

Hardiness dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Academic Stress di SMK Negeri 1 Way Panji

Nur Septri Lestari¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan
email: septrilestari21@gmail.com

Dian Kinayung^{2*}

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan
email: dian.kinayung@psy.uad.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Dikirim:
12-01-2022

Diperbaiki:
27-04-2022

Diterima
22-05-2022

Diterbitkan:
18-06-2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel 79 siswa. Analisis data menggunakan regresi berganda yang diolah menggunakan *SPSS 21.0 for Windows*. Hasil analisis hipotesis mayor menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress*, diperoleh skor $R = 0,569$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil analisis hipotesis minor pertama menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*, jika dukungan sosial orang tua dikontrol, dengan skor $r = -0,406$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil analisis hipotesis minor kedua menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan *academic stress*, dengan mengontrol *hardiness*, diperoleh skor $r = -0,026$, $p = 0,821$ ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama berkorelasi dengan *academic stress*. Namun, setelah dilakukan analisis uji korelasional untuk masing-masing variabel bebas dengan mengontrol variabel lainnya, diperoleh hasil bahwa hanya *hardiness* yang memiliki korelasi dengan *academic stress*.

Kata kunci: *Academic stress, Dukungan sosial orang tua, dan Hardiness.*

ABSTRACT

Hardiness and Social Support of Parents with Academic Stress at SMK Negeri 1 Way Panji

This study aims to examine the relationship between hardiness and parental social support with student academic stress during the COVID-19 pandemic at SMK Negeri 1 Way Panji. The method used is correlational quantitative with a sample of 79 students. Data analysis using multiple regression processed using SPSS 21.0 for Windows. The results of the analysis of the major hypotheses show that there is a very significant relationship between hardiness and parental social support with academic stress. The score $R = 0.569$ with p value = 0.000 ($p <$

0.01). The results of the first minor hypothesis analysis show that there is a very significant negative relationship between hardiness and academic stress, if parents' social support is controlled, with a score of $r = -0.406$, $p = 0.000$ ($p < 0.01$). The results of the second minor hypothesis analysis show that there is no relationship between parental social support and academic stress. By controlling for hardiness, the score $r = -0.026$, $p = 0.821$ ($p > 0.05$). Based on the results of data analysis, it can be concluded that hardiness and social support are jointly correlated with academic stress. However, after analyzing the correlational test for each independent variable by controlling for other variables, the result is that only hardiness has a correlation with academic stress.

Keywords: Academic stress, Hardiness, and Parents' social support.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

***Dian Kinayung**

email: dian.kinayung@psy.uad.ac.id

HP/WA: 081328002409

PENDAHULUAN

Akhir bulan Desember tahun 2019, timbulnya penyakit yang diakibatkan oleh virus yang menyebar dengan cepat dan virus tersebut bernama COVID-19 (Satrianingrum & Prasetyo, 2020). Virus COVID-19 (Corona virus 2019) ialah sindrom pernapasan akut yang disebabkan oleh corona virus 2 (SARS-CoV-2) dengan indikasi berupa demam, batuk, kehilangan bau, serta sesak napas sehingga dapat menularkan orang lain (Siahaan, 2020). Karakteristik virus Covid-19 ini adalah penyebarannya yang begitu sangat cepat (Herliandry dkk, 2020).

Pandemi global ini membawa banyak dampak dan perubahan di semua lintas kehidupan. Dampak pandemi COVID-19 terjadi pula pada sektor pendidikan, yaitu pemerintah mengambil kebijakan dengan meniadakan pembelajaran tatap muka di seluruh lembaga pendidikan (Purwanto dkk, 2020). Pembelajaran jarak jauh menjadi solusi yang dapat mengatasi permasalahan dalam melaksanakan pembelajaran dengan membawa banyak rintangan diseluruh elemen dan pembelajaran jarak jauh juga dapat mempertahankan siswa agar tetap aktif walaupun sekolah ditutup (Herliandry dkk, 2020).

Pembelajaran secara *online* merupakan pembelajaran alternatif yang dapat diterapkan pada masa pandemi Covid-19 (Firman & Rahman, 2020). Proses pembelajaran

secara *online* atau daring ini berlaku pada setiap jenjang Pendidikan mulai dari tingkat TK, SD, SMP, SMA hingga Perguruan Tinggi (Lubis dkk, 2021). Tidak seluruh pelajar, siswa ataupun mahasiswa terbiasa dengan pembelajaran secara *online*, khususnya bagi pengajar seperti dosen atau guru yang belum terampil mengajar menggunakan teknologi internet terutama di daerah pedalaman Indonesia (Purwanto dkk, 2020).

SMK Negeri 1 Way Panji ialah sekolah menengah kejuruan yang berada di daerah Kalianda Lampung Selatan dengan menerapkan pembelajaran online dengan mengikuti peraturan dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud-Ristek). Peneliti mewawancarai guru BK SMK Negeri 1 Way Panji pada hari Kamis tanggal 4 Maret 2021, bahwa siswa-siswi sering mengeluhkan tugas yang diberikan guru terlalu banyak dan diberikan tugas setiap hari. Guru BK juga banyak menerima keluhan-keluhan dari para siswa tentang banyaknya tugas yang membuat para siswa pusing dan sakit kepala. Guru BK menceritakan bahwa banyak siswa yang tidak mengerjakan tugas dan banyak yang tidak mengumpulkan tugas tepat waktu. Selain tugas mata pelajaran umum, para siswa-siswi SMK Negeri 1 Way Panji harus melakukan praktek sesuai dengan jurusannya.

Peneliti melakukan pengambilan data awal pada tanggal 8-11 April 2021, dengan menyebarkan kuesioner guna melihat fenomena *academic stress* yang dialami siswa-siswi kelas 10 SMK Negeri 1 Way Panji. Setelah dilakukan pengambilan data awal pada siswa-siswi SMK Negeri 1 Way Panji terdapat sebanyak 72 responden pada kelas 10, diperoleh data sebagai berikut: (a) 35 orang atau 48,6% merasa bahwa jantung berdetak lebih cepat saat mengerjakan tugas sekolah, (b) 50 orang atau 69,4% sering merasa kesulitan berkonsentrasi saat mengikuti pelajaran, (c) 46 orang atau 63,8% lebih mudah marah atau uring-uringan ketika mendapat tugas sekolah, (d) 30 orang atau 41,6% merasa sulit tidur karena tugas-tugas sekolah. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada hari Senin tanggal 12 April 2021 terhadap empat siswa-siswi kelas 10 SMK Negeri 1 Way Panji, disimpulkan bahwa siswa-siswi mengeluhkan banyaknya tugas yang diberikan guru serta materi yang diberikan tidak dijelaskan oleh guru. Hal tersebut membuat siswa pusing, kesal, uring-uringan atau marah terhadap tugas, dan kesulitan berkonsentrasi pada pembelajaran *online*. Siswa harus begadang saat diberikan banyak tugas oleh guru sehingga siswa mengalami sulit tidur.

Proses belajar yang menggunakan media *online* lebih melelahkan ataupun membosankan, sebab individu tidak bisa berhubungan secara langsung dengan guru maupun

teman sekelasnya dan bila terjadi secara terus menerus akan mengakibatkan frustrasi bagi siswa yang dapat menimbulkan stres (Muslim, 2020). Stres kerap kali disebabkan oleh persepsi ketidaksesuaian dari tuntutan lingkungan dengan kemampuan dan keterampilan individu (Sarafino & Smith, 2017). Pembelajaran *online* membuat siswa mendapatkan banyak tugas dari guru. Mereka merasakan kelelahan dan sulit memahami materi yang dijelaskan melalui pembelajaran *online*. Hal tersebut memicu *academic stress* yang dialami siswa. Menurut Govaerts & Grégoire (2004) dan Andriana & Kusumawati (2020) ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan kebiasaan baru dapat memunculkan stres pada siswa yang disebut *academic stress*.

Academic stress ialah tekanan yang disebabkan oleh persepsi subjektif terhadap suatu keadaan di akademik akan memunculkan respon yang dialami dan dirasakan siswa seperti respon fisik, pikiran, perilaku, serta emosi negatif yang timbul dari adanya tuntutan di sekolah ataupun tuntutan akademik (Barseli dkk, 2018). Aspek *academic stress* menurut Sarafino & Smith (2017) terbagi menjadi empat, yakni: (a) Aspek Biologis, kondisi tubuh individu akan mengalami keringat dingin, jantung berdetak lebih cepat, sakit kepala, otot rangka lengan dan kaki terasa gemetar. (b) Aspek Kognitif, aspek kognitif ini ditandai dengan tingkat konsentrasi, fokus, dan ingatan yang menurun. (c) Aspek Emosional, aspek ini ditandai dengan reaksi emosional terhadap stress berupa kemarahan, terutama individu yang menganggap situasi yang berbahaya dan akan menimbulkan frustrasi. (d) Aspek Perilaku, keadaan stress akan menuntun individu mencari kenyamanan terhadap orang lain agar memperoleh dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputra & Suarya (2019), Individu yang memiliki keahlian dalam mengelola stress disebabkan dari situasi menekan yang dialami oleh individu, atau dapat mereduksi terhadap yang dirasakan dan meminimalisir dampak negatif yang dialami oleh individu. Dampak negatifnya yaitu kemampuan kognitif dan kondisi belajar siswa saat stres tersebut melebihi kemampuan siswa itu sendiri (Gaol, 2016). Menurut Suwartika dkk. (2014), tuntutan dari faktor internal dan eksternal yang dialami oleh seseorang dapat menjadi sumber tekanan yang dapat melampaui batas kemampuan siswa atau (*overload*) akan memunculkan kelelahan fisik, mental, menurunnya daya tahan tubuh, serta emosi yang tidak stabil

Terdapat faktor yang mempengaruhi *academic stress*, yaitu faktor kepribadian individu seperti *hardiness*. Menurut Sarafino dan Smith (2017), *hardiness* merupakan faktor kepribadian yang mempengaruhi stress. *Hardiness* ialah karakter kepribadian seseorang

yang terdiri dari sekumpulan perilaku dan sikap yang memiliki seseorang sebagai sumber kekuatan dalam melawan situasi yang menekan (Fitriani & Ambarini, 2013). Kepribadian *hardiness* individu yang rendah akan mengalami kondisi ketidakyakinan terhadap kemampuan dalam mengatasi situasi (Temaja & Utama, 2016).

Maddi (2004), mengemukakan empat aspek *hardiness*, yaitu: (a) *Commitment*, individu ingin tetap terlibat di lingkungan sekitar dengan menemukan sesuatu yang menarik dan bermakna secara pengalaman. (b) *Control*, individu mampu berjuang untuk memperoleh hasil yang memuaskan bagi dirinya walaupun kesulitan dalam keadaan tertentu dan individu yang memiliki kontrol yang lemah akan tenggelam dalam ketidakberdayaan atau kepasifan. (c) *Challenge*, individu yang kuat dalam tantangan akan menemukan proses untuk dapat belajar dari pengalaman sebelumnya baik secara positif atau negatif untuk mencapai perkembangan.

Dukungan orang tua pada masa *pandemic* saat ini diperlukan guna memotivasi siswa dalam pembelajaran *online* dirumah. Menurut Yusuf & Yusuf (2020), dukungan sosial orang tua termasuk faktor eksternal yang mempengaruhi *academic stress*. Dukungan orang tua adalah suatu dorongan yang dilakukan orang tua terhadap anaknya yaitu berbentuk pemenuhan kebutuhan dasar seperti kebutuhan rasa aman, perhatian, sarana serta prasarana untuk dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan emosional anak (Baiti & Munadi, 2014). Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2017), meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan.

Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Ernawati & Rusmawati (2015) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial orang tua terhadap *academic stress*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahayu & Isrofin (2021), menunjukkan ada hubungan negatif antara kepribadian tangguh dan dukungan sosial terhadap stress pada siswa SMAN Se-Kabupaten Paser. Semakin tinggi kepribadian tangguh dan dukungan sosial yang diberikan maka *academic stress* yang dialami akan rendah.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk menguji hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan ilmu khususnya psikologi pendidikan. Penelitian ini penting dilakukan dan diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan pengetahuan tentang *academic stress* serta orang tua diharapkan memberikan dukungan agar

siswa tidak mengalami *academic stress*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai alat pengumpulan data. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui *google form* dikarenakan adanya pandemic *covid-19* sehingga tidak memungkinkan untuk bertemu dengan subjek penelitian secara langsung mengingat sekolah menggunakan pembelajaran jarak jauh atau *online*.

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas 10 SMK Negeri 1 Way Panji di Kecamatan Way Panji Kabupaten Lampung Selatan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* dengan kelas 10 APHP, TEI, dan TKRO 3 untuk dijadikan sampel penelitian. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 79 orang.

Skala *academic stress* dimodifikasi dari skala Majrika (2018), skala *hardiness* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek *hardiness* yang dikemukakan Maddi (2004) yang meliputi *commitment*, *control*, dan *challenge*, serta skala dukungan sosial orang tua dimodifikasi dari skala Hadi (2021).

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Sebelum dilakukan analisis regresi berganda terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Sebelum digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba alat ukur terhadap skala *academic stress*, skala *hardiness*, dan skala dukungan sosial orang tua kepada 53 siswa kelas ATPH, TKRO 1, dan TKRO 2. Pengumpulan data menggunakan skala *academic stress*, skala *hardiness*, dan skala dukungan sosial orang tua. Skala *academic stress* dimodifikasi dari skala Majrika (2018) yang berdasarkan aspek yang dikemukakan Sarafino yaitu aspek biologis, aspek kognitif, aspek emosional, dan aspek perilaku. Skala *hardiness* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *hardiness* yang dikemukakan oleh Maddi (2004) yang meliputi *commitment*, *control*, dan *challenge*. Skala dukungan sosial orang tua dimodifikasi dari skala Hadi (2021) yang berdasarkan dari Sarafino & Smith (2017) yang

meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan.

Skala penelitian ini menggunakan model *summated rating scale* dengan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kriteria pemberian skor untuk butir-butir favorabel pada jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat skor 4, jawaban Sesuai (S) mendapat skor 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat skor 1. Kriteria pemberian skor untuk butir-butir unfavorabel yakni jika jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat skor 1, jawaban Sesuai (S) mendapat skor 2, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 3, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat skor 4. Hasil analisis butir dari ketiga skala tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil analisis butir skala academic stress, hardiness, dan dukungan sosial orang tua.

Skala	Jumlah butir	Indeks daya beda butir terendah	Indeks daya beda butir tertinggi	Alpha (α)
Academic stress	16	0,301	0,610	0,841
Hardiness	24	0,261	0,622	0,886
Dukungan sosial orang tua	28	0,268	0,724	0,934

Pengambilan data penelitian dilakukan terhadap siswa-siswi kelas 10 SMK Negeri 1 Way Panji yang dipilih dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Peneliti melakukan pengambilan data dengan cara menyebarkan skala yang telah diuji coba sebelumnya melalui *google form* kepada siswa-siswi kelas 10 APHP, TEI, dan TKRO 3 di SMK Negeri 1 Way Panji. Jumlah keseluruhan sampel penelitian adalah 79 orang. Setelah data yang didapat terkumpul, penelitian melakukan skoring dan analisis data menggunakan bantuan program *computer SPSS 21.0 for Windows*.

Kategorisasi data penelitian dibuat berdasarkan skor hipotetik dan dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Kategorisasi data penelitian

Kategori	<i>Academic Stress</i>	<i>Hardiness</i>	Dukungan Sosial Orang Tua
Tinggi	0 %	56,96 %	59,49 %
Sedang	81,01 %	43,04 %	40,51 %
Rendah	18,99 %	0 %	0 %

Mencermati tabel 2 di atas kategorisasi berdasarkan *mean* hipotetik menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki *academic stress*, *hardiness*, dan dukungan sosial orang tua dalam kategori sedang.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel *academic stress* memiliki taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p > 0,05$), variabel *hardiness* memiliki taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p > 0,05$), serta dukungan sosial orang tua memiliki taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut maka dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian *academic stress*, *hardiness*, dan dukungan sosial orang tua terdistribusi membentuk kurva secara normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil uji normalitas

No	Variabel	Skor KS-Z	Sig (p)	Keterangan
1	<i>Academic stress</i>	0,865	0,443	Normal
2	<i>Hardiness</i>	0,868	0,438	Normal
3	Dukungan Sosial Orang Tua	0,609	0,852	Normal

Hasil uji linieritas antara variabel *hardiness* dengan variabel *academic stress* memiliki indeks linieritas ($F_{linearity}$) sebesar 34,136 dan (p) *linearity* = 0,000 ($p < 0,01$) serta indeks linieritas ($F_{Deviation\ from\ linearity}$) = 0,820 dan (p) *deviation from linearity* = 0,715 ($p > 0,05$). Variabel dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* memiliki indeks linieritas ($F_{linearity}$) sebesar 16,638 dan (p) *linearity* = 0,000 ($p < 0,01$) serta indeks linieritas ($F_{Deviation\ from\ linearity}$) = 0,816 dan (p) *deviation from linearity* = 0,724 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil uji linieritas dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel yang akan dikorelasikan dapat dihubungkan dengan garis lurus atau linier. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4. Hasil uji linieritas *hardiness*, dukungan sosial orang tua dengan *academic stress*.

Variabel	<i>Linearity</i>		<i>Deviation From Linearity</i>		Keterangan
	Indeks (F)	Signifikansi (p)	Indeks (F)	Signifikansi (p)	
<i>Hardiness</i> dengan <i>Academic stress</i>	34,136	0,000	0,820	0,715	Linear
Dukungan Sosial Orang Tua dengan <i>Academic stress</i>	16,638	0,000	0,816	0,724	Linear

Hasil uji hipotesis, menggunakan analisis regresi berganda dapat dilihat pada tabel 5 berikut.

Tabel 5. Hasil analisis regresi berganda

Variabel	Koefisien Regresi (R)	Sig (p)	Keterangan
<i>Hardiness</i> dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan <i>Academic stress</i>	0,569	0,000	Sangat Signifikan

Hasil analisis koefisien korelasi pada tabel 5 diatas menunjukkan $R = 0,569$ dengan taraf signifikansi $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa SMK Negeri 1 Way Panji. Semakin tinggi *hardiness* dan dukungan sosial orang tua maka *academic stress* yang dialami siswa-siswi pada masa pandemi covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness* dan dukungan sosial orang tua maka *academic stress* yang dialami siswa-siswi pada masa pandemi covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji semakin tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis regresi berganda menghasilkan perhitungan koefisien korelasi sebesar $R = 0,569$ dengan taraf signifikansi $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$). Data di atas menjelaskan bahwasanya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji. Hal ini tentunya dapat membuktikan bahwa hipotesis mayor yang diajukan oleh peneliti diterima. *Academic stress* mengacu pada keadaan psikologis yang tidak menyenangkan sebab harapan dalam akademik individu yang berasal dari orang tua, guru, sahabat, teman serta anggota keluarga yang lain (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Ketika individu sulit menangani stres yang timbul maka akan mempengaruhi keadaan fisik, dan psikologis. Hipotesis minor pertama diterima dengan korelasi parsial $(r) = -0,406$ dan taraf signifikansi $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$), maka ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*, dengan mengontrol dukungan sosial orang tua. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri dan Sawitri (2017), bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress* pada taruna tingkat II politeknik ilmu pelayaran Semarang. Semakin tinggi *hardiness* maka *academic stress* semakin rendah.

Hal ini terjadi karena individu yang memiliki *hardiness* atau kepribadian tangguh akan menurunkan *academic stress* yang dialami siswa-siswi. Individu dengan ketangguhan

tinggi akan mengalami sedikit keluhan mengenai kesehatan tubuh dan memiliki pola pikir dengan mengubah masalah menjadi tantangan. Keluhan terkait kesehatan seperti somatic, tidak mudah tertekan dan tidak mudah cemas apabila dibandingkan dengan individu yang ketangguhan rendah (Manning dkk, 1988). Individu dengan *hardiness* tinggi akan memiliki rasa optimis mengenai komitmen yang telah dibuat sebagai perubahan yang dialami agar bermakna dan menyenangkan walaupun dengan kondisi yang penuh tekanan.

Hipotesis minor kedua ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan *academic stress*. Hal ini memang berbeda dengan teori-teori sebelumnya seperti teori yang dijadikan acuan oleh peneliti. Hal tersebut bisa terjadi karena dukungan sosial orang tua bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi *academic stress* siswa-siswi pada masa covid-19 di SMK Negeri 1 Way Panji.

Wawancara dilakukan pada tanggal 23 Agustus 2021 kepada 5 orang siswa guna memperkuat hasil yang telah didapatkan, dapat disimpulkan bahwa dukungan yang diberikan orang tua sangat penting pada masa *pandemic* saat ini karena dapat memberikan motivasi dan semangat. Namun dukungan tersebut kurang membantu karena siswa merasakan sekolah *online* tidak efektif untuk pembelajaran saat ini dan disebabkan oleh tuntutan untuk menyelesaikan tugas yang terlalu banyak serta orang tua sering meminta pertolongan siswa pada saat sekolah *online*. Ketika didukung oleh orang tua, siswa merasakan kurang memberikan yang terbaik, takut tidak sesuai harapan orang tua, takut memperoleh nilai yang jelek, serta takut mengecewakan karena sudah membayar uang sekolah

Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian Hasan (2012), bahwa dukungan sosial tidak memiliki hubungan dengan *academic stress* mahasiswa. Hal ini diperkuat dengan penelitian Rahadiansyah & Chusairi (2021), yang menyatakan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap tingkat stres pada mahasiswa. Jadi berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa dukungan sosial orang tua jika digabungkan dengan *hardiness* dapat mempengaruhi *academic stress*, akan tetapi jika menggunakan korelasi parsial maka *hardiness* dikontrol, dukungan sosial orang tua tidak berkorelasi dengan *academic stress*. Dukungan sosial orang tua akan mempengaruhi *academic stress* jika terdapat faktor lain yang mempengaruhi salah satunya seperti *hardiness*.

Berdasarkan perhitungan analisis regresi yang telah dilakukan, diperoleh hasil koefisien determinasi R^2 (*R square*) sebesar 0,323. Sehingga sumbangan efektif total variabel *hardiness* dan dukungan sosial orang tua terhadap *academic stress* sebesar 32,3 % sementara sisanya 67,7% merupakan sumbangan dari variabel lain selain *hardiness* dan

dukungan sosial orang tua. Hal tersebut juga bisa disebabkan karena *hardiness* adalah faktor internal yang dimunculkan oleh individu itu sendiri, sedangkan dukungan sosial orang tua merupakan bagian dari faktor eksternal yang diterima individu dari luar dirinya yang berarti individu tersebut membutuhkan dorongan yang berasal dari orang tua.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi *covid-19* di SMK Negeri 1 Way Panji. Selanjutnya, jika variabel dukungan sosial orang tua dikendalikan, ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan *academic stress*. Variabel *hardiness* dikendalikan, maka tidak ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi *covid-19* di SMK Negeri 1 Way Panji. Semakin tinggi *hardiness* siswa, maka semakin rendah *academic stress*. Sebaliknya semakin rendah *hardiness* maka semakin tinggi stress yang dialami oleh siswa-siswi pada masa pandemi *covid-19* di SMK Negeri 1 Way Panji. Sementara faktor eksternal dukungan sosial orang tua tidak memiliki hubungan dengan *academic stress* siswa-siswi pada masa pandemi *covid-19* di SMK Negeri 1 Way Panji.

Peneliti memberikan saran bagi peneliti berikutnya yang hendak melakukan penelitian serupa untuk dapat memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi *academic stress*, serta dapat menggunakan maupun menambahkan metode pengumpulan data lain agar mendapatkan hasil lebih optimal.

REFERENSI

- Andriana, F & Kusumawati, E. (2020). *Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19*. *Jurnal Psikologi*, 16(4), 139–149.
- Baiti, A. A., & Munadi, S. (2014). *Pengaruh pengalaman praktik, prestasi belajar dasar kejuruan dan dukungan orang tua terhadap kesiapan kerja siswa SMK*. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 4(2), 164–180. <https://doi.org/10.21831/jpv.v4i2.2543>.
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). *Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar*. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40. <https://doi.org/10.29210/120182136>.

- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). *Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013*. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 4(4), 26–31.
- Firman, F., & Rahman, S. R. (2020). *Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19*. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>.
- Firman, F., & Rahman, S. R. (2020). *Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19*. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. (2013). *Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis*. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 02(2), 34–40. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkkc9b6c2dcddfull.pdf>.
- Gaol, N. T. (2016). *Teori Stres: Stimulus, respons, dan transaksional*. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>.
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). *Stressful academic situations: Study on appraisal variables in adolescence*. *Revue Europeenne de Psychologie Appliquee*, 54(4), 261–271. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2004.05.001>.
- Hadi, F. T. A. (2021). *Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan kematangan karier mahasiswa psikologi universitas ahmad dahlan yang sudah mengambil mata kuliah pengembangan diri dan karier*. Skripsi. Universitas Ahmad Dahlan: Yogyakarta.
- Hasan, A. B. P. (2012). *Disiplin Beribadah: Alat penenang ketika dukungan sosial tidak membantu stres akademik*. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 1(3), 136. <https://doi.org/10.36722/sh.v1i3.63>.
- Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. (2020). *Pembelajaran pada masa pandemi covid-19*. *JTP - Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65–70. <https://doi.org/10.21009/jtp.v22i1.15286>.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). *Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi covid 19*. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>.
- Maddi, S. R. (2004). *Hardiness: An Operationalization of Existential Courage*. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279–298. <https://doi.org/10.1177/0022167804266101>.

- Majrika, R.Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja SMA di SMA Yogyakarta. Skripsi. Universitas Islam Indonesia: Yogyakarta.
- Manning, M. R., Williams, R. F., & Wolfe, D. M. (1988). *Hardiness and the relationship between stressors and outcomes*. *Work and Stress*, 2(3), 205–216. <https://doi.org/10.1080/02678378808259168>.
- Muslim, M. (2020). *Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19*. *Esensi: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi eksploratif dampak pandemi covid-19 terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/view/397>.
- Putri, S., & Sawitri, D. (2017). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada taruna tingkat II politeknik ilmu pelayaran semarang. *Empati*, 6(4), 319–322.
- Rahadiansyah, M. R., & Chusairi, A. (2021). Buletin riset psikologi dan kesehatan mental pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat stres mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1290–1297.
- Rahayu, S. P., & Isrofin, B. (2021). *Hubungan antara kepribadian tangguh dan dukungan sosial dengan stres akademik siswa SMAN Se-Kabupaten Paser*. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 237–246.
- Saputra, I. M. R., & Suarya, L. M. K. (2019). *Peran stres akademik dan hardiness terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama I Made Riantama Adi Saputra dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 31–43.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions (7th ed)*. John Willey & Sons Inc.
- Satrianingrum, A. P., & Prasetyo, I. (2020). Persepsi guru dampak pandemi covid-19 terhadap pelaksanaan pembelajaran daring di PAUD. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 633. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.574>.
- Siahaan, M. (2020). Dampak pandemi covid-19 terhadap dunia pendidikan. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 1(1), 73–80. <https://doi.org/10.31599/jki.v1i1.265>.

- Suwartika, I., Nurdin, A., & Ruhmadi, E. (2014). *Analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stress akademik mahasiswa reguler program studi d iii keperawatan cirebon poltekkes kemenkes tasikmalaya. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 9(3), 173–189.
<http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/viewFile/612/337>.
- Temaja, I. P. E. A., & Utama, I. M. (2016). Pengaruh profesionalisme, kepribadian hardiness, motivasi dan budaya organisasi pada kinerja auditor di kantor akuntan publik. *E-Jurnal Akuntansi Universitas Udayana*, 15(3), 1711–1739.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche* 165, 13(02), 235–239.