

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA
MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI
KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Katarina Damara Jasmien

19.E1.0233



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2023

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA
MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI
KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Katarina Damara Jasmien

19.E1.0233



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

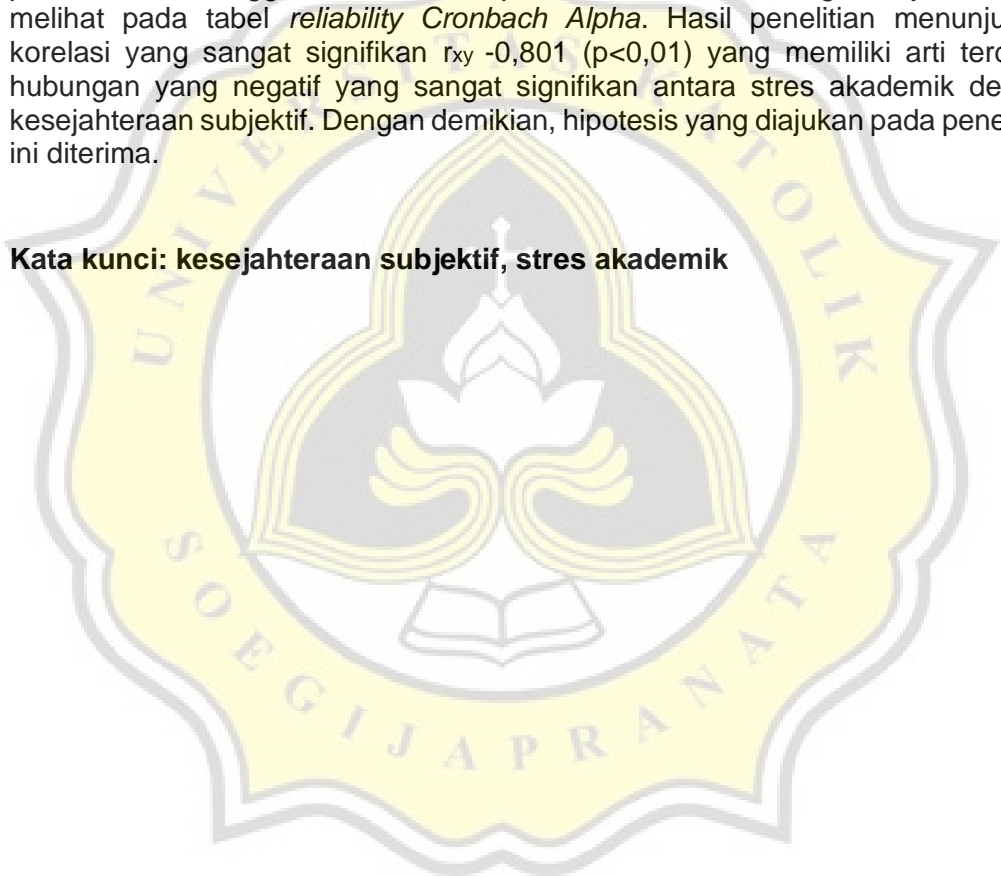
SEMARANG

2023

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara stres akademik dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Semarang. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adanya hubungan negatif antara stres akademik dengan kesejahteraan subjektif, yang berarti semakin tinggi stres akademik yang dimiliki oleh individu, maka semakin rendah kesejahteraan subjektif pada diri individu, begitu juga sebaliknya. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Semarang, dengan total keseluruhan subjek 144. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah Skala Kesejahteraan Subjektif dan Skala Stres Akademik, yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Dalam uji validitas pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*, sedangkan uji reliabilitas melihat pada tabel *reliability Cronbach Alpha*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang sangat signifikan $r_{xy} -0,801$ ($p < 0,01$) yang memiliki arti terdapat hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara stres akademik dengan kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima.

Kata kunci: kesejahteraan subjektif, stres akademik



ABSTRACT

This study purpose is to determine whether there is a relationship between academic stress and subjective wellbeing in students who are writing thesis in Semarang City. The hypothesis in this study is that there is a negative relationship between academic stress and subjective well-being, which means that the higher the stress an individual has, the lower the individual's subjective well-being, and vice versa. The subjects in this study were students who prepare their thesis in the city of Semarang, with a total of 144 subjects. The measuring instruments used in this study were the Subjective Well-being Scale and the Academic Stress Scale, which had been tested for validity and reliability. The validity test in this study uses the product moment correlation, while the reliability test looks at the Cronbach Alpha reliability table. The results showed a very significant correlation $r_{xy} -0.801$ ($p < 0.01$), which means that there is a very significant negative relationship between academic stress and subjective feelings. Thus, the hypothesis proposed in this study is accepted.

Keywords: *subjective well-being, academic stress*

