

## ABSTRAK

Reza Wibowo. **Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa FIK Universitas Negeri Medan 2018**. Tesis. Medan: Program Studi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Medan, Tahun 2019.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK 2018.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan verifikatif dengan desain kuantitatif dan sistem analisis jalur (*path analysis*). Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa FIK Universitas Negeri Medan Angkatan 2018 sebanyak 370 orang mahasiswa dari 3 jurusan yaitu PJKR, PKO dan jurusan IKOR. Total sampel sebanyak 120 orang mahasiswa dengan menggunakan teknik *cluster sampling*.

Hasil hipotesis I berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 46%. Hipotesis II berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 35%. Hipotesis III berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 31%. Hipotesis IV berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 47%. Hipotesis V berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 45%. Hipotesis VI berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 41%. Hipotesis VII berpengaruh positif dengan nilai signifikansi ( $0 < 0,05$ ), dengan koefisien determinasi sebesar 49%. dengan persamaan regresi dijelaskan bahwa setiap kenaikan 1 skor pada variabel motivasi berprestasi maka tingkat stres akan menurun sebesar 0,74 dan setiap kenaikan 1 skor pada variabel penyesuaian diri maka tingkat stres akan menurun sebesar 0,26 dan setiap kenaikan 1 skor pada variabel manajemen waktu maka tingkat stres menurun sebesar 0,20. Jika tingkat stres menurun maka penyesuaian diri akan mempengaruhi motivasi berprestasi dan manajemen waktu sebesar 0,20. Dari hasil pengaruh bersama-sama motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa FIK Universitas Negeri Medan tahun 2018 dengan pengaruh bersama-sama sebesar 49% dan sisanya 51% dijelaskan oleh faktor-faktor lain.

**Kata Kunci :** Motivasi Berprestasi. Penyesuaian Diri. Manajemen Waktu.

Tingkat Stres.

## ABSTRACT

**Reza Wibowo. The Effect of Achievement Motivation, Self-Adjustment and Time Management to the Stress Level College Students of FIK in the State University of Medan 2018. A Thesis. Sports Education Program, Postgraduate State University of Medan, 2019.**

The purpose of this research was to determine the effect of achievement motivation, self-adjustment and time management to the Stress Level College Students of FIK in the State University of Medan 2018.

This research used quantitative design with a path analysis system (path analysis). The total populations in this research were 370 college students of FIK from 3 majors. They were PJKR, PKO and IKOR majoring. This research applied *cluster sampling* technique to get representative sampling; from 370 college students, 120 are chosen as the sample.

The results of hypothesis I had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 46%. Hypothesis II had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 35%. Hypothesis III had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 31%. Hypothesis IV had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 47%. Hypothesis V had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 45%. Hypothesis VI had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 41%. Hypothesis VII had a positive effect on the significance value ( $0 < 0.05$ ), with a coefficient of determination of 49%. With the regression equation explained that every 1 score up on the achievement motivation variable stress levels will decrease by 0.74 and for every 1 score up in the adjustment variable, the stress level will decrease by 0.26, and for every 1 score up in the time management variable the stress level decrease by 0.20. If the stress level decreased, so self-adjustment will affect achievement motivation and time management by 0.20.

From the results of the co- influence achievement motivation, self-adjustment and time management to the stress levels of college students FIK State University of Medan 2018 with co-influence in the amount of 49% and the remaining 51% were explained by other factors.

**Keywords:** *Achievement motivation. Self-Adjustment. Time management. Stress Level.*