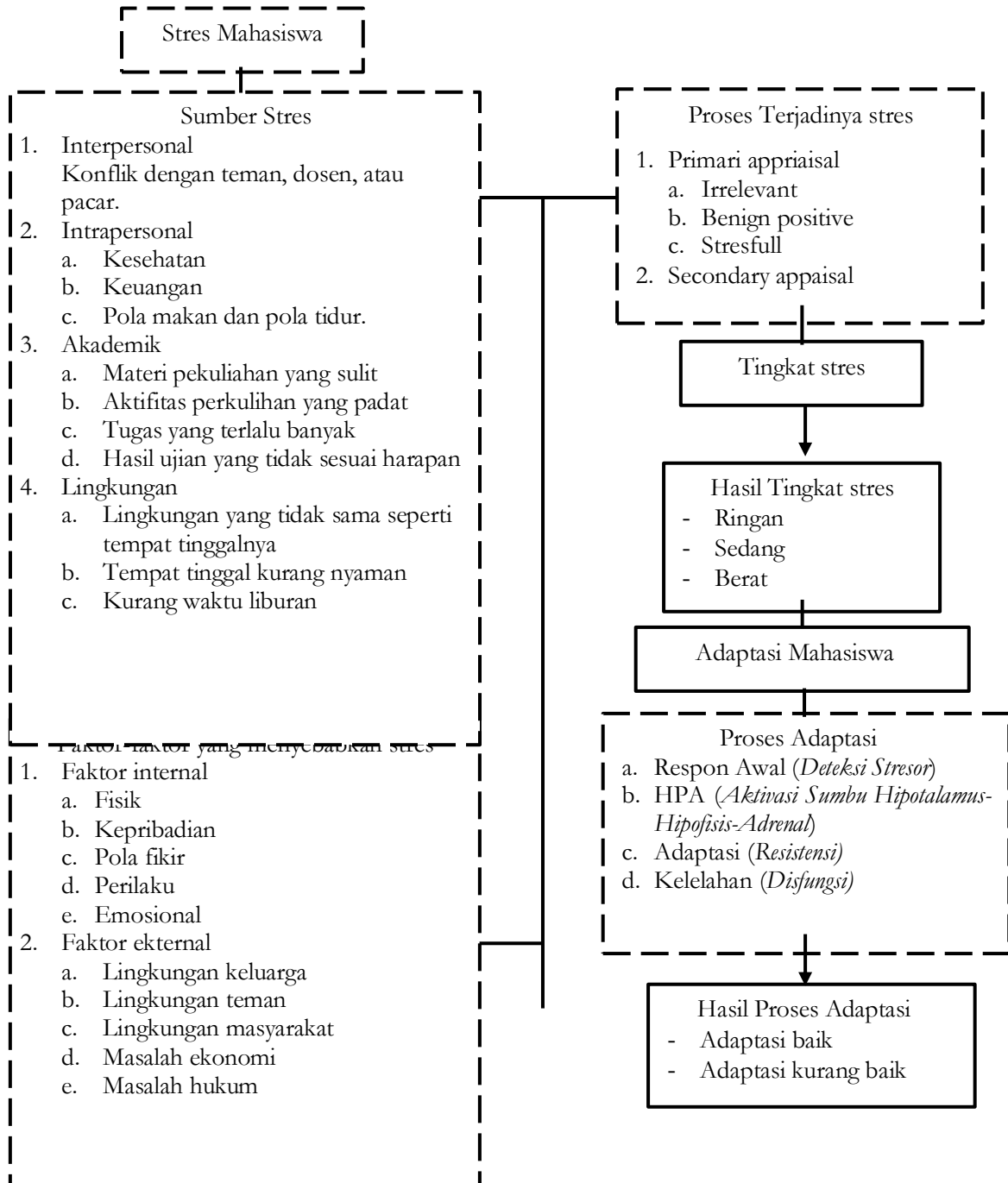


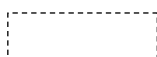
BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

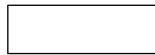
Gambar 3. 1 kerangka konsep



keterangan :



: Tidak di teliti



: Di teliti

3.1 Kerangka konsep

Proses adaptasi dapat mengurangi tingkat stres atau kecemasan pada seseorang dengan membatasi pengaruh terjadinya stres dan kecemasan yang di timbulkan. Menurut (Baker dan Siryk, dalam Credé & Niehorster, 2012) jika pada mahasiswa tahun pertama baik dalam beradaptasi, maka tingkat stres pada individu rendah, dan sebaliknya apabila mahasiswa pada tahun pertama dalam beradaptasi buruk maka individu dapat menyebabkan stres (Prima et al., 2019). Proses adaptasi sangat penting di dunia perkuliahan maupun di luar perkuliahan. Yang mana dalam penelitian (Handaja et al., 2023) mahasiswa akan mengalami *Culture shock* atau perasaan keterkejutan ketika individu berpindah ataupun ada sebuah hal yang baru pada dirinya maupun pada lingkungannya.

Oleh karena itu, mahasiswa di katakana proses adaptasinya baik yaitu mampu beradaptasi dengan hal-hal baru dan lingkungan baru, atau mahasiswa di katakana mampu beradaptasi dengan baik ketika sudah bisa mengatasi permasalahan dan mencapai kesejahteraan pada dirinya. Proses adaptasi di pengaruhi oleh dua faktor, faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* timbul dari dalam diri seseorang seperti kemampuan akademik, sifat, fisik, psikologis dan motivasi, adapun faktor *eksternal* timbul dari luar diri seseorang seperti peranan orang tua, teman, lingkungan, dan sebagainya. Semakin baik individu dalam beradaptasi maka semakin rendah potensi stres. Begitupun dengan sebaliknya, jika seseorang gagal dalam beradaptasi maka semakin tinggi potensi stres yang akan di alami oleh individu.

Stres di bagi menjadi tiga tingkatan stres yaitu: Stres ringan, Stres sedang, Stres berat. Stres akan menghambat dalam aktivitas individu dalam kehidupan sehari-hari, oleh demikian proses adaptasi sangatlah penting dalam kehidpann individu, terutama di bangku perguruan tinggi yang notabennya jauh berbeda dengan lingkungan sekolah

sebelumnya. Oleh karena itu individu yang sudah menjadi mahasiswa baru proses adaptasi sangatlah penting dalam perguruan tinggi untuk mengurangi tingkat stres pada individu yang sudah menjadi mahasiswa baru.

3.2 Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sesaat terhadap rumusan permasalahan yang sudah dinyatakan sebagai pertanyaan. Fakta empiris belum diketahui, dan respons yang diberikan bersifat teoritis (Sugiono, 2022). Dari penjelasan di atas, didapatkan hipotesis sebagai berikut :

H₁ : Terdapat Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi pada Mahasiswa baru S1 Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Malang.



