



AL-ISYRAQ

Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam

P-ISSN: 2685-5453 - E-ISSN: 2685-8509

[HOME](#) [ABOUT](#) [LOGIN](#) [REGISTER](#) [SEARCH](#) [CURRENT](#) [ARCHIVES](#) [ANNOUNCEMENTS](#)

Home > Vol 8, No 1 (2025) > [Novitasari](#)

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN REGULASI EMOSI DENGAN STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Nur Eka Novitasari⁽¹⁾, Nurli Laili^(2*),

- (1) Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
- (2) Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

(*) Corresponding Author

Abstract

Stres akademik merupakan tantangan utama bagi mahasiswa tingkat akhir, terutama dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri, regulasi emosi, dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional digunakan dalam penelitian ini, melibatkan 253 mahasiswa yang dipilih melalui purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan stres akademik ($r = -0.751$) serta antara regulasi emosi dan stres akademik ($r = -0.776$). Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi dan keterampilan regulasi emosi yang baik cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah. Hal ini menyiratkan peran penting kedua variabel tersebut dalam mengatasi tekanan akademik. Sebagai rekomendasi, universitas didorong untuk mengembangkan program dukungan psikologis yang berfokus pada peningkatan efikasi diri dan regulasi emosi mahasiswa. Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan sampel dan mempertimbangkan faktor lain, seperti dukungan sosial dan lingkungan belajar, guna memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai stres akademik pada mahasiswa.

Full Text:

PDF

References

QUICK MENU

- [EDITORIAL BOARD](#)
- [REVIEWS](#)
- [FOCUS AND SCOPE](#)
- [PUBLICATION FEE](#)
- [OPEN ACCESS POLICY](#)
- [COPYRIGHT NOTICE](#)
- [PUBLICATION ETHICS](#)
- [SCREENING FOR PLAGIARISM](#)
- [PUBLICATION FREQUENCY](#)
- [AUTHOR GUIDELINES](#)
- [CONTACT US](#)

USER

Username:
Password:
 Remember me

ACCREDITATION

