

## RINGKASAN

### **Pengaruh Penyesuaian di Perguruan Tinggi Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya Semester Genap TA 2021/2022**

Nabilah Alif Luthfiati Safira <sup>1)</sup>, Clara Moningka <sup>2)</sup>, Runi Rulangi <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

Adanya perubahan proses pembelajaran bagi mahasiswa, membuat mereka harus dapat menyesuaikan diri di perguruan tinggi kembali, baik pada mahasiswa baru ataupun mahasiswa tingkat atas. Penyesuaian cukup penting dilakukan agar mahasiswa dapat menghadapi tuntutan akademik dengan baik, sehingga dapat mengurangi munculnya stres akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh yang terjadi antara penyesuaian di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, serta analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana. Hasil dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang cukup signifikan pada penyesuaian di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya, sebesar 54,5%. Maka dari itu,  $H_a$  penelitian ini diterima. Uji beda yang dilakukan menggunakan Mann-Whitney mendapatkan hasil bahwa penyesuaian di perguruan tinggi pada mahasiswa semester 2-4 dengan semester 6-di atas 10 memiliki perbedaan yang signifikan namun kecil ( $p=0,003$ ) yang berarti skor  $p$  di bawah 0,05, sedangkan stres akademi pada mahasiswa semester 2-4 dengan semester 6-di atas 10, tidak memiliki perbedaan yang signifikan ( $p=0,538$ ), skor  $p$  berada di atas 0,05.

**Kata kunci:** penyesuaian di perguruan tinggi, stres akademik, mahasiswa semester genap

Pustaka : 46

Tahun Publikasi : 2002-2022