**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA DENGAN STRES AKADEMIK SELAMA PEMBELAJARAN DARING**

**DI MTS N PUNDONG BANTUL**

**YOGYAKARTA**

Aditiya Ilman Sanjaya, DR. Rahma Widyana, M. Si

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email:  [adityasanjaya645@gmail.com](mailto:13081202.dedysanjaya@gmail.com)

**ABSTRAK**

Stres akademik muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat dan tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa sehingga menimbulkan tekanan psikologis yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Peneliti mengajukan hipotesis bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah pula stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta sebanyak 115 orang. Metode pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial orangtua dan skala stres akademik. Uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment*, dan uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha*. Teknik analisis data menggunakan uji *product moment* dari *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dari nilai rhitung  sebesar -0,265 dan nilai signifikansi sebesar 0,004. Variabel dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan pada variabel stres akademik sebesar 30,1%; sedangkan sisanya sebesar 69,9% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah pula stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta.

**Kata Kunci: dukungan sosial orangtua, stres akademik, pembelajaran dalam jaringan (daring)**

***THE RELATIONSHIP OF PARENTS SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC STRESS DURING ONLINE SCHOOL AT MTS N PUNDONG BANTUL YOGYAKARTA***

***ABSTRACT***

*Academic stress arises when expectations for academic achievement increaseand not in accordance with the abilities of students, causing psychological pressure that affects the achievement of learning achievement in school. This study aims to determine the relationship between parental social support and academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Researchers put forward a hypothesis that there is a negative relationship between parental social support and academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. The higher the social support of parents, the lower the academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. The research subjects were students of class VIII at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta as many as 115 people. The data collection method used the parental social support scale and the academic stress scale. The validity test uses the product moment correlation formula, and the reliability test uses the Cronbach alpha formula. The data analysis technique used the product moment test from Pearson. The results showed that there was a negative relationship between parental social support and academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. This is indicated by the rcount value of -0.265 and the significance value of 0.004. The variable of parental social support contributed to the academic stress variable by 30.1%; while the remaining 69.9% is influenced by other factors not examined in this study. That is, the higher the social support of parents, the lower the academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. On the other hand, the lower the social support of parents, the higher the academic stress during online learning at MTS N Pundong Bantul Yogyakarta.*

***Keywords: parental social support, academic stress, online learning***

**PENDAHULUAN**

Pembelajaran daring adalah kegiatan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan internet, *local area network* sebagai metode berinteraksi dalam pembelajaran seperti penyampaian materi (Mustofa dkk., 2019). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas komputer, laptop maupun smartphone yang dihubungkan dengan jaringan internet. Adanya fasilitas tersebut guru dan siswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan platform seperti *whatsApp, telegram, zoom, meets, google classroom* (Fitriah, 2020).

Strategi pembelajaran yang dapat diterapkan oleh guru bermacam-macam, salah satunya yaitu strategi pembelajaran kooperatif yaitu seorang guru mendorong peserta didiknya untuk bekerjasama dalam menyelesaikan sebuah masalah. Oleh karena sistem pembelajaran yang diterapkan adalah secara daring, maka dapat dilakukan dengan cara membuat grup khusus (whatsapp grup) untuk membahas tugas yang dibebankan. Meskipun strategi yang digunakan secara kooperatif/ grup, sistem pembelajaran ini tetap mengacu kepada sistem pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Artinya, peserta didik harus aktif secara mandiri dalam mencari dan menyelesaikan masalah/tugas yang diberikan oleh guru (Theobald & Ramsbotham, 2019).

Berdasarkan edaran dari Mendikbud tentang pembelajaran daring, MTS N Pundong Bantul Yogyakarta meresponnya dengan menerapkan *social distancing* atau yang artinya menjaga jarak satu dengan lainnya yang menyebabkan sekolah diliburkan dan menerapkan WFH (*Work From Home*) dan PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) (Liu et al., 2020) (Weaver & Wiener, 2020). Oleh karena itu, sekolah memberikan surat edaran kepada peserta didik kelas X, XI dan guru mata pelajaran bahwasannya untuk sementara proses pembelajaran dilaksanakan di rumah dengan menggunakan sistem pembelajaran daring.

Kondisi pembelajaran daring pada masa pandemi covid yang secara tiba-tiba tanpa ada persiapan dari guru, siswa, dan orangtua tentunya memicu stres tersendiri. Terlebih siswa karena dituntut mandiri tanpa didampingi guru dan teman sebaya saat belajar, belum lagi kondisi orangtua yang bekerja sehingga tidak mampu anak dalam belajar. Banyaknya deadline tugas yang harus diselesaikan oleh siswa membuat tekanan tersendiri. Tugas yang banyak dengan deadline waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online (Kompas, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Agus menemukan bahwa guru memberikan tugas yang berlebih dari pada pembelajaran di kelas, dari hasil penelitiannya sebesar 47% responden sepakat bahwa guru memberikan tugas yang banyak (Watnaya et al., 2020). Beban pembelajaran daring/ tugas pembelajaran yang berlebih, waktu mengerjakan yang singkat mengakibatkan stres pada peserta didik (Ph et al., 2020) (Angraini, 2018).

Stres dapat dialami oleh seseorang dimanapun berada seperti keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat. Stres dapat dirasakan oleh semua orang dari berbagai usia, mulai anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang (Kupriyanov, 2014). Stress ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Sulit tidur, mudah lelah, sering terasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diare merupakan gejala fisik dari stres (Nurmaliyah, 2014). Stres menurut tingkatannya dibagi menjadi stres ringan, sedang dan berat. Stress ringan ditandani dengan mudah lelah, tidak bisa santai, hal ini akan hilang jika stres dapat diatasi. Stres sedang ditunjukkan dengan respon tubuh badan terasa mau pingsan, badan terasa mau jatuh, dan konsentrasi serta daya ingat menurun. stres berat dapat memunculkan gangguan pencernaan, denyut jantung yang semakin keras, sesak napas, dan tubuh terasa gemetar (Atziza, 2015). Dari uraian tersebut jelas bahwa stres akan menimbulkan masalah yang berat jika tidak tertangani salah satunya adalah stres akademik.

Stres akademik adalah tekanan-tekanan yang terjadi di dalam diri siswa yang disebabkan oleh persaingan maupun tuntutan akademik (Alvin dalam Eryanti, 2012). Senada dengan hal tersebut (Taufik, & Ifdil, 2013) menjelaskan stres akademik muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orangtua, guru maupun teman sebaya. Harapan tersebut sering tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa sehingga menimbulkan tekanan psikologis yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar di sekolah. Stres akademik disebabkan oleh adanya *academic stressor* (Sayekti dalam Barseli, 2017).

*Academic stressor* merupakan yaitu penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai/prestasi dan cemas dalam menghadapi ujian (Rahmawati dalam Barseli, dkk, 2017). Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian siswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru membuat banyak siswa merasa stres dalam menjalani pembelajaran daring (Chaterine, 2020). Tidak hanya banyak, tugas yang diberikan oleh guru juga dianggap memberatkan dan memiliki waktu pengerjaan yang sangat singkat sehingga membuat siswa kebingungan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya (Raharjo & Sari, 2020). Dengan banyaknya tugas yang diberikan siswa bisa menghabiskan waktu dari pagi hingga malam hari hanya untuk menyelesaikan berbagai tugas daringnya. Kondisi tersebut sebelumnya tidak terjadi ketika kegiatan belajar mengajar masih dilakukan di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dari Taufik dan Ifdil (2013) mengatakan, bahwa tingkat stres akademik siswa SMA N kota Padang terggolong dari beberapa kategori. Pada ketegori sedang 71,8%, kategori tinggi 13,2% dan kategori rendah 15%. Kemudian hasil penelitian Kinantie, Hernawaty dan Hidayati (2014) di SMA 3 Bandung tentang tingkatan stres menjelang ujian nasional, 49,74% dikelompokan menjadi tingkat stres sedang dan 30,05% tingkat stres berat.

Pembelajaran online menjadi alternatif metode belajar yang dilakukan sebagai salah satu upaya untuk mencegah penyebaran Covid-19. Belajar di rumah membuat kebanyakan siswa merasa jenuh, malas, tidak produktif hingga kangen dengan teman-teman di sekolah. Faktor yang diduga memengaruhi stres akademik siswa pada saat pandemi Covid 19 khususnya pada pembelajaran dalam jaringan (daring) adalah dukungan sosial orang tua (Santrock, 2003). Lingkungan keluarga merupakan pilar utama dalam pembentukan karakter anak menjadi mandiri dengan dukungan yang paling besar dalam lingkungan rumah bersumber dari orang tua yang mana anak dapat mengembangkanvkemampuan yangvdimiliki, belajarvmengambil sebuah inisiatif, menentukan keputusan tentangvapa yang ingin dikerjakan serta belajar mempertanggung jawabkan atas segala perbuatan nya (Santrock, 2003).

Salah satu faktor yang diduga memiliki hubungan dengan stres akademik adalah dukungan sosial orangtua. Hal ini sejalan dengan penelitian Ernawati & Rusmawati (2015) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik pada siswa SMK N 11 Semarang, dan dukungan sosial yang paling berpengaruh pada stres akademik adalah dukungan penghargaan. Kemudian sejalan dengan penelitian, Adharini dan Nurwidawati (2015) mengatakan bahwa siswa yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dapat mengurangi stres akademik yang baik begitu juga sebaliknya. Sedangkan menurut Smet (1994) individu yang menerima dukungan sosial yang baik dari lingkungannya, akan mampu mempersepsikan segala sesuatu dapat menjadi lebih mudah ketika mengalami kejadian-kejadian yang menegangkan, sehingga individu mampu mengatasi stres yang dialami.

Sarafino (2011) mengemukakan bahwa dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau membantu orang untuk bisa memahami orang lain. Dukungan sosial merupakan hadiah yang diberikan kepada orang-orang tertentu yang secara pribadi untuk memberikan nasehat, motivasi, mengarahkan dan memberikan semangat serta menunjukkan jalan keluar pada saat seseorang sedang mengalami masalah dan juga mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan secara terarah untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Tentama, 2014). Dukungan sosial dianggap sebagai perhatian, penghargaan, kenyamanan dan bantuan yang diterima oleh individu dari orang lain (Lestari, 2007). Orang lain di sini dapat diartikan sebagai individu perorangan ataupun kelompok. Penelitian Mindo (2008) menyatakan bahwa responden dukungan sosial dianggap berperan penting untuk bisa menumbuhkan semangat siswa dalam berprestasi. Menurut Hafferon & Boniwell (2011) dukungan sosial juga bisa mempengaruhi stabilitas perilaku individu.

Lingkungan keluarga adalah pilar utama dari pertama dalam membentuk anak untuk mandiri, dukungan yang paling besar di dalam lingkungan rumah adalah bersumber dari orangtua dimana anak dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki, belajar mengambil inisiatif, mengambil keputusan mengenai apa yang ingin dilakukan dan belajar mempertanggung jawabkan segala perbuatannya (Santrock, 2003). Baron & Byrne (2005) mendefinisikan dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang terdekat yaitu keluarga. Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga kepada anak ditunjukkan dari berbagai bentuk dukungan yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2008). Keterlibatan dan dukungan orangtua bermanfaat bagi proses belajar dan prestasi siswa (Ratelle, dkk., 2005).

**METODE PENELITIAN**

**Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional.

**Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada tanggal ..... Agustus 2021. Lokasi penelitian berada di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta.

**Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta sebanyak 115 orang. Pengambilan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuhatau seluruh sampel digunakan dalam penelitian yaitu siswa kelas VIII sebanyak 115 orang. Kelas VIII dipilih oleh peneliti karena berdasarkan informasi guru BK siswa kelas VIII merupakan siswa yang mengalami masa transisi untuk beranjak ke SMA sehingga siswa cenderung stres menghadapi tugas-tugas akademik selama pembelajaran daring.

**Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala stres akademik dan skala dukungan sosial orang tua. Uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment*, dan uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha*.

Koefisien daya beda aitem untuk skala stres akademik bergerak antara 0,318 - 0,601. Atas dasar pengujian yang mengukur skala stres akademik diketahui jika sebanyak 8 butir item dinyatakan gugur yaitu nomor 4, 7, 11, 14, 17, 20, 24, dan 27 sedangkan sisanya sebanyak 20 butir pernyataan dinyatakan valid. Aitem yang valid kemudian digunakan untuk penelitian dengan memberikan nomor yang baru. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai *cronbach alpha* sebesar 0,797 lebih besar dari 0,6; maka seluruh aitem pada variabel penelitian memenuhi persyaratan untuk digunakan dalam penelitian.

.

Koefisien daya beda aitem untuk skala dukungan sosial bergerak antara 0,336 - 0,679. Atas dasar pengujian yang mengukur skala dukungan sosial orangtua diketahui jika sebanyak 9 butir item dinyatakan gugur yaitu nomor 2, 5, 8, 11, 16, 17, 19, 21, dan 23 sedangkan sisanya sebanyak 15 butir pernyataan dinyatakan valid. Aitem yang valid kemudian digunakan untuk penelitian dengan memberikan nomor yang baru. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai *cronbach alpha* sebesar 0,889 lebih besar dari 0,6; maka seluruh aitem pada variabel penelitian memenuhi persyaratan untuk digunakan dalam penelitian.

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dari nilai rhitung sebesar -0,265 dan nilai signifikansi sebesar 0,004. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah pula stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Ernawati & Rusmawati (2015) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik pada siswa SMK N 11 Semarang, dan dukungan sosial yang paling berpengaruh pada stres akademik adalah dukungan penghargaan.

Orangtua merupakan orang yang bertanggung jawab penuh atas kesuksesan pendidikan siswa, tenaga pendidik hanya menjembatani dan membantu membimbing dalam mencapai keberhasilan peserta didik. Hal ini berarti, dukungan yang diberikan oleh orangtua sangat berdampak besar bagi siswa, dengan dukungan orangtua siswa akan lebih bersemangat dalam belajar karena siswa akan memiliki anggapan bahwa yang menginginkan kemajuan dan hasil belajar yang baik bukan siswa saja, tapi orangtuanya juga sehingga siswa akan lebih terpacu (Ratelle, dkk., 2005).

Keterlibatan dan dukungan orangtua bermanfaat bagi proses belajar dan prestasi siswa (Ratelle, dkk., 2005). Adanya berbagai dukungan yang diberikan oleh keluarga akan membuat siswa mampu untuk mengenal dan mampu memahami tentang dirinya sendiri terutama dari hal kewajibannya sebagai siswa dalam menempuh pendidikan di sekolah, selain itu lingkungan keluarga merupakan lingkungan sosial yang paling utama dalam kehidupan manusia, tempat ia belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial dalam hubungan interaksinya dengan kelompoknya sehingga dengan komunikasi dan hubungan yang hangat antara orangtua dengan anak akan membantu anak dalam memecahkan masalahnya terutama pada siswa dalam proses belajar (Purnamaningsih dalam Widanarti & Indati, 2002).

Temuan penelitian menjelaskan jika besarnya sumbangan dari variabel dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta sebesar 0,301. Artinya, variabel dukungan 30,1%; sedangkan sisanya sebesar 69,92% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Menurut temuan penelitian Yusuf (2020) menunjukkan bahwa stres akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal terdiri dari *self-efficacy, hardiness*, optimisme, motivasi berprestasi, dan prokrastinasi, sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial orangtua. Stres akademik diindikasikan karena beberapa hal diantaranya; kelebihan beban akademik, persepsi mahasiswa terhadap ujian dan tugas kuliah. karakteristik kepribadian dan takut akan kegagalan.

Hasil studi menunjukkan bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa dapat berdampak positif ataupun negatif. Dampak positif yang dialami dapat meningkatkan kreativitas dan pengembangan diri individu selama stres yang dialami masih dalam batas normal. Sedangkan dampak negatif yang dialami dapat menyebabkan gangguan tidur, sakit kepala, leher tegang, gangguan makan hingga penyalahgunaan minuman beralkohol, sehingga stres akademik yang dialami mempengaruhi kondisi mental dan fisik mahasiswa yang berimplikasi pada penurunan kemampuan akademik karena stres akademik berpengaruh pada indeks prestasi mahasiswa (Yusuf, 2020) .

Hasil penelitian diketahui bahwa dari sebanyak 24 siswa (20,87%) memiliki stres akademik berada pada kategori tinggi, sebanyak 72 siswa (62,61%) memiliki stres akademik berada pada kategori sedang, dan sebanyak 19 siswa (16,52%) memiliki stres akademik berada pada ketegori rendah. Stres akademik berkaitan dengan kegagalan dalam akademik. Siswa timbul rasa khawatir dengan nilai hasil akademik, sehingga terjadi stres akademik. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiyono yaitu menjelaskan bahwa pembelajaran daring dalam pelaksanaannya memberikan gambaran bahwa kurang optimal dalam pemahaman materi oleh siswa dan tugas yang terlalu banyak diberikan kepada siswa, sehingga pembelajaran dinilai kurang efektif (Widiyono, 2020).

Pembelajaran daring menuntut seorang siswa untuk lebih aktif belajar mandiri selama mengikuti kelas online. Banyak tugas yang diterima oleh siswa dan terdapat banyak keterbatasan dalam proses pembelajaran daring. Rasa ketidakpuasan siswa selama proses pembelajaran daring membuat siswa merasa berat dan sulit memahami materi perkuliahan.

Banyak siswa yang merasa jika pembelajaran tatap muka bisa membuat siswa lebih mudah memahami penjelasan dosen. Hal seperti ini yang membuat siswa muncul rasa ketakutan akan kemajuan akademiknya. Rasa gagal dalam mencapai target yang diharapkan. Tekanan harus mampu belajar mandiri, konsentrasi tinggi dalam memperhatikan penjelasan guru yang sering terkendala signal sehingga tidak terdengar jelas suara dosen, lelah dengan tugas yang menumpuk sebagai evaluasi selama proses pembelajaran, tekanan dari orang tua, dan pembengkakan biaya kuota internet membuat siswa stres dengan kehidupan akademiknya (Sadikin dan Hamidah, 2020).

Hasil penelitian diketahui bahwa dari sebanyak 12 siswa (10,43%) memiliki dukungan sosial orangtua berada pada kategori tinggi, sebanyak 76 siswa (66,09%) memiliki dukungan sosial orangtua berada pada kategori sedang, dan sebanyak 27 siswa (20,00%) memiliki dukungan sosial orangtua berada pada ketegori rendah. Perhatian dan kasih sayang tersebut dapat menumbuhkan semangat untuk melakukan kegiatan belajar dalam mencapai tujuan atau keinginan yang telah disusun sebelumnya. Selain itu, terdapat penghargaan dan pengakuan dari keluarga terhadap diri siswa yang dapat memotivasi siswa untuk lebih meningkatkan prestasi belajarnya. Selanjutnya, informasi dari keluarga juga tidak kalah pentingnya. Karena dengan adanya informasi yang berupa kritik, saran dan arahan yang diberikan oleh keluarga kepada individu, agar individu dapat memperbaiki diri dalam segala sesuatunya, terutama dalam hal belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial dan stres akademik memiliki hubungan yang positif. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh siswa maka kemungkinan siswa mengalami stres akademik juga semakin rendah dan sebaliknya (Ernawati & Rusmawati, 2015).

Berdasarkan temuan penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Hubungan ini dapat diartikan sebagai semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari lingkungannya, maka semakin rendah stres akademik yang dialami oleh siswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh siswa dari lingkungannya, maka semakin tinggi stres akademik yang dialami oleh siswa tersebut. Penelitian ini memiliki kekurangan dimana peneliti belum bisa menunjukkan aspek dukungan sosial mana yang lebih berkontribusi pada stres akademik. Pada penelitian dimasa yang akan datang diharapkan dapat mengungkap kekurangan pada penelitian ini serta melihat variabel-variabel lain yang dapat berpotensi mempengaruhi stres akademik pada siswa.

**SIMPULAN**

**Simpulan**

Hasil penelitian disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dari nilai rhitung sebesar -0,265 dan nilai signifikansi sebesar 0,004. Variabel dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan pada variabel stres akademik sebesar 30,1%; sedangkan sisanya sebesar 69,9% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah pula stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi stres akademik selama pembelajaran daring di MTS N Pundong Bantul Yogyakarta.

**Saran**

**Bagi Keluarga**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran stres akademik kepada siswa Selain itu siswa diharapakan untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk mengelola stres akademi dan memperbaiki cara belajar siswa agar tidak terjadinya kejenuhan belajar.

**Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah dalam memberikan informasi mengenai stres akademik yang dimiliki siswa dan juga agar sekolah mampu memberikan inovasi pembelajaran agar siswa tidak mengalami kejenuhan saat belajar daring seperti menggunakan media pebelajaran tertentu yang dapat dipelajari oleh siswa secara berulang-ulang kapan saja dan dimana saja sehingga dapat mengurangi kesejunahan belajar secara daring.

**Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan teknik analisa yang lain seperti kualitatif dan menghubungkannya dengan variabel penghubung lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres akademik siswa, seperti kejenuhan belajaran, prestasi belajar, maupun media pembelajaran karena berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa banyak masih terdapat faktor lain yang berhubungan dengan stres akademik.

**DAFTAR PUSTAKA**

Andharini. A. J., & Nurwidawati. D. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan stres pada siswa akselerasi. *Character*. 3(2).

Angraini, D. V. (2018). Faktor Penyebab Stres Akademik pada Siswa (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas 4 dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan. *Jurnal Psikologi*.

Ernawati, L., & Rusmawati. D. (2015). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa SMK yang menggunakan kurikulum 2013. *Jurnal Empati*. 4(4).

Eryanti, F. (2012). Perbedaan Stres Akademik antara kelompok Siswa Minoritas dengan Mayoritas di SMP WR Supratman 2 medan. *Jurnal USU*, 7 (06): 145-162.

Gunadha, R., & Rahmayunita, H. (2020). *Kuliah Online saat Corona Picu Ketimpangan Akses Bagi Mahasiswa Miskin*. https://www.suara.com/news/ 2020/04/16/130712/kuliah-online-saatcorona-picu-ketimpangan-akses-bagimahasiswa-miskin.

Kinantie, O. A., Hernawaty,T., & Hidayati, N. O. (2012). Gambaran tingkat stres siswa SMAN 3 Bandung kelas XII mejelang ujian nasional 2012. *Jurnal Fakultas Ilmu Keperawatan universitas Padjajaran*. 1(1), 1-12.

Kompas. (2020). Hambatan dan Solusi Belajar dari Rumah. https://muda.kompas.id/ baca/2020/04/10/hambatan-dan-solusisaat-belajar-daring-dari-rumah/.

Kupriyanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems and Outlooks. World *Journal of Medical Sciences*, 11, 179–185. [https://doi.org/10.5829/idosi. wjms.2014.11.2.8433](https://doi.org/10.5829/idosi.%20wjms.2014.11.2.8433).

Mustofa,Mokhamad Iklil; dan Chodzirin, Muhammad; dan Lina Sayekti. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi*. Universitas Negeri Walisongo Semarang.

Nurmaliyah, F. (2014). Menurunkan Stres Akademik Siswa dengan Menggunakan Teknik Self-Instruction. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 2(3), 10.

Ph, L., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). “Learning Task” Attributable to Students’ Stress During the Pandemic Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.

Ratelle, C. F., Larose, S., Guay, F., & Senécal, C. (2005). Perceptions of Parental Involvement and Support as Predictors of College Students' Persistence in a Science Curriculum. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 286–293.

Sadikin A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19 (Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi.* Vol. 06, No. 02 (2020), Hal. 214 – 224.

Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions.* 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley.

Taufik, T., Ifdil, I., & Ardi, Z. (2013). Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 143-150.

Watnaya, A. kusnayat, Muiz, M. hifzul, Nani Sumarni, Mansyur, A. salim, & Zaqiah, Q. yulianti. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online di Era Covid-19 dan Dampak terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach: Jurnal Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran*, 1(2), 153– 165.

Widanarti, N., dan Indati, A. (2002). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Self Efficacy Pada remaja di SMA Negeri 9 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*. 2 (2): 112-123.

Widiyono, A. (2020). Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 169–177. https://doi. org/10.36232/pendidikan.v8i2.458.