



**PENGARUH ANTARA *SOCIAL COMPARISON* DAN STRES  
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN  
SKRIPSI**

**SKRIPSI**

**CAMELIA OKTARIANI**

**46118310035**

**MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**



**PENGARUH ANTARA *SOCIAL COMPARISON* DAN STRES  
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN  
SKRIPSI**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Sarjana  
Psikologi**

**CAMELIA OKTARIANI**

**46118310035**

**MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**2024**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Camelia Oktariani  
NIM : 46118310035  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Antara *Social Comparison* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi

Menyatakan bahwa **skripsi** ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapat sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 02 September 2024



**CAMELIA OKTARIANI**

**46118310035**

## PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : CAMELIA OKTARIANI  
NIM : 46118310035  
Program Studi : Psikologi

dengan judul

“PENGARUH ANTARA SOCIAL COMPARISON DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENERJAKAN SKRIPSI” telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 24 Agustus 2024 didapatkan nilai persentase sebesar 7 %.

Jakarta, 21 Januari 2025

Administrator Turnitin



YAYASAN MENARA BAKTI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA




## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Camelia Oktariani  
NIM : 46118310035  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Social Comparison dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing NIDN	: Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog : 0315099102	(  )
Ketua Penguji NIDN	: Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog : 0324068701	(  )
Penguji 1 NIDN	: Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog : 0308098204	(  )

Jakarta, 2 September 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

  
Laila Meliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

  
Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Camelia Oktariani  
NIM : 46118310035  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Antara *Social Comparison* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 02 September 2024

Yang menyatakan,



**CAMELIA OKTARIANI**

**NIM. 46118310035**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
2. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya;
3. Seluruh Dosen serta bagian akademik Universitas Mercu Buana yang sudah banyak memberikan bantuan dan pengetahuan selama proses pembelajaran;
4. Kepada orangtua yang selalu memberikan dorongan moril dan materil serta doa yang tidak pernah putus untuk kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Rekan-rekan seperjuangan khususnya jurusan Psikologi yang telah sama-sama berjuang dan memotivasi satu sama lain.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 02 September 2024

**CAMELIA OKTARIANI**

**NIM. 46118310035**



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA



## ABSTRAK

Nama : Camelia Oktariani  
NIM : 46118310035  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Antara *Social Comparison* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi  
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh antara perbandingan sosial dan stres akademik di kalangan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode statistik, penelitian ini melibatkan seluruh mahasiswa psikologi di Universitas Mercu Buana yang sedang menyelesaikan tugas kuliah dan tugas akhir mereka. Sampel diambil melalui teknik non-probability sampling, dengan melibatkan 304 mahasiswa yang diukur menggunakan skala General Self Comparison dan skala stres akademik melalui angket online. Analisis data mencakup uji asumsi klasik seperti uji normalitas dan uji multikolinearitas, serta uji hipotesis dengan uji korelasi. Hasil uji normalitas menunjukkan distribusi data yang normal, sedangkan uji multikolinearitas mengungkapkan adanya pengaruh antara perbandingan sosial dan stres akademik. Uji uji korelasi menunjukkan bahwa perbandingan sosial berdampak positif terhadap stres akademik dengan koefisien regresi sebesar 0,961. Koefisien determinasi menunjukkan bahwa 52,5% variasi stres akademik dapat dijelaskan oleh perbandingan sosial, sementara 47,5% disebabkan oleh faktor lain. Temuan ini memberikan wawasan tentang dampak perbandingan sosial terhadap stres akademik, khususnya pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir, dan dapat digunakan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam mengurangi stres di kalangan mahasiswa.

**Kata Kunci : Perbandingan Sosial, Regresi Linier, Stres Akademik**

## **ABSTRACT**

Name : Camelia Oktariani  
NIM : 46118310035  
Study Program : Psikologi  
Title Thesis : Pengaruh Antara *Social Comparison* Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi  
Counsellor : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

*This study aims to evaluate the relationship between social comparison and academic stress among undergraduate students who are writing their thesis. Using a quantitative approach and statistical methods, this study involved all psychology students at Mercu Buana University who are completing their college assignments and final assignments. The sample was taken through a non-probability sampling technique, involving 304 students who were measured using the General Self Comparison scale and the academic stress scale through an online questionnaire. Data analysis included classical assumption tests such as normality tests and multicollinearity tests, as well as hypothesis testing with simple linear regression. The results of the normality test showed a normal data distribution, while the multicollinearity test revealed a linear relationship between social comparison and academic stress. The simple linear regression test showed that social comparison had a positive impact on academic stress with a regression coefficient of 0.961. The coefficient of determination showed that 52.5% of the variation in academic stress could be explained by social comparison, while 47.5% was caused by other factors. These findings provide insight into the impact of social comparison on academic stress, especially in undergraduate students, and can be used to design more effective interventions to reduce stress among students.*

**Keywords : Social Comparison, Linear Regression, Academic Stress**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN SIMILARITY CHECK</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. LATAR BELAKANG.....	1
1.2. RUMUSAN MASALAH PENELITIAN.....	4
1.4. MANFAAT PENELITIAN.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
2.1. Social Comparison.....	<b>6</b>
1. Definisi <i>Social Comparison</i> .....	6
2. Aspek-Aspek <i>Comparison</i> .....	6
3. Proses <i>Social Comparison</i> .....	7
2.2. Stres Akademik.....	9
1. Definisi Stres Akademik.....	9
2. Aspek-Aspek Stres Akademik.....	9
3. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	11
2.3. Mahasiswa.....	13
1. Definisi Mahasiswa.....	13
2. Rentang Usia Mahasiswa.....	13
2.4. Penelitian Terdahulu.....	14

2.5. Kerangka Pikir.....	18
2.6. Hipotesis.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
3.2. Metode Penelitian .....	19
3.3. Variabel Penelitian.....	19
3.4. Definisi Operasional .....	20
3.5. Populasi dan Sampel.....	20
1. Populasi.....	20
2. Sampel.....	21
3.6. Teknik Pengumpulan Data .....	22
3.7 Instrumen Penelitian.....	22
3.8 Teknik Analisis Data .....	31
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	37
4.1.1. Uji Asumsi Klasik .....	37
4.2. Pembahasan.....	43
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>46</b>
5.1 Kesimpulan.....	46
5.2 Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Angket Social comparison .....	24
Tabel 3.2. Angket Stress Akademik.....	28
Tabel 3.3 Kategori Reliabilitas .....	32
Tabel 3.4 Penggolongan Kategori.....	33
Tabel 3.5 Koefisien Korelasi.....	36
Tabel 4.1 Karakteristik Responden .....	39
Tabel 4.2 . Kolmogorov Smirnov-Z.....	41
Tabel 4.3 . Uji Multikolinearitas .....	43
Tabel 4.4 Uji uji korelasi.....	44



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Grafik Uji Normalitas.....	40
Gambar 2. Uji P-Plot.....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen <i>Self Comparison</i> & Stress Akademik .....	55
--	----



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA