

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akademik akibat berbagai tuntutan selama proses penyelesaian studi, seperti penyusunan skripsi, revisi, penyelesaian tugas akademik, serta tuntutan untuk lulus tepat waktu. Apabila tidak dikelola dengan baik, stres akademik dapat memengaruhi kondisi psikologis, motivasi belajar, dan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya. Oleh karena itu, *hardiness*, dukungan sosial, dan efikasi diri menjadi faktor yang penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik yang dialami. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *hardiness*, dukungan sosial, dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa akhir angkatan 2022 di Tanjungpinang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *proportionate stratified random sampling* terhadap 94 responden yang berasal dari Universitas Maritim Raja Ali Haji dan STIE Pembangunan Tanjungpinang. Data dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hardiness*, dukungan sosial, dan efikasi diri secara parsial maupun simultan berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres akademik. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,478 menunjukkan bahwa ketiga variabel mampu menjelaskan 47,8% variasi stres akademik mahasiswa akhir. Penelitian ini menyimpulkan bahwa peningkatan *hardiness*, dukungan sosial, dan efikasi diri berperan penting dalam menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa akhir. Temuan ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa dan perguruan tinggi dalam mengembangkan strategi pengelolaan stres akademik yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Kata Kunci: *Hardiness*, Dukungan Sosial, Efikasi Diri, Stres Akademik, Mahasiswa Akhir

ABSTRACT

Final-year students are vulnerable to experiencing academic stress due to various demands during the completion of their studies, including thesis writing, revisions, academic assignments, and the pressure to graduate on time. If not properly managed, academic stress may affect students' psychological well-being, learning motivation, and their ability to complete their final projects. Therefore, hardiness, social support, and self-efficacy are important factors that can help students cope with academic pressures. This study aims to analyze the effects of hardiness, social support, and self-efficacy on academic stress among final-year students of the 2022 cohort in Tanjungpinang. This study employed a quantitative approach using proportionate stratified random sampling involving 94 respondents from Universitas Maritim Raja Ali Haji and STIE Pembangunan Tanjungpinang. Data were analyzed using multiple linear regression with SPSS version 27. The findings indicate that hardiness, social support, and self-efficacy have negative and significant effects on academic stress, both partially and simultaneously. The Adjusted R Square value of 0.478 indicates that the three variables explain 47.8% of the variance in academic stress among final-year students. This study concludes that strengthening hardiness, social support, and self-efficacy plays an important role in reducing academic stress. These findings may serve as a reference for students and higher education institutions in developing more effective and sustainable academic stress management strategies.

Keywords: Hardiness, Social Support, Self-Efficacy, Academic Stress, Final-Year Students.