

ABSTRAK

Peran Stres Akademik terhadap *College Student Subjective Well-being* (CSSWB) pada Mahasiswa Tahun Pertama serta Tinjauannya dalam Islam

Mahasiswa tahun pertama yang baru menduduki bangku perkuliahan harus menghadapi tuntutan-tuntutan yang memberikan tekanan-tekanan sehingga menyebabkan mahasiswa mengalami stres akademik. Stres akademik diketahui sebagai tekanan yang muncul karena berbagai aspek akademik yang berdampak pada kesejahteraan mahasiswa tersebut. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan dan peran stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa khususnya di tahun pertama. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dilakukan untuk menguji peran stres akademik terhadap *college student subjective well-being* (CSSWB) pada mahasiswa tahun pertama. 123 partisipan penelitian merupakan mahasiswa semester dua yang sedang melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Sampling insidental digunakan sebagai teknik pengambilan sampel. Alat ukur *Educational Stress Scale for Adolescent* (ESSA) untuk mengukur stres akademik dan alat ukur *College Student Subjective Wellbeing Questionnaire* (CSSWQ) untuk mengukur kesejahteraan subjektif mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peran yang signifikan stres akademik terhadap *college student subjective well-being*. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan untuk membantu mahasiswa di tahun pertama meningkatkan kesejahteraan subjektif meskipun sedang menghadapi stres akademik sehingga mahasiswa di tahun pertama tetap bisa mendapatkan pencapaian akademik yang baik. Dalam perspektif Islam stres akademik yang merupakan cobaan berperan terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa tahun pertama karena cobaan yang Allah SWT berikan kepada setiap hambaNya merupakan tanda cinta Allah agar hambaNya dapat menjadi lebih baik.

Kata Kunci: *Mahasiswa, Stres Akademik, Kesejahteraan Subjektif*

ABSTRACT

The Role of Academic Stress towards College Student Subjective Well-being (CSSWB) of first year undergraduated student and its Review in Islam

Undergraduated student who have just occupied in university must face the demands that provide pressures, cause students to experience academic stress. Academic stress was the pressure that arises because of academic aspects that have an impact on the wellbeing of these students. Several previous studies showed that there is a relationship between academic stress on college student subjective wellbeing, especially in the first year. This Research is a quantitative study conducted to examine the role of academic stress on college student subjective well-being (CSSWB) in first-year undergraduated students. 123 research participants are second semester students who continuing their education in college. Incidental sampling is used as a sampling technique. Educational Stress Scale for Adolecent (ESSA) used to measuring academic stress and College Student Subjective Wellbeing Questionnaire (CSSWQ) to measure the college student subjective wellbeing. The results indicate that there is a significant role of academic stress toward college student subjective wellbeing. The result of this study can be use as one of the reference to help undergraduated student in the first year to improve their subjective wellbeing even though they are facing academic stress so they can maintain their academic achievement. Academic stress in Islam pespective is the test that Allah SWT gives to each of His servant as a sign of His love to make His servant better.

Keywords: Undergraduated Student, Academic Stress, Subjective Well-being