

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Mahasiswa yang tengah menuntut ilmu harus bersiap menghadapi tantangan besar yang terjadi era Revolusi Industri 4.0 yang terjadi saat ini. Perubahan pola baru ini membawa dampak terciptanya jabatan dan keterampilan kerja baru dan hilangnya beberapa jabatan lama karena sudah tidak relevan lagi dalam dunia kerja. Tantangan itu harus dihadapi sesuai pola kerja baru yang tercipta dalam revolusi 4.0. Satu faktor yang penting adalah ketrampilan dan kompetensi yang harus tetap secara konsisten ditingkatkan, Revolusi industri 4.0 merupakan integrasi pemanfaatan internet dengan lini produksi di dunia industri. Oleh karena itu, mahasiswa harus mampu menjadi lulusan yang memiliki nilai tambah sesuai kebutuhan pasar kerja. Mahasiswa harus mampu menghasilkan lulusan yang berkarakter, kompeten, dan inovatif. Di sisi lain, mahasiswa baru menjadi generasi yang hidup di era industri 4.0 selain unggul di bidang akademik, generasi saat ini juga harus berdaya saing tinggi.

Pendidikan dalam dunia perguruan tinggi mengharuskan mahasiswa menjalani berbagai tugas maupun peran dan tanggung jawab akademik dan sosial yang menantang baik di lingkungan kampus maupun di lingkungan sekitar tempat tinggal mahasiswa. Berbagai tugas ini menuntut mahasiswa untuk menyesuaikan diri dan mengatur diri sebaik-baiknya. Mahasiswa diberikan kebebasan untuk menentukan tujuan dan target pencapaian kuliahnya. Apabila mahasiswa memiliki target dan tujuan yang jelas, maka ia akan berupaya menyelesaikan kuliah tepat

waktu sekitar empat tahun dan mahasiswa akan berupaya memanfaatkan semua kesempatan selama kuliah untuk mengatasi berbagai hambatan dan menghadapi setiap masalah yang datang dengan mencari jalan keluar yang terbaik.

Universitas Negeri Medan menerapkan kurikulum berbasis KKNi pada proses perkuliahan semester dasar untuk mahasiswa baru akademi 2016/2017. Untuk menyatukan visi demi tercapainya tujuan pembelajaran yang sesuai dengan visi dan misi unimed, maka dirancang standard perkuliahan yang akan menjadi acuan bagi seluruh dosen dalam proses pembelajaran dikelas. Berdasarkan hukum dalam perkuliahan yang dirancang ini mengacu pada Permenristekdikti Nomor 44 Tahun 2015. Pada pasal 12 disebutkan rencana perkuliahan semester ditetapkan dan dikembangkan oleh dosen secara mandiri atau bersama dalam kelompok keahlian suatu bidang ilmu pengetahuan dan teknologi dalam program studi. Rancangan standard perkuliahan kurikulum KKNi ini akan menjadi acuan semua dosen dalam merancang, melaksanakan dan mengevaluasi proses perkuliahan yang dilaksanakan dikelas. Kampus yang maju harus memiliki standard perkuliahan, walaupun diberi kewenangan para dosen untuk menyusun sesuai karakteristik kajian ilmu masing-masing. Jika sudah ada standad perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, maka dosen tinggal mengembangkannya untuk dilaksanakan dalam perkuliahan.

Standard perangkat perkuliahan yang disusun ini harus menyangkut aspek pengetahuan dan ketrampilan, dan sikap. Kompetensi mahasiswa akan dibina melalui 6 cara yang disebut 6 tugas. Yaitu : tugas rutin, *critical book report*, *critical journal report*, rekayasa ide, mini riset dan project. Keenam tugas ini

menjadi pola baru dalam proses perkuliahan yang akan ditetapkan oleh dosen pada semester gasal tahun akademik 2016/2017. Dasarnya karena semua mata kuliah memiliki sumber atau literatur, baik berbentuk buku, jurnal dan hasil penelitian terkait.

Tingkat SMA berbeda dengan tingkat perguruan tinggi. Diperguruan tinggi individu lebih ditekankan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Berbeda dengan masa SMA, individu yang mulai memasuki perguruan tinggi disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa lebih mampu menyesuaikan diri dilingkungan yang baru, lebih tanggap terhadap keadaan sekitar, mampu mengembangkan pola pikir serta mampu menyesuaikan tingkah laku disekitarnya. Mahasiswa berada pada fase remaja. Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju arah menjadi lebih dewasa. Banyak perubahan-perubahan yang dialami oleh remaja, seperti halnya perubahan fisik, biologis, dan mental emosional yang terjadi serta perubahan dalam tanggung jawab dan peran. Masa transisi mahasiswa harus dapat berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Misalnya, menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu, mencari bahan atau data seakurat mungkin mengenai tugasnya dan lain sebagainya. Pada beberapa mahasiswa yang tidak mau menanganinya, perubahan akan membuat stres dan ketegangan kepala mereka. Jika tidak ditangani pada tahap awal, mahasiswa dapat mengalami masalah mental.

Stres merupakan suatu ketidakseimbangan yang besar antara permintaan yang berupa fisik ataupun psikologis dengan kemampuan respon dimana terjadinya kegagalan untuk memenuhi permintaan yang memberi konsekuensi

yang esensial. Stres dapat mengganggu kondisi fisik dan kesehatan mental (Soewondo, 2017:03). Stres sendiri bisa berasal dari individu, lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal dan dapat pula berasal dari tempat-tempat dimana individu banyak menghabiskan waktunya seperti kantor dan tempat pendidikan.

Stres diakui pemicu nomor satu dunia sebagai akar penyakit manusia. Menurut catatan *The American Medical Association*, stres adalah penyebab dasar dari 60 persen semua penyakit manusia dan komplikasinya (Syarifah, 2013). Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa sesuai pilihan fakultas mereka telah dilakukan pada beberapa universitas di dunia. Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71% (Szalavitz, 2011), sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeeb 2010 & Koochaki 2009). Sementara itu, di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7-71,6% prevalensi mahasiswa yang mengalami stres (Fitasari 2011, Susanto 2008, Kurniawati 2010, Oktovia 2012).

Hasil survei yang dilakukan oleh *American College Health Association* (ACHA) pada tahun 2013 di Amerika, menjelaskan salah satu masalah besar yang dihadapi mahasiswa dalam dunia perkuliahan adalah stres. Sebanyak 27,9 % dari total 32.964 mahasiswa mengakui bahwa stres menjadi penghalang bagi performa akademik mereka. Di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3% (Pratiwi, 2018: 1-6).

Memasuki dunia kuliah merupakan suatu perubahan besar pada hidup seseorang termaksud transisi dari seorang senior disekolah menengah keatas atau SMA menjadi mahasiswa diperguruan tinggi. Penyebab stres pada mahasiswa yang memasuki perkuliahan setelah lulus dari SMA, yaitu perubahan gaya hidup, nilai, jumlah mata kuliah yang diambil, masalah pertemanan, cinta, rasa malu, dan kecemburuan (Hurlock, 2015:245). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Towbes dan Cohen (1996) dalam Ross (1999), dalam Fitri, (2013:1-5) menyatakan bahwa mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya, hal ini karena mahasiswa tahun pertama harus menyesuaikan diri jauh dari rumah untuk pertama kalinya, ingin memperoleh prestasi akademis yang tinggi, dan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru.

Keadaan stres yang dialami mahasiswa didunia perkuliahan sering disebut dengan stres akademik. Stres akademik merupakan salah satu bentuk dari stres negatif yang mengakibatkan seseorang mahasiswa akan menjadi malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan. Akibatnya apabila seseorang mengalami stres akan terjadi penurunan minat belajar. Stres akademik muncul ketika terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus di kerjakan seorang mahasiswa.

Dalam banyak penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa pada semester 1 maupun 2 (tahun pertama) dan semester 7 maupun 8 (tahun terakhir), mahasiswa cenderung mengalami stres Zuama, (2014); dalam Putri (2017:1-2). Pemicu stres mahasiswa diantaranya adalah IPK rendah, kurikulum yang dirasa terlalu berat, perubahan kurikulum, peraturan akademik diperguruan tinggi,

deadline tugas, hambatan penyelesaian tugas akhir, tuntutan orang tua untuk berprestasi, keinginan meraih titel Cumlaude, tuntutan untuk segera menyelesaikan kuliah dan banyak kegiatan organisasi yang diikuti sehingga kurang memiliki waktu istirahat, jarang masuk kelas dan kurang aktif mengikuti pembelajaran di kelas. Stres yang dialami mahasiswa ini kemudian sering disebut stres akademik. Stres akademik merupakan respon peserta didik berupa psikologis, fisiologis, perasaan dan perilaku yang muncul akibat pola pikir negatif dan persepsi yang berlebih terhadap tuntutan akademik.

Fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri medan mempunyai aspek dalam mencapai visi yang telah ditetapkan. Hal itu meliputi peningkatan kualitas dosen dan tenaga kependidikan, peningkatan prestasi akademik dan non akademik. Nilai-nilai tanggung jawab, jujur, kepedulian dan ketaatan serta kedisiplinan terhadap tugas dan kewenangan. Kerjasama, kesetiakawanan, kebersamaan, dan kekeluargaan, serta toleransi antar sesama. Dengan dasar nilai-nilai yang sudah ditanamkan akan berdampak positif dengan pembentukan karakter dan peningkatan kualitas SDM dalam pencapaian program.

Misi fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri medan :

1. Menyelenggarakan pendidikan yang berkualitas, berkarakter dan profesional dalam bidang pendidikan jasmani, kepelatihan olahraga dan ilmu keolahragaan.
2. Menyelenggarakan dan mengembangkan penelitiandalam bidang pendidikan dan ilmu keolahragaan.
3. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat di bidang pendidikan dan ilmu keolahragaan.
4. Meningkatkan sumber daya dan tata kelola yang baik.
5. Menjalin kerjasama dalam bidang pendidikan jasmani, kepelatihan olahraga dan ilmu keolahragaan di tingkat nasional dan internasional.

Sehingga ketika memasuki perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan dapat berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Misalnya, mampu menyesuaikan diri pada kurikulum yang diterapkan, menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu, mencari bahan atau data seakurat mungkin mengenai tugasnya dan lain sebagainya.

Namun bila dicermati berdasarkan hasil pengamatan serta wawancara yang dimulai dilaksanakan tanggal 12 november 2018, hasil wawancara pada beberapa dosen yang masuk dengan mahasiswa angkatan 2018 fakultas ilmu keolahragaan jurusan PJKR, PKO, dan IKOR. Pada kelas PJKR A 2018, untuk pengumpulan tugas-tugas dari 38 mahasiswa hanya 2 orang yang dapat mengumpul tugas tepat waktu, begitu juga dikelas PJKR B, karena kurang baiknya penyesuaian diri banyaknya tugas-tugas yang diberikan, hal yang sama terjadi pada kelas PKO A dan B dan IKOR A dan B. Pada pengumpulan tugas-tugas terdapat mahasiswa masih banyak menyelesaikan tugas kurang baik dalam mencari bahan atau data seakurat mungkin mengenai tugasnya, dan beberapa ketahuan *copy paste*. Serta hal lain yaitu kurangnya motivasi belajar, mereka mengeluh dengan banyaknya tugas-tugas yang diberikan.

Hal ini juga terlihat dari hasil wawancara mahasiswa angkatan 2018 fakultas ilmu keolahragaan jurusan PJKR, PKO, dan IKOR, peneliti melihat bahwa dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran beberapa mahasiswa terlihat mengalami tingkatan stres yang berbeda-beda, hal itu terlihat dari beberapa mahasiswa motivasi belajarnya terkesan kurang bersemangat dan sebagian mengantuk, mereka beralasan terlalu banyaknya tugas yang membuat beban

pikiran karena belum terbiasa dan berbeda dengan SMA, sehingga mereka selalu menunda dan larut malam dalam mengerjakannya, hal ini nantinya berpengaruh pada pengerjaan tugas yang tidak optimal karena *deadline* semua tugas-tugasnya. Dan beberapa lainnya beralasan karena kelelahan fisik dan pikiran akibat belum menyesuaikan diri dengan baik ketika masuk perkuliahan di fakultas olahraga, karena karakteristik mahasiswa olahraga tidak hanya harus segera menyesuaikan diri pada tuntutan kurikulum yang ditetapkan dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dalam materi kuliah mata teori dan praktek, namun juga harus terbiasa dan mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik ketika masuk mata kuliah praktek yang melibatkan kondisi fisiknya. Serta beberapa mahasiswa beralasan tidak dapat mengatasi kelelahan fisik dan pikiran yang tinggi, karena kurang baiknya mengatur waktunya untuk pengerjaan tugas-tugas, istirahatnya dan kegiatan diluar kampus lainnya.

Bila dicermati dari hasil wawancara tersebut maka disimpulkan menurut peneliti tingkat stres mereka berbeda-beda, jika dikaitkan teori Hawari (2018:44) masalah yang dialami mereka disebut stres akademik dan dikaitkan dalam tingkatan stres berada ditingkat sedang dan tinggi (Hawari, 2018:27). Meskipun begitu jika tidak ditangani lebih awal dikhawatirkan masalah-masalah tersebut akan berkelanjutan pada semester-semester selanjutnya, serta berakibat pada mentalnya (psikis) karena tidak mampu menangani tuntutan-tuntutan yang dibebankan pada dirinya. Namun sebenarnya tidak terlalu terpengaruh pada jasmaninya, hal itu dapat dilihat dari tes yang sudah mereka lakukan sebelum masuk universitas, mereka harus melewati tes kondisis fisik maupun kesehatan

yang diikuti 2400 peserta calon mahasiswa FIK UNIMED, yang berhasil lulus hanya 370 orang. Hal ini menunjukkan bahwa seharusnya mahasiswa olahraga mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik dan akan terbiasa dengan aktivitas kuliah yang melibatkan kondisi fisiknya.

Mengelola stres adalah bagian penting untuk menjaga diri kita sendiri, motivasi berprestasi adalah salah satu cara untuk menangani stres, pada penelitian (Adhimulya,2016:1-7) semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah stres akademik mahasiswa, demikian pula sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi stres akademik mahasiswa angkatan pertama.

Motivasi adalah sesuatu yang menjadi pendorong tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan, McClelland; dalam Makmun, (2017:175), motivasi yang paling penting dalam dunia pendidikan adalah motivasi berprestasi yaitu perjuangan seseorang untuk mencapai sukses atau memilih suatu kegiatan yang berorientasi untuk tujuan sukses atau gagal. motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk mencapai suatu prestasi tertentu dan sebisa mungkin berusaha untuk mendapatkan kesuksesan sesuai dengan apa yang diharapkan dan standar tertentu yang sudah ditetapkan.

Jika mahasiswa memiliki motivasi berprestasi yang tinggi agar dapat mengatasi tantangan atau rintangan dan memecahkan masalah, bersaing secara sehat, mampu menghasilkan suatu karya serta akan berpengaruh pada prestasi akademiknya dan mampu mengerjakan tugas yang diberikan guna mencapai kesuksesan bagi individu itu sendiri, puas dengan prestasi dan asyik dengan tugas. Mahasiswa yang dapat meningkatkan kemampuan dirinya di bidang akademiknya

dapat membantu mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik. Semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya jika motivasi berprestasi rendah maka stres akademik semakin tinggi.

Stres juga terjadi ketika adanya ketika mahasiswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Pada penelitian (Fitri, 2013:1-10) terdapat hubungan secara signifikan menyesuaikan diri diperguruan tinggi baru dan stres dapat mempengaruhi kesuksesan seluruh kegiatan perkuliahannya. Penyesuaian diri merupakan proses-proses psikologis bagaimana individu mengatur atau mengatasi berbagai tuntutan atau tekanan.

Masalah penyesuaian diri yang paling banyak terjadi pada mahasiswa tahun pertama antara lain mencemaskan ujian-ujian, tidak tahu bagaimana belajar efektif, tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, bermasalah ketika berbicara didepan kelas, mudah sekali kehilangan konsentrasi saat bekerja, tidak memberi cukup waktu untuk belajar, lemah dalam karya tulis, ingatan yang buruk, takut gagal diperguruan tinggi, mempunyai terlalu banyak minta diluar bidang akademis, dan melupakan hal-hal yang sudah dipelajari disekolah.

Menurut Hurlock (2015:247) ada beberapa perilaku yang menunjukkan berhasilnya penyesuaian diri diperguruan tinggi pada seorang mahasiswa, yaitu mencapai performa akademis yang wajar bahkan baik, memanfaatkan sarana psikologis dan konseling yang ada difakultas saat diperlukan, menyelesaikan masa studi dalam rentang waktu yang ditentukan oleh fakultas. Adapun faktor-faktor mendukung penyesuaian diri diperguruan tinggi pada mahasiswa yaitu prestasi

akademik yang baik, kesiapan masuk perguruan tinggi, hubungan dekat dan suportif terhadap keluarga, teman, dan orang disekitarnya.

Pada dasarnya stres akademik dipengaruhi oleh banyak faktor termasuk manajemen waktu seperti pernyataan Misra dan McKean (Timpe,2011) mengatakan bahwa “Mahasiswa cenderung mengalami stres berkaitan dengan perkuliahan, manajemen waktu, kesehatan, dan self-imposed”. Pada penelitian (Putri, 2017:1-5) hasil temuan menunjukkan bahwa gejala stres akademik yang dialami mahasiswa akibat tidak pandai memajemen waktunya adalah berupa reaksi biologis yaitu detak jantung meningkat, keringat dingin dan suara bergemetar; reaksi psikologis yaitu mengalami perasaan gugup, sering melupakan sesuatu, mengalami perasaan sedih dan kecewa; serta reaksi tingkah laku dan sosial yaitu terganggu dalam kegiatan bersosialisasi, gangguan pola tidur dan pola makan serta meningkatnya frekuensi merokok.

Forsyth (2009:5) juga menyatakan bahwa “Manajemen waktu adalah cara bagaimana membuat waktu menjadi terkendali sehingga menjamin terciptanya sebuah efektifitas dan efisiensi juga produktivitas”. Dengan manajemen waktu maka mahasiswa dapat mempergunakan waktu dengan efisien dan dapat menghasilkan produktivitas yang lebih banyak dan lebih bermanfaat. Selain itu dengan belajar mengatur waktu secara baik individu dapat belajar mengesampingkan kegiatan-kegiatan yang memiliki tingkat tanggung jawab kecil dan mengerjakan kegiatan yang lebih penting dahulu.

Upaya manajemen waktu untuk mengatasi stres akademik yang dilakukan adalah dengan cara menyusun jadwal kegiatan, mencatat jenis-jenis tugas yang

harus dikerjakan, melakukan persiapan sebelum kegiatan, merencanakan waktu efektif untuk membuat tugas, mencari bahan-bahan tugas dan membagi waktu antara membuat tugas dan istirahat.

Berdasarkan uraian diatas, maka jelas bahwa studi tentang pengaruh motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu perlu dilakukan untuk memberi sumbangan yang relevan dengan variabel yang akan diteliti.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas ada beberapa faktor untuk mengatasi tingkat stres, antara lain motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu. Pada beberapa mahasiswa yang tidak mau menanganinya, perubahan akan membuat stres dan ketegangan kepala mereka. Jika tidak ditangani pada tahap awal, mahasiswa dapat mengalami masalah mental.

Jika mahasiswa memiliki motivasi berprestasi yang tinggi agar dapat mengatasi tantangan atau rintangan dan memecahkan masalah, bersaing secara sehat, mampu menghasilkan suatu karya serta akan berpengaruh pada prestasi akademiknya dan mampu mengerjakan tugas yang diberikan guna mencapai kesuksesan bagi individu itu sendiri, puas dengan prestasi dan asyik dengan tugas. Mahasiswa yang dapat meningkatkan kemampuan dirinya di bidang akademiknya dapat membantu mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik. Semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya jika motivasi berprestasi rendah maka stres akademik semakin tinggi.

Mahasiswa harus segera menyesuaikan diri diperguruan tinggi baru, karena stres dapat mempengaruhi kesuksesan seluruh kegiatan perkuliahannya. Tekanan atau tuntutan yang diterima mungkin datang dalam bentuk memenuhi harapan keluarga dan untuk pencapaian akademik, serta tekanan individu yang dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal maupun lingkungan pendidikannya. Dengan penyesuaian diri mahasiswa dapat membantu kebutuhan didalam dirinya yang berkaitan dengan tingkah laku respon dalam diri untuk menghadapi tuntutan aktivitas atau lingkungan. Jika baik penyesuaian diri mahasiswa diperguruan tinggi melalui prestasi akademik yang baik, kesiapan masuk perguruan tinggi, hubungan dekat dan suportif terhadap keluarga, teman, dan orang disekitarnya, akan membantu menurunkan tingkat stres pada dirinya.

Dengan manajemen waktu yang buruk maka mahasiswa tidak dapat mempergunakan waktu dengan efisien dan tidak dapat menghasilkan produktivitas yang lebih banyak dan lebih bermanfaat. Selain itu dengan belajar mengatur waktu secara baik individu dapat belajar mengesampingkan kegiatan-kegiatan yang memiliki tingkat tanggung jawab kecil dan mengerjakan kegiatan yang lebih penting dahulu. Upaya manajemen waktu mengatasi stres akademik dengan cara menyusun jadwal kegiatan, mencatat jenis-jenis tugas yang harus dikerjakan, melakukan persiapan sebelum kegiatan, merencanakan waktu efektif untuk membuat tugas, mencari bahan-bahan tugas dan membagi waktu antara membuat tugas dan istirahat.

1.3. Pembatasan Masalah

Bertolak dari identifikasi masalah diatas, maka dapat pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagaimanakah pengaruh motivasi berprestasi terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK 2018 ?
2. Bagaimanakah pengaruh penyesuaian diri terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK 2018 ?
3. Bagaimanakah pengaruh manajemen waktu terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK 2018 ?
4. Bagaimanakah pengaruh motivasi berprestasi, Penyesuaian diri dan Manajemen waktu secara simultan terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK 2018 ?

1.4. Rumusan Masalah

Bertolak dari latar belakang masalah, identifikasi masalah diatas, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa FIK UNIMED 2018”. Rumusan masalah penelitian tersebut dapat terinci dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Seberapa besar pengaruh langsung motivasi berprestasi terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018
2. Seberapa besar pengaruh langsung penyesuaian diri terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018

3. Seberapa besar pengaruh langsung manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018.
4. Seberapa besar pengaruh langsung motivasi berprestasi dan penyesuaian diri terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018.
5. Seberapa besar pengaruh langsung motivasi berprestasi dan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018.
6. Seberapa besar pengaruh langsung penyesuaian diri dan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018.
7. Seberapa besar pengaruh langsung motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa FIK 2018.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh data dan informasi tentang Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa FIK UNIMED 2018. Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh :

1. Motivasi berprestasi terhadap tingkat stres pada mahasiwa FIK 2018
2. Penyesuaian diri terhadap tingkat stres pada mahasiwa FIK 2018
3. Manajemen waktu terhadap tingkat stres pada mahasiwa FIK 2018
4. Motivasi berprestasi, Penyesuaian diri dan Manajemen waktu secara simultan terhadap tingkat stres pada mahasiwa FIK 2018

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan dari tujuan penelitian manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan jadi kajian ilmiah dan refrensi tentang tingkat stres pada mahasiswa dan melihat seberapa besar peranan fungsi motivasi berprestasi, manajemen waktu dan penyesuaian diri terhadap tingkat stres mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan digunakan sebagai sumbangan terhadap ilmu pengetahuan dan sebagai refrensi bagi peneliti selanjutnya.
- b. Memberi wawasan dan informasi kepada pembaca mengenai pengaruh motivasi berprestasi, manajemen waktu dan penyesuaian diri terhadap tingkat stress mahasiswa.