

LAMPIRAN

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner *Student-Life Stress Inventory* sebelum revisi

| No | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
|-----|--|-----|----|---|----|
| 1. | Saya mengalami perubahan yang tidak menyenangkan begitu cepat saat kuliah | | | | |
| 2. | Saya senang mengikuti kegiatan perlombaan atau kesukarelaan | | | | |
| 3. | Saya memikirkan dan menganalisa strategi yang paling efektif ketika mengalami masalah kuliah | | | | |
| 4. | ketika menghadapi kesulitan di perkuliahan, saya akan frustrasi. | | | | |
| 5. | Harapan dari keluarga terhadap diri saya membuat saya merasa tertekan | | | | |
| 6. | Saya mengalami konflik karena tujuan saya dalam kuliah memiliki sisi positif dan sisi negatif yang bertentangan. | | | | |
| 7. | Saya gagal dalam mencapai tujuan kuliah yang telah saya rencanakan | | | | |
| 8. | Saya merasa tertekan dengan beban tugas kuliah yang terlalu banyak. | | | | |
| 9. | Saya merasa takut ketika mengalami masalah kuliah yang berat. | | | | |
| 10. | Ketika mengalami situasi yang menekan di kampus, saya mengeluarkan banyak keringat | | | | |
| 11. | Dalam menghadapi situasi yang menekan di kampus, saya menangis | | | | |
| 12. | Deadline tugas kuliah membuat saya merasa tertekan | | | | |
| 13. | Dalam menghadapi situasi yang menekan di kampus, saya menjadi mudah tersinggung | | | | |
| 14. | Saya merasa kesal ketika mengalami masalah kuliah yang berat. | | | | |
| 15. | Ketika mengalami situasi yang menekan di kampus, saya makan secara berlebihan | | | | |
| 16. | Ketika mengalami situasi yang menekan di kampus, saya bolak-balik ke toilet | | | | |
| 17. | Saya memikirkan dan menganalisa masalah yang saya alami di kampus | | | | |
| 18. | Dalam menghadapi situasi yang menekan di kampus, saya menyakiti diri sendiri | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 19. | Saya tidak diterima dalam lingkungan sosial kampus | | | | |
| 20. | Saya bingung dalam menentukan prioritas antara tugas satu dengan yang lainnya | | | | |
| 21. | Saya suka menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas kuliah | | | | |
| 22. | Saya mengalami banyak perubahan semenjak mulai berkuliah | | | | |
| 23. | Saya dapat mengatasi masalah saya sehari-hari | | | | |
| 24. | saya bingung dalam mementingkan antara bermain atau menyelesaikan tugas | | | | |
| 25. | ketika emosi, saya cenderung akan mudah menyakiti diri sendiri | | | | |

Lampiran 2 Kuesioner *Student Adaptation to College Questionnaire* sebelum revisi

| No. | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
|-----|--|-----|----|---|----|
| 1. | saya mampu menyelesaikan tugas kuliah dengan baik | | | | |
| 2. | Saya menikmati tugas-tugas perkuliahan yang diberikan. | | | | |
| 3. | Sebagian besar minat saya tidak sesuai dengan mata kuliah yang ada. | | | | |
| 4. | Tugas-tugas akademik yang saya terima termasuk sulit. | | | | |
| 5. | saya mengalami penurunan nilai akademik ketika tidak ada motivasi belajar | | | | |
| 6. | Saya cukup puas dengan prestasi akademik saya. | | | | |
| 7. | saya sulit menangkap materi dari dosen ketika mata kuliah berlangsung | | | | |
| 8. | Waktu yang saya gunakan untuk belajar kurang efisien. | | | | |
| 9. | Saya sulit berkonsentrasi saat belajar. | | | | |
| 10. | Dibandingkan ikhtiar yang sudah saya lakukan, prestasi saya belum cukup bagus. | | | | |
| 11. | saya cukup puas dengan beberapa mata kuliah yang saya pelajari | | | | |
| 12. | Saya merasa puas dengan program akademik yang tersedia. | | | | |
| 13. | Saya sangat terlibat di berbagai kegiatan sosial di kampus. | | | | |
| 14. | Saya mampu menyesuaikan diri dengan suasana kampus. | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 15. | Saya memiliki banyak teman di kampus. | | | | |
| 16. | Saya memiliki memiliki kemampuan bergaul yang memadai. | | | | |
| 17. | Saya puas dengan partisipasi sosial saya di kampus. | | | | |
| 18. | Saya mudah bergaul. | | | | |
| 19. | Saya kurang bisa bergaul dengan lawan jenis. | | | | |
| 20. | Saya merasa dikucilkan dengan teman-teman kampus. | | | | |
| 21. | Ketika ada masalah, saya punya teman untuk bercerita | | | | |
| 22. | Saya merasa sangat kesepian. | | | | |
| 23. | Saya sering nerasa tegang dan gugup. | | | | |
| 24. | saya sulit mengendalikan emosi negatif (marah, sedih , kesal, dll) | | | | |
| 25. | Tidaklah mudah menjadi seorang yang mandiri. | | | | |
| 26. | Saya kurang mampu mengendalikan emosi akhir-akhir ini. | | | | |
| 27. | ketika mengalami masalah, saya akan mencari bantuan profesional | | | | |
| 28. | Saya mudah marah belakangan ini. | | | | |
| 29. | Beberapa kali pikiran saya menjadi rumit | | | | |
| 30. | Saya sering khawatir karena memikirkan biaya kuliah. | | | | |
| 31. | saya sulit mengatasi tuntutan akademik dari kampus | | | | |
| 32. | Saya merasa sangat lelah belakangan ini. | | | | |
| 33. | Nafsu makan saya baik. | | | | |
| 34. | Saya sering sakit kepala. | | | | |
| 35. | saya mengalami penurunan berat badan akhir-akhir ini | | | | |
| 36. | Saya sering tidak bisa tidur nyenyak akhir- akhir ini. | | | | |
| 37. | Saya sangat khawatir kalau sampai putus kuliah. | | | | |
| 38. | Saya sedang berpikir untuk mengambil cuti kuliah. | | | | |
| 39. | Saya merasa nyaman kuliah disini. | | | | |
| 40. | Saya sedang berpikir untuk pindah kampus. | | | | |

Lampiran 3 Reabilitas *Student-Life Stress Inventory* sebelum revisi

Scale Reliability Statistics

| | Cronbach's α |
|--------------------|---------------------------------------|
| Point estimate | 0.818 |
| 95% CI lower bound | 0.754 |
| 95% CI upper bound | 0.868 |

Lampiran 4 Reabilitas *Student Adaptation to College Questionnaire* sebelum revisi

| | Cronbach's α |
|--------------------|---------------------------------------|
| Point estimate | 0.873 |
| 95% CI lower bound | 0.829 |
| 95% CI upper bound | 0.908 |

Lampiran 5 Reabilitas *Student-Life Stress Inventory* setelah revisi

| | Cronbach's α |
|----------------|---------------------------------------|
| Point estimate | 0.834 . |

Lampiran 6 Reabilitas *Student Adaptation to College Questionnaire* setelah revisi

| | Cronbach's α |
|----------------|---------------------------------------|
| Point estimate | 0.887 |

Lampiran 7 Kuesioner Pilot *Student-Life Stress Inventory* setelah revisi
PETUNJUK PENGISIAN

Saya bersedia secara sukarela menjadi responden dalam penelitian ini dengan cara mengisi pertanyaan-pertanyaan yang tersedia dan saya menyatakan bahwa semua informasi yang diberikan dalam penelitian ini adalah benar adanya.

- Setuju
- Tidak Setuju

Identitas Diri

1. Jenis Kelamin :
2. Usia :
3. Angkatan :
4. Jurusan :

Di bawah ini adalah pernyataan yang mungkin digunakan orang untuk menggambarkan diri mereka.

Mohon baca setiap pernyataan, lalu tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dengan diri Anda.

Pilih skor dari 1 s/d 4 pada skala penilaian di bawah ini yang paling menggambarkan Anda.

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Setuju

4 = Sangat Setuju

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Anda diminta untuk mengemukakan apakah pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda sebenarnya dengan cara memberi tanda *checklist* (v) pada salah satu dari lima pilihan yang tersedia. Pastikan tidak ada nomor yang terlewat.

| No | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
|----|--|-----|----|---|----|
| 1. | Saya mengalami perubahan yang tidak menyenangkan begitu cepat saat kuliah | | | | |
| 2. | Saya senang mengikuti kegiatan perlombaan atau kesukarelaan | | | | |
| 3. | Saya memikirkan dan menganalisa strategi yang paling efektif ketika mengalami masalah kuliah | | | | |
| 4. | Ketika menghadapi kesulitan di perkuliahan, saya akan frustrasi. | | | | |
| 5. | Harapan dari keluarga terhadap diri saya membuat saya merasa tertekan | | | | |
| 6. | Saya mengalami konflik ketika memiliki dua keinginan yang berbeda. | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 7. | Saya gagal dalam mencapai tujuan kuliah yang telah saya rencanakan | | | | |
| 8. | Saya merasa tertekan dengan beban tugas kuliah yang terlalu banyak. | | | | |
| 9. | Saya merasa takut ketika mengalami masalah kuliah yang berat. | | | | |
| 10. | Ketika mengalami situasi yang menekan dikampus, saya mengeluarkan banyak keringat | | | | |
| 11. | Dalam menghadapi situasi yang menekan dikampus, saya menangis | | | | |
| 12. | Deadline tugas kuliah membuat saya merasa tertekan | | | | |
| 13. | Dalam menghadapi situasi yang menekan dikampus, saya menjadi mudah tersinggung | | | | |
| 14. | Saya merasa kesal ketika mengalami masalah kuliah yang berat. | | | | |
| 15. | Ketika mengalami situasi yang menekan dikampus, saya makan secara berlebihan | | | | |
| 16. | Ketika mengalami situasi yang menekan dikampus, saya bolak-balik ke toilet | | | | |
| 17. | Saya memikirkan dan menganalisa masalah yang saya alami di kampus | | | | |
| 18. | Dalam menghadapi situasi yang menekan dikampus, saya menyakiti diri sendiri | | | | |
| 19. | Saya tidak diterima dalam lingkungan sosial kampus | | | | |
| 20. | Saya bingung dalam menentukan prioritas antara tugas satu dengan yang lainnya | | | | |
| 21. | Saya suka menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas kuliah | | | | |
| 22. | Saya mengalami banyak perubahan semenjak mulai berkuliah | | | | |
| 23. | Saya dapat mengatasi masalah saya sehari-hari | | | | |
| 24. | Saya bingung dalam mementingkan antara bermain atau menyelesaikan tugas | | | | |
| 25. | Ketika emosi, saya cenderung akan mudah menyakiti diri sendiri | | | | |

Lampiran 8 Kuesioner Pilot *Student Adaptation to College Questionnaire* setelah revisi

PETUNJUK PENGISIAN

Saya bersedia secara sukarela menjadi responden dalam penelitian ini dengan cara mengisi pertanyaan-pertanyaan yang tersedia dan saya menyatakan bahwa semua informasi yang diberikan dalam penelitian ini adalah benar adanya.

- Setuju
- Tidak Setuju

Identitas Diri

5. Jenis Kelamin :
6. Usia :
7. Angkatan :
8. Jurusan :

Di bawah ini adalah pernyataan yang mungkin digunakan orang untuk menggambarkan diri mereka.

Mohon baca setiap pernyataan, lalu tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dengan diri Anda. Pilih skor dari 1 s/d 4 pada skala penilaian di bawah ini yang paling menggambarkan Anda.

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Setuju

4 = Sangat Setuju

| No. | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
|-----|--|-----|----|---|----|
| 1. | Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah dengan baik | | | | |
| 2. | Saya menikmati tugas-tugas perkuliahan yang diberikan. | | | | |
| 3. | Sebagian besar minat saya tidak sesuai dengan mata kuliah yang ada. | | | | |
| 4. | Tugas-tugas akademik yang saya terima termasuk sulit. | | | | |
| 5. | Ketika tidak punya motivasi belajar, nilai saya menurun | | | | |
| 6. | Saya cukup puas dengan prestasi akademik saya. | | | | |
| 7. | Saya sulit menangkap materi dari dosen ketika mata kuliah berlangsung | | | | |
| 8. | Waktu yang saya gunakan untuk belajar kurang efisien. | | | | |
| 9. | Saya sulit berkonsentrasi saat belajar. | | | | |
| 10. | Dibandingkan ikhtiar yang sudah saya lakukan, prestasi saya belum cukup bagus. | | | | |

| | | | | |
|-----|--|--|--|--|
| 11. | Saya cukup puas dengan beberapa mata kuliah yang saya pelajari | | | |
| 12. | Saya merasa puas dengan program akademik yang tersedia. | | | |
| 13. | Saya sangat terlibat di berbagai kegiatan sosial di kampus. | | | |
| 14. | Saya mampu menyesuaikan diri dengan suasana kampus. | | | |
| 15. | Saya memiliki banyak teman di kampus. | | | |
| 16. | Saya memiliki memiliki kemampuan bergaul yang memadai. | | | |
| 17. | Saya puas dengan partisipasi sosial saya di kampus. | | | |
| 18. | Saya mudah bergaul. | | | |
| 19. | Saya kurang bisa bergaul dengan lawan jenis. | | | |
| 20. | Saya merasa dikucilkan dengan teman-teman kampus. | | | |
| 21. | Ketika ada masalah, saya punya teman untuk bercerita | | | |
| 22. | Saya merasa sangat kesepian. | | | |
| 23. | Saya sering nerasa tegang dan gugup. | | | |
| 24. | Saya sulit mengendalikan emosi negatif (marah, sedih , kesal, dll) | | | |
| 25. | Menjadi sosok yang mandiri tidak mudah bagi saya | | | |
| 26. | Saya kurang mampu mengendalikan emosi akhir-akhir ini. | | | |
| 27. | Ketika mengalami masalah, saya akan mencari bantuan profesional | | | |
| 28. | Saya mudah marah belakangan ini. | | | |
| 29. | Beberapa kali pikiran saya menjadi rumit. | | | |
| 30. | Saya sering khawatir karena memikirkan biaya kuliah. | | | |
| 31. | Saya kesulitan dalam mengatasi stres di kampus. | | | |
| 32. | Saya merasa sangat lelah belakangan ini. | | | |
| 33. | Nafsu makan saya baik. | | | |
| 34. | Saya sering sakit kepala. | | | |

| | | | | |
|-----|--|--|--|--|
| 35. | Saya mengalami penurunan berat badan akhir-akhir ini | | | |
| 36. | Saya sering tidak bisa tidur nyenyak akhir- akhir ini. | | | |
| 37. | Saya sangat khawatir kalau sampai putus kuliah. | | | |
| 38. | Saya sedang berpikir untuk mengambil cuti kuliah. | | | |
| 39. | Saya merasa nyaman kuliah disini. | | | |
| 40. | Saya sedang berpikir untuk pindah kampus. | | | |

Lampiran 9 Kuesioner Google Form

Kuesioner Penelitian Mahasiswa TA 2021-2022

Selamat pagi/siang/sore/malam.

Saya Kamila Artanti Nur Aulia (NIM 2018031044), mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya saat ini sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir terkait Mahasiswa Tingkat Pertama TA 2021-2022.

Kriteria subjek pada penelitian ini adalah

- Mahasiswa aktif.
- Mahasiswa tingkat pertama TA 2021-2022.
- Sedang/Pernah menjalankan perkuliahan daring.

Bagi anda yang memenuhi kriteria tersebut mohon kesediaan untuk mengisi kuesioner berikut. Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu 10-15 menit dan terdiri dari 2 bagian. Pada kuesioner ini tidak ada jawaban benar atau salah, maka dari itu, dimohon untuk memberikan jawaban yang jujur sesuai dengan keadaan Anda sebenarnya. Lalu, hasil dari kuesioner ini nantinya akan digunakan untuk pendukung penelitian dari peneliti. Maka dari itu data yang anda berikan akan dijamin kerahasiannya.

Apabila anda memiliki pertanyaan, kritik, atau saran terkait penelitian ini, silahkan menghubungi alamat email kamila.artanti@student.upj.ac.id

Atas perhatiannya, Terima Kasih.

Silahkan isi identitas diri Anda di bawah ini.

Inisial Nama *

Teks jawaban singkat

Usia (Tulis dalam angka, cth: 18) *

Teks jawaban singkat

Jenis Kelamin *

- Laki-Laki
- Perempuan

Saya bersedia secara sukarela menjadi responden dalam penelitian ini dengan *
cara mengisi pertanyaan-pertanyaan yang tersedia dan saya menyatakan bahwa semua informasi yang diberikan dalam penelitian ini adalah benar adanya.

- Setuju
- Tidak Setuju

Status tinggal *

- Kost sendiri
- Kost bersama teman
- Tinggal dengan saudara / selain orang tua
- Tinggal dengan orang tua

Penghasilan orang tua per bulan *

- Rp. 0 s/d Rp. 3.000.000
- Rp. 3.000.000 s/d Rp. 5.000.000
- Rp. 5.000.000 s/d Rp. 10.000.000
- > Rp. 10.000.000

Uang jajan per bulan *

- Rp. 100.000 s/d Rp. 500.000
- Rp. 500.000 s/d Rp. 1.000.000
- Rp. 1.000.000 s/d Rp. 2.000.000
- > Rp. 2.000.000

Program Studi *

- Akuntansi
- Manajemen
- Ilmu Komunikasi
- Psikologi
- Desain Komunikasi Visual
- Desain Produk
- Arsitektur
- Teknik Sipil
- Teknik Informasi
- Sistem Informasi
- Lainnya...

Domisili saat ini (cth: Tangerang Selatan) *

Teks jawaban panjang

Stres Akademik

Skala 1

Petunjuk pengerjaan kuesioner:

Di bawah ini adalah pernyataan yang mungkin digunakan orang untuk menggambarkan diri mereka. Mohon baca setiap pernyataan, lalu tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dengan diri Anda.

Pilih skor dari 1 s/d 4 pada skala penilaian di bawah ini yang paling menggambarkan Anda.

- 1 = Sangat Tidak Setuju
- 2 = Tidak Setuju
- 3 = Setuju
- 4 = Sangat Setuju

1. Saya mengalami perubahan yang tidak menyenangkan begitu cepat saat kuliah *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

2. Saya senang mengikuti kegiatan perlombaan atau kesukarelaan *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

3. Saya memikirkan dan menganalisa strategi yang paling efektif ketika mengalami masalah kuliah *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

4. Ketika menghadapi kesulitan di perkuliahan, saya akan frustrasi. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

5. Harapan dari keluarga terhadap diri saya membuat saya merasa tertekan *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

7. Saya gagal dalam mencapai tujuan kuliah yang telah saya rencanakan *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

8. Saya merasa tertekan dengan boban tugas kuliah yang terlalu banyak. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

9. Saya merasa takut ketika mengalami masalah kuliah yang berat. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

10. Ketika mengalami situasi yang menekan di kampus, saya mengeluarkan banyak keringat *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

11. Dalam menghadapi situasi yang menekan di kampus, saya menangis *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

12. Deadline tugas kuliah membuat saya merasa tertekan *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

13. Dalam menghadapi situasi yang menekan di kampus, saya menjadi mudah tersinggung *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

14. Saya merasa kebal ketika mengalami masalah kuliah yang berat. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

| | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| 15. Ketika mengalami situasi yang menekan dikampus, saya makan secara berlebihan * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 16. Ketika mengalami situasi yang menekan dikampus, saya bolak-balik ke toilet * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 17. Saya memikirkan dan menganalisa masalah yang saya alami di kampus * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 18. Dalam menghadapi situasi yang menekan dikampus, saya menyakiti diri sendiri * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 19. Saya tidak diterima dalam lingkungan sosial kampus * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 20. Saya bingung dalam menentukan prioritas antara tugas satu dengan yang lainnya * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 21. Saya suka menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas kuliah * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 22. Saya mengalami banyak perubahan semenjak mulai berkuliah * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 23. Saya dapat mengatasi masalah saya sehari-hari * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 24. Saya bingung dalam mementingkan antara bermain atau menyelesaikan tugas * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 25. Ketika emosi, saya cenderung akan mudah menyakiti diri sendiri * | | | | | |
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

College Adjustment

Skala 2

X 4

Patunjuk pengerjaan kuisioner:

Di bawah ini adalah pernyataan yang mungkin digunakan orang untuk menggambarkan diri mereka. Mohon baca setiap pernyataan, lalu tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dengan diri Anda.

Pilih skor dari 1 s/d 4 pada skala penilaian di bawah ini yang paling menggambarkan Anda.

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Setuju

4 = Sangat Setuju

1. Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah dengan baik. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

2. Saya menikmati tugas-tugas perkuliahan yang diberikan. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

3. Sebagian besar minat saya tidak sesuai dengan mata kuliah yang ada. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

4. Tugas-tugas akademik yang saya terima termasuk sulit. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

5. Ketika tidak punya motivasi belajar, nilai saya menurun. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

6. Saya cukup puas dengan prestasi akademik saya. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

7. Saya sulit menangkap materi dari dosen ketika mata kuliah berlangsung. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

8. Waktu yang saya gunakan untuk belajar kurang efisien. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

9. Saya sulit berkonsentrasi saat belajar. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

10. Dibandingkan ikhtlar yang sudah saya lakukan, prestasi saya belum cukup bagus. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

11. Saya cukup puas dengan beberapa mata kuliah yang saya pelajari. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | SS |

| | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| 12. Saya merasa puas dengan program akademik yang tersedia. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 13. Saya sangat terlibat di berbagai kegiatan sosial di kampus. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 14. Saya mampu menyesuaikan diri dengan suasana kampus. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 15. Saya memiliki banyak teman di kampus. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 16. Saya memiliki kemampuan bergaul yang memadai. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 17. Saya puas dengan partisipasi sosial saya di kampus. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 18. Saya mudah bergaul. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 19. Saya kurang bisa bergaul dengan lawan jenis. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 20. Saya merasa dikucilkan dengan teman-teman kampus. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 21. Ketika ada masalah, saya punya teman untuk bercerita. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 22. Saya merasa sangat kesepian. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 23. Saya sering merasa tegang dan gugup. * | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| STS | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

| | | | | | |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----|
| 24. Saya sulit mengendalikan emosi negatif (marah, sedih, keas, dll) * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 25. Menjadi sosok yang mandiri tidak mudah bagi saya * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 26. Saya kurang mampu mengendalikan emosi akhir-akhir ini. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 27. Ketika mengalami masalah, saya akan mencari bantuan profesional * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |

| | | | | | |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----|
| 28. Saya mudah marah belakangan ini. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 29. Beberapa kali pikiran saya menjadi rumit. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 30. Saya sering khawatir karena memikirkan biaya kuliah. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 32. Saya merasa sangat lelah belakangan ini. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 33. Nafsu makan saya baik. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 34. Saya sering sakit kepala. * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |
| 35. Saya mengalami penurunan berat badan akhir-akhir ini * | | | | | |
| STS | 1 <input type="radio"/> | 2 <input type="radio"/> | 3 <input type="radio"/> | 4 <input type="radio"/> | SS |

36. Saya sering tidak bisa tidur nyenyak akhir - akhir ini. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

37. Saya sangat khawatir kalau sampai putus kuliah. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

38. Saya sedang berpikir untuk mengambil cuti kuliah. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |


39. Saya merasa nyaman kuliah disini. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

40. Saya sedang berpikir untuk pindah kampus. *

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| STS | 1 | 2 | 3 | 4 | SS |
| | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

Lampiran 10 SPT-1/03/SOP-28/F-01 Formulir Pengajuan Skripsi/TA

| | | |
|---|--------------------------------------|----------------------|
|  | FORMULIR PENGAJUAN SKRIPSI/TA | SPT-1/03/SOP-28/F-01 |
| | | No. Revisi |

Nama Mahasiswa : Kamila Artanti Nur Aulia
 Prodi/NIM : Psikologi / 2018031044
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh *College Adjustment* terhadap Stres Akademik
 (disusun dalam kalimat : Mahasiswa Tingkat Pertama TA 2021-2022 di Universitas
 Pembangunan Jaya

singkat, padat, jelas dan menarik minat pembaca)

Telah memenuhi syarat pengajuan Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)


| No | Syarat | Ya | Tidak |
|----|--|----|-------|
| 1 | Jumlah sks lulus (sesuai ketentuan Prodi) | V | |
| 2 | Mata kuliah prasyarat (sesuai ketentuan Prodi) | V | |
| 3 | IPK minimal 2,00 | V | |
| 4 | Tidak sedang terkena sanksi akademik/sanksi lainnya | V | |
| 5 | Poin JSDP (sesuai ketentuan Prodi) | V | |
| 6 | Mengumpulkan Proposal Skripsi (sesuai ketentuan Prodi) | V | |
| 7 | MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan | V | |

Tangerang Selatan, 17 Februari 2022

| Mengajukan, | Menyetujui, | Mengetahui, |
|---|---|--|
|  |  |  |
| Kamila Artanti Nur Aulia NIM : 2018031044 Mahasiswa | Aries Yulianto, S.Psi.,M.Si NIP : 08.0718.015 Dosen PA | Aries Yulianto, S.Psi.,M.Si NIP : 08.0718.015 Kaprodi |

Formulir dibuat rangkap 2 (dua): Asli : untuk prodi, Copy 1 : untuk mahasiswa

Lampiran 11 SPT-1/03/SOP-28/F-02 Formulir Persetujuan Penulisan Skripsi/TA

| | | |
|--|---|----------------------|
|  Universitas Pembangunan Jaya | FORMULIR PERSETUJUAN PENULISAN SKRIPSI/TA | SPT-1/03/SOP-28/F-02 |
| | | Tanggal Pengisian |


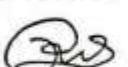
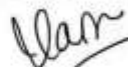

Nama Mahasiswa : Kamila Artanti Nur Aulia
 Prodi/NIM : Psikologi / 2018031044
 Judul Skripsi/TA yang : Pengaruh *College Adjustment* terhadap Stres Akademik
 (disusun dalam kalimat : Mahasiswa Tingkat Pertama TA 2021-2022 di Universitas
 Pembangunan Jaya
 diajukan

Telah disetujui untuk menulis Skripsi/TA.

Dosen Pembimbing Skripsi/TA yang ditugaskan Prodi adalah:

| No | Nama | NIDN | JAD |
|----|----------------------------------|------------|--------|
| 1 | Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si | 0308117801 | Lektor |
| 2 | Runi Rulangi, M.Psi., Psikolog | 0420119005 | - |

Tangerang Selatan, 18 Februari 2022

| Menugaskan, | | Menyetujui, | | Menerima, | |
|---|--|---|--|--|--|
|  | |  | |  | |
| Aries Yulianto, S.Psi., M.Si NIP : 08.0718.015 Koordinator Skripsi/TA | | Aries Yulianto, S.Psi., M.Si NIP : 08.0718.015 Kaprodi | | Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si NIDN : 0308117801 Dosen Pembimbing 1 | |
| | | | |  | |
| | | | | Runi Rulangi, M.Psi., Psikolog NIDN : 0420119005 Dosen Pembimbing 2 | |

| | | |
|---|---|----------------------|
|  | FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA | SPT-1/03/SOP-28/F-03 |
| | | |

Nama Mahasiswa : Kamila Artanti Nur Aulia
 Prodi/NIM : Psikologi / 2018031044
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh *College Adjustment* terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama TA 2021-2022 di Universitas Pembangunan Jaya

| No | Tanggal | Materi Pembimbingan | Paraf Mhs | Paraf Dosen Pembimbing |
|----|------------|--|-----------|------------------------|
| 1 | 10-01-2022 | Revisi Proposal | JM | Ru |
| 2 | 17-01-2022 | Revisi Proposal | JM | Ru |
| 3 | 19-01-2022 | Revisi Proposal Bab 1-3 | JM | Ru |
| 4 | 02-03-2022 | Revisi Proposal | JM | Ru |
| 5 | 05-03-2022 | Revisi Proposal | JM | Ru |
| 6 | 17-03-2022 | Revisi Lembar awal penelitian | JM | Ru |
| 7 | 23-03-2022 | Revisi Lembar awal penelitian | JM | Ru |
| 8 | 30-03-2022 | Revisi Lembar | JM | Ru |
| 9 | 13-04-2022 | Progres pengambilan data penelitian | JM | Ru |
| 10 | 28-04-2022 | Revisi Proposal dan Progres Pengambilan data | JM | Ru |

Lampiran 12
SPT-1/03/SOP-28/F-03 Formulir Bimbingan Skripsi/TA

| | | |
|---|---|----------------------|
|  | FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA | SPT-1/03/SOP-28/F-03 |
| | | |

| No | Tanggal | Materi Pembimbingan | Paraf Mhs | Paraf Dosen Pembimbing |
|----|------------|--|-----------|------------------------|
| 11 | 15-05-2022 | Penyusunan bab 4 | M | R |
| 12 | 16-05-2022 | Perkembangan data responden penelitian | M | R |
| 13 | 27-05-2022 | Revisi Bab 4 | M | R |
| 14 | 01-06-2022 | Revisi Bab 1-4 | M | R |
| 15 | 25-05-2022 | Revisi Bab 1-4 | M | U |
| 16 | 06-06-2022 | Revisi Bab 1-5 | M | R |

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

| | | |
|--|--|---|
|  Kamila Artanti Nur Aulia NIM : 2018031044 Mahasiswa |  Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si NIDN : 0308117801 Dosen Pembimbing 1 |  Rini Rulangi, M.Psi., Psikolog NIDN : 0420119005 Dosen Pembimbing 2 |
|--|--|---|

Lampiran 13 SPT-1/03/SOP-28/F-04 Formulir Pengajuan Sidang Skripsi/TA

| | | |
|---|---|----------------------|
|  | FORMULIR PENGAJUAN SIDANG SKRIPSI/TA | SPT-1/04/SOP-06/F-01 |
| | | |

Nama Mahasiswa : Kamila Artanti Nur Aulia
Prodi/NIM : Psikologi / 2018031044
Judul Skripsi/TA : Pengaruh College Adjustment terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama TA 2021-2022 di Universitas Pembangunan Jaya

Dosen Pembimbing : 1. Dr. Clara Moningka, S.Psi.,M.Si
 : 2. Runi Rulangi, M.Psi., Psi
Dosen Penguji : 1. Supriyanto, S.Psi., M.Si. JAD : Asisten Ahli
 : 2. Etyana Dwi Fariandy, M.Psi., Psikolog. JAD : -
Jadwal Sidang : Tempat : B616 Hari/Tanggal: Rabu, 15 Juni 2022
 : 13.30-15.00 WIB

Telah memenuhi syarat Sidang Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

| No | Syarat | Ya | Tidak |
|----|--|----|-------|
| 1 | IPK minimal 2.00 | V | |
| 2 | Tidak ada nilai D untuk mata kuliah mayor/inti Prodi | V | |
| 3 | MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan | V | |
| 4 | Lulus minimal 1 mata kuliah KOTA untuk tiap rumpun | V | |
| 5 | SPT-1/03/SOP-28/F-03 Formulir Pembimbingan Skripsi (minimal 8 x) | V | |
| 6 | Poin JSDP (minimal 75% persen dari syarat kelulusan) | V | |
| 7 | Mengumpulkan dokumen Skripsi/TA (sesuai ketentuan Prodi) | V | |

Tangerang Selatan,

| Mengajukan | Mengetahui | Mengetahui | Memeriksa | Menyetujui |
|--|--|---|--|--|
|  Kamila Artanti Nur Aulia NIM : 2018031044 Mahasiswa |  Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si NIDN: 0308117801 Dosen Pembimbing 1 |  Runi Rulangi, M.Psi., Psikolog NIDN : 0420119005 Dosen Pembimbing 2 |  Aries Yulianto, S.Psi., M.Si NIP : 08.0718.015 Koordinator Skripsi/TA |  Aries Yulianto, S.Psi., M.Si NIP : 08.0718.015 Kaprodi |