ABSTRAK

Denova Frisella Rachman 1403382 (2018). Hubungan Kebiasaan Mendengarkan Musik dengan Stres Akademik Remaja serta Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling (Studi Korelasional terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019).

Stres akademik pada remajadipicu oleh sumber stres yang berupa masalah-masalah pendidikan seperti keputusan akademik, keputusan karir di masa depan, gaya belajar yang buruk, ketidakmampuan dalam mengerjakan ujian atau tes, kesulitan dalam berkonsentrasi, serta kesulitan membuat skala prioritas dalam mengerjakan tugas sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran deskriptif mengenai hubungan kebiasaan mendengarkan musik dengan stres akademik peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Penelitian dilakukan terhadap 318 peserta didik kelas X SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 dengan menggunakan sampel jenuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum kebiasaan mendengarkan musik peserta didik berada pada kategori sedang *(moderate)* dan stres akademik peserta didik berada pada kategori sedang. Hasil pengujian hipotesis dengan analisis korelasi *rank Spearman* menunjukkan hasil (r=-0,679, p=0,000<0,05) yang berartiterdapat hubungan yang kuat dan signifikanantara kebiasaan mendengarkan musik dan stres akademik peserta didikdengan arahkoefisien korelasi negatif. Penelitian ini merekomendasikan layanan dasar bidang pribadi yang memuat konten pemahaman stres akademik dan kebiasaan mendengarkan musik yang positif pada saat menghadapi stresor akademik.

Kata Kunci: kebiasaan mendengarkan musik, stres akademik

ABSTRACT

Denova Frisella Rachman 1403382 (2018). The Correlation Between Music Listening Habits and Adolescent's Academic Stress and Its Implications for Guidance and Counseling Services (Correlational Studies to Grade X students in SMA Negeri 15 Bandung Academic Year 2018/2019).

Academic stress in adolescents triggered by academic stressors such as academic decisions, future career decisions, poor learning styles, inability to do tests, difficulty concentrating, and difficulty to making priority scale in doing school work. This research aims to obtain a descriptive description of the relationship between student's music listening habits and academic stress. It adopted the quantitative approach with correlational method. The research was conducted to 318 students of the tenth grade of SMA Negeri 15 Bandung Academic Year 2018/2019 using saturated samples. The results show that music listening habits of students is in the medium (moderate) category. On the other hand, academic stress of students is in the medium category. The correlation test using rank Spearman yielded the value of (r=-0,679, p=0,000<0,05), which means that there was a significant negative correlation between music listening habits and academic stress on students. This research recommends personal guidance and counseling services contains academic stress and positive music listening habits.

***Keywords**: music listening habits, academic stress*