

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan tinggi merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas dan potensi individu. Pendidikan tinggi memiliki peranan penting dalam mengembangkan kemandirian mahasiswa dalam proses pembelajarannya, dengan peningkatan penalaran dan pemahaman pengetahuan melalui hubungan antara teori serta penerapannya dalam konteks yang nyata (Junaid & Wahyuni, 2017). Merujuk pada Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 1999 pasal 10 ayat 1 tentang Pendidikan Tinggi, ditegaskan bahwa “Pendidikan tinggi diselenggarakan melalui proses pembelajaran yang mengembangkan kemampuan belajar mandiri”. Dan pada ayat 2 menyatakan bahwa “Dalam rangka penyelenggaraan pendidikan tinggi dapat dilakukan kuliah, seminar, simposium, diskusi panel, loka karya, praktik, dan kegiatan ilmiah lain”.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, istilah "kuliah" diartikan sebagai proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh perguruan tinggi kepada peserta didik yang mengikuti kegiatan belajar mengajar di perguruan tinggi (Taufiq, 2018). Pembelajaran yang disebut dengan kuliah ini dilaksanakan guna mencapai tujuan institusional dan tujuan individual mahasiswa. Di perkuliahan, terjadi interaksi antara dosen, mahasiswa, dan ilmu pengetahuan. Mahasiswa ialah sekelompok orang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Menjadi mahasiswa merupakan suatu kebanggaan tersendiri bagi para mahasiswa karena hanya sebagian kecil orang yang dapat menempuh kegiatan pendidikan di perguruan tinggi (Taufiq, 2018). Mahasiswa yang berasal dari pendidikan tinggi dituntut untuk memiliki keterampilan yang lebih kompleks daripada mahasiswa yang berasal dari pendidikan dasar. Seperti yang disebutkan dalam Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Pasal 26 ayat 4 tentang Standar Nasional Pendidikan yang menyatakan bahwa “Standar kompetensi

lulusan pada jenjang pendidikan tinggi bertujuan untuk mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang berakhlak mulia, memiliki pengetahuan, keterampilan, kemandirian, dan sikap untuk menemukan, mengembangkan, serta menerapkan ilmu, teknologi, dan seni yang bermanfaat bagi kemanusiaan”.

Pada tingkat pendidikan ini, mahasiswa memiliki berbagai tugas yang perlu dilaksanakan, antara lain adalah berinteraksi dengan masyarakat, meningkatkan pengetahuan, berpartisipasi dalam kegiatan organisasi, dan belajar untuk mencapai tujuan hidupnya (Sagita *et al.*, 2017 dalam Nur Fahmawati *et al.*, 2023:92). Merumuskan tujuan individual yang jelas bagi mahasiswa dalam pendidikan tinggi masih menjadi tantangan. Belajar sering kali dianggap sebagai kebutuhan sosial daripada kebutuhan akademis. Jika tujuan masuk perguruan tinggi hanya sekedar mendapatkan gelar sarjana tanpa ilmu dan pengalaman apa pun, maka proses pembelajaran di perguruan tinggi akan terasa seperti beban, siksaan, dan penderitaan bagi mahasiswa (Taufiq, 2018).

Di Indonesia, perguruan tinggi menerapkan aturan ketat untuk memastikan mutu lulusannya, termasuk dalam hal durasi studi mahasiswa. Aturan ini berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan Republik Indonesia Nomor 44 tahun 2015, yang menetapkan bahwa masa studi untuk program sarjana tidak boleh lebih dari tujuh tahun akademik dengan beban studi minimal 144 Satuan Kredit Semester (SKS). Jika mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang ditentukan, mereka akan dikenai sanksi berupa DO (*drop out*). Ancaman DO (*drop out*) ini juga termasuk ke dalam faktor yang dapat mempengaruhi stres pada mahasiswa (Hamzah B. & Hamzah, 2020). Tanggung jawab akademis dan berbagai tuntutan, ditambah dengan sejumlah masalah yang dihadapi, dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa. Selain itu, kurangnya pemahaman mahasiswa mengenai pentingnya belajar di perguruan tinggi dapat mempengaruhi sikap dan pandangan, serta menimbulkan stres pada mahasiswa (Junaid & Wahyuni, 2017).

Stres adalah bagian yang tak terhindarkan dalam kehidupan sehari-hari dan merupakan elemen penting dari pengalaman manusia; tanpa stres, kehidupan tidak akan lengkap (Seyle, 1976; Ridner, 2004 dalam Musabiq & Karimah, 2018). Gejala stres di antaranya mencakup mental, sosial, dan fisik dari suatu keadaan yang tidak terkontrol (Saryanti, 2011). Prevalensi stres di seluruh dunia cukup tinggi, sekitar 350 juta orang mengalami stres, dan menduduki peringkat keempat secara global menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Ambarwati et al., 2017). Stres adalah fenomena yang sering dialami oleh banyak orang, termasuk di kalangan mahasiswa. Berbagai universitas di dunia telah melakukan studi mengenai tingkat stres yang dialami mahasiswa berdasarkan jurusan yang mereka pilih. Angka prevalensi stres mahasiswa di dunia berada dalam rentang 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeeb, 2010; Koochaki, 2009 dalam Ambarwati et al., 2017). Sementara itu, di Indonesia, prevalensi stres mahasiswa berada dalam rentang 36,7- 71,6% (Fitasari 2011 dalam Ambarwati et al., 2017).

Stres dapat terjadi pada setiap tahap perkembangan manusia dengan berbagai tantangan, termasuk mahasiswa. Berdasarkan tahapan perkembangan, mahasiswa berada dalam fase dewasa muda (Santrock, 2008 dalam Musabiq & Karimah, 2018). Dalam tahap perkembangan ini, mahasiswa berusaha mengeksplorasi diri untuk menemukan identitas mereka yang sebenarnya, terlibat aktif dalam interaksi sosial, serta mengambil tanggung jawab dalam konteks sosial (Hurlock, 1980 dalam Musabiq & Karimah, 2018). Dalam memenuhi hal tersebut, stres menjadi hal yang wajar dalam perkembangan mahasiswa. Dalam konteks mahasiswa, stres umumnya berasal dari empat sumber utama, yaitu hubungan interpersonal, faktor intrapersonal, beban akademik, dan kondisi lingkungan (Ross, Niebling, & Heckert, 2008 dalam Musabiq & Karimah, 2018). Konflik dalam hubungan interpersonal, seperti dengan teman, orang tua, atau pasangan, dapat menjadi sumber stres. Faktor-faktor intrapersonal seperti masalah keuangan, perubahan dalam pola makan atau tidur, serta

penurunan kesehatan dapat memicu stres. Stres akademik sering kali muncul akibat nilai ujian yang rendah, beban tugas yang berat, dan materi pelajaran yang kompleks. Selain itu, faktor lingkungan seperti kurangnya waktu istirahat, kemacetan, dan kondisi tempat tinggal yang tidak nyaman juga dapat berkontribusi pada stres (Ross, Niebling, & Heckert, 2008 dalam Musabiq & Karimah, 2018).

Mahasiswa sering kali menjadi kelompok yang paling mudah terkena stres akibat tekanan akademis, yang dikenal sebagai stres akademik. Beban akademik mahasiswa relatif berat karena mereka harus mengambil rata-rata 20 SKS dalam setiap semester agar lulus tepat waktu. Beban akademik yang tinggi dapat menjadi pemicu stres, sebagaimana diungkapkan oleh penelitian Pulido-Martos et al., (2012) yang menunjukkan bahwa stres pada mahasiswa bersumber dari aspek akademis mereka. Ini termasuk tuntutan eksternal seperti tugas kuliah, beban pelajaran, harapan orang tua, tingkat kompetensi perkuliahan, kompleksitas materi kuliah, serta tuntutan internal yang berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Mahasiswa sering mengalami stres akibat tuntutan hidup dan kewajiban akademik, yang bisa mempengaruhi proses belajar dan mengajar (Hamzah B. & Hamzah, 2020). Untuk meraih gelar sarjana sesuai dengan bidang yang dipilih, mahasiswa harus menyelesaikan berbagai beban akademik dan tanggung jawab. Dalam program studi Pendidikan Tari, salah satu persyaratan penting untuk lulus adalah menyelesaikan mata kuliah Koreografi Kelompok.

Mahasiswa semester lima Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta semakin fokus dalam mempelajari ilmu koreografi. Terdapat tiga mata kuliah Koreografi yaitu Koreografi Tunggal, Koreografi Berpasangan, dan Koreografi Kelompok. Di semester tiga dan semester empat mahasiswa sudah mempelajari mata kuliah Koreografi Tunggal dan Koreografi Berpasangan. Kemudian, di semester lima mahasiswa mempelajari mata kuliah Koreografi Kelompok. Mahasiswa diharuskan menyelesaikan mata kuliah Koreografi Kelompok karena merupakan salah satu mata kuliah yang

wajib diambil dalam program studi Pendidikan Tari. Pra-syarat agar bisa mengambil mata kuliah Koreografi Kelompok adalah harus lulus mata kuliah Pengetahuan Komposisi Tari (nilai B), mata kuliah Koreografi Tunggal (nilai B), dan harus lulus mata kuliah Koreografi Berpasangan (nilai B) (RPS, 2021). Mata kuliah Koreografi Kelompok memiliki bobot 2 SKS dengan sifat mata kuliahnya yaitu praktikum. Mata kuliah ini mengajarkan mahasiswa tentang keterampilan dalam menciptakan Tari Kelompok sesuai dengan konsep karya dan prosedur penciptaan tari. Pembelajaran dalam mata kuliah Koreografi Kelompok mencakup pemahaman tentang konsep dan prosedur penciptaan Tari Kelompok, baik yang berakar pada tradisi maupun yang bersifat non-tradisional. Ini mencakup juga aspek pementasan dan konsep tari, serta penerapan konsep karya dalam penulisan proposal Tari Kelompok (RPS, 2021).

Mata kuliah Koreografi Kelompok di Program Studi Pendidikan Tari membutuhkan kerja sama dan kreativitas tinggi. Dalam mata kuliah Koreografi Kelompok, mahasiswa program studi Pendidikan Tari dituntut untuk lebih kreatif dalam pembelajaran, mulai dari pembelajaran di kelas terkait teori maupun praktik penggarapan karya Koreografi Kelompok. Bagi mahasiswa Pendidikan Tari, latihan dan konsultasi merupakan hal yang harus dilakukan karena keberhasilan karya Tari Kelompok bisa didapatkan melalui berlatih dan konsultasi. Stres ini dianggap sebagai penghambat bagi mahasiswa karena ketika mereka mengalami stres, belajar pun menjadi terganggu dan mereka tidak dapat menikmati proses ketika latihan koreografi. Berbagai tuntutan yang dihadapi mahasiswa dalam mata kuliah Koreografi Kelompok dapat menyebabkan stres. Kemampuan mahasiswa untuk mengatasi tantangan dan mengubahnya menjadi kesempatan merupakan salah satu faktor penting dalam menyelesaikan mata kuliah tersebut. Kemampuan ini dinamakan *Adversity Quotient*, yang berarti kemampuan untuk mengatasi kesulitan atau hambatan.

*Adversity Quotient* adalah konsep psikologis yang diperkenalkan oleh Paul G. Stoltz pada tahun 2000, yang merujuk pada kemampuan

seseorang untuk menghadapi tantangan dan mengubahnya menjadi peluang. Kesulitan dan tantangan hidup dapat dikelola dengan baik oleh individu yang memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi (Rahmawan & Selviana, 2021). Orang dengan tingkat *Adversity Quotient* yang tinggi biasanya menunjukkan ketahanan dan tekad yang kuat, serta tidak mudah menyerah. Mereka mampu mengatasi rasa putus asa dan tidak terpengaruh oleh kesulitan. Sebaliknya, mereka yang memiliki *Adversity Quotient* rendah cenderung lebih mudah rapuh dan cepat menyerah. *Adversity Quotient* juga menggambarkan seberapa lama seseorang dapat bertahan dalam menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, *Adversity Quotient* (AQ) memainkan peran penting bagi mahasiswa dalam mengatasi stres.

Selain *Adversity Quotient*, dukungan sosial juga merupakan faktor penting yang berhubungan dengan stres. Dukungan sosial dapat memberikan rasa nyaman, dukungan, dan kasih sayang kepada seseorang saat mereka mengalami stres. Oleh karena itu, dukungan sosial berpotensi meningkatkan rasa harga diri, kompetensi, dan nilai diri, yang membantu individu merasa lebih mampu menghadapi tantangan atau kesulitan dalam menyelesaikan tugas (Sarafino, 2014). Bagi mahasiswa yang mengikuti mata kuliah Koreografi Kelompok, dukungan dari teman sebaya merupakan salah satu sumber bantuan utama yang sangat relevan dalam aspek pendidikan dan perkembangan pribadi. Dengan adanya dukungan tersebut, mahasiswa menjadi lebih termotivasi dan percaya diri, serta berusaha keras untuk mencapai tujuan mereka.

Stres akademik adalah masalah umum yang dihadapi oleh mahasiswa di berbagai disiplin ilmu. Menurut penelitian oleh Brown (2018), stres akademik dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan performa akademik mahasiswa. *Adversity Quotient* (AQ), yang menilai kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan, telah dikenal sebagai faktor yang dapat memengaruhi tingkat stres akademik (Chang, 2017). Telah dilakukan banyak penelitian tentang stres akademik di kalangan mahasiswa dalam berbagai konteks. Studi sebelumnya oleh Smith (2019)

menunjukkan bahwa stres akademik berpengaruh signifikan terhadap performa akademik mahasiswa. Namun, penelitian tersebut lebih fokus pada aspek kecemasan umum dan motivasi belajar, tanpa memperhatikan faktor *Adversity Quotient* yang mungkin memainkan peran penting.

Sebagian besar penelitian tentang *Adversity Quotient* dan stres akademik belum difokuskan pada konteks pendidikan seni. Dalam bidang pendidikan seni, terutama dalam tari, dukungan sosial dari rekan sebaya dapat memiliki peran penting. Dukungan dari teman sebaya telah terbukti menjadi faktor penting dalam mengurangi stres akademik (Jones, 2020). Penelitian oleh Lee (2019) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dapat mengurangi stres akademik. Namun, penelitian tersebut dilakukan dalam konteks pendidikan umum. Dalam bidang pendidikan seni, khususnya tari, dukungan sosial mungkin memiliki peran yang berbeda secara signifikan karena adanya elemen kolaborasi dan kreativitas yang lebih mendalam.

Stres akademik adalah masalah yang sering dialami oleh mahasiswa, termasuk di Program Studi Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta. Berbagai faktor, seperti tuntutan akademik yang tinggi, tugas-tugas yang rumit, dan harapan untuk meraih prestasi yang baik, dapat menyebabkan tekanan akademik ini. Untuk memahami lebih lanjut mengenai penyebab dan dampak stres akademik pada mahasiswa pendidikan tari, peneliti melakukan wawancara awal dengan sejumlah mahasiswa yang telah mengikuti mata kuliah Koreografi Kelompok. Hasil wawancara awal ini mengungkapkan bahwa banyak mahasiswa mengalami tekanan dalam menyelesaikan tugas-tugas koreografi yang kompleks. Seorang mahasiswa mengungkapkan, "Tuntutan untuk menghasilkan karya koreografi yang kreatif dan inovatif seringkali membuat saya merasa tertekan, terutama ketika harus bekerja dalam kelompok." (Mahasiswa A, wawancara, 2024).

Beberapa mahasiswa menyatakan mengalami gejala stres, termasuk pola tidur yang tidak teratur, perubahan nafsu makan, kecemasan, dan ketakutan. Mereka sering begadang hingga larut malam dan merasakan sakit

kepala akibat kurang tidur, sulit tidur, serta kecemasan yang sering menyebabkan mereka tidak hadir di kelas. Gejala-gejala ini sejalan dengan penjelasan Widhiastuti (2010: 40-41) yang menyebutkan bahwa stres dapat terlihat dari dua aspek, yaitu mental dan fisik, seperti kelelahan, perubahan nafsu makan, sakit kepala, serta gangguan tidur.

Selain itu, wawancara mengungkapkan bahwa dukungan dari teman sebaya berkontribusi dalam meredakan stres akademik. Seorang mahasiswa lainnya mengungkapkan, "Saya merasa lebih mampu menghadapi tekanan akademik berkat dorongan dari teman-teman sekelas yang selalu mendukung dan membantu ketika saya menghadapi kesulitan" (Mahasiswa B, wawancara, 2024). Namun, meskipun adanya dukungan sosial yang dirasakan, tidak semua mahasiswa merasakan manfaat yang sama. Beberapa mahasiswa menyebutkan bahwa mereka masih mengalami stres yang tinggi meskipun mendapat dukungan dari teman sebaya. Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai sejauh mana *Adversity Quotient* atau kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan berperan dalam mempengaruhi tingkat stres akademik yang dialami.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa *Adversity Quotient* dapat mempengaruhi bagaimana individu merespons dan mengatasi stres (Stoltz, 2000). Bantuan dari teman sebaya merupakan elemen krusial dalam membantu seseorang menangani stres yang terkait dengan akademik (Cohen & Wills, 1985). Namun, penelitian yang menghubungkan ketiga variabel ini secara spesifik pada mahasiswa pendidikan tari masih terbatas. Berdasarkan temuan dari wawancara pendahuluan ini dan keterbatasan dalam literatur, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Mata Kuliah Koreografi Kelompok di Universitas Negeri Jakarta". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik serta bagaimana dukungan sosial dan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan



dapat berkontribusi dalam mengurangi stres tersebut. Penelitian ini memiliki relevansi penting untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di mata kuliah Koreografi Kelompok.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dengan merujuk pada latar belakang masalah yang telah dijelaskan, identifikasi masalah dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

### **1. Keterbatasan Penelitian Terdahulu**

Meskipun telah banyak penelitian mengenai stres akademik di kalangan mahasiswa, penelitian yang secara khusus menghubungkan antara *Adversity Quotient* (AQ) dan dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengambil mata kuliah Koreografi Kelompok masih tergolong jarang.

### **2. Kompleksitas Faktor-faktor Psikologis**

Mata kuliah Koreografi Kelompok juga mencakup elemen psikologis, seperti tantangan kreativitas dan interaksi sosial yang intens. Namun, belum dipahami secara jelas bagaimana faktor seperti *Adversity Quotient* dan dukungan dari teman sebaya berhubungan dengan stres akademik mahasiswa dalam konteks ini.

### **3. Pentingnya Penanganan Stres Akademik**

Stres yang berasal dari aspek akademik memiliki dampak negatif terhadap kesejahteraan mental dan kinerja akademik mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres akademik, baik yang bersifat internal (seperti *Adversity Quotient*) maupun eksternal (seperti dukungan sosial dari teman sebaya). Hal ini sangat relevan dalam konteks mata kuliah koreografi kelompok yang mungkin menambah tekanan.

### **4. Relevansi Penelitian Terhadap Pendidikan Tari**

Penelitian ini relevan dengan program studi Pendidikan Tari karena memberikan wawasan mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa dalam mata

kuliah Koreografi Kelompok. Pengetahuan ini dapat digunakan untuk mengembangkan strategi dukungan yang lebih efektif guna meningkatkan kesejahteraan mahasiswa dan kualitas pembelajaran.

### C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dalam penelitian ini, berikut beberapa batasan masalah yang telah ditetapkan untuk memberikan arah yang jelas pada cakupan dan fokus studi:

1. Penelitian ini akan difokuskan pada mahasiswa yang telah menyelesaikan mata kuliah Koreografi Kelompok dalam program studi Pendidikan Tari di Universitas Negeri Jakarta. Subjek penelitian adalah mahasiswa dari angkatan 2020 dan 2021 dalam program studi Pendidikan Tari.
2. Variabel dependen yang menjadi fokus penelitian adalah stres akademik (Y) yang dirasakan oleh mahasiswa. Untuk mengukur tingkat stres akademik ini, akan digunakan skala atau instrumen yang teruji validitas dan reliabilitasnya.
3. Variabel independen meliputi *Adversity Quotient* (X1) dan dukungan sosial dari teman sebaya (X2). *Adversity Quotient* akan menggambarkan sejauh mana individu mampu mengatasi tantangan, rintangan, dan tekanan yang timbul dalam konteks akademik. Sementara itu, dukungan sosial akan menilai bantuan yang diterima dari teman sebaya.
4. Penelitian ini mengidentifikasi keterkaitan hubungan antara *Adversity Quotient* dan dukungan sosial dari teman sebaya terhadap stres akademik, dengan fokus khusus pada mahasiswa yang mengikuti mata kuliah Koreografi Kelompok.
5. Penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penggunaan kuesioner sebagai instrumen atau alat pengumpulan data akan memungkinkan pengukuran yang sistematis terhadap variabel-variabel yang diteliti dari sudut pandang mahasiswa.

#### D. Rumusan Masalah

Dari batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *Adversity Quotient* dengan stres akademik pada mahasiswa mata kuliah Koreografi Kelompok program studi Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa mata kuliah Koreografi Kelompok program studi Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta?
3. Apakah terdapat hubungan antara *Adversity Quotient* dengan dukungan sosial teman sebaya?
4. Apakah terdapat hubungan antara *Adversity Quotient* dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa mata kuliah Koreografi Kelompok program studi Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta?

#### E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kegunaan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam pendidikan tari mengenai hubungan *Adversity Quotient* dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa mata kuliah Koreografi Kelompok.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Program Studi

Temuan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk mengembangkan tinjauan kurikulum agar lebih sesuai dengan kebutuhan mahasiswa, yang tercermin dalam materi kuliah pada mata kuliah Koreografi Kelompok.

b. Bagi Dosen

Temuan dari penelitian ini dapat menjadi referensi dan pertimbangan dalam menentukan strategi pembelajaran di perguruan tinggi, mengingat beragam karakteristik mahasiswa, terutama yang berkaitan dengan *Adversity Quotient*, dukungan sosial dari teman sebaya, dan stres akademik.

c. Bagi Mahasiswa

Temuan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa dengan memperluas pemahaman mereka mengenai pentingnya *Adversity Quotient* dan dukungan sosial dari teman sebaya dalam menghadapi stres akademik, baik dalam teori maupun praktik dalam mata kuliah Koreografi Kelompok.

d. Bagi Peneliti

Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dan referensi untuk studi lebih lanjut mengenai *Adversity Quotient*, dukungan sosial teman sebaya, serta dampaknya terhadap stres akademik.

