

DETERMINAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA PENERIMA KIP: GAYA HIDUP, DISIPLIN, DAN DUKUNGAN SOSIAL

Layli Nur Hamidah^{1*}, Subagyo², Rino sardanto³

^{1),2),3)} Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. KH. Ahmad Dahlan No.76, Kec. Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur
laylinurhamidah27@gmail.com

Informasi Artikel

Tanggal Masuk : 26/06/2026

Tanggal Revisi : 04/07/2026

Tanggal Diterima : 14/07/2026

Abstract

This study aimed to analyze the influence of lifestyle, discipline, and social support on the academic achievement of KIP Kuliah recipients at Universitas Nusantara PGRI Kediri. The research employed a quantitative approach with a causal associative method. The sample consisted of 94 respondents selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using multiple linear regression with the assistance of IBM SPSS Statistics Version 23. The results indicated that lifestyle, discipline, and social support partially had a positive and significant effect on students' academic achievement. Furthermore, these three variables simultaneously had a significant effect on the academic achievement of KIP Kuliah recipients at Universitas Nusantara PGRI Kediri. The novelty of this study lies in examining lifestyle, discipline, and social support as determinants of academic achievement within a single empirical model focusing on KIP Kuliah recipients, a topic that has received limited attention in previous studies. The findings highlight that both internal and external factors play important roles in supporting students' academic achievement.

Keywords: *Lifestyle; Discipline; Social Support; Academic Achievement; KIP Kuliah Recipients*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif kausal. Sampel penelitian berjumlah 94 responden yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistics Versi 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. Selain itu, ketiga variabel tersebut secara simultan juga berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial sebagai determinan prestasi akademik dalam satu model empiris pada mahasiswa penerima KIP Kuliah yang masih terbatas dikaji pada penelitian sebelumnya. Temuan penelitian menegaskan bahwa faktor internal dan eksternal mahasiswa berperan penting dalam mendukung pencapaian prestasi akademik.

Kata Kunci: *Gaya Hidup; Disiplin; Dukungan Sosial; Prestasi Akademik; KIP Kuliah*

PENDAHULUAN

Program Kartu Indonesia Pintar (KIP) Kuliah merupakan salah satu kebijakan pemerintah yang dirancang untuk memperluas kesempatan memperoleh pendidikan tinggi bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi. Selain berfungsi sebagai bantuan pembiayaan studi, program ini juga diharapkan mampu menunjang keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Salah satu ukuran keberhasilan tersebut dapat dilihat melalui prestasi akademik yang menggambarkan tingkat kemampuan mahasiswa dalam mencapai capaian pembelajaran serta memenuhi standar akademik yang ditetapkan oleh perguruan tinggi [1]. Oleh sebab itu, prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan dalam menilai efektivitas pelaksanaan program bantuan pendidikan tersebut.

Walaupun menerima bentuk bantuan pendidikan yang sama, tingkat prestasi akademik mahasiswa penerima KIP menunjukkan perbedaan yang cukup beragam. Berdasarkan data *monitoring* dan evaluasi mahasiswa penerima KIP Kuliah semester ganjil Tahun Akademik 2025/2026 di Universitas Nusantara PGRI Kediri, tercatat sebanyak 1.581 mahasiswa penerima KIP masih berstatus aktif. Dari jumlah tersebut, 1.494 mahasiswa berada pada kategori IPK 3 (3,00–3,99), sebanyak 64 mahasiswa berada pada kategori IPK 4 ($\geq 4,00$), 15 mahasiswa termasuk dalam kategori IPK 2 (2,00–2,99), dan 3 mahasiswa berada pada kategori IPK 1 ($< 2,00$), sedangkan 5 mahasiswa lainnya belum memiliki data IPK [2]. Perbedaan capaian akademik tersebut

mengindikasikan bahwa keberhasilan studi mahasiswa tidak semata-mata ditentukan oleh bantuan finansial yang diterima, melainkan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang berasal dari diri mahasiswa maupun lingkungan sosial di sekitarnya. Fenomena ini perlu mendapat perhatian karena prestasi akademik yang optimal merupakan salah satu indikator keberhasilan implementasi program KIP Kuliah.

Salah satu faktor yang diperkirakan berkaitan dengan prestasi akademik mahasiswa adalah gaya hidup. Gaya hidup mencerminkan pola aktivitas, minat, serta cara individu menggunakan waktu dan sumber daya yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari [3]. Kemajuan teknologi informasi dan berkembangnya media sosial telah membawa perubahan pada pola kehidupan mahasiswa, termasuk dalam pengelolaan waktu, interaksi sosial, dan perilaku konsumsi. Apabila gaya hidup yang dijalankan kurang mendukung aktivitas akademik, kondisi tersebut berpotensi mengurangi konsentrasi belajar sehingga dapat memengaruhi pencapaian prestasi akademik mahasiswa [4].

Selain gaya hidup, disiplin juga menjadi faktor yang memiliki kaitan erat dengan keberhasilan akademik. Disiplin menggambarkan kemampuan seseorang dalam mematuhi aturan, mengatur waktu secara efektif, serta melaksanakan tanggung jawab akademik secara berkesinambungan [5]. Mahasiswa yang memiliki tingkat disiplin yang baik umumnya lebih teratur dalam mengikuti proses perkuliahan, menyelesaikan tugas, dan mempersiapkan diri menghadapi berbagai bentuk evaluasi pembelajaran, sehingga memiliki peluang lebih besar untuk memperoleh prestasi akademik yang lebih baik [6].

Faktor berikutnya yang diduga memengaruhi prestasi akademik mahasiswa adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bantuan yang diterima individu dalam bentuk emosional, informasional, penghargaan, maupun bantuan instrumental dari lingkungan sekitarnya [7]. Kehadiran dukungan dari keluarga, teman sebaya, dosen, dan lingkungan kampus dapat membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan selama menjalani perkuliahan sekaligus meningkatkan motivasi untuk mencapai tujuan akademik yang diharapkan [8].

Berbagai hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan prestasi akademik mahasiswa. Gaya hidup diketahui memberikan pengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima bantuan pendidikan [9]. Disiplin belajar juga terbukti berkontribusi secara positif terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa [10,11]. Di samping itu, dukungan sosial berperan dalam menunjang keberhasilan akademik melalui peningkatan motivasi belajar, rasa percaya diri, serta kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik [12,13]. Temuan tersebut menunjukkan bahwa faktor perilaku individu dan kondisi lingkungan sosial mempunyai peranan penting dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih menelaah pengaruh gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial secara terpisah atau mengombinasikannya dengan variabel lain, seperti motivasi belajar, *self-efficacy*, kualitas hidup, dan lingkungan belajar. Penelitian yang mengintegrasikan ketiga variabel tersebut dalam satu model untuk menjelaskan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP masih tergolong terbatas. Selain itu, kajian yang secara khusus meneliti mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri juga belum banyak ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan unsur kebaruan dengan menggabungkan faktor internal yang terdiri atas gaya hidup dan disiplin serta faktor eksternal berupa dukungan sosial ke dalam satu model empiris guna menjelaskan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan di lapangan dan adanya kesenjangan penelitian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam memperluas kajian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi prestasi akademik mahasiswa, sekaligus memberikan manfaat praktis sebagai bahan pertimbangan bagi perguruan tinggi dalam menyusun program pembinaan yang dapat mendukung peningkatan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif kausal untuk mengkaji pengaruh gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri. Penelitian asosiatif kausal digunakan untuk mengidentifikasi hubungan sebab-akibat yang terjadi antara variabel bebas dan variabel terikat [14]. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel independen yang terdiri atas gaya hidup (X_1), disiplin (X_2), dan dukungan sosial (X_3), sedangkan variabel

dependennya adalah prestasi akademik (Y). Pelaksanaan penelitian dilakukan pada mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri Tahun Akademik 2025/2026.

Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa penerima KIP Kuliah angkatan 2022–2025 yang masih aktif, dengan jumlah keseluruhan sebanyak 1.581 mahasiswa. Penentuan ukuran sampel dilakukan menggunakan rumus *Slovin* dengan tingkat kesalahan sebesar 10%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 94 responden. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang disusun menggunakan skala Likert lima tingkat, mulai dari pilihan sangat tidak setuju sampai dengan sangat setuju.

Hasil pengujian validitas menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan pada variabel gaya hidup (X_1), disiplin (X_2), dukungan sosial (X_3), dan prestasi akademik (Y) memiliki nilai r_{hitung} yang lebih tinggi dibandingkan r_{tabel} sebesar 0,3061, dengan rentang nilai antara 0,395 hingga 0,852. Dengan demikian, seluruh item instrumen dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji reliabilitas diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,756 untuk variabel gaya hidup, 0,904 untuk variabel disiplin, 0,894 untuk variabel dukungan sosial, dan 0,930 untuk variabel prestasi akademik. Karena seluruh nilai tersebut melebihi batas minimum 0,60, maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel serta layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Proses analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif dan statistik inferensial. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Selanjutnya, hipotesis penelitian diuji menggunakan analisis regresi linier berganda, uji t (parsial), uji F (simultan), serta koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics* versi 23.

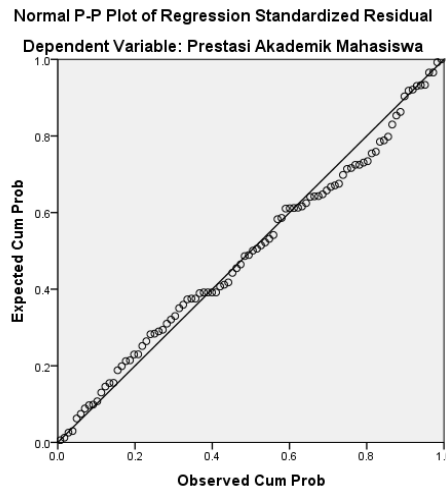
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif Variabel

Berdasarkan data yang berhasil dikumpulkan, penelitian ini melibatkan 94 mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri sebagai responden. Ditinjau dari karakteristik jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan dengan jumlah 57 orang (60,6%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 37 orang (39,4%). Jika dilihat berdasarkan program studi, responden berasal dari berbagai program studi yang ada di Universitas Nusantara PGRI Kediri. Program Studi Manajemen menjadi program studi dengan jumlah responden terbesar, yaitu 21 orang (22,3%), kemudian disusul oleh Program Studi Sistem Informasi sebanyak 11 orang (11,7%). Selanjutnya, Program Studi Akuntansi, Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PENJASKESREK), serta Bimbingan dan Konseling masing-masing diwakili oleh 10 responden (10,6%). Sementara itu, jumlah responden paling sedikit berasal dari Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris dan PG PAUD yang masing-masing berjumlah 1 orang (1,1%). Sebaran responden yang berasal dari berbagai program studi tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini mencakup mahasiswa dengan latar belakang akademik yang beragam sehingga mampu memberikan gambaran yang lebih luas mengenai kondisi mahasiswa penerima KIP Kuliah di Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh nilai rata-rata pada variabel gaya hidup sebesar 4,30, variabel disiplin sebesar 4,23, variabel dukungan sosial sebesar 4,07, dan variabel prestasi akademik sebesar 4,29. Nilai rata-rata tertinggi ditemukan pada variabel gaya hidup, sedangkan nilai rata-rata terendah terdapat pada variabel dukungan sosial. Secara keseluruhan, seluruh variabel memperoleh nilai rata-rata di atas 4,00 yang mengindikasikan bahwa responden cenderung memberikan tanggapan positif terhadap setiap indikator yang digunakan dalam penelitian. Temuan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa penerima KIP Kuliah di Universitas Nusantara PGRI Kediri memiliki tingkat gaya hidup, disiplin, dukungan sosial, dan prestasi akademik yang tergolong baik selama menjalani kegiatan perkuliahan.

Analisis Statistik Inferensial Uji Normalitas



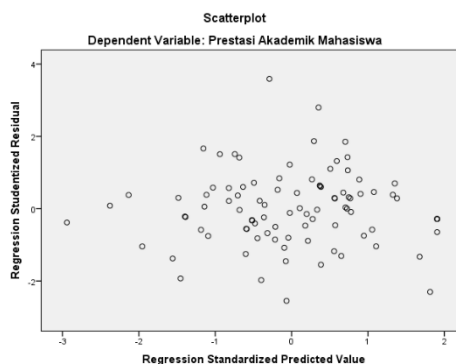
Gambar 1. Hasil Uji Normalitas Probability Plots
Sumber: Output SPSS Versi 23

Hasil pengujian normalitas melalui grafik *Normal Probability Plot* (P-P Plot) menunjukkan bahwa titik-titik residual berada di sekitar garis diagonal dan mengikuti pola searah dengan garis tersebut. Pola penyebaran ini mengindikasikan bahwa residual dalam model penelitian telah memenuhi asumsi normalitas. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* yang menghasilkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200, yaitu lebih besar dari taraf signifikansi 0,05. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa residual berdistribusi normal sehingga model regresi memenuhi asumsi normalitas dan dapat digunakan untuk tahap analisis selanjutnya.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi yang tinggi antarvariabel independen dalam model regresi. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Model regresi dinyatakan bebas dari gejala multikolinearitas apabila memiliki nilai Tolerance $> 0,10$ dan nilai VIF < 10 . Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel gaya hidup (X_1) memiliki nilai Tolerance sebesar 0,427 dan VIF sebesar 2,343. Variabel disiplin (X_2) memiliki nilai Tolerance sebesar 0,401 dan VIF sebesar 2,492, sedangkan variabel dukungan sosial (X_3) memiliki nilai Tolerance sebesar 0,779 dan VIF sebesar 1,283. Seluruh variabel independen memiliki nilai Tolerance lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF lebih kecil dari 10. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model regresi tidak mengalami gejala multikolinearitas sehingga variabel gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial dapat digunakan secara bersama-sama dalam model regresi.

Uji Heteroskedastisitas



Gambar 2. Hasil Uji Heteroskedastisitas
Sumber: Output SPSS Versi 23

Uji heteroskedastisitas dilakukan melalui analisis grafik *scatterplot* yang menggambarkan hubungan antara nilai prediksi variabel dependen (ZPRED) dan nilai residual (SRESID). Berdasarkan hasil pengujian pada Gambar

2, terlihat bahwa sebaran titik-titik data tidak membentuk pola tertentu dan tersebar secara acak. Pola penyebaran tersebut mengindikasikan bahwa model regresi tidak mengalami gejala heteroskedastisitas. Oleh karena itu, asumsi heteroskedastisitas dinyatakan telah terpenuhi sehingga model regresi dapat digunakan dalam analisis regresi linier berganda serta pengujian hipotesis pada tahap selanjutnya.

Analisis Regresi Linier Berganda

Tabel 1. Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda

	Model	Unstandardized Coefficients	
		B	Std. Error
1	(Constant)	1.372	3.015
	Gaya Hidup	.495	.099
	Disiplin	.304	.073
	Dukungan Sosial	.224	.044

Sumber: Output SPSS versi 23

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda yang disajikan pada Tabel 1, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 1,372 + 0,495X_1 + 0,304X_2 + 0,224X_3$$

Nilai konstanta (a) sebesar 1,372 mengindikasikan bahwa apabila variabel gaya hidup (X_1), disiplin (X_2), dan dukungan sosial (X_3) berada pada kondisi konstan atau bernilai nol, maka nilai prestasi akademik mahasiswa diperkirakan sebesar 1,372 satuan. Koefisien regresi variabel gaya hidup (X_1) sebesar 0,495 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan pada gaya hidup akan diikuti peningkatan prestasi akademik mahasiswa sebesar 0,495 satuan dengan asumsi variabel lainnya tetap. Selanjutnya, koefisien regresi disiplin (X_2) sebesar 0,304 menunjukkan bahwa peningkatan disiplin sebesar satu satuan akan meningkatkan prestasi akademik mahasiswa sebesar 0,304 satuan dengan asumsi gaya hidup dan dukungan sosial tidak mengalami perubahan. Sementara itu, koefisien regresi dukungan sosial (X_3) sebesar 0,224 mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dukungan sosial akan meningkatkan prestasi akademik mahasiswa sebesar 0,224 satuan dengan asumsi variabel gaya hidup dan disiplin berada dalam kondisi tetap. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa seluruh variabel independen memiliki pengaruh yang searah atau positif terhadap prestasi akademik mahasiswa. Oleh karena itu, semakin baik gaya hidup yang diterapkan, semakin tinggi tingkat disiplin yang dimiliki, serta semakin besar dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri cenderung mengalami peningkatan.

Uji t (Parsial)

Uji t dilakukan untuk menganalisis pengaruh setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilaksanakan, diperoleh temuan sebagai berikut:

1. Variabel gaya hidup (X_1) menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 serta nilai t_{hitung} yang melebihi t_{tabel} . Temuan tersebut mengindikasikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Variabel disiplin (X_2) memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berada di bawah 0,05 dengan nilai t_{hitung} lebih besar dibandingkan t_{tabel} . Hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, disiplin terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Variabel dukungan sosial (X_3) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05 dan nilai t_{hitung} yang lebih tinggi daripada t_{tabel} . Kondisi tersebut menandakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dinyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Uji F (SIMULTAN)

Tabel 2. Hasil Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2233.976	3	744.659	93.978	.000 ^b
	Residual	713.141	90	7.924		
	Total	2947.117	93			

a. Dependent Variable: Prestasi Akademik Mahasiswa

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Gaya Hidup, Disiplin

Sumber: Output SPSS versi 23

Berdasarkan hasil pengujian F (simultan), diperoleh nilai F hitung sebesar 79,936 dengan tingkat signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa variabel gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri. Oleh sebab itu, peningkatan kualitas gaya hidup, tingkat disiplin yang lebih baik, serta dukungan sosial yang semakin kuat akan mendorong peningkatan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini juga menegaskan bahwa ketiga variabel independen tersebut memiliki peran yang signifikan dalam menunjang keberhasilan akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah.

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Berdasarkan hasil pengujian koefisien determinasi (R^2), diperoleh nilai Adjusted R Square sebesar 0,727 atau setara dengan 72,7%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa variabel gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial mampu menerangkan variasi prestasi akademik mahasiswa sebesar 72,7%, sedangkan 27,3% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang berada di luar model penelitian dan tidak dikaji dalam penelitian ini. Dengan demikian, ketiga variabel independen yang digunakan dalam penelitian memiliki daya jelas yang tinggi terhadap perubahan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Pembahasan

Pengaruh Gaya Hidup terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Penerima KIP

Berdasarkan hasil uji t (parsial), variabel gaya hidup (X_1) memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima. Nilai koefisien regresi sebesar 0,495 menunjukkan bahwa gaya hidup memiliki pengaruh positif terhadap prestasi akademik mahasiswa. Artinya, semakin baik gaya hidup mahasiswa, maka semakin tinggi pula prestasi akademik yang dicapai dengan asumsi variabel lain tetap. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa penerima KIP yang mampu mengelola pola konsumsi secara bijaksana, memanfaatkan waktu secara efektif, aktif dalam kegiatan sosial yang mendukung pengembangan diri, serta mampu mengambil keputusan yang tepat cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik. Gaya hidup yang positif membantu mahasiswa lebih fokus dalam menjalankan aktivitas akademik sehingga dapat meningkatkan kualitas belajar dan pencapaian akademik. Temuan ini mendukung teori [15] yang menjelaskan bahwa gaya hidup merupakan pola perilaku individu dalam mengelola aktivitas, waktu, dan sumber daya yang dimiliki. Mahasiswa yang menerapkan gaya hidup positif cenderung mampu menyeimbangkan kebutuhan akademik dan sosial sehingga dapat menunjang keberhasilan belajar. Selain itu, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian [11,16,17] yang menyatakan bahwa gaya hidup berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP. Dengan demikian, gaya hidup menjadi salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap keberhasilan akademik mahasiswa.

Pengaruh Disiplin terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Penerima KIP

Berdasarkan hasil uji t (parsial), variabel disiplin (X_2) memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_2 diterima. Nilai koefisien regresi sebesar 0,304 menunjukkan bahwa disiplin memiliki pengaruh positif terhadap prestasi akademik mahasiswa. Artinya, peningkatan disiplin akan diikuti oleh peningkatan prestasi akademik mahasiswa dengan asumsi variabel lain tetap. Oleh karena itu, disiplin terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengendalikan diri, mengatur waktu secara efektif, tekun dalam belajar, bertanggung jawab terhadap kewajiban akademik, dan mematuhi peraturan kampus cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi. Disiplin yang baik memungkinkan mahasiswa menjalankan proses pembelajaran secara teratur dan konsisten sehingga mendukung keberhasilan akademik. Hasil penelitian ini mendukung pendapat [18] yang menyatakan bahwa disiplin merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku dan melaksanakan tanggung jawab secara konsisten untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks pendidikan, disiplin berperan penting dalam membentuk kebiasaan belajar yang teratur sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian [8,10,19, 20] yang menemukan bahwa disiplin berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. Oleh karena itu, disiplin dapat dipandang sebagai salah satu faktor internal yang berperan penting dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa penerima KIP.

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Penerima KIP

Berdasarkan hasil uji t (parsial), variabel dukungan sosial (X_3) memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_3 diterima. Nilai koefisien regresi sebesar 0,224 menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap prestasi akademik mahasiswa. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula prestasi akademik yang dapat dicapai dengan asumsi variabel lain tetap. Oleh karena itu, dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan dari keluarga, teman sebaya, dosen, maupun lingkungan kampus cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, lebih mampu menghadapi tekanan akademik, dan memiliki rasa percaya diri yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Dukungan sosial yang memadai dapat menciptakan kondisi psikologis yang positif sehingga mendukung peningkatan prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini sesuai dengan teori [6] yang menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan, maupun bantuan nyata yang diberikan oleh lingkungan sosial untuk membantu individu menghadapi berbagai tantangan. Dalam lingkungan pendidikan, dukungan sosial dapat meningkatkan motivasi belajar dan membantu mahasiswa mencapai hasil akademik yang lebih optimal. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian [20, 21, 22] yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang berkontribusi dalam meningkatkan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP.

Pengaruh Gaya Hidup, Disiplin, dan Dukungan Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Penerima KIP

Berdasarkan hasil uji F (simultan), diperoleh nilai F hitung sebesar 93,978 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_4 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri. Selain itu, nilai Adjusted R Square sebesar 0,727 menunjukkan bahwa 72,7% variasi prestasi akademik mahasiswa dapat dijelaskan oleh ketiga variabel tersebut, sedangkan 27,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa prestasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh kombinasi beberapa faktor yang saling berkaitan, yaitu gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial. Gaya hidup yang positif membantu mahasiswa mengelola aktivitas dan sumber daya secara lebih efektif. Disiplin yang baik mendorong mahasiswa untuk menjalankan kewajiban akademik secara konsisten, sedangkan dukungan sosial memberikan motivasi, perhatian, serta berbagai bentuk bantuan yang dapat menunjang keberhasilan belajar. Ketiga faktor tersebut secara bersama-sama berperan dalam menciptakan kondisi yang mendukung peningkatan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP.

Hasil penelitian ini didukung oleh *Human Capital Theory* yang menjelaskan bahwa kualitas individu dapat ditingkatkan melalui pengembangan perilaku, keterampilan, serta lingkungan yang mendukung. Dalam konteks penelitian ini, gaya hidup yang baik, tingkat disiplin yang tinggi, dan dukungan sosial yang memadai merupakan modal penting yang dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga berdampak pada pencapaian prestasi akademik yang lebih baik. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan *Self-Determination Theory* (SDT) yang menyatakan bahwa individu akan menunjukkan kinerja yang optimal apabila memiliki kemampuan mengatur diri, motivasi internal yang kuat, dan dukungan dari lingkungan sosial. Disiplin mencerminkan kemampuan pengendalian diri mahasiswa, gaya hidup menunjukkan kemampuan dalam mengelola aktivitas secara efektif, sedangkan dukungan sosial berperan dalam memenuhi kebutuhan psikologis mahasiswa selama

proses pembelajaran. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian [10,11,22] yang menunjukkan bahwa gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial merupakan faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa. Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial merupakan faktor-faktor penting yang secara bersama-sama dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP di Universitas Nusantara PGRI Kediri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan bahwa secara parsial variabel gaya hidup, disiplin, dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Nusantara PGRI Kediri. Selain itu, hasil pengujian secara simultan juga membuktikan bahwa ketiga variabel independen tersebut berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa pencapaian akademik mahasiswa tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, seperti gaya hidup dan disiplin, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa dukungan sosial yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya.

Secara empiris, hasil penelitian memperlihatkan bahwa gaya hidup yang mendukung kegiatan akademik, tingkat disiplin yang baik, serta dukungan sosial yang memadai dapat berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah. Mahasiswa yang mampu mengatur pola hidup secara positif, menjalankan tanggung jawab akademik dengan baik, dan memperoleh dukungan dari keluarga, teman, maupun lingkungan kampus cenderung menunjukkan pencapaian akademik yang lebih tinggi. Dari sisi praktis, temuan ini menunjukkan pentingnya peran perguruan tinggi dalam mendorong terbentuknya gaya hidup yang menunjang proses pembelajaran, meningkatkan kedisiplinan mahasiswa, serta menciptakan lingkungan sosial yang mendukung guna membantu keberhasilan akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah.

Bagi peneliti berikutnya, disarankan untuk mengembangkan model penelitian dengan memasukkan variabel lain yang diduga turut memengaruhi prestasi akademik mahasiswa, seperti motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, lingkungan belajar, maupun kondisi ekonomi keluarga. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan mencakup wilayah penelitian yang lebih luas sehingga menghasilkan temuan yang lebih komprehensif serta memiliki tingkat generalisasi yang lebih kuat dalam menjelaskan berbagai faktor yang memengaruhi prestasi akademik mahasiswa penerima KIP Kuliah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahdar, Wardana. Belajar dan Pembelajaran: Teori, Desain, Model Pembelajaran dan Prestasi Belajar. Pare: CV Kaaffah Learning Center; 2020.
- [2] Irwan. Undangan Monitoring dan Evaluasi (Monev) KIP Kuliah Semester Ganjil Tahun Akademik 2025/2026. Universitas Nusantara PGRI Kediri; 2026.
- [3] Aini F, Fatria RQ. Analisis motivated strategies for learning questionnaire pada mahasiswa program Kartu Indonesia Pintar-Kuliah. *J Ilm Psikol Mind Set* 2023;14:163–72.
- [4] Azhari M, Nirwana H, Iswari M. Student Consumptive Lifestyle and Its Implications in Guidance and Counseling Services. Padang: Universitas Negeri Padang; 2021.
- [5] Dhamayanti W, Sumanggala KJ, Sastrosupadi A. Pengaruh self-management dalam meningkatkan prestasi belajar mahasiswa STAB Kertarajasa Batu. *Perspekt Ilmu Pendidik* 2021;35:149–59.
- [6] Drageset J. Social Support. *Heal. Promot. Heal. Care – Vital Theor. Res.*, Springer; 2021.
- [7] Ellis D. Student Success. 5 ed. Cengage Learning; 2021.
- [8] Tekin OE. Academic Self-Discipline as a Mediating Variable in the Relationship Between Social Media Addiction and Academic Performance Among University Students. *J Educ Res Innov* 2024;8:45–58.
- [9] Fadhillah D, Amalia I, Zahara CI. Hubungan Dukungan Sosial dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Universitas Malikussaleh. *INSIGHT J Penelit Psikol* 2023;1:342–56. <https://doi.org/10.2910/insight.v1i2.12396>.
- [10] Mahiza RSH, Nurhidayati A. Pengaruh Lingkungan Kampus, Disiplin Belajar, Keaktifan Berorganisasi terhadap Prestasi Belajar Akademik Mahasiswa. *JlIP - J Ilm Ilmu Pendidik* 2025;8:747–52. <https://doi.org/10.54371/jljp.v8i1.6415>.
- [11] Manoma S. Analisis Kemampuan Pengelolaan Keuangan dan Gaya Hidup terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Penerima Kip-Kuliah. *Balanc J Akunt dan Manaj* 2025;4:889–99. <https://doi.org/10.59086/jam.v4i2.954>.

- [12] Afifah N, Pradikto S. Pengaruh Kebiasaan Belajar dan Dukungan Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Universitas PGRI Wiranegara. *J Manaj Ris Inov* 2025;3:33–45. <https://doi.org/10.55606/mri.v3i1.3440>.
- [13] Violeta CAI, Febriantina S, Rachmadania RF. Pengaruh Dukungan Sosial dan Self-Efficacy Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta). *Cendikia J Pendidik dan Pengajaran* 2024;2:36–56.
- [14] Sugiyono. *metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. bandung: 2023. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>.
- [15] Scarpi D. Consumerism: Between Hedonism and Utilitarianism. *J Consum Behav* 2020;19:321–34.
- [16] Monika A, Sartika C, Salfani CF, Manan AA. Pengaruh Manajemen Keuangan dan Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Mahasiswa Penerima Beasiswa KIP (Studi Kasus Mahasiswa FE Universitas Teuku Umar). *PENG J Ekon dan Manaj* 2024;2:1339–51. <https://doi.org/10.62710/f0wj456>.
- [17] Wagiu TS, Hilal N, Parmita R. Pengaruh Kemampuan Pengelolaan Dana dan Gaya Hidup terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Penerima Beasiswa KIP-K di Universitas Azlam. *J Kolaboratif Sains* 2025;8:5906–15. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i9.8645>.
- [18] Halfon N, Forrest CB, Lerner RM, Faustman EM. *Handbook of Life Course Health Development*. Cham: Springer; 2021.
- [19] Marpaung, Lumbanbatu. Efektivitas Manajemen Waktu dalam Meningkatkan Disiplin Absen dan Prestasi Belajar Mahasiswa di Prodi Komputerisasi Akuntansi. *J Media Inform* 2025;6. <https://doi.org/10.55338/jumin.v6i2.5741>.
- [20] Monika S, Sugiono, Subagyo, Anas M. The Influence of Social Economic Status, Discipline, Motivation on Learning Outcomes of Entrepreneurship Creative Products. *Int J Res Rev* 2021;8:304–10.
- [21] Arista H. Pengaruh self-efficacy dan dukungan sosial terhadap hasil belajar mahasiswa. *J PenKoMi Kaji Pendidik dan Ekon* 2024;7:115–23.
- [22] Nurrohmah S. Analisis Pengaruh Kualitas Hidup dan Dukungan Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Binagogik J Pendidik dan Pembelajaran* 2026;4:10–8.
- [23] Rahman S, Natsir M. Pengaruh Resiliensi, Dukungan Sosial, Self Confidence, dan Perilaku Belajar terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa UPPJB-UT Makassar. *Univ Terbuka J Educ Stud* 2024.