

SKRIPSI

**PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI, PENYESUAIAN DIRI DAN
MANAJEMEN WAKTU TERHADAP TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS
PASIR PENGARAIAN**

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Penyusunan Skripsi Pada
Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian*



OLEH :

**LILIK INDRIANI SIHOMBING
NIM: 1825037**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2022**


HALAMAN PENGESAHAN

NAMA : LILIK INDRIANI SEHOMBING
NIM : 1825037
JUDUL PENELITIAN : Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri
Dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Pada
Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas
Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan pada Ujian Akhir Komprehensif Program Studi
Manajemen pada hari Selasa, 25 Oktober 2022 dan telah dilakukan perbaikan sesuai dengan
simpulan dan saran Tim Penguji.

Pasir Pengaraian, 02 November 2022

Pembimbing I



Sepriani, SE., MM
NIDN. 1025097804

Pembimbing II



Sularmah, SE., MM
NIDN. 1004049301

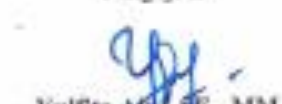
Penguji Ujian Akhir Komprehensif,

Penguji I



Remika Rahayu, M.Pd
NIDN. 1017019101

Penguji II



Yulfitra Auli, SE., MM
NIDN. 1024097802

Penguji III



Sherlyvina Anggraini, SE., M.Si
NIDN. 1028069201

Mengotahui,
Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian



Arrafiqur Rahman, SE., MM
NIDN. 1018108502

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Lilik Indriani Sihombing
Nomor Mahasiswa : 1825037
Program Studi : Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri, dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stress Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasis Pengaraian

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan serta juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan / atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari ditemukan unsur plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi.





Pasis Pengaraian, 20 Maret 2022
Yang Membuat Pernyataan



(Lilik Indriani Sihombing)

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN

Nama : Lili Indriani Sihombing
 Nim : 1825037
 Judul Penelitian : Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri,
 dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Pada
 Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas
 Ekonomi Universitas Pajar Pengasinan
 Pembimbing I : Saprini, SE., MM

Tanggal	Catatan Revisi	Paraf
25/06-2012	- Susun ulang Perhitungan kuisioner dengan pengisian awal	
28/06-2012	- Kuisioner lengkap untuk diisi Responden	
29/07-2012	- Pembaca hasil penelitian - Lembar 1 - Perhitungan - Lampiran	
29/07/2012	ACC Maju Kompra	

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN

Nama : Lilla Indriani Sihombing
Nim : 1825037
Judul Penelitian : Pengaruh Motivasi Berprestasi, Pemyessan Diri,
dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres Pada
Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas
Ekonomi Universitas Pwir Pengaraian
Pembimbing II : Sudeman, SE., MM

Tanggal	Catatan Revisi	Paraf
29- Juli -2022	- pendis dan - kesimpulan - uji T	
29- Juli -2022	- Acc	

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian Tahun 2022”. Tujuan penelitian ini adalah (1) Mengetahui apakah motivasi berprestasi berpengaruh terhadap tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian? (2) Mengetahui apakah penyesuaian diri berpengaruh terhadap tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian? (3) Mengetahui apakah manajemen waktu berpengaruh terhadap tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian? (4) Mengetahui apakah motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu berpengaruh secara simultan terhadap tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengaraian?

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah variabel motivasi berprestasi (X1), variabel penyesuaian diri (X2), variabel manajemen waktu (X3), dan variabel tingkat stres (Y). Adapun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah (1) Berdasarkan hasil Uji t yang telah dilakukan, diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara variabel motivasi berprestasi (X1) terhadap variabel tingkat stres (Y). (2) Berdasarkan hasil Uji t yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat pengaruh signifikan antara variabel penyesuaian diri (X2) terhadap variabel tingkat stres (Y). (3) Berdasarkan hasil Uji t yang telah dilakukan, diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara variabel manajemen waktu (X3) terhadap variabel tingkat stres (Y). (4) Berdasarkan hasil Uji F yang telah dilakukan, diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh secara signifikan antara variabel motivasi berprestasi (X1), variabel penyesuaian diri (X2) dan variabel manajemen waktu (X3) terhadap variabel tingkat stres (Y).

Kata Kunci: Motivasi Berprestasi, Penyesuaian Diri, Manajemen Waktu, dan Tingkat Stres.

2.2.2	Aspek-aspek Penyesuaian Diri	23
2.2.3	Ciri-ciri Penyesuaian Diri	23
2.2.4	Indikator Penyesuaian Diri	25
2.3	Manajemen Waktu	26
2.3.1	Pengertian Manajemen Waktu	26
2.3.2	Tujuan Manajemen Waktu	27
2.3.3	Aspek dan Indikator Manajemen Waktu	29
2.4	Tingkat Stres Mahasiswa	31
2.4.1	Pengertian Stres	31
2.4.2	Ciri-ciri Stres	33
2.4.3	Faktor Penyebab Stres pada Mahasiswa	34
2.4.4	Indikator Penyebab Stres	36
2.5	Penelitian yang Relevan	38
2.6	Kerangka Konseptual	40
2.7	Hipotesis	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		42
3.1	Metode Penelitian	42
3.2	Populasi dan Sampel	43
3.2.1	Populasi	43
3.2.2	Sampel	44
3.3	Jenis dan Sumber Data	46
3.3.1	Jenis Data	46
3.3.2	Sumber Data	47

3.4 Teknik Pengumpulan Data	47
3.5 Definisi Operasional	48
3.6 Instrument Penelitian	49
3.6.1 Skala Pengukuran	49
3.6.2 Uji Instrumen	50
3.7 Teknik Analisis Data	51
3.7.1 Analisa Deskriptif	51
3.7.2 Uji Asumsi Klasik	53
3.7.3 Analisis Regresi Linear Berganda	54
3.7.4 Koefisien Determinasi (Uji R)	55
3.7.5 Uji Hipotesis	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	58
4.1.1 Profil Tempat Penelitian	58
4.1.2 Visi dan Misi	59
4.1.3 Struktur Organisasi dan Tupoksi	59
4.2 Karakteristik Responden	62
4.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin..	62
4.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	62
4.2.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelas	62
4.2.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	
Terakhir	63
4.3 Analisis Data Penelitian.....	64

4.3.1	Pengujian Instrumen Penelitian.....	64
4.3.2	Analisis Deskriptif	66
4.3.3	Uji Asumsi Klasik	69
4.3.4	Analisis Regresi Linier Berganda.....	72
4.3.5	Koefisien Determinasi (Adjusted R ²)	72
4.3.6	Uji Hipotesis	73
4.4	Pembahasan	76
4.4.1	Pengaruh Motivasi Berprestasi Terhadap Tingkat Stress	76
4.4.2	Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Tingkat Stres...	77
4.4.3	Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Tingkat Stres	77
BAB V PENUTUP		78
5.1	Kesimpulan	78
5.2	Saran	78

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Jadwal Kuliah Mahasiswa Reguler / Non Reguler	4
1.2 Jumlah Mahasiswa Program Studi Manajemen	4
1.3 Persentase Mahasiswa yang Mengalami Stres Akademik	5
2.1 Penelitian Terdahulu	38
3.2 Definisi Operasional	48
3.3 Alternatif Jawaban dengan Skala Likert	50
3.4 Kriteria Analisis Deskriptif Data	52
4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	63
4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelas	63
4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	64
4.5 Hasil Uji Validitas	64
4.6 Hasil Uji Reliabilitas	66
4.7 Hasil Deskriptif Variabel Motivasi Berprestasi	67
4.8 Hasil Deskriptif Variabel Penyesuaian Diri	68
4.9 Hasil Deskriptif Variabel Manajemen Waktu	68
4.10 Hasil Deskriptif Variabel Tingkat Stres	69
4.11 Hasil Uji Normalitas	70
4.12 Hasil Uji Multikolinearitas	71
4.13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	72

4.14 Hasil Regresi Linier Berganda	73
4.15 Hasil Koefisien Determinasi	74
4.16 Uji Signifikansi Koefisien Regresi Secara Parsial (Uji t)	74
4.17 Hasil Uji Koefisien Regresi Secara Simultan (Uji F)	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual	40
3.1 Model Analisis Jalur	55
4.1 Bagan Struktur Organisasi Fakultas Ekonomi Universitas Pasir Pengairan	60