

# Artikel

*by* Salsabila Ayu Setyo Mukti

---

**Submission date:** 10-Oct-2022 04:51PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1921488613

**File name:** Artikel\_Salsabila\_Ayu\_S\_M\_Psikologi\_172030100143.doc (292K)

**Word count:** 3640

**Character count:** 23745



## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Salsabila Ayu Setyo Mukti<sup>1)</sup>, Eko Hardi Ansyah, M.Psi., Psikolog <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: \_\_\_\_\_@umsida.ac.id (wajib email institusi)

**Abstract.** The research was stimulated by the phenomenon of academic stress experienced by students. The purpose of the study was to determine the relationship between parental social support and academic stress in students of the Faculty of Science and Technology, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hypothesis proposed that there is a negative connection between parental social support and academic stress on students. There are 312 samples in this research from a total population of 2218 students. Sampling was done by using purposive sampling technique. The research instrument used is the scale of parental social support and stress academic with the Likert model. Data analysis using Pearson's Product Moment Correlation Technique with the help of SPSS 21.0 software. The results of the data analysis of this research showed a correlation coefficient ( $r_{xy}$ ) of -0.195 with a significance of  $0.001 < 0.05$ , which means that there is no relevance between parental social support and academic stress on students. This indicates that the higher the parental social support, the lower the academic stress experienced by students. In contrast, the lower parental social support the higher the academic stress experienced by students. The results of this study shows that parental social support has an influence on academic stress by 3.8%.

**Keywords** – Stress Academic, Parental Social Support

**Abstrak.** Penelitian di latar belakang oleh adanya fenomena stress akademik yang dialami mahasiswa. Bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan stress akademik pada mahasiswa fakultas sains dan teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hipotesis yang diajukan ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan stress akademik pada mahasiswa. Sampel penelitian ini berjumlah 312 mahasiswa dari jumlah populasi 2218 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan ialah skala dukungan sosial orang tua dan stress akademik bermodel *likert*. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *pearson* dengan bantuan Program spss 21.0. Hasil analisis data penelitian menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar -0.195 dengan signifikansi  $0.001 < 0.05$ , artinya ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan stress akademik pada mahasiswa. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah stress akademik yang dialami mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi stress akademik yang dialami mahasiswa. Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap stress akademik dalam penelitian ini sebesar 3,8%.

**Kata Kunci** – Stress Akademik, Dukungan Sosial Orang Tua

## I. PENDAHULUAN

11

Menurut Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003, yaitu pendidikan merupakan upaya terstruktur dalam melaksanakan proses pendidikan serta keadaan belajar mengajar guna siswa bergerak aktif sanggup meningkatkan keunggulan yang dimilikinya guna mempunyai kemampuan spiritual keagamaan, kecerdasan, kontrol diri, karakter, akhlakul karimah dan keahlian yang dibutuhkan oleh dirinya, masyarakat, bangsa serta negeri yang berperan dalam menaikkan kemampuan juga bisa menumbuhkan karakter serta bangsa yang beradab dan bermartabat didalam program pencerdasan kehidupan dalam berbangsa[1]. Dalam tingkat perguruan tinggi, mahasiswa banyak sekali memiliki tuntutan yang mengharuskannya untuk mampu menyelesaikan semua tugas yang ada serta tekanan yang ada untuk memperoleh nilai tinggi atau hasil yang memuaskan, mampu menguasai permasalahan yang ada dan mampu menghadapi segala hambatan pada situasi yang ada dan pada situasi yang akan terjadi berikutnya. Namun tidak semua mahasiswa mampu dalam menyelesaikan tuntutan – tuntutan yang ada dan mendapatkan nilai yang tinggi, misal ketika ada tugas yang tidak dikumpulkan sesuai *Deadline* nya. Kegagalan dalam menyelesaikan tuntutan yang ada dapat mengakibatkan mahasiswa tersebut mengalami *stress* yang tinggi.

Sarafino [2] menjabarkan *stress* adalah sebuah keadaan yang dipicu oleh adanya ketidakcocokan antara kondisi yang diharapkan dengan kondisi biologis, psikologis ataupun kehidupan sosial dari diri seseorang. Sarafino dan Smith [3] mengemukakan aspek-aspek *Stress* yang terdiri atas 2 aspek yaitu aspek biologis ialah pada keadaan tertentu yang mengancam bisa menumbuhkan respon fisiologis pada tubuh individu terhadap *Stress* misal seperti kaki dan tangannya menjadi dingin, mengeluarkan keringat, dan perut menjadi kurang stabil, aspek psikososial ialah kondisi dimana *Stressor* dapat menimbulkan perubahan-perubahan secara psikologis juga sosial seorang individu, misal kognitif ialah kondisi dimana *Stress* bisa membuat sumber daya pola pikir beralih fungsi seperti kesusahan pada saat konsentrasi, ingatan, mudah lupa, dan kurangnya kemampuan dalam memecahkan masalah, emosi ialah kondisi dimana *Stress* memunculkan perasaan takut, sedih dan marah sebagai akibat dari respon emosi, perilaku sosial ialah dimana kondisi *Stress* individu menjadi tidak ramah serta kurang kepekaan atas kebutuhan orang lain. Adapun faktor dalam diri individu yang mempengaruhi *stress* antara lain keyakinan diri, karakter, motivasi berprestasi dan pemikiran individu. Sedangkan faktor dari luar diri individu yaitu kondisi lingkungan tempat tinggal dan hubungan antara individu dengan lingkungannya seperti dukungan sosial orang tua juga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *stress* akademik[4]. Tingkat *stress* akademik yang tinggi mampu memberi dampak yang kurang baik terhadap individu yang mengalaminya misal, muncul rasa cemas dan gelisah dalam waktu lama, sakit-sakitan, hingga tak semangat kuliah.

Fenomena *stress* akademik ini juga diperkuat dengan hasil wawancara yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Peneliti telah melakukan wawancara dengan 2 mahasiswa dan menunjukan bahwa ada *stress* akademik yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hal tersebut ditunjukkan lewat gejala perilaku sosial dan emosi yang muncul yaitu adanya perasaan marah, cemas dan gelisah berlebih, ingin menangis dan juga tidak ingin bertemu dengan orang sekitar. Sejalan dengan penelitian Oman, Shapiro, Thoresen, & Plante[5] mengatakan bahwa tingginya tingkat *stress* khususnya yang dirasakan oleh mahasiswa mampu berpengaruh pada kecemasan dan depresi, pola hidup yang buruk, perasaan tidak berdaya, sakit kepala, gangguan pola tidur dan rasa keinginan untuk bunuh diri.

Ketika dalam kondisi *stress* seringkali membuat mahasiswa ingin mencari rasa nyaman, aman dan berusaha untuk keluar dari rasa gelisah dan kekhawatiran yang berlangsung lama. Sehingga segala bentuk dukungan sosial orang tua dapat berpengaruh dalam membantu mengurangi *stress* akademik yang dialami individu. Karena mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang baik maka ia dapat mengatur *stressor-stressor* yang ia dapat dari dalam diri maupun dari luar. Didukung dengan pendapat Lieberman[6] secara teoritis mengatakan adanya dukungan sosial mampu menurunkan kemungkinan timbulnya kejadian yang dapat mengakibatkan *stress*.

Ellis, Rollins, dan Thomas[7] sendiri memiliki pendapat bahwa dukungan sosial orang tua ialah hubungan yang berkembang diantara orang tua dan anak, dengan ciri khas merawat, memberikan persetujuan, kehangatan, dan macam-macam perasaan positif orang tua terhadap anak. Adapun bentuk dukungan sosial orang tua menurut sarafino[7] yakni dukungan emosional misal ungkapan perasaan perhatian dan empati, dukungan informasi misal member saran dan petunjuk serta saran untuk memecahkan masalah, dukungan penilaian misal bentuk penilaian yang positif terhadap idea tau perasaan yang dialami individu, dukungan instrumental misal membantu individu secara langsung seperti dukungan keuangan ataupun dukungan dalam menyelesaikan tugas tertentu. Menurut Pierce[1] bahwa disaat seseorang sedang menghadapi sebuah permasalahan serta berada di dalam kondisi krisis, dukungan sosial berbentuk pendampingan, emosional, serta informasional bisa menolong seseorang agar dapat melewatinya.

Berdasarkan beberapa paparan diatas bahwa adanya dukungan sosial orang tua yang baik akan berperan penting terhadap tinggi rendahnya tingkat *stress* akademik yang dialami oleh mahasiswa. Karena menurut Gottlieb[8] menyatakan dukungan sosial memiliki beberapa bentuk antara lain nasehat ataupun informasi verbal

ataupun non verbal, tindakan atau pertolongan secara langsung dari kehadiran orang lain juga memiliki efek perilaku atau manfaat emosional untuk individu yang menerima. Artinya adanya dukungan baik secara emosional, instrumental maupun penghargaan yang diberikan orang tua kepada individu tersebut mampu membantu untuk mengurangi tingkat stress yang dialami mahasiswa serta membantu dalam mengatur munculnya emosi yang negatif serta perilaku sosial negative yang akan dimunculkan ketika dalam kondisi stress. Misalnya ingin marah, perasaan gelisah dan cemas berlebih, kurangnya kepekaan terhadap lingkungan sekitar dan juga timbul perilaku kurang ramah.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini pendekatannya menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini memakai teknik pendekatan korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang menghubungkan antara dua variabel ataupun lebih dalam sebuah populasi[9].

Subjek yang dijadikan responden pada penelitian ini yaitu peneliti mengambil populasi mahasiswa fakultas sains dan teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah sebanyak 2218 mahasiswa, dengan karakteristik: mahasiswa aktif, semester I – VIII, fakultas sains dan teknologi. Berdasarkan table Issac dan Michael, diketahui jumlah sampel 2218 mahasiswa dengan nilai kritis kesalahan 5% dan didapatkan jumlah sampel sebesar 312 mahasiswa. Teknik yang digunakan yakni *non probability sampling* yang *purposive sampling* Menurut Sugiono[10] *purposive sampling* yaitu teknik untuk menentukan sampel mengacu pada pertimbangan-pertimbangan tertentu.

Skala yang ada dalam penelitian ini disusun menggunakan skala *Likert*. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala dukungan sosial menggunakan aitem yang telah disusun berdasarkan aspek - aspek dalam dukungan sosial yang telah dikemukakan[7] empat aspek dukungan sosial yakni dukungan emosional misal ungkapan perasaan perhatian dan empati, dukungan informasi misal member saran dan petunjuk serta saran untuk memecahkan masalah, dukungan penilaian misal bentuk penilaian yang positif terhadap idea tau perasaan yang dialami individu, dukungan instrumental misal membantu individu secara langsung seperti dukungan keuangan ataupun dukungan dalam menyelesaikan tugas tertentu. Dan skala *stress* akademik yang disusun[4] yang mengacu pada aspek - aspek stres akademik berdasarkan reaksi *stress* menurut Cox[4] yakni reaksi fisiologis seperti respon tubuh saat dalam kondisi stress misal pusing, mual dan berkeringat, reaksi psikologis seperti rasa cemas, gelisah dan rasa marah, reaksi perilaku seperti mudah marah dan kurang peka terhadap lingkungan, dan reaksi kognitif (proses berpikir) seperti mudah lupa, sulit berkonsentrasi.

Berdasarkan hasil uji validitas maka dapat ditentukan jumlah aitem yang valid yaitu: (a) skala dukungan sosial orang tua setelah dilakukan *tryout* kepada 312 responden, dari 28 butir aitem mencakup 27 aitem yang dinyatakan valid dan 1 aitem gugur karena tidak valid. Nilai validitas aitem valid tersebut bergerak dari angka 0,379 – 0,687. (b) Berdasarkan hasil uji validitas aitem skala *stress* akademik setelah dilakukan *tryout* kepada 312 responden, dari 39 butir aitem mencakup 28 aitem yang dinyatakan valid serta 11 aitem yang gugur karena tidak valid. Nilai validitas aitem valid tersebut bergerak dari angka 0,303 – 0,655.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diperoleh hasil bahwa reliabilitas pada skala dukungan sosial nilai koefisien sebesar 0,927 dan reliabilitas pada skala stress akademik diperoleh nilai koefisien sebesar 0,900. Hasil dari kedua skala pada penelitian ini menunjukkan koefisien reliabilitas angka mendekati 1,00 maka dapat dinyatakan reliabel sebagai instrumen pengumpulan data.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi 0,288 (<0,05). Maka dari itu artinya nilai signifikansi variabel tersebut diartikan berdistribusi data normal. Sedangkan nilai signifikansi variabel *stress* akademik sebesar 0,329. Hal tersebut diartikan terdistribusi normal dikarenakan  $0,200 > (0,05)$ .

Berdasarkan hasil uji linieritas pada kolom *deviation from linearity* menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,001 yang berarti nilai signifikansi (p) <0,05 ( $0,001 < 0,05$ ) maka dapat dikatakan bahwasannya data dukungan sosial orang tua dan *stress* akademik berdistribusi normal serta mempunyai hubungan yang linear.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, menunjukkan bahwa hasil koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar  $-0,195^{**}$  dengan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$ . Hal tersebut menunjukkan hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan *stress* akademik mengarah ke arah negatif. Bisa diartikan bahwa ada hubungan negatif dari hasil penelitian antara dukungan sosial orang tua dan *stress* akademik pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Sehingga makin rendahnya tingkatan dukungan sosial orang tua, makin tinggi juga tingkatan *stress* akademik yang dirasakan mahasiswa, dan sebaliknya makin tinggi dukungan sosial orang tua yang diberikan maka semakin rendah juga tingkat *stress* akademik mahasiswa.

Berdasarkan hasil sumbangan efektif, sumbangan variabel X, yakni dukungan sosial orang tua kepada variabel Y, yakni *stress* akademik adalah sebesar 3,8%. Hasil tabel di atas diperoleh *R Square*, yakni sebesar

0,038 x 100% = 3,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwasannya dukungan sosial orang tua memiliki pengaruh kepada *stress* akademik sebesar 3,8%.

Berdasarkan kategori skor subjek pada masing-masing variabel dukungan sosial orang tua dan *stress* akademik maka dapat diketahui bahwa pada skala dukungan sosial 19,6% subjek memiliki dukungan sosial rendah, 60,3% subjek mempunyai dukungan sosial sedang, 20,2% subjek mempunyai dukungan sosial tinggi. Kemudian pada skala *stress* akademik diketahui bahwa 13,1% subjek berada pada tingkat *stress* akademik yang rendah, 72,0% subjek berada pada tingkat *stress* akademik yang sedang, 14,7% subjek berada pada tingkat *stress* akademik yang tinggi.

Tabel 1 Kategorisasi Skor Subjek

Kategori	Skor Subjek			
	Dukungan sosial orang tua		Stress akademik	
	Σ Mahasiswa	%	Σ Mahasiswa	%
Rendah	61	19,6%	41	13,1%
Sedang	188	60,3%	225	72,0%
Tinggi	63	20,2%	46	14,7%

## B. Pembahasan

Dari analisa diatas maka hasil uji analisis data penelitian yang didapatkan menunjukkan hasil bahwa koefisien korelasi memiliki nilai sebesar  $-0,195$  dengan taraf signifikansi senilai  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat diketahui artinya bahwa diantara variabel dukungan sosial orang tua dengan *stress* akademi terdapat hubungan yang signifikan, yang sesuai dengan harapan penelitian yang diinginkan. Hipotesis tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua yang semakin negatif akan menyebabkan semakin tinggi juga *stress* akademik yang dialami mahasiswa, dan sebaliknya pula dukungan sosial orang tua yang makin tinggi tingkatnya akan menyebabkan makin negatif juga *stress* akademik yang dimiliki mahasiswa. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya dari [8] dengan judul Dukungan Sosial Orang Tua dan *Stress* Akademik Pada Siswa SMK yang menggunakan kurikulum 2013 menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang negatif diantara variabel dukungan sosial orang tua dengan *stress* akademik pada siswa SMKN 11 Semarang yang menerapkan kurikulum 2013, dengan koefisien ( $r_{xy} = -0,362; p < 0,001$ ).

Penelitian lainnya dari [11] dengan judul Hubungan antara dukungan sosial dengan *stress* pada siswa akselerasi menunjukan hubungan yang negatif antara variabel dukungan sosial dengan variabel *stress* pada siswa akselerasi dengan nilai signifikasi sebesar 0,028.

Dukungan sosial orang tua adalah sebuah bentuk kepedulian yang diberikan oleh orang tua atau orang terdekat. Biasanya dukungan sosial tidak hanya ungkapan nasihat verbal ataupun non verbal saja, tapi juga bisa berbentuk bantuan nyata atau tindakan nyata yang dirasakan oleh adanya keterlibatan orang lain. Biasanya tindakan nyata ini mempunyai dampak baik bagi emosional atau dampak perilaku untuk pihak penerima.

Selain itu, dukungan sosial juga memiliki peran penting dalam mengurangi atau menangani tekanan *stress* yang berasal dari sumber *stress* yang sedang dialami seseorang. Hal tersebut juga didukung oleh teori yang dipaparkan oleh Fleming [11] bahwa dukungan sosial juga mampu dalam menurunkan *stress* yang diakibatkan oleh berbagai pemicu *stress*.

Hasil kategorisasi pada penelitian ini memperlihatkan bahwa mahasiswa yang mempunyai dukungan sosial orang tua pada kategori yang rendah sebanyak 61 (19,6%), mahasiswa dengan dukungan sosial orang tua dengan kategori sedang sebanyak 188 (60,3%), dan mahasiswa yang memiliki dukungan sosial orang tua pada kategori tinggi berjumlah 63 (20,2%).

Pada skala *stress* akademik, hasil dari kategorisasi subjek berdasarkan tabel diatas yaitu, terdapat 41 mahasiswa (13,1%) memiliki *stress* akademik pada kategori rendah, 225 (72,0%) mahasiswa memiliki *stress* akademik pada kategori sedang, serta 46 mahasiswa (14,7%) memiliki *stress* akademik pada kategori tinggi.

Pada hasil kategorisasi yang ada diatas, dapat ditarik kesimpulan mayoritas mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi mempunyai dukungan sosial orang tua pada kategori sedang dengan persentase sekitar 60,3%. Mahasiswa yang mempunyai dan menerima dukungan sosial orang tua dengan baik memiliki ciri-ciri merasakan ketenangan, merasakan perhatian atau dicintai, adanya rasa percaya terhadap dirinya dan kompeten. Dari hal tersebut dapat membantu mahasiswa dalam menurunkan tingkat *stress* akademik yang dirasakan.

Limitasi dari penelitian ini adalah berupa kajian yang menggunakan variabel dukungan sosial orang tua yang mempengaruhi *stress* akademik meskipun banyak penelitian tentang dua variabel tersebut. Variabel dukungan sosial orang tua memberikan pengaruh terhadap *stress* akademik masih termasuk dalam kategori yang rendah, karena pada hasil diatas penelitian diatas menunjukan bahwa pengaruh dari dukungan sosial orang tua terhadap *stress* akademik mahasiswa fakultas sains dan teknologi sebesar 3,8%. Adapun variabel lain yang bisa mempengaruhi *stress* akademik yang tidak diteliti pada penelitian ini adalah efikasi diri seperti dalam penelitian yang dilaksanakan oleh [12], [13], [2]. Tidak hanya efikasi diri, ada variabel lain juga yang dapat

mempengaruhi *stress* akademik adalah motivasi berprestasi seperti pada penelitian yang dilakukan oleh [14]. Keterbatasan dalam penelitian ini ialah peneliti hanya mengungkap hubungan antara dukungan sosial akademik dengan *stress* akademik. Sehingga untuk kedepannya, peneliti mengharapkan kepada peneliti-peneliti berikutnya agar meneliti mengenai faktor lainnya yang dapat berpengaruh terhadap *stress* akademik yang tidak dibahas dalam penelitian ini, misalnya yaitu kesabaran. Seperti penelitian yang dilakukan oleh [13] berjudul "hubungan antara kesabaran dengan *stress* akademik pada mahasiswa Universitas X di Pekanbaru" dengan hasil analisis uji korelasi Pearson Product Moment, maka diperoleh hasil nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,559 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara sabar dengan *stress* akademik pada mahasiswa Universitas X di Pekanbaru. Semakin tinggi kesabaran mahasiswa maka akan semakin rendah *stress* akademik mahasiswa dan begitu juga sebaliknya, semakin rendah kesabaran maka akan semakin tinggi pula *stress* akademik mahasiswa.

Selain itu kecilnya sumbangan efektif pada variabel dukungan sosial orang tua terhadap *stress* akademik sebesar 3,8% bisa disebabkan karena kurangnya jangkauan penggunaan metode pengumpulan datanya, dimana pada penelitian ini pengumpulan datanya mempergunakan skala psikologi yang disebar lewat *google form*, maka dari itu peneliti tidak mampu mengawasi secara langsung yang mungkin membuat subyek mengerjakan angket dengan tidak bersungguh-sungguh.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Dapat diambil kesimpulan bahwa hasil dari penelitian ini terdapat hubungan bersifat negatif diantara dukungan sosial orang tua dan *stress* akademik pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar -0,195 dengan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis yang terdapat pada penelitian ini bisa diterima. Sehingga dapat diartikan makin negatif dukungan sosial orang tua maka makin tinggi juga tingkat *stress* akademik yang dirasakan mahasiswa, dan sebaliknya makin tingginya tingkat dukungan sosial orang tua maka makin negatif juga tingkat *stress* akademik yang dirasakan mahasiswa. Dukungan sosial orang tua mampu berpengaruh terhadap *stress* akademik mahasiswa fakultas sains dan teknologi yakni sebesar 3,8%. Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa ada pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *stress* akademik mahasiswa fakultas sains dan teknologi universitas muhammadiyah sidoarjo, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang dapat berpengaruh dalam *stress* akademik yang tidak dibahas didalam penelitian ini.

##### B. Saran

Bagi mahasiswa hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran mengenai faktor-faktor apa yang mungkin menyebabkan mereka mengalami *stress* akademik, serta dapat menjadi gambaran mengenai faktor-faktor yang mungkin dapat membantu dalam menurunkan tingkat *stress* akademik yang mereka rasakan, salah satunya adalah faktor dukungan sosial orang tua. Hasil penelitian juga menunjukkan tingkat dukungan sosial orang tua pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada pada kategori sedang.

Bagi Orang tua diharapkan dapat berpartisipasi secara aktif untuk memberikan bantuan kepada anaknya baik secara emosional, informasi, penghargaan, dan instrumental.

Bagi Fakultas diharapkan dapat digunakan sebagai acuan guna membantu menurunkan tingkat *stress* akademik pada mahasiswa-mahasiswinya dengan membuat program yang berhubungan dengan dukungan sosial dari orang tua atau orang terdekat para mahasiswa yang mungkin juga akan menciptakan kesinambungan antara mahasiswa, orang tua atau wali dari mahasiswa, dan juga kampus.

Bagi peneliti selanjutnya mengenai *Stress* Akademik, Dukungan Sosial Orang Tua, maupun keduanya sekaligus, diharapkan agar dapat menjadi acuan dalam mengembangkan penelitian, agar penelitian-penelitian dengan 2 variabel diatas dalam lebih luas dan mendalam baik kembali menggunakan kedua variabel diatas, ataupun menggunakan salah satunya yang dikombinasikan atau dihubungkan dengan variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sampaikan banyak terima kasih kepada orang tua, adik dan sahabat penulis yang senantiasa selalu memberi dukungan, do'a dan juga bantuan kepada penulis. Penulis sampaikan rasa terimakasih juga kepada dosen pembimbing yang telah membimbing, memberikan banyak ilmu dan masukan, serta dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga artikel ini. Tak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada para responden yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu penelitian ini sehingga bisa terlaksana dengan baik.



#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. N. I. P. Wistarini and A. Marheni, "Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018," *J. Psikol. Udayana Fak. Kedokt.*, vol. 6, pp. 166–173, 2019.
- [2] I. K. Siregar and S. R. Putri, "Hubungan self-efficacy dan stres akademik mahasiswa," *Cons. Berk. Kaji. Konseling dan Ilmu Keagamaan*, vol. 6, no. 2, pp. 91–95, 2019, doi: 10.37064/consilium.v6i2.6386.
- [3] A. S. Khairinnisa, "Hubungan antara stres akademik dan student engagement pada siswa sekolah dasar," Universitas Islam Indonesia, 2018. [Online]. Available: [https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/7440/SKRIPSI\\_A\\_S\\_Khairinnisa%2814320082%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/7440/SKRIPSI_A_S_Khairinnisa%2814320082%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- [4] S. D. Utami, "Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas xi di man 3 yogyakarta," Universitas Negeri Yogyakarta, 2015. [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/33517185.pdf>
- [5] S. A. Musabiq and I. Karimah, "Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa," *Insight J. Ilm. Psikol.*, vol. 20, no. 2, pp. 75–83, 2018, doi: 10.26486/psikologi.v20i2.240.
- [6] M. Hidayah, "Hubungan dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa sma boarding school," Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, 2018.
- [7] A. Sih Lestari, "Hubungan antara dukungan sosial akademik orang tua dengan motivasi berprestasi akademik pada siswa kelas khusus olahraga (kko) di sma n 4 yogyakarta," Universitas Negeri Yogyakarta, 2015.
- [8] L. Ernawati and D. Rusmawati, "Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013," *Empati J. Karya Ilm. S1 Undip*, vol. 4, no. 4, pp. 26–31, 2015, [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/13547>
- [9] F. Wahyuni, D. Dalifa, and A. MuktaDir, "Hubungan antara pendidikan dalam keluarga dengan sikap rasa rorntat siswa kelas IV sd negeri 03 kota pagar alam," *J. PGSD*, vol. 10, no. 2, pp. 86–91, 2017, doi: 10.33369/pgsd.10.2.86-91.
- [10] D. Islamiati, H. Mentara, and Mahardi, "Hubungan dismenore primer terhadap aktivitas olahraga remaja putri di smp negeri 1 banawa tengah," *Tadulako J. Sport Sci. Phys. Educ.*, vol. 7, no. 1, pp. 52–66, 2019, [Online]. Available: <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/download/12914/9946>
- [11] A. J. Andharani and D. Nurwidawati, "Hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada siswa akselerasi," *Character*, vol. 03, no. 2, pp. 1–5, 2015, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/10952/10483>
- [12] D. D. Sagita, Daharnis, and Syahniar, "Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa," *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teor. dan Prakt.*, vol. 1, no. 2, pp. 43–52, 2017, doi: 10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52.
- [13] I. Indria, J. Siregar, and Y. Herawaty, "Hubungan antara kesabaran dan stres akademik pada mahasiswa di pekanbaru," *An – Nafs J. Fak. Psikol.*, vol. 13, no. 1, pp. 21–34, 2019, [Online]. Available: <https://journal.uir.ac.id/index.php/annafs/article/view/2728>
- [14] H. A. Mulya and E. S. Indrawati, "Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi universitas diponegoro semarang," *J. Empati*, vol. 5, no. 2, pp. 296–302, 2016, [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15224>



# Artikel

---

## ORIGINALITY REPORT

---

**20%**  
SIMILARITY INDEX

**20%**  
INTERNET SOURCES

**7%**  
PUBLICATIONS

**%**  
STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

**1** [acopen.umsida.ac.id](http://acopen.umsida.ac.id) **7%**  
Internet Source

---

**2** [dspace.uii.ac.id](http://dspace.uii.ac.id) **3%**  
Internet Source

---

**3** [garuda.kemdikbud.go.id](http://garuda.kemdikbud.go.id) **2%**  
Internet Source

---

**4** [digilib.uin-suka.ac.id](http://digilib.uin-suka.ac.id) **2%**  
Internet Source

---

**5** [123dok.com](http://123dok.com) **1%**  
Internet Source

---

**6** [ojs.unm.ac.id](http://ojs.unm.ac.id) **1%**  
Internet Source

---

**7** [journal.uad.ac.id](http://journal.uad.ac.id) **1%**  
Internet Source

---

**8** [text-id.123dok.com](http://text-id.123dok.com) **1%**  
Internet Source

---

**9** [eprints.umm.ac.id](http://eprints.umm.ac.id) **1%**  
Internet Source

---

10 eprints.uny.ac.id 1 %  
Internet Source

---

11 id.scribd.com 1 %  
Internet Source

---

12 fst.umsida.ac.id 1 %  
Internet Source

---

---

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On