

ABSTRAK

Sariputri, Sela. (2026). *Tingkat Stres pada Mahasiswa Ditinjau dari Intensitas Mendengarkan Musik K-Pop. Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas mendengarkan musik K-Pop dengan tingkat stres pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat stres dan intensitas mendengarkan musik K-Pop. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan desain korelasional. Responden berjumlah 189 mahasiswa berusia 18-25 tahun dan gemar mendengarkan musik K-Pop. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *Google Form*, yaitu menggunakan *Perceived Stress Scale* ($\alpha = 0,770$) dan Skala Intensitas Mendengarkan Musik K-Pop ($\alpha = 0,862$). Hasil uji korelasi *Spearman's* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dan intensitas mendengarkan musik K-Pop dengan nilai korelasi 0,009 dan signifikansi 0,901 ($p > 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa hipotesis nol penelitian ini gagal ditolak. Analisis tambahan menunjukkan bahwa semua aspek intensitas mendengarkan musik K-Pop tidak berhubungan dengan tingkat stres. Sementara itu, pada faktor demografis menunjukkan tidak adanya hubungan dengan tingkat stres.

Kata kunci: Mahasiswa, stres, musik, K-Pop, intensitas mendengarkan musik K-Pop

ABSTRACT

Sariputri, Sela. (2026). *Stress Levels Among College Students in Relation to the Intensity of Listening to K-Pop Music*. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Universitas Sanata Dharma.

This study aims to determine the relationship between the frequency of listening to K-Pop and stress levels among college students. The hypothesis proposed in this study is that there is a relationship between stress levels and the frequency of listening to K-Pop. This study employs a quantitative approach using a survey method and a correlational design. The sample consisted of 189 college students aged 18–25 who enjoy listening to K-Pop. Data collection was conducted online via Google Forms, using the Perceived Stress Scale ($\alpha = 0.770$) and the K-Pop Music Listening Frequency Scale ($\alpha = 0.862$). The results of Spearman's correlation test showed that there was no relationship between stress levels and the intensity of K-Pop listening, with a correlation coefficient of 0.009 and a significance level of 0.901 ($p > 0.05$). These findings indicate that the research hypothesis is rejected. Additional analysis showed that all aspects of K-Pop listening intensity were not associated with stress levels. Meanwhile, demographic factors showed no association with stress levels.

Keyword: College Student, stress, music, K-Pop, Intensity of Listening to K-Pop Music

