

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI DI PERGURUAN TINGGI
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Psikologi



Luqyana Fatin Gemilang

1710323020

Dosen Pembimbing:

Nila Anggreiny, M. Psi., Psikolog

Dwi Puspasari, M. Psi., Psikolog

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2023**

The Influence of College Adjustment toward Academic Stres of First Year College Student

Luqyana Fatin Gemilang¹⁾, Nila Anggreiny²⁾, Dwi Puspasari²⁾, Rozi Sastra Purna²⁾,
Liliyana Sari²⁾

¹⁾*Psychology Student, Faculty of Medicine, Universitas Andalas*

²⁾*Departement of Psychology, Faculty of Medicine, Universitas Andalas*



ABSTRACT

Individuals in their lives are faced with various transition processes. One of these transition is experienced when individuals become a first year student. This process involve increasing demands and preassures that they must confront. This change leads to problems that ultimately result in academic stres among first-year students. In order to successfully overcome the demands and challenges in tertiary instidutions, students are expected to have the ability to adapt. The study aimed to determine the influence of college adjustment toward academic stres experienced by first year college students. The research method used in this study was quantitative method, analyzed by simple linear regression. Respondents in this study were 235 first year college students of medical faculty in Andalas University, using accidental sampling techniques. Data collection was carried out using Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) tool adapted by the author based on aspects of college adjustment and Student Life Stres Inventory (SSI) tool adapted by the author based on aspects of academic stres. The result of this research showed that there is significant influence of college adjustment toward academic stres of first year college student of medical faculty in Andalas University. College adjustment influence academic stres by 26% meanwhile the other 74% is influenced by other factors not examined in this study.

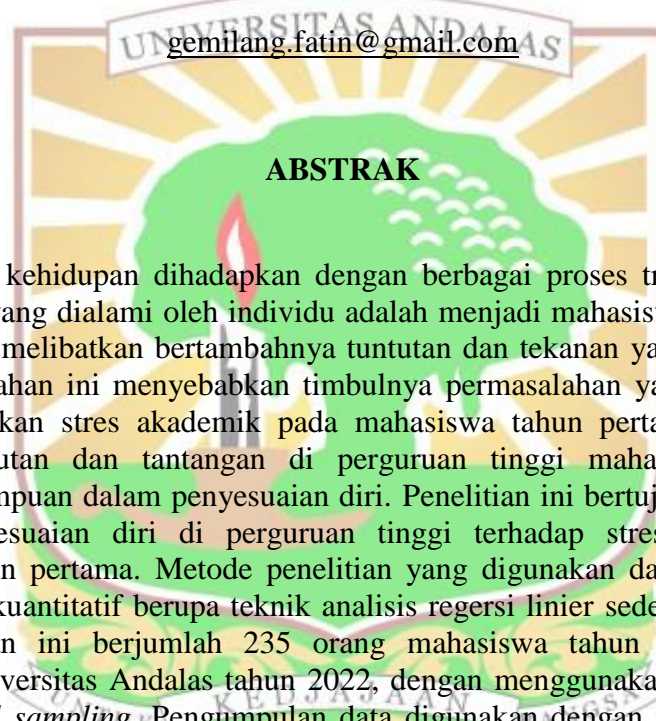
Keywords: First Year College Student, College Adjustment, Academic Stres

Pengaruh Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama

Luqyana Fatin Gemilang¹⁾, Nila Anggreiny²⁾, Dwi Puspasari²⁾, Rozi Sastra Purna²⁾, Liliyana Sari²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

²⁾Departemen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas



gemilang.fatin@gmail.com

ABSTRAK

Individu dalam kehidupan dihadapkan dengan berbagai proses transisi. Salah satu proses transisi yang dialami oleh individu adalah menjadi mahasiswa tahun pertama. Proses ini akan melibatkan bertambahnya tuntutan dan tekanan yang harus dihadapi individu. Perubahan ini menyebabkan timbulnya permasalahan yang pada akhirnya akan menimbulkan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama. Untuk dapat mengatasi tuntutan dan tantangan di perguruan tinggi mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa tahun pertama. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif berupa teknik analisis regresi linier sederhana. Responden dalam penelitian ini berjumlah 235 orang mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2022, dengan menggunakan teknik sampling yaitu *accidental sampling*. Pengumpulan data digunakan dengan menggunakan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* yang diadaptasi penulis berdasarkan aspek penyesuaian diri di perguruan tinggi dan alat ukur *Student Life Stres Inventory (SSI)* yang diadaptasi penulis berdasarkan aspek stres akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyesuaian diri di perguruan tinggi yang signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran universitas andalas tahun 2022. Penyesuaian diri di perguruan tinggi mempengaruhi stres akademik sebesar 26% sedangkan 74% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Mahasiswa tahun pertama, Penyesuaian diri di perguruan tinggi, Stres akademik