

ABSTRAK

Latar Belakang: stres bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan seseorang. Stres dapat mempengaruhi setiap orang, termasuk remaja dalam hal ini adalah mahasiswa. Pada mahasiswa keperawatan yang tingkat aktivitasnya relatif padat yang memungkinkan terjadinya stress akademik, angka kejadian stress menunjukkan bahwa lebih dari 50 % mahasiswa mengalami stress akademik. Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi stress akademik, salah satunya dengan melakukan olahraga **Tujuan:** untuk mengetahui adanya hubungan aktivitas olahraga dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan di Kota Bandung. **Metode:** hasil penelitian ini merupakan rancangan penelitian deskriptif analitik korelasional dengan menggunakan *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*, subjek penelitian sebanyak 89 mahasiswa. **Hasil:** hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya aktivitas olahraga mahasiswa kurang sebanyak (53,9%), dan lebih dari setengahnya mengalami tingkat stres akademik sedang sebanyak (71,9%), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas olahraga dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan di Kota Bandung $0,067$ ($p > 0.05$). **Saran:** pada peneliti selanjutnya yang berminat meneruskan penelitian dapat mengembangkan jenis olahraga yang dapat menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan.

Kata kunci: Mahasiswa, Olahraga, Stres.

Daftar Pustaka: 90 (1978-2017)