

## ABSTRAK

### **Hubungan *Academic Help Seeking* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Serta Tinjauannya Menurut Islam**

Stres akademik dapat menjadi suatu hambatan yang dirasakan bagi mahasiswa tingkat pertama, yang mana dikarenakan banyaknya tuntutan akademik di perkuliahan. Tuntutan itu seperti banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen, sehingga sebagai mahasiswa tingkat pertama biasanya akan mengalami kebingungan dalam menyelesaikannya. Dengan begitu, mahasiswa tingkat pertama dapat melakukan *academic help seeking* guna mengatasi stres akademik yang dialami untuk membantu dalam proses belajar selama di Perguruan Tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *academic help seeking* dan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana strata satu yang berada pada tingkat pertama berjumlah 152 partisipan. Metode pengumpulan data menggunakan skala yang terdiri dari skala stres akademik dan skala *academic help seeking*. Hasil uji normalitas dengan Shapiro-wilk diperoleh data tidak terdistribusi normal dari kedua variabel ( $p < 0,05$ ). Kemudian hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *academic help seeking* dengan stres akademik namun, yang berkorelasi yaitu dimensi *instrumental help seeking* dengan stres akademik. Menurut pandangan Islam, hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel.

***Kata Kunci:*** *Academic Help Seeking, Stres Akademik, mahasiswa tingkat pertama*

## **ABSTRACT**

### ***Relationship Between Academic Help Seeking and Academic Stress in First Year Students and its Review according to Islam***

*Academic stress can be an obstacle felt by first year students, in which it is due to many academic demands in their study. Demand such as number of assignments given by the lecturers, so that the first year students usually will be confused in solving them. That way, first year students can seek academic assistance to help overcome the academic stress they experience in the learning process while in college. This study aimed to know whether there is a relationship between academic help seeking and academic stress in first year students. The subject of this study is undergraduate students who are in the first year with a total of 152 participants. The data collection method used a scale consists of academic stress scale and academic help seeking scale. The result of normality test with Shapiro-wilk is not normally distributed from the second variable ( $p < 0,05$ ). Then the result of this study indicate that there is no significant correlation between academic help seeking and academic stress, but the correlation is the dimensions of instrumental help seeking with academic stress. According to the Islamic view, the result show that the two variables are related.*

**Keywords:** *Academic Help Seeking, Academic Stress, First Year Students*