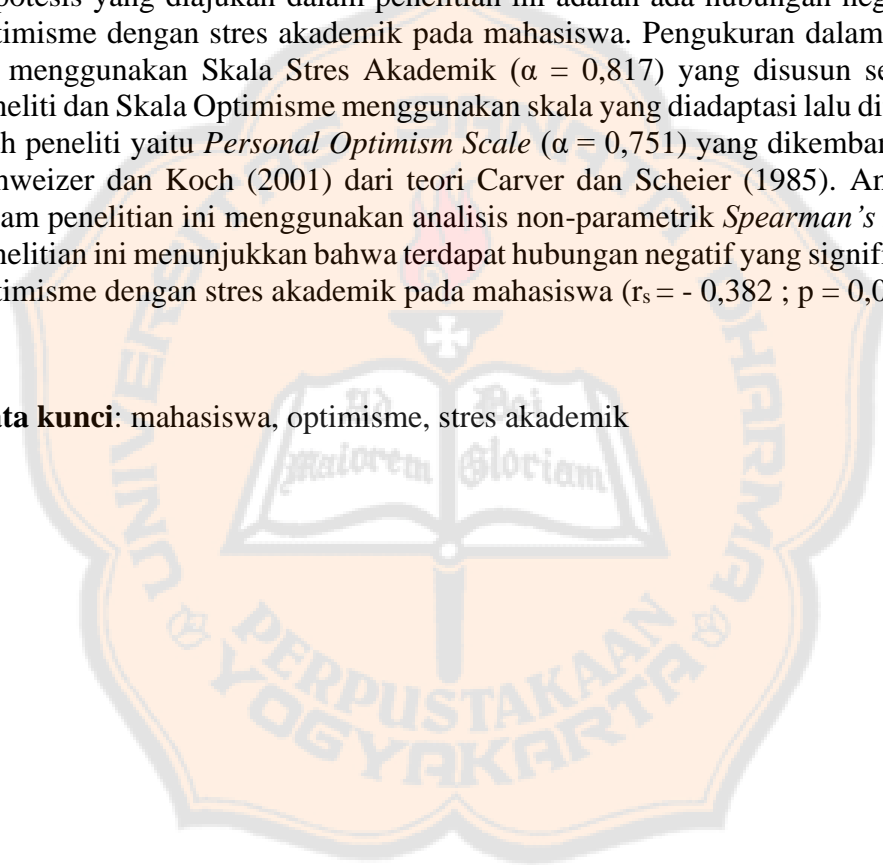


## ABSTRAK

Sitorus, Ruth Sabrina, 2023. Hubungan Antara Optimisme dan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme terhadap stres akademik pada mahasiswa. Partisipan penelitian ini sejumlah 363 orang yang berstatus mahasiswa aktif di Perguruan Tinggi dan memiliki rentang usia 18-25 tahun. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara optimisme dengan stres akademik pada mahasiswa. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan Skala Stres Akademik ( $\alpha = 0,817$ ) yang disusun sendiri oleh peneliti dan Skala Optimisme menggunakan skala yang diadaptasi lalu dimodifikasi oleh peneliti yaitu *Personal Optimism Scale* ( $\alpha = 0,751$ ) yang dikembangkan oleh Schweizer dan Koch (2001) dari teori Carver dan Scheier (1985). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis non-parametrik *Spearman's Rho*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara optimisme dengan stres akademik pada mahasiswa ( $r_s = - 0,382$  ;  $p = 0,000$ ).

**Kata kunci:** mahasiswa, optimisme, stres akademik



**ABSTRACT**

Sitorus, Ruth Sabrina, 2023. The Correlation Between Optimism and Academic Stress in College Students. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

*This study purpose to determine the relationship between optimism and academic stress in college students. The participants of this study were 363 people who were active students in collage students and had an age range of 18-25 years. This study uses a correlational quantitative method. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between optimism and academic stress in college students. The measurements in this study used the Academic Stress Scale ( $\alpha = 0,817$ ) which was compiled by the researcher and the Optimism Scale using a scale adapted and then modified by the researcher, namely the Personal Optimism Scale ( $\alpha = 0.751$ ) developed by Schweizer and Koch (2001) from the theory of Carver and Scheier (1985). Data analysis in this study used Spearman's Rho non-parametric analysis. The results of this study indicate that there is a significant negative relationship between optimism and academic stress in college students ( $r_s = - 0,382$ ;  $p = 0,000$ ).*

**Keywords:** *academic stress, college students, optimism*

