	2	4	2	3	1	4	3	3	2	0	1	3	1	1	3	2	92
2	0	0	2	2	4	4	2	3	0	2	3	3	4	4	2	3	1	3	3	107
3	2	2	0	3	2	2	2	1	2	0	4	1	2	2	2	1	0	1	1	73
3	3	3	2	3	0	2	3	4	3	2	2	0	2	3	3	4	2	2	0	94
3	2	2	2	3	2	4	3	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	97
4	3	3	0	4	2	4	3	3	3	0	4	2	3	3	3	3	0	4	2	102
4	3	2	2	4	2	3	2	4	2	2	2	1	4	3	2	4	2	2	1	104
168	127	131	145	124	166	155	156	128	131	141	187	125	156	143	156	128	131	184	118	6048
###	16454	17506	###	15706	###	###	24810	16738	17506	###	###	15934	24838	###	24810	16738	17520	###	14208	
17015	13124	13517	15096	12230	17206	15683	16176	13277	13517	14808	19341	12993	16256	14209	16176	13277	13608	19122	12373	
0,1	0,4	0,4	0,5	-0,3	0,5	0,1	0,5	0,4	0,4	0,6	0,5	0,5	0,5	-0,2	0,5	0,4	0,4	0,6	0,6	
Gugur	Valid	Valid	Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	

## Lampiran-4

## Pasca Uji coba Skala Stress Akademik

Nama :

Gender :

Kelas :

## Petunjuk :

3. Isi identitas diri anda terlebih dahulu
4. Beri tanda (√) pada pernyataan yang menggambarkan diri anda!

**SS** : Sangat setuju**STS** : Sangat tidak setuju**N** : Netral**S** : Setuju**TS** : Tidak setuju

NO	Soal	SS	S	N	TS	STS
1	saat PR sayabanyak, saya masih bias istirahat dengan tenang					
2	Saya istirahat dengan tenang meskipun ada ulangan besok					
3	Saya dapat tidur dengan lelap seperti biasanya, meskipun PR belum terselesaikan					
4	Jika saya mendapatkan nilai di bawah KKM, saya malu					
5	Saat nilai ujian saya jelek, saya baik-baik saja					
6	Saya tertarik untuk menghadapi kuis mendadak					
7	Kepala saya bertmbah pusing karena terlalu banyak PR yang terlalu banyak membuat saya ini menangis					
8	Saya mengerjakan tugas tanpa bantuan teman					
9	Saat saya mengetahui nilai raport jelek, saya berfikirkan untuk bunuh diri					
10	Saya sedih berkepanjangan ketika dapat nilai jelek					
11	Saya tetap tenang meskipun terancam tidak naik kelas					
12	Saya tetap holiday, meskipun saya memiliki beberapa nilai di bawah KKM					
13	Jika <i>Daring</i> berlangsung, saya kurang focus karena banyaknya notifikasi <i>Hanphone</i>					
14	Saat ujian berlangsung, saya lansung mengerjakan denganfokus					
15	Saya merasa terhibur membuka <i>Aplikasi</i> ain ketika <i>daring</i> berlangsung					
16	Saya mengantuk ketika KBM <i>Daring</i> berlangsung					
17	Saya tetap memusatkan perhatian walaupun pada pelajaran yang kurang saya sukai					

NO	Soal	SS	S	N	TS	STS
18	Saat ujian, saya memilih bermain daripada belajar					
19	Saya takut akan mengalami kegagalan dalam program studi yang salah pilih					
20	Saya pusing sehari-hari Ketika hendak memilih jurusan perguruan tinggi					
21	Saat ada tugas, saya harus mengerjakan sendiri					
22	Jika saya mendapatkan tugas banyak, maka saya akan meminta tolong pada teman-teman					
23	Saya merasa gugup meskipun presentasi secara <i>Online</i>					
24	Saya senang ketika ditunjuk untuk presentasi					
25	Saya menyembunyikan nilai jelek saya dari teman dekat saya					
26	Jika <i>Daring</i> berlangsung lama, saya tetap mengikutinya					
27	Saya merasa puas setelah mengumpat guru Ketika <i>daring</i> berlangsung terlalu lama					
28	Saya tetap menyukai <i>Daring</i> meskipun kurang efektif					
29	Saya memaki diri sendiri Ketika sulit memahami <i>Daring</i> yang disampaikan guru					
30	Saya mengikuti <i>Daring</i> tanpa berkomentar, meskipun membosankan					

😊 Terima kasih 😊

## Lampiran-5

## Uji Reliabilitas Statistik SPSS 22.0

Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	StressPerempuan b		Enter

a. Dependent Variable: StressLaki2

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.099 <sup>a</sup>	.010	-.026	.47203

a. Predictors: (Constant), StressPerempuan

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.061	1	.061	.275	.604 <sup>b</sup>
	Residual	6.239	28	.223		
	Total	6.300	29			

a. Dependent Variable: StressLaki2

b. Predictors: (Constant), StressPerempuan

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.420	.540		2.632	.014
	StressPerempuan	.102	.195	.099	.525	.604

a. Dependent Variable: StressLaki2

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
StressLaki2	2.7333	.202	.099	.
StressPerempuan	1.7000	.217	.099	.