

**PENGARUH PERFEKSIONIS TERHADAP STRES AKADEMIK  
DENGAN *ACADEMIC HARDINESS* SEBAGAI VARIABEL MODERATOR  
PADA SISWA MAN IC PEKALONGAN**

**SKRIPSI**



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

**RAHMA TRI ARISTAWIDYA**

**11020122100**


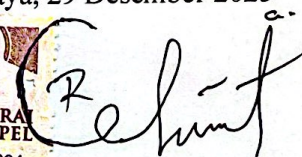
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2026**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh perfeksionis terhadap stres akademik dengan *Academic hardiness* sebagai variabel moderator pada siswa MAN IC Pekalongan” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya 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.

Surabaya, 29 Desember 2025

  
  
Rahma Tri Antawidya

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi

**PENGARUH PERFEKSIONIS TERHADAP STRES AKADEMIK  
DENGAN *ACADEMIC HARDINESS* SEBAGAI VARIABEL MODERATOR  
PADA SISWA MAN IC PEKALONGAN**

Oleh:

**RAHMA TRI ARISTAWIDYA**

11020122100

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang Skripsi

Surabaya, 24 Desember 2025  
Pembimbing I,



Dr.S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog  
NIP. 197711162008012018

Surabaya, 24 Desember 2025  
Pembimbing II,



Dr.Malikhah, S.Ag, M.Psi  
NIP. 197203122009122001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PERFEKSIONIS TERHADAP STRES AKADEMIK  
DENGAN *ACADEMIC HARDINESS* SEBAGAI VARIABEL MODERATOR  
PADA SISWA MAN IC PEKALONGAN**

Yang disusun oleh  
Rahma Tri Aristawidya  
11020122100

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada Tanggal 06 Januari 2026



Mengetahui  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam  
197007251996031004

Susunan Tim Penguji  
Penguji I

Dr.S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog  
NIP. 197711162008012018

Penguji II

Dr. Malikah, S.Ag, M.Psi  
NIP. 197203122009122001

Penguji III

H.M.Fahmi AUFAR ASYRAF, B.Ed,M.A  
NIP. 199109302020121012

Penguji IV

Syafruddin Fajsal Thohar, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198505092020121008

## HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rahma Tri Aristawidya  
NIM : 11020122100  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan / Jurusan Psikologi  
E-mail address : rahmatr1002@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi  Tesis  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Perseksionis terhadap stres akademik  
dengan Academic Hardiness sebagai variabel  
Moderator Pada siswa MAH 1 C Pekalongan.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Januari 2026

Penulis

(Rahma Tri Aristawidya)  
nama terang dan tanda tangan

## INTISARI

Siswa di sekolah berprestasi tinggi menghadapi tuntutan akademik yang intens dan standar capaian prestasi yang tinggi, sehingga berpotensi meningkatkan stres akademik. Salah satu faktor psikologis yang diduga berpengaruh terhadap stres akademik adalah perfeksionis, yaitu kecenderungan individu menetapkan standar yang sangat tinggi disertai evaluasi diri yang ketat. Secara teoretis, *Academic Hardiness* dipandang sebagai sumber daya psikologis yang dapat membantu individu bertahan dalam menghadapi tekanan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh perfeksionis terhadap stres akademik serta peran *Academic Hardiness* sebagai variabel moderator pada siswa MAN Insan Cendekia Pekalongan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, melibatkan 188 siswa yang dipilih melalui teknik *stratified random sampling*. Data dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dan *Moderated Regression Analysis* (MRA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa perfeksionis berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik ( $p < 0,05$ ) dengan sumbangan pengaruh sebesar 23,4%. Namun, *Academic Hardiness* tidak terbukti berperan sebagai variabel moderator. Temuan ini mengimplikasikan bahwa upaya intervensi di sekolah perlu difokuskan pada pengelolaan perfeksionis siswa melalui konseling, psikoedukasi, dan pelatihan regulasi diri, disertai pengembangan *Academic Hardiness* sebagai sumber daya protektif, meskipun tidak terbukti sebagai moderator statistik dalam penelitian ini.

Kata kunci: perfeksionis, stres akademik, *Academic hardiness*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

*Students in high-achieving schools face intense academic demands and high achievement standards, potentially increasing academic stress. One psychological factor suspected of influencing academic stress is perfectionism, which is the tendency of individuals to set very high standards accompanied by rigorous self-evaluation. Theoretically, Academic Hardiness is seen as a psychological resource that can help individuals survive academic pressure. This study aims to examine the effect of perfectionism on academic stress and the role of Academic Hardiness as a moderating variable in students at MAN Insan Cendekia Pekalongan. The study used a quantitative approach with a correlational method, involving 188 students selected through a stratified random sampling technique. Data were analyzed using simple linear regression and Moderated Regression Analysis (MRA). The results of the study showed that perfectionism had a positive and significant effect on academic stress ( $p < 0.05$ ) with a contribution of 23.4%. However, Academic Hardiness was not proven to act as a moderating variable. This finding implies that intervention efforts in schools need to focus on managing student perfectionism through counseling, psychoeducation, and self-regulation training, along with developing Academic Hardiness as a protective resource, although it was not proven to be a statistical moderator in the study.*

*Keywords: perfectionism, academic stress, Academic hardiness*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

COVER.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI.....	xvii
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Keaslian Penelitian.....	12
D. Tujuan Penelitian.....	15
E. Manfaat Penelitian .....	15
BAB II.....	17
KAJIAN PUSTAKA .....	17
A. Stres Akademik .....	17
1. Definisi Stres akademik .....	17
2. Ciri-ciri Stres Akademik .....	18
3. Aspek Stres Akademik.....	18
4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Stres Akademik .....	19
5. Dampak Stres Akademik.....	20
B. Perfeksionis .....	20
1. Definisi Perfeksionis .....	20
2. Ciri-ciri/Gejala .....	21
3. Dimensi Perfeksionis .....	22
C. <i>Academic hardiness</i> .....	24
1. Definisi <i>Academic hardiness</i> .....	24

2. Aspek Academic hardiness .....	25
3. Dampak <i>Academic hardiness</i> pada Siswa .....	26
D. Hubungan antar Variabel .....	27
E. Kerangka Teoritik .....	29
F. Hipotesis .....	33
BAB III .....	34
METODE PENELITIAN .....	34
A. Rancangan Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel .....	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	35
1. Stres Akademik .....	35
2. Perfeksionis .....	35
3. Academic hardiness .....	35
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	35
1. Populasi .....	35
2. Sampel .....	37
3. Teknik sampling .....	38
E. Instrumen Penelitian .....	40
1. Instrumen Pengukuran Stres Akademik .....	41
2. Instrumen pengukuran perfeksionis .....	42
3. Instrumen pengukuran <i>Academic hardiness</i> .....	43
F. Uji Persyaratan Instrumen .....	44
1. Uji Validitas .....	47
2. Uji Reliabilitas .....	51
G. Analisis data .....	53
1. Uji Hipotesis .....	53
2. Uji Asumsi Klasik .....	55
BAB IV .....	58
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	58
A. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	58
1. Hasil Uji Validitas .....	58
3. Hasil Uji Reliabilitas .....	59
B. Deskripsi Subjek Penelitian .....	60
1. Deskripsi sebaran data berdasarkan gender .....	60

2. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Angkatan/Kelas .....	61
3. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Usia.....	62
C. Hasil .....	62
1. Deskripsi Data.....	62
2. Uji Asumsi Klasik .....	68
3. Uji Hipotesis .....	71
D. Pembahasan.....	74
1. Pengaruh Perfeksionis Terhadap Stres Akademik.....	75
2. Pengaruh Perfeksionis terhadap Stres Akademik dengan <i>Academic hardiness</i> sebagai Variabel Moderator .....	77
BAB V.....	82
KESIMPULAN DAN SARAN.....	82
A. KESIMPULAN.....	82
B. Saran.....	83
Daftar Pustaka .....	85
LAMPIRAN.....	91



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Populasi Kelas X.....	36
Tabel 2 Data Populasi Kelas XI .....	36
Tabel 3 Data Populasi Kelas XII.....	37
Tabel 4 Sampel Penelitian.....	40
Tabel 5 Skor Skala Likert.....	41
Tabel 6 Blue Print Instrumen Stres Akademik .....	41
Tabel 7 Blue Print Instrumen Perfeksionis.....	42
Tabel 8 Blueprint Instrumen Academic hardiness .....	43
Tabel 9 Hasil Review Instrumen Penelitian .....	45
Tabel 10 Kriteria Klasifikasi Reliabilitas .....	51
Tabel 11 Hasil Uji Reliabilitas Stres Akademik.....	59
Tabel 12 Hasil Uji Reliabilitas Perfeksionis .....	59
Tabel 13 Hasil Uji Reliabilitas Academic hardiness .....	60
Tabel 14 Sebaran Data berdasarkan Jenis Kelamin .....	61
Tabel 15 Sebaran Data berdasarkan Angkatan Kelas.....	61
Tabel 16 Sebaran Data berdasarkan Usia .....	62
Tabel 17 Nilai Mean dan Standar deviasi Empirik .....	63
Tabel 18 Kategorisasi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
Tabel 19 Kategorisasi Data berdasarkan Angkatan Kelas.....	66
Tabel 20 Kategorisasi Data berdasarkan Usia.....	67
Tabel 21 Hasil Uji Normalitas.....	68
Tabel 22 Hasil Uji Heteroskedasitas .....	69
Tabel 23 Hasil Uji Multikolinearitas.....	70
Tabel 24 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	71

Tabel 25 Hasil Koefisien Determinasi .....	72
Tabel 26 Hasil Uji MRA / Regresi Moderasi .....	72
Tabel 27 Hasil Uji Koefisien Determinasi MRA .....	73



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teoritik Penelitian..... 32



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Instrumen Adaptasi .....	92
Lampiran 2 Lembar Peer Review Alat Ukur.....	103
Lampiran 3 Lembar Kuesioner Penelitian .....	113
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	122
Lampiran 5 Hasil Uji Aiken's V Variabel Stres Akademik .....	123
Lampiran 6 Hasil Uji Aiken's V Variabel Perfeksionis .....	125
Lampiran 7 Hasil Uji Aiken's V Variabel Academic Hardiness .....	126
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Item Stres Akademik.....	127
Lampiran 9 Hasil Uji Validitas Item Perfeksionis.....	129
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas Item Academic Hardiness .....	130
Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas Stres Akademik .....	131
Lampiran 12 Hasil Uji Reliabilitas Perfeksionis.....	133
Lampiran 13 Hasil Uji Reliabilitas Academic Hardiness .....	134
Lampiran 14 Ouput SPSS 23 Asumsi Klasik.....	135
Lampiran 15 Output SPSS Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	137
Lampiran 16 Ouput SPSS 23 Hasil Uji MRA.....	138

## Daftar Pustaka

- Abdi Zarrin, S., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20(3), 34–43. <https://doi.org/10.12738/jestp.2020.3.003>
- Abdollahi, A., Farab, N. M., Panahipour, S., & Allen, K. A. (2020). Academic Hardiness as a Moderator between Evaluative Concerns Perfectionism and Academic Procrastination in Students Academic Hardiness as a Moderator between Evaluative Concerns Perfectionism and Academic Procrastination. *The Journal of Genetic Psychology*, 0(0), 1–10. <https://doi.org/10.1080/00221325.2020.1783194>
- Ade, A. H., & Zikra, Z. (2019). Students Academic Stress and Implications in Counseling. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00130kons2019>
- Agustina, M. W., & Deastuti, P. W. P. (2023). Hardiness dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi. Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 7(1), 34–45. <https://doi.org/>
- Al Farisi, S. Y., Arpandy, G. A., & Fitriah, A. (2024). Hubungan Antara Fear of Failure dengan Perfeksionisme pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 20. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2818>
- Alicia, J., Ayu, R., Hemasti, G., Minarsih, Y., Buana, U., Karawang, P., Akademik, S., Sosial, D., & Procidano, M. E. (2024). Pengaruh Hardiness Terhadap Stres Akademik yang Dimediasi Dukungan Sosial Keluarga Pada Kelas XI di SMAN 4 Karawang The Effect of Hardiness on Academic Stress Mediated by Family Social Support in Class XI at SMAN 4 Karawang Menurut Undang-Undang Republik. *Attadib Journal of Elementary Education*, 5(1), 211–221.
- Alicia, J., Hemasti, R. A. G., & Minarsih, Y. (2024). The Effect of Hardiness on Academic Stress Mediated by Family Social Support in Class XI at SMAN 4 Karawang Menurut Undang-Undang Republik. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(1), 211–221.
- Aprilia, A., Sandra, V. N., Puriani, R. A., & Putri, R. M. (2024). Faktor Penyebab Terjadinya Stress Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA): Literature Review. *Journal of Learning and Teaching*, 01, 5–15. <https://ejournal.reysha.org/index.php/jlt/index>
- Astari, A. Z., & Nastiti, D. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 2(3). <https://doi.org/10.47134/researchjet.v2i3.1>
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Kepribadian Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Selama Pandemi Covid 19. *Empati : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 194–205. <https://doi.org/10.26877/empati.v9i2.11584>
- Azwar, S. (2023). *Penyusunan Skala Psikologi (III)*.
- Bandur, A., & Prabowo, H. (2021). *Penelitian kuantitatif: metodologi, desain, dan analisis data dengan SPSS, AMOS 7 Nvivo*. Mitra Wacana Media.
- Barseli, M., Ifdil, & Nikmarijal. (2017). Konsep Stres Akademik Konseling dan Pendidikan. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.

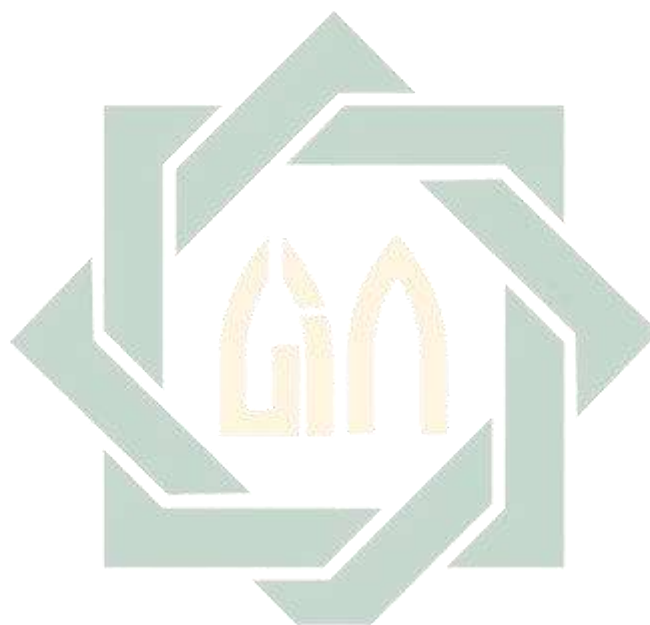
- <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/viewFile/198/209>  
 Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599–609. <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n27p599>
- Cahyadi, I., Hazairin Zubair, A. G., & Purwasetiawatik, T. F. (2023). Pengaruh Academic Perfectionism terhadap Academic Stress pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 650–659. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.3456>
- Chyu, E. P. Y., & Chen, J. K. (2022). The Correlates of Academic Stress in Hong Kong. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph19074009>
- Dara, Y. L., Wahono, P., & Adha, M. A. (2025). Perfectionism And Mindfulness As Predictors Of Academic Procrastination : The Mediating Role Of Fear Of Failure In. *Jurnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran, Dan Akuntansi*, 6(2), 296–306.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dzulfikri, M. I., & Affandi, G. R. (2022). Hubungan Anatara Regulasi Emosi dengan Stres Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sidoarjo.
- Elik, H. K., Ama, R. G. T., Evianawati, E., & S. Bete, R. N. (2024). Dukungan Sosial Orang Tua, Hardiness Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Dharmas Education Journal (DE\_Journal)*, 5(1), 304–313. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v5i1.1311>
- Endleman, S., Brittain, H., & Vaillancourt, T. (2022). The longitudinal associations between perfectionism and academic achievement across adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 46(2), 91–100. <https://doi.org/10.1177/01650254211037400>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Besser, A., Su, C., Vaillancourt, T., Boucher, D., Munro, Y., Davidson, L. A., & Gale, O. (2016). The Child – Adolescent Perfectionism Scale : Development , Psychometric Properties , and Associations With Stress , Distress , and Psychiatric Symptoms. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 34(7). <https://doi.org/10.1177/0734282916651381>
- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: identification of and reactions to stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>
- Ghoni, A., Jumrotun, S., Hasri, S., & Sohiron. (2024). Pandangan Al- Qur'an dalam Mengelola Stres. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2), 28502–28509.
- Grugan, M. C., Olsson, L. F., Hill, A. P., & Madigan, D. J. (2025). Perfectionism, School Burnout, and School Engagement in Gifted Students: The Role of Stress. *Gifted Child Quarterly*, 69(3), 255–268. <https://doi.org/10.1177/00169862251328015>
- Hakim, F. N., Fithri, R., & Kusumawati, E. (2024). Hubungan Peer Attachment

- Terhadap Stress Akademik Pada Siswa MAN IC Pekalongan. *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*, 01(1), 22–33.
- Hendra, R., Habibi, A., Ridwan, A., Sembiring, D. A. E. P., Wljaya, T. T., Denmar, D., & Widana, I. W. (2025). The Impact of Perfectionism, Self-Efficacy, Academic Stress, and Workload on Academic Fatigue and Learning Achievement: Indonesian Perspectives. *Open Education Studies*, 7(1). <https://www.degruyterbrill.com/document/doi/10.1515/edu-2025-0071/html>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hidayat, E., & Darmawanti, I. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 166–178. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/48038>
- Izzati, I. D. C., Tentama, F., & Suyono, H. (2020). Academic Stress Scale: A Psychometric Study For Academic Stress In Senior High School. *European Journal of Education Studies*, 7(7), 153–168. <https://doi.org/10.46827/ejes.v7i7.3161>
- Joachim, S. (2018). The Psychology of Perfectionism. *The Psychology of Perfectionism*, 3–17. <https://doi.org/10.4324/9781315536255-2>
- Karneli, Y., Ardimen, A., & Netrawati, N. (2019). Keefektifan Konseling Modifikasi Kognitif Perilaku untuk Menurunkan Stres Akademik Siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 4(2), 42–47. <https://doi.org/10.21067/jki.v4i2.3083>
- Khanam, Z. M., & Gautam, S. (2024). Examining the relationship between perfectionism, academic stress, and psychological well-being in university students. *The International Journal of Indian Psychology*, 12(2), 307–314. <https://doi.org/10.25215/1202.440>
- Kim, J., Kaye, J., & Wright, L. K. (2001). Issues in Mental Health Nursing, 22:63 – 75, 2001. *Issues in Mental Health Nursing*, 63–75.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness. *JOURNAL OF PERSONALITY AND Social Psychology*, 59(1), 16–20. <https://doi.org/10.1007/BF00263951>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. Springer Publishing Company.
- Leha, W., Razak, A., & Ridfah, A. (2022). Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(2), 96–109. <https://doi.org/10.30984/jiva.v3i2.2213>
- Liu, C., & Berzenski, S. R. (2022). College Academic Perfectionism Scale: Development and Validation. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(4), 465–481. <https://doi.org/10.1177/07342829211069799>
- Masunag, L., Cadungon, G., & Pasaol, C. J. (2024a). Exploring The Mediating Role of Fear of Negative Evaluation Between Perfectionism and Academic Stress. *International Journal of Multidisciplinary Studies in Higher Education*, 1(1), 79–91. <https://doi.org/10.70847/587960>

- Masunag, L., Cadungon, G., & Pasaol, C. J. V. (2024b). Exploring The Mediating Role of Fear of Negative Evaluation Between Perfectionism and Academic Stress. *International Journal of Multidisciplinary Studies in Higher Education*, 1(1), 79–91. <https://doi.org/10.70847/587960>
- Matutino, C. R. B., & Singson, D. N. E. (2020). Academic Expectancy Stress and Mental Toughness of Senior High School Students in a Catholic School. *Philippine Social Science Journal*, 3(2), 141–142. <https://doi.org/10.52006/main.v3i2.155>
- Mustika, R., Yunian, F. A., Hendaridi, R. K., & Dwiyantri, R. (2025). Pengaruh Stres Akademik Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa Sma Negeri 1 Ayah: Dengan Moderasi Media Sosial. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 20(1), 33. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v20i1.9241>
- Nastasia, K., Candra, I., & Putri, A. K. (2023). Peranan Hardiness Terhadap Stress Akademik pada Siswa Kelas XI. *Psyche 165 Journal*, 16(2), 87–92. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i2.237>
- Nurhasanah, S., Nugraha, M. S., & Subhi, I. (2022). *Metodologi Penelitian kuantitatif dan kualitatif: teori, aplikasi, dan contoh kasus* (Media Edu).
- Pangalipuringtyas, O., & Sera, D. C. (2024). Perfeksionisme pada Stres Akademik Mahasiswa di Kota Malang. *Seminar Nasional Sistem Informasi*, 5311–5322.
- Periantalo, J. (2020). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Periantalo, J. (2020).
- Permatahati, F., Suroso, & Pratitis, N. T. (2025). The Correlation Between Self-Disclosure, Academic Hardiness, and Academic Stress on Vocational High School Students. *Journal of Arts, Humanities and Social Science*, 2(1), 27–36. <https://doi.org/10.69739/jahss.v2i1.218>
- Putri, S. A., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Taruna Tingkat Ii Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal EMPATI*, 6(4), 319–322. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.20100>
- Raditya, K. D., & Anastasia, P. M. A. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52–59.
- Rahmawati, D., Fahrudin, A., & Abdillah, R. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan Stres Akademik Akibat Pembelajaran Hybrid dalam Masa Pandemi COVID-19 di SMK X Kota Bekasi. *Khidmat sosial: Journal of Social Work and Social Services*, 2(2), 135–153. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/khidmatsosial/article/view/14124>
- Rahmayanty, D., Harahap, N. H., Angelica, Hasanah, U. D., Setiawati, Y., & Rahma, Z. (2023). Hubungan Stres Akademik Dengan Kepribadian Siswa. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 05(01), 147–165.
- Ramadhona, S. A., & Sovitriana, R. (2021). Hubungan antara Hardiness dan Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA Budi Mulia Kota Tangerang. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 56–62.
- Rosanti, Purwanti, & Wicaksono, L. (2022). Studi Tentang Stres Akademik Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran (JPPK)*, 11(9), 1576–1583. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i9.58102>

- Safira, L., & Hartati, M. T. S. (2021). Gambaran Stres Akademik Siswa SMA Negeri Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). *Empati : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 125–136.
- Sailo, H., & Varghese, D. (2024). Academic Stress, Its Sources, Effects and Coping Mechanisms Among College Students. *International Journal of Science and Healthcare Research*, 9(3), 124–132. <https://doi.org/10.52403/ijshr.20240316>
- Santoso, A. E., Astuti, N. W., & Ninawati, N. (2020). Hubungan Perfectionism Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Dewasa Awal. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(1), 92. <https://doi.org/10.24912/provitae.v13i1.7737>
- Sari, D. N., & Affandi, G. R. (2024). The Relationship Between Hardiness and Student Academic Stress In Limited Face-To-Face Learning (PTM) At PGRI 9 Junior High School Sidoarjo. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 9(1), 13–31. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v11i1.1812>
- Sari, T. M., & Arjanggih, R. (2023). Perfeksionisme dan kelelahan akademik pada siswa SMA pasca COVID-19. *PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi*, 5(September), 1–13.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2009). *Theories of personality*. Wadsworth, Cengage Learning.
- Septaniar, A. (2020). The Relationship Between Perfectionism and Fear of Failure with Procrastination in Completing Academic Tasks for Students of The Faculty of Education Majoring in Educational Psychology and Guidance at The Makassar State University. *Pinisi Journal of Education*, 1, 1–9.
- Setiawan, H. P., & Faradina, S. (2018). Perfeksionisme Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Univeritas Syiah Kuala. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(2), 20–36. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i2.11570>
- Stober, J. (1998). The Frost Multidimensional Perfectionism Scale Revisited: More Perfect With Four (Instead Of Six) Dimensions. *Proceedings - 24th International Symposium on Ballistics*, 1(4), 626–633.
- Suci, R. D., & Ifdil, I. (2023). Hubungan academic hardiness dengan stres akademik pada siswa. *Journal IICET*, 4(1), 55–59.
- Sugiarta, R. D., Arofiati, F., & Rosa, E. M. (2023). Validity and Reliability of Research Instruments on the Effect of Motivation on Nurse Performance in Moderation with Nurse Credentials. *JMMR (Jurnal Medicoeticolegal Dan Manajemen Rumah Sakit)*, 12(April), 46–55.
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). ALFABETA.
- Sulaeman, A., Saman, A., & Umar, F. (2021). Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19 ( Studi Kasus di SMAN 1 Parepare ). *Pinisi Journal of Education*, 19(2), 1–16.
- Sutanto, M. E., & Nurcahyo, F. A. (2025). Eksplorasi academic hardiness pada mahasiswa. *Psychopreneur Journal*, 9(1), 41–49. <https://doi.org/10.37715/psy.v9i1.4476>
- Wardhana, A. (2024). *Uji Validitas , Uji Reliabilitas , dan Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Jalur Menggunakan SPSS* (Issue August).

- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students. *Advances in Social Work*, 9(2), 106–125. <https://doi.org/10.18060/51>
- Yusdiana. (2023). *Fear Of Failure Pada Anak Berbakat Akademik*. IAIN Pontianak Press.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(02), 235–239. <https://jpsy165.org/ojs/index.php/jpsy165/article/view/84>
- Zauderer, S. (2025). *47 Student Stress Statistics (High School/College)*. CROSSRIVERTHERAPY. <https://www.crossrivertherapy.com/student-stress-statistics>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A