

ABSTRAK
PROFIL MANAJEMEN STRES MAHASISWA AKTIVIS UMTAS

Oleh :
Ari Awal Romadon
C168620167

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran manajemen stress mahasiswa aktivis UMTAS angkatan 2019, berdasarkan skala strategi manajemen stres aktivis UMTAS. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan deskriptif kuantitatif karena untuk mengungkap gambaran mengenai manajemen stress mahasiswa aktivis UMTAS pada angkatan 2019 yang berjumlah 291 populasi dengan pengambilan sampel jenuh yang merupakan pengambilan sampel populasi. Hasil dari penelitian ini yaitu gambaran manajemen stress mahasiswa aktivis UMTAS berada pada kategori tinggi dengan presentase 20% dan mahasiswa aktivis yang berada pada kategori sedang dengan presentase 69%, sedangkan mahasiswa aktivis yang berada pada kategori rendah menunjukkan hasil presentas 12% . kekurangan dari penelitian ini sampel yang terbatas sehingga hanya mengetahui manajemen stress mahasiswa aktivis UMTAS pada angkatan 2019 dan perbedaan hanya dilihat dari skala strategi manajemen stress. Sehingga hasil penelitian masih kurang beragam.

Kata Kunci : *Manajemen Stres, Mahasiswa Aktivis*