



HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY* DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Fahim Alwi¹, Imalatul Khairat^{2*}, Tri Windi Oktara³, Kholid⁴, Peni Ramanda⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Article Info

Article History:

Submitted: 04/03/2024

Accepted: 11/05/2024

Published: 07/06/2024

*Corresponding Author:

Name: Imalatul Khairat

Email:

imalatul.khairat@uinbanten.ac.id

DOI:

<https://doi.org/10.32332/jbpi.v6i1.9085>

Abstract

This research was conducted to explore the correlation between academic stress and the big five personalities of students in the 2017 Islamic Guidance Counseling study program at the Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten. The sample for this study was 45 people consisting of 17 men and 28 women. This research method involves the use of questionnaires and data processing through tabulation into tables. This research uses two questionnaires, namely the academic stress scale using Depression Anxiety and Stress 42 (DASS 42) from Lovibond & Loavibond, with a reliability of 0.922, and the big five personality scale using the International Personality Item Pool (IPIP) scale developed by Goldberg, with reliability of 0.493. Data analysis was carried out using product moment-Pearson. The results of this study show that overall, the big five personality variables influence academic stress, including the openness to experience dimension showing a correlation of 0.293, the conscientiousness dimension showing a correlation of 0.282, the extraversion dimension showing a correlation of 0.311, the agreeableness dimension showing a correlation of 0.235, and the neuroticism dimension has the highest correlation of 0.606. Students who show personality strengths in openness to experience, conscientiousness, extraversion, and agreeableness are able to reduce the risk of academic stress. However, on the other hand, students who have neurotic personalities will face difficulties in controlling themselves and have the potential to experience higher levels of academic stress.

Copyright © 2024, First Author et al

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



Keywords:

Big Five Personality; Academic Stress; Students

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi korelasi stres akademik dengan *big five personality* mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Sampel penelitian ini adalah sebanyak 45 orang yang terdiri dari 17 orang laki-laki dan 28 orang perempuan. Metode penelitian ini melibatkan penggunaan kuesioner dan pengolahan data melalui tabulasi menjadi tabel. Penelitian ini menggunakan dua kuesioner, yaitu skala stres akademik menggunakan Depression Anxiety and Stress 42 (DASS 42) dari Lovibond & Loavibond, dengan reliabilitas sebesar 0,922, dan skala *big five personality* menggunakan skala International Personality Item Pool (IPIP) yang dikembangkan oleh Goldberg, dengan reliabilitas sebesar 0,493. Analisis data dilakukan menggunakan *product moment-pearson*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, variabel big five personality memengaruhi stres akademik diantaranya pada dimensi *opennes to experience* menunjukkan korelasi sebesar 0,293, dimensi *conscientiousness* menunjukkan korelasi sebesar 0,282, dimensi *extraversion* menunjukkan korelasi sebesar 0,311, dimensi *Agreeablenes* menunjukkan korelasi sebesar 0,235, dan dimensi *neuroticism* memiliki korelasi tertinggi sebesar 0,606. Mahasiswa yang menunjukkan kekuatan kepribadian pada *opennes to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, dan *agreeablenes* mampu mengurangi risiko terjadinya stress akademik, Tetapi sebaliknya, mahasiswa yang memiliki kepribadian *neuroticim* akan menghadapi kesulitan dalam mengendalikan diri dan berpotensi mengalami stress akademik lebih tinggi.

Kata Kunci: Big Five Personality; Stres Akademik; Mahasiswa

Pendahuluan

Banyak ahli telah melakukan penelitian dan kajian terkait problematika yang dihadapi mahasiswa, seperti penyesuaian diri di lingkungan baru dan stres akademik yang disebabkan oleh prokrastinasi. Mahasiswa, yang umumnya berusia 18-25 tahun, berada dalam fase perkembangan remaja akhir hingga dewasa awal. Dalam fase ini, mereka memiliki tugas perkembangan, salah satunya adalah pemantapan pendirian hidup, sehingga berbagai masalah dapat muncul pada usia remaja akhir (Yusuf, 2012).

Tugas dan perkembangan mahasiswa di kampus dapat dibagi menjadi empat fase atau dalam kurun waktu empat tahun. Tahun pertama, di mana mahasiswa mengikuti semester satu dan dua, menjadi periode adaptasi terhadap perubahan cara belajar dan aktivitas kampus. Kuliah pada tahun pertama juga menjadi waktu adaptasi pada lingkungan sosial dan penentuan kenyamanan selama masa kuliah. Pada tahun kedua, yang dianggap sebagai tahun keemasan, mahasiswa sudah mampu menyesuaikan diri dengan situasi perkuliahan dan tuntutan tugas-tugas perkuliahan.

Pada fase berikutnya, mahasiswa mulai mengenal kegiatan non-akademik dan terlibat dalam organisasi, yang dapat memberikan dukungan bagi kemampuan sosial dan kreativitas mereka. Interaksi dengan kegiatan tersebut dapat memberikan dampak, baik positif maupun negatif, terhadap nilai atau IPK mahasiswa. Saat memasuki tahun keempat, mahasiswa akan terlibat dalam kegiatan pembelajaran di luar kelas, seperti PPL dan KKN, serta dihadapkan pada penulisan karya ilmiah, yaitu skripsi. Tuntutan untuk menyelesaikan karya ilmiah di akhir semester menjadi salah satu faktor penyebab timbulnya stres pada mahasiswa, dan banyak di antara mereka mengalami penurunan semangat belajar. Tuntutan yang berlebihan, melampaui kapasitas individu dalam beradaptasi, dapat menjadi pemicu munculnya stres. Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa kondisi stres terjadi ketika terdapat ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan mahasiswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Yuda et al., (2023) yang berpendapat bahwa "apabila semakin banyak tekanan yang didapatkan maka akan semakin tinggi tingkat stress yang dialami individu itu".

Adaptasi yang tidak baik terhadap tuntutan akademik dapat menjadi penyebab stres yang tinggi sedangkan mahasiswa yang mampu melakukan adaptasi yang baik terhadap ketentuan akademik, mereka umumnya mempunyai stres yang rendah (Pamukhti, 2016). Hal senada dijelaskan oleh Lubis et al., (2021) Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi oleh mahasiswa dapat berdampak pada berbagai aspek, termasuk pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan perilaku mereka. Dari segi kognitif, mahasiswa mungkin mengalami kesulitan untuk fokus dalam belajar, sulit mengingat materi, dan menghadapi kesulitan dalam memahami bahan pelajaran. Selain itu, munculnya pemikiran negatif terhadap diri sendiri dan

lingkungan sekitar juga bisa menjadi dampaknya. Secara afektif, mahasiswa dapat merasakan cemas, menjadi lebih sensitif, mengalami sedih, kemarahan, dan frustrasi.

Menurut Sarafino (Siregar & Putri, 2019), stres diartikan sebagai kondisi yang timbul karena adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu tersebut. Tingkat stres yang dialami setiap individu cenderung bervariasi dan bersifat unik, sehingga perbedaan antarindividu dapat terlihat jelas. Faktor-faktor penyebab stres dapat bersumber baik dari dalam diri individu, seperti pola pikir, kepribadian, dan keyakinan, maupun dari luar diri, seperti beban pelajaran yang berat, tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, dorongan status sosial, dan tekanan dari orang tua.

Ragam latar belakang dapat menjadi pemicu stres bagi mahasiswa, terutama dalam Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Perbedaan budaya, pendidikan sebelumnya, dan kondisi ekonomi keluarga yang mendorong mahasiswa untuk bekerja keras demi biaya kuliahnya dapat menjadi faktor-faktor tersebut. Kondisi ini menciptakan karakteristik unik pada setiap mahasiswa, yang cenderung mengembangkan dan tumbuh dalam kecenderungan kepribadian mereka. Gordon Allport, seorang ahli psikologi, menyatakan bahwa kepribadian bersifat dinamis dan mampu berubah seiring berjalannya waktu, dan ia meyakini bahwa sifat merupakan unsur paling dasar dalam kepribadian. Selanjutnya, Lewis Goldberg, Gordon Allport, McCrae, dan Costa merasa yakin bahwa mereka telah menemukan struktur kepribadian yang relatif stabil, yaitu *big five personality traits*, yang terdiri dari lima trait besar dalam kepribadian (Pardede, 2021).

Stres akademik muncul sebagai hasil dari interaksi individu dengan lingkungannya, yang diinterpretasikan secara negatif berdasarkan aspek biologis dan psikososialnya. Dalam penelitian ini, bentuk stres yang dianalisis adalah *distres*, yang merupakan bagian dari stres negatif yang dapat menyebabkan individu merasa kehilangan rasa aman, putus asa, kehilangan harapan, dan mengalami kekecewaan. Menurut Coleman, dkk (Wiramihardja, 2007), ada tiga sumber yang dapat dikategorikan sebagai stresor atau penyebab stres, yakni frustrasi, konflik, dan tekanan (*pressure*). Ketiga faktor ini saling terkait dan dapat mempengaruhi individu baik dari dalam maupun luar dirinya.

Teori kepribadian dalam konteks *big five personality* dengan *trait model* merupakan salah satu teori yang memusatkan perhatiannya pada pembahasan atau pengkajian *trait* kepribadian. Awal mula teori ini diperkenalkan oleh Lewis Goldberg pada tahun 1981 dan direvisi oleh McCrae. Model *big five personality traits*, yang sering disebut sebagai teori "sifat kepribadian model lima besar," terdiri dari lima dimensi utama, yaitu *openness*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*, yang kemudian disingkat menjadi OCEAN. Dari kelima dimensi tersebut, individu cenderung memiliki salah satu dimensi kepribadian yang menjadi faktor dominan (Judge, T. A., Heller, D., & Mount, 2002). Keseluruhan lima dimensi

dasar ini menggambarkan perbedaan dalam perilaku kognitif, afektif, dan sosial individu.

Dalam konteks ini, Feist dan Feist, sebagaimana dikutip oleh (Azdira Nurul Ainie et al., 2023), menyatakan bahwa big five adalah dimensi kepribadian yang dapat dipergunakan untuk meramalkan dan menjelaskan perilaku individu. Dalam ranah psikologi, pendekatan ini berguna untuk memahami kepribadian manusia melalui lima trait kepribadian yang terstruktur dan telah terbentuk melalui analisis faktor. Dampak dari kepribadian ini dapat terlihat dalam sikap dan perilaku individu, terutama dalam konteks penundaan penyelesaian tugas. Pevin & Jhon mendefinisikan, kelima dimensi dasar ini dimaknai sebagai model *big five personality* dan mengarah tetap stabil sepanjang hayat atau perjalanan hidup. Pendapat ini sejalan dengan pandangan Goldberg terdapat lima ciri kepribadian (personality trait), yang terdiri atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, dan openness to experience* (Bachruddin, 2015).

Goldberg memaparkan makna dari aspek-aspek kepribadian tersebut, yang meliputi kepekaan emosional yang membentuk bagian dari *neuroticism* (N) serta aspek perasaan negatif lainnya seperti cemas, kesedihan, mudah sakit hati, dan kegelisahan. Aspek keterbukaan terhadap pengalaman (O) diilustrasikan dengan sejauh mana individu memiliki pengalaman hidup yang luas, dalam, dan kompleks. Aspek ekstraversi (E) dan aspek kesepakatan (A), keduanya lebih bersifat interpersonal, menunjukkan individu berperilaku dengan orang lain dan lingkungan. Aspek ketelitian (C), yaitu berhubungan dengan tugas serta perilaku yang menjadi tujuan akhir, serta pengendalian diri sebagai aspek sosial. Big Five Personality Model merupakan teori sifat dan ciri kepribadian yang didasarkan pada analisis aspek. McCrae dan Costa menggambarkan sifat kepribadian sebagai bersifat bipolar dan mengikuti distribusi lonceng (Widhiastuti, 2014).

Friedman & Schustack (Simanullang, 2021) menjelaskan bahwa pendekatan terhadap kepribadian dengan menggunakan big five personality, umumnya didasarkan pada temuan dari penelitian daripada teori, yang artinya pendekatan ini bersifat induktif terhadap konsep kepribadian, di mana teori dibentuk berdasarkan data. Penting untuk dicatat bahwa nama "big five" bukan berarti kepribadian seseorang hanya terdiri dari lima aspek, melainkan nama ini didasarkan pada penggabungan dari ciri-ciri kepribadian ke dalam lima kategori besar yang disebut sebagai dimensi kepribadian. Istilah "big five" merujuk pada temuan bahwa setiap faktor mencakup sejumlah trait-trait yang lebih spesifik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa lima kepribadian besar atau *big five personality* adalah teori yang memiliki konsistensi dalam membandingkan dan mengukur kepribadian individu melalui analisis aspek dari kata-kata sifat.

Penelitian ini menggunakan big five personality traits sebagai alat ukur dalam mengevaluasi kepribadian pada objek penelitian. Sebagai latar belakang penelitian, penelitian sebelumnya yang relevan dapat ditemukan dalam state of the

art. Salah satu contohnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Indarwati (2018), yang menginvestigasi gambaran stres pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di UIN Alaudin Makasar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa dalam tahap penyusunan skripsi melibatkan gejala fisik, psikologis, dan perilaku, dengan tingkat stres yang umumnya tergolong ringan dan masih dapat ditolerir. Salah satu gejala yang paling mencolok adalah gejala psikologis stres. Penelitian berikutnya yang dilakukan oleh Widyahastuti (2016) mengenai dampak kepribadian (*big five personality*) terhadap *multitasking*. Dari hasil penelitian tersebut, disimpulkan bahwa dimensi kepribadian agreeableness memiliki pengaruh paling signifikan terhadap kemampuan *multitasking*. Sementara itu, dimensi kepribadian *openness, extraversion, conscientiousness, dan neuroticism* memiliki tingkat signifikansi yang lebih rendah terhadap kemampuan *multitasking*.

Berdasarkan beberapa argumen di atas, dapat disimpulkan bahwa stres akademik tidak hanya membawa dampak negatif, tetapi juga memiliki dampak positif. Menurut Smeltzer dan Bare (sebagaimana dikutip oleh Ramadhan, 2022), stres akademik memiliki dampak positif yang melibatkan kreativitas yang meningkat dan dapat mendorong aktualisasi diri, selama stres yang dialami masih berada dalam kekuatan seseorang. Namun, di sisi lain, dampak negatif dari stres akademik dapat mencakup hal-hal yang negative diantaranya minuman beralkohol, pola makan yang tidak teratur, dan insomnia. Dimensi yang terdapat pada lima kepribadian besar atau *big five personality trait*, menunjukkan bahwa salah satu dimensinya cenderung terdapat pada mahasiswa, menggambarkan bagaimana mahasiswa dapat merespons stress dengan cara yang baik ataupun cara yang kurang baik, hal ini dapat terlihat dari beberapa mahasiswa yang menarik diri dan enggan menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu, dan lain sebagainya.

Metode

Sampel diambil secara acak serta tidak memperhatikan strata yang mungkin terdapat dalam populasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 45 orang, terdiri dari 17 orang laki-laki dan 28 orang perempuan. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrument yang diadaptasi dari *International Personality Item Pool (IPIP)* yang dipelopori oleh Goldberg dengan nilai reliabilitas sebesar 0,493. Skala ini dibuat untuk mengetahui kepribadian mahasiswa melalui lima domain trait kepribadian, yaitu *extraversion, agreeableness, emotional stability, conscientiousness, dan openness to experience* sebagaimana dijelaskan oleh Goldberg (Larsen & Buss, 2008). Skala yang diadaptasi terdiri dari 50 item (Meitri, 2017).

Sementara itu, untuk mengukur stres akademik menggunakan skala *Depression Anxiety and Stress 42 (DASS 42)* karya Lovibond & Loavibond (1995) dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,922 (Meitri, 2017). Untuk tujuan penelitian ini yaitu dengan memodifikasikan instrumen dan menyusun item pernyataan stres

yang disesuaikan dengan keadaan objektif di lapangan yang terdiri dari tiga subvariabel, yaitu keadaan jasmani, perasaan, keadaan psikis, dan tingkah laku. Adapun data diuji secara statistik berupa uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan *Product Moment-Pearson*.

Hasil dan Pembahasan

Temuan dari penelitian mengindikasikan bahwa kelima dimensi *Big Five Personality* secara sangat signifikan terkait dengan tingkat stres akademik. Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti juga menegaskan adanya hubungan positif atau signifikansi antara kedua variabel tersebut. Berikut hasil uji hipotesis.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis Dimensi *Big Five (Openness To Experience)* dengan Stres Akademik

Correlations			
		opennes	stres akademik
opennes	Pearson Correlation	1	-.295*
	Sig. (2-tailed)		.049
	N	45	45
stres akademik	Pearson Correlation	-.295*	1
	Sig. (2-tailed)	.049	
	N	45	45

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Dimensi *Openness* menunjukkan *person correlation* sebesar 0,293, menandakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara dimensi *openness to experience* dengan stres akademik pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam periode 2017. Hal ini menggambarkan keadaan mahasiswa akhir yang mempunyai kemampuan dalam terbuka terhadap pengalaman baru, berdaya dalam menyelesaikan masalah baru yang ditemukan maka mahasiswa akan terhindar dari stres dan menyelesaikan tantangan tugas akhir dengan baik. Dimensi *openness* ini menggambarkan bahwa mahasiswa/individu yang memiliki kepribadian imajinatif, kreatif, inovatif, penasaran, dan bebas yang lebih menonjol pada diri mahasiswa cenderung berdampak positif terhadap mengurangi tingkat stres akademik.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis Dimensi *Big Five (Conscientiousness)* dengan Stres Akademik

Correlations			
		conscientiousness	stres akademik
conscientiousness	Pearson Correlation	1	-.282
	Sig. (2-tailed)		.041
	N	45	45
stres akademik	Pearson Correlation	-.282	1
	Sig. (2-tailed)	.041	
	N	45	45

Dimensi *Conscientiousness* memiliki nilai *person correlation* sebesar 0,282, hal ini diartikan bahwa dimensi *conscientiousness* memiliki hubungan dengan

tingkat stress akademik, semakin tinggi dimensi *conscientiousness* yang dimiliki oleh mahasiswa akhir maka semakin rendah stress akademik yang dialami oleh mahasiswa. Hal ini disebabkan karena dimensi *conscientiousness* menggambarkan bahwa individu/mahasiswa yang memiliki kepribadian yang mampu mengontrol diri, memiliki pertimbangan tingkah laku, mampu memanagerment waktu dan diri, ramah dalam setiap kondisi, dan memiliki kestabilan emosi, maka individu ini akan terhindar dari stres, bagi mahasiswa maka ia akan mampu terhindar dari stres akademik.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Dimensi *Big Five (Extraversion)* dengan Stres Akademik

Correlations			
		extraversion	stres akademik
extraversion	Pearson Correlation	1	-.311*
	Sig. (2-tailed)		.038
	N	45	45
stres akademik	Pearson Correlation	-.311*	1
	Sig. (2-tailed)	.038	
	N	45	45

Dimensi *extraversion* memiliki nilai *person correlation* sebesar 0,311 hal ini menunjukkan dimensi *extraversion* memiliki hubungan yang signifikan dengan stress akademik mahasiswa, semakin tinggi dimensi *extraversion* yang dimiliki oleh mahasiswa akhir, maka semakin rendah stress akademik yang dimiliki. Mahasiswa yang memiliki kepribadian dengan dimensi *extraversion* akan mampu mengatasi stress dikarenakan mahasiswa dengan kepribadian dimensi *extraversion* adalah individu yang mampu bersahabat, mengerjakan pekerjaan secara bersama-sama, senang menjadi pusat perhatian sehingga ia mampu mencari solusi dari problematika yang datang. Dalam hal ini mahasiswa yang memiliki kepribadian dimensi *extraversion* membantu ia dalam mengelola stress dengan cara memanfaatkan kesenangan dalam kegiatan sosial.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Dimensi *Big Five (Agreeableness)* dengan Stres Akademik

Correlations			
		agreeableness	stres akademik
agreeableness	Pearson Correlation	1	-.235
	Sig. (2-tailed)		.020
	N	45	45
stres akademik	Pearson Correlation	-.235	1
	Sig. (2-tailed)	.020	
	N	45	45

Dimensi *agreeableness* memiliki nilai *person correlation* sebesar 0,235 hal ini menunjukkan dimensi *agreeableness* mempunyai hubungan yang signifikan negative, artinya semakin tinggi nilai *agreeableness* maka semakin rendah nilai stress akademik pada mahasiswa. Mahasiswa dengan kepribadian dimensi *agreeableness* cenderung mampu keluar dari tekanan yang menyebabkan stress

akademik dikarenakan mahasiswa/individu memiliki karakter kooperatif, dapat dipercaya, dan memiliki sifat suka membantu.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Dimensi *Big Five (Neuroticism)* dengan Stres Akademik

Correlations			
		neuroticism	stres akademik
neuroticism	Pearson Correlation	1	.606**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	45	45
stres akademik	Pearson Correlation	.606**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	45	45

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dimensi Neuroticism menunjukkan person correlation sebesar 0,606, mengindikasikan adanya hubungan signifikan dan positif antara dimensi Neuroticism dengan stres akademik pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam periode 2017. Hal ini menyiratkan bahwa nilai Neuroticism semakin tinggi, maka tingkat stres akademik meningkat pada mahasiswa. Kepribadian yang cenderung memiliki kecemasan yang berlebihan, temperamental, sentimental, dan emosional, yang lebih menonjol pada diri mahasiswa, memiliki dampak yang lebih besar dalam meningkatkan tingkat stres akademik. Menurut Kusumiyati & Huwae (Khairunnisa, 2022), seseorang yang mampu mengelola neuroticism-nya ke arah yang lebih positif akan mengalami stabilitas emosi dan cenderung memiliki optimisme dalam menghadapi situasi yang penuh tantangan atau tekanan. Kemampuan mengendalikan trait neuroticism juga memungkinkan individu untuk menyesuaikan perilakunya secara efektif dalam mengatasi situasi yang menantang, serta membentuk harapan positif terkait pencapaian kesuksesan di masa depan.

Hasil analisis hipotesis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kedua variabel yang diuji, dengan Signifikansi Korelasi (2-tailed) kurang dari 0,05. Pada dimensi *Openness To Experience*, terdapat nilai person correlation sebesar 0,295 dengan signifikansi negatif dan korelasi yang lemah. Dimensi *conscientiousness* menunjukkan nilai person correlation sebesar 0,282 dengan signifikansi negatif dan korelasi yang lemah. Pada dimensi *Extraversion*, terdapat nilai person correlation sebesar 0,311 dengan signifikansi negatif dan korelasi lemah. Dimensi *Agreeableness* menunjukkan nilai person correlation sebesar 0,235 dengan signifikansi negatif dan korelasi yang lemah. Sementara pada dimensi Neuroticism, terdapat nilai person correlation sebesar 0,606 dengan signifikansi positif dan korelasi yang lemah.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diambil kesimpulan bahwasanya mahasiswa yang menunjukkan kekuatan kepribadian pada dimensi *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, dan *agreeableness* terbukti mampu mengurangi risiko terjadinya stres akademik. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Wikansari & Nasyroh (2016) yang menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki

kecenderungan *agreeableness* tinggi akan memiliki sikap kooperatif dalam bekerja, ramah, mudah percaya dan hangat. Sebaliknya, kepribadian yang dimiliki mahasiswa yang dominan pada dimensi Neuroticism akan menghadapi kesulitan dalam mengendalikan diri dan berpotensi mengalami stres akademik lebih tinggi. Dengan demikian, berdasarkan hasil penelitian ini menggambarkan bahwa stress akademik dapat dihilangkan dengan meningkatkan menunjukkan kekuatan kepribadian pada dimensi *openness to experience, conscientiousness, extraversion, dan agreeableness*.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dimensi kepribadian *big five personality* mempunyai hubungan yang signifikan dengan stres akademik pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam periode 2017. Hubungan tersebut terlihat dari adanya korelasi positif atau negatif antara setiap dimensi kepribadian dengan tingkat stres akademik. Dimensi *openness to experience* (terbuka dalam hal baru, imajinatif, kreatif) menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres akademik. Sama halnya dengan dimensi *conscientiousness* (teliti, pekerja keras, teratur), *extraversion* (bersemangat, penuh kasih sayang, mudah bergaul), *agreeableness* (berhati lembut, mudah percaya, ramah), dan neuroticism (pencemas, temperamental, emosional) yang juga memiliki hubungan yang signifikan dengan stres akademik. Dengan demikian, secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *big five personality* (X) dengan variabel stres akademik (Y).

Ucapan Terima Kasih

Saat mengakhiri penulisan artikel ini, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah turut serta dalam penyusunan dan penyelesaian artikel ilmiah ini. Semua kontribusi dan dukungan yang diberikan telah menjadi fondasi kuat bagi penulisan artikel ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan di masa mendatang.

Daftar Pustaka

- Azdira Nurul Ainie, Kurniati Zainuddin, & Nur Akmal. (2023). Hubungan Big Five Personality Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Tugas Akhir Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 173–184.
<https://doi.org/10.56799/peshum.v2i2.1361>
- Bachruddin, M. (2015). *Pengaruh Big five perosnality terhadap sikap korupsi pada mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Indarwati, I. (2018). *Gambaran Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar*.

Repository.Uin-Alauddin.Ac.Id.

- Judge, T. A., Heller, D., & Mount, M. K. (2002). Five-factor model of personality and job satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87(3), 530–541.
- Khairunnisa, R. F. (2022). *KEPRIBADIAN BIG FIVE SEBAGAI FAKTOR PREDIKTIF TERHADAP KESEHATAN BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AS A PREDICTIVE FACTOR ON ACADEMIC RESILIENCE OF THE MEDICAL COMPLEX 'S FIRST YEAR STUDENTS*. 6(3), 241–254.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). *Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19*. 10(1), 31–39. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Meitri, L. (2017). *Big Five Personality Traits dan Perilaku Sehat Pada Mahasiswa* (Issue 8.5.2017). Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Pamukhti, B. B. D. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA.
- Pardede, S. (2021). *Kuliah Psikologi Kepribadian- Big Five Theory*. <https://www.youtube.com/channel/UCn3rS4PjfOpXumqp6HH5X0g/videos>
- Ramadhan, H. (2022). an Overview of Stress Levels in Students Who Are Compiling a. *Gambaran Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi*, 4, 1–8. <https://ojs.hr-institut.id/index.php/JEB>
- Simanullang, T. (2021). Pengaruh Tipe Kepribadian the Big Five Model Personality Terhadap Kinerja Aparatur Sipil Negara (Kajian Studi Literatur Manajemen Keuangan). *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 747–753. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v2i2.634>
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2019). *Hubungan Self-Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa*. 6(2), 91–95.
- Widhiastuti, H. (2014). Big Five Personality sebagai Prediktor Kreativitas dalam Meningkatkan Kinerja Anggota Dewan Hardani. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 115–133.
- Widyahastuti, R. (2016). *Pengaruh Kepribadian (Big Five personality) terhadap Multitasking*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Wikansari, R., & Nasyroh, M. (2016). Hubungan antara kepribadian (big five personality model) dengan kinerja karyawan. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 10–16.
- Wiramihardja, S. A. (2007). *Pengantar Psikologi Klinis*. PT. Refika Aditama.
- Yuda, M. P., Mawarti, I., & Mutmainnah, M. (2023). Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Pinang Masak Nursing Journal*, 2(1), 38–42. <https://online-journal.unja.ac.id/jpima/article/view/27092/16089>
- Yusuf, S. L. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.