

**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR**

SKRIPSI

TERESA FEBITALICA SALSABILA SETIAWAN

20.E1.0066



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
TAHUN 2025**

HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas
Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Teresa Febitalica Salsabila Setiawan
20.E1.0066



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
TAHUN 2025**

Hubungan antara Perbandingan Sosial dan Stres Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir

*(The Relationship between Social Comparison and Academic Stress among
Final Semester Students)*

Teresa Febitalica S.S, Bartolomeus Yofana Adiwena, Kinanti

Widyaningsih

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Mahasiswa semester akhir rentan mengalami stres akademik akibat tekanan dalam menyelesaikan skripsi. Salah satu faktor yang memengaruhi stres tersebut adalah perbandingan sosial, terutama melalui media sosial, di mana mahasiswa membandingkan kemajuan akademik mereka dengan rekan seangkatannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dan stres akademik pada mahasiswa semester akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan partisipan sebanyak 106 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert dan dianalisis dengan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara perbandingan sosial dan stres akademik ($r = 0,242$; $p = 0,013$), yang berarti semakin tinggi kecenderungan individu membandingkan diri dengan orang lain, semakin tinggi pula tingkat stres akademik yang dirasakan. Temuan ini menegaskan pentingnya peningkatan kesadaran diri serta dukungan psikologis di lingkungan kampus untuk meminimalkan dampak negatif dari perbandingan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa.

Kata Kunci : stres akademik, perbandingan sosial, mahasiswa semester akhir

Abstract

Final-semester university students are vulnerable to academic stress due to the pressure of completing their theses. One contributing factor is social comparison, particularly via social media, where students compare their academic progress with that of their peers. This study aimed to examine the relationship between social comparison and academic stress among final-semester students. The research employed a quantitative correlational approach involving 106 students currently working on their theses. Data were collected using a Likert-scale questionnaire and analyzed using Pearson Product Moment correlation. The results indicated a positive and significant relationship between social comparison and academic stress ($r = 0.242$; $p = 0.013$), suggesting that higher levels of social comparison are associated with higher levels of academic stress. These findings highlight the