

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Permasalahan**

#### **1. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan pada dasarnya yaitu usaha sadar yang terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dalam mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU Sisdiknas No 20 tahun 2003). Hal ini memberikan gambaran bahwa keberhasilan dari pendidikan tidak hanya berpusat pada kemampuan kognitif, akan tetapi pengembangan sisi afektif, mental dan emosi peserta didik. Menurut UU No 20 tahun 2003 fungsi pendidikan nasional yaitu untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Dengan demikian pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehingga pendidikan dilakukan dalam setting formal sebagai wujud nyata untuk menghasilkan kualitas sumber daya manusia yang berkualitas baik.

Secara kronologis, peserta didik pada jenjang SMA Negeri berada pada rentang usia 15-18 tahun atau berada dalam tahap perkembangan remaja. Pada masa remaja disebut masa badai dan topan (*storm and stress*) yaitu masa yang menggambarkan ketegangan emosi, keadaan emosi remaja yang tidak menentu, tidak stabil dan meledak-ledak. Meningginya emosi remaja disebabkan

salah satunya oleh masalah- masalah sekolah seperti masalah penyesuaian diri, emosi, sosial dan pertentangan dengan aturan sekolah. Menurut Hurlock (dalam Izzaty dkk, 2008) terdapat lima perubahan pada setiap remaja yaitu meningginya emosi, perubahan tubuh, minat dan peran, perubahan pola perilaku, perubahan nilai-nilai serta sikap ambivalen terhadap setiap perubahan yang ditandai adanya tuntutan akan kebebasan tetapi takut untuk bertanggung jawab. Dengan demikian, seiring dengan perubahan yang terjadi, remaja sangat rentan dengan permasalahan dan stres.

Pada masa ini individu akan melakukan banyak eksplorasi dan eksperimen untuk kemudian siap memenuhi tahap perkembangan selanjutnya. Seperti yang dikatakan Amet (dalam Santrok, 2012) bahwa pada masa beranjak remaja individu memiliki berbagai kemungkinan untuk mengubah kehidupannya, pada masa ini individu memiliki kesempatan mengarahkan kehidupan mereka kearah yang lebih positif. Dunia sekolah atau dunia pendidikan di sekolah seharusnya mampu memberikan peluang bagi individu untuk banyak belajar dan berkembang. Namun, tidak semua individu mampu melewati masa transisi ini dengan baik, seperti bahwa transisi dari sekolah menengah pertama menuju sekolah menengah atas akan melibatkan banyak perubahan yang menyebabkan stres.

Stres yang dialami siswa disebut dengan stres akademik. Carveth (Misra & McKean, 2000) mengemukakan stres akademik merupakan persepsi siswa terhadap banyaknya pengetahuan harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkannya. Stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan belajar siswa di sekolah, berupa ketegangan-ketegangan yang bersumber dari faktor akademik yang dialami siswa, sehingga mengakibatkan

terjadinya distorsi pada pikiran siswa dan mempengaruhi fisik, emosi, dan tingkah laku. Heiman, & Kariv (2005) juga menjelaskan, bahwa stres akademik merupakan stres yang disebabkan oleh *academic stressor* dalam proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, misalnya: tekanan untuk naik kelas, lama belajar, kecemasan menghadapi ujian, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, mendapat nilai ulangan yang jelek, birokrasi yang rumit, keputusan menentukan jurusan dan karir, dan manajemen waktu.

Quick dan Quick (dalam Nico, 2007) mengategorikan jenis stres menjadi dua, yaitu *eustress* dan *distress*. *Eustress* merupakan hasil dari respon terhadap tekanan yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif. Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat *performance* yang tinggi. *Distress* merupakan hasil dari respon terhadap tekanan yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif. *Distress* lebih dikenal dengan istilah stres.

Remaja mengalami masa perkembangan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan individu yaitu faktor eksternal yang berupa lingkungan, lingkungan tersebut khususnya pendidikan (Rita Eka Izzaty, 2008). Pendidikan dapat diperoleh salah satunya melalui lingkungan sekolah. Sekolah mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan individu atau peserta didik. Menurut Desmita (2009) sekolah dipandang dapat memenuhi beberapa kebutuhan peserta didik dan menentukan kualitas kehidupan di masa depan. Di sisi lain sekolah ternyata menjadi sumber masalah yang memicu terjadinya stres di kalangan peserta didik. Bahkan menurut Fimian dan Cross (dalam Desmita, 2009) di samping keluarga, sekolah merupakan sumber stres yang utama bagi anak. Hal itu disebabkan karena anak

banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Di sekolah anak merupakan anggota dari suatu masyarakat kecil dimana terdapat tugas-tugas yang harus diselesaikan, orang-orang yang perlu dikenal dan mengenal satu sama lain, dan peraturan yang menjelaskan dan membatasi perilaku, perasaan dan sikap. Peristiwa hidup yang dialami anak sebagai anggota masyarakat kecil yang bernama sekolah ini tak jarang menimbulkan perasaan stres dalam diri anak. Hal itu diperkuat oleh Rainham (dalam Desmita, 2009) yang memberikan gambaran bahwa masa sekolah menengah memiliki pengalaman berharga bagi remaja, tetapi di sisi lain mereka dihadapkan pada banyak tuntutan dan perubahan cepat yang membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh stres. Peserta didik dihadapkan pada pekerjaan rumah yang banyak, perubahan kurikulum yang berlangsung dengan cepat, batas penyelesaian tugas dan ujian, kecemasan dan kebingungan dalam menentukan pilihan karir dan program pendidikan lanjutan, membagi waktu untuk mengerjakan PR, olahraga, hobi, dan kehidupan sosial.

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan adanya fenomena stres peserta didik yang berkaitan dengan peristiwa-peristiwa hidup di sekolah. Penelitian Desmita (2005) tentang stres akademik di MAN Model Bukittinggi, menunjukkan bahwa pelaksanaan program peningkatan mutu pendidikan melalui penerapan kurikulum yang diperkaya, intensitas belajar yang tinggi, rentang waktu belajar formal yang lebih lama, tugas-tugas sekolah yang lebih banyak, dan keharusan menjadi pusat keunggulan di sekolahnya (*agent of excellence*) telah menimbulkan stres di kalangan siswa khususnya stres akademik. Selain itu, berdasarkan penelitian Uly Gusniati (dalam Desmita, 2009) di SMU Plus Jakarta menemukan adanya fenomena stres akademik yang dialami siswa di sekolah, disebabkan oleh siswa merasa terbebani dengan keharusan

mempertahankan peringkat sekolah, kecemasan dalam menghadapi ujian semester, ketakutan mendapatkan nilai ulangan yang jelek, bingung menyelesaikan PR yang terlalu banyak, lelah dan bosan mengikuti perpanjangan waktu belajar di sekolah.

Secara teoritis, Lookeer dan Gregson (dalam Asmarasari, 2010) mengemukakan bahwa stres yang dialami individu dapat berpengaruh positif maupun negatif. Stres dalam kadar sedang akan berpengaruh positif bagi individu, yakni berdampak pada meningkatnya kesadaran individu dan menghasilkan pengalaman baru. Stres akan berpengaruh negatif pada individu ketika beban stres melebihi ambang stres individu tersebut, yang akan berdampak pada munculnya perasaan-perasaan cemas, khawatir, frustrasi, tidak percaya diri, marah atau depresi.

Stres diperlukan individu untuk mampu berusaha secara optimal, namun stres yang berlebihan dapat mengganggu fungsi pribadi individu. Faktor yang banyak disarankan untuk menanggulangi stres adalah dukungan sosial (Evianty, 1997). Jika mengacu pada faktor yang mempengaruhi tingkat stres yakni kondisi fisik, kepribadian dan tidak adanya dukungan sosial (Yusuf dalam Asmarasari 2010), maka tingkat stres kemungkinan bias ditekan dengan cara mengoptimalkan potensi dukungan sosial yang ada disekitar individu.

Smet (1994) menyebutkan sejumlah variabel yang diidentifikasi berpengaruh pada stres, yaitu variabel dalam kondisi individu (umur, jenis, kelamin, faktor genetik, pendidikan, status ekonomi, kondisi fisik), karakteristik kepribadian, variabel sosial-kognitif (dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial dan kontrol pribadi yang dirasakan), hubungan dengan lingkungan sosial (dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial), dan strategi

penanggulangan (coping). Menurut Kring (dalam Fibrianti, 2009) dan banyak faktor tersebut salah satu faktor yang secara signifikan dapat mengurangi efek negatif dari stres adalah dukungan sosial.

Sebagaimana dikemukakan oleh Smet (1994) bahwa salah satu faktor yang dapat mengubah stres (faktor protektif) adalah dengan mencari dukungan sosial. Dukungan sosial termasuk sebagai faktor lingkungan. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan. Cutrona & Gardner; Uchino (dalam Sarafino & Timothy, 2012) menyatakan empat aspek dukungan sosial yaitu, *emotional or esteem support, tangible or instrumental support, informational support, and companionship support*. Hasil penelitian Asmarasari menyatakan bahwa dukungan sosial berkorelasi negatif secara signifikan dengan stres pada siswa lulusan SMA, artinya kehadiran dukungan sosial mampu menurunkan stres pada siswa lulusan SMA secara signifikan.

Selain dukungan sosial, keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya juga menjadi aspek penting yang menentukan perilaku seseorang dalam menghadapi *distress*. Dessler (2007) mengungkapkan bahwa tidak ada dua orang yang bereaksi dengan cara yang sama terhadap stres, karena faktor pribadi juga berperan mempengaruhi tekanan. Widyasari (2007) mengungkapkan, mengacu pada kepribadian, setiap individu memiliki kepribadian yang unik. *Stressor* yang sama dapat dipersepsi secara berbeda-beda. Faktor kunci dari stres adalah persepsi seseorang dan penilaian terhadap situasi dan kemampuannya untuk menghadapi

atau mengambil manfaat dari situasi yang dihadapi. Kemampuan seseorang tersebut berkaitan dengan salah satu karakteristik kepribadian yakni aspek keyakinan akan kemampuan diri, yang oleh Bandura disebut efikasi diri (Wangmuba, 2009).

Efikasi diri didefinisikan Bandura (1997) sebagai kepercayaan pada kemampuan diri dalam mengatur dan melaksanakan suatu tindakan. Hal ini tidak tergantung pada jenis keterampilan atau keahlian yang dimiliki oleh seseorang tetapi berhubungan dengan keyakinan tentang apa yang dapat dilakukan, dan menyangkut seberapa besar usaha yang dikeluarkan seseorang dalam suatu tugas dan seberapa lama ia akan bertahan. Jadi, efikasi diri didefinisikan sebagai rasa yakin atas kemampuan diri sendiri untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik.

Banyak kasus yang menunjukkan bahwa, para siswa yang mengalami stres akademik adalah mereka yang tidak muncul di dalam dirinya suatu keyakinan yang kuat atas kemampuan diri sendiri. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Collins (2007) yang menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan salah satu strategi terpenting yang terlibat dalam menanggulangi terjadinya stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Wisantyo (2010) di SMAN 3 Semarang menunjukkan hasil bahwa terdapat negative antara efikasi diri dengan stres yaitu semakin tinggi efikasi diri akademik pada siswa, cenderung akan diikuti dengan menurunnya stres pada siswa SMAN 3 Semarang. Penelitian lainnya, dilakukan oleh Fika Scarfi (2014) dengan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap tingkat stres mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Pada aspek dukungan sosial, dukungan emosional dan penghargaan merupakan dukungan sosial yang paling banyak dirasakan oleh mahasiswa tersebut, yakni 17,2 % dari 374 mahasiswa.

Wardhani dan Nu'man (2008) menemukan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan efikasi diri akademik pada siswa *boarding scholl* di SMP Nurul Fikri Serang, Banten. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri akademik memiliki hubungan yang linier.

Hasil-hasil penelitian di atas memperkuat fakta bahwa memang terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik. Namun dalam banyak penelitian di atas belum diketahui manakah variabel predaktor yang lebih besar memberikan sumbangsih terhadap stres akademik, apakah efikasi diri ataukah dukungan sosial.

## **2. Rumusan Masalah**

Sekolah mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan individu atau peserta didik. Menurut Desmita (2009: 288) sekolah dipandang dapat memenuhi beberapa kebutuhan peserta didik dan menentukan kualitas kehidupan di masa depan. Namun, di sisi lain sekolah ternyata menjadi sumber masalah yang memicu terjadinya stres di kalangan peserta didik. Bahkan menurut Fimian dan Cross dalam (Desmita, 2009 : 288) di samping keluarga, sekolah merupakan sumber stres yang utama bagi anak. Hal itu disebabkan karena anak banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Di sekolah anak merupakan anggota dari suatu masyarakat kecil dimana terdapat tugas-tugas yang harus diselesaikan, orang-orang yang perlu dikenal dan mengenal satu sama lain, dan peraturan yang menjelaskan dan membatasi perilaku, perasaan dan sikap. Peristiwa hidup yang dialami anak sebagai anggota masyarakat kecil yang bernama sekolah ini tak jarang menimbulkan perasaan stres dalam diri anak. Hal itu diperkuat oleh Rainham dalam (Desmita, 2009: 289)

yang memberikan gambaran bahwa masa sekolah menengah memiliki pengalaman berharga bagi remaja, tetapi di sisi lain mereka dihadapkan pada banyak tuntutan dan perubahan cepat yang membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh stres.

Menurut Bandura (dalam Feist dan Feist, 2010: 213) efikasi diri yang rendah mengindikasikan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan-kesulitan akademik dan mudah stres jika menemukan kesulitan-kesulitan dalam hidupnya, sedangkan efikasi diri yang tinggi akan mampu percaya mengerjakan tugas sesuai dengan tuntutan, bekerja keras, bertahan mengerjakan tugas sampai selesai. Maka dari itu efikasi diri dianggap sebagai salah satu kemampuan untuk mengurangi stres (Durand & David, 2006:345). Dengan demikian peneliti akan melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas X di SMAN 1 Pamekasan.

Pendapat ini didukung oleh Smet (1994) yang menyatakan bahwa jika individu merasa didukung oleh lingkungan, segala sesuatu dapat menjadi lebih mudah pada saat mengalami kejadian-kejadian yang menegangkan. Caplan (dalam Rahma, 2011) juga mendukung pendapat ini, ia mengemukakan bahwa kehadiran sumber-sumber dukungan sosial yang sesuai dapat membantu penyesuaian diri individu dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang menekan.

Terdapat beberapa hasil penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial dan stress akademik, diantaranya adalah hasil penelitian Eggens, Van Der Werf & Boker (dalam Rahma, 2011) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai “jarring penyelamat” yang membantu pelajar menanggulangi stress dan kesulitan-kesulitan selama belajar. Penelitian lain yang dilakukan oleh Maharani & Andayani (2003) menyatakan bahwa remaja membutuhkan dukungan dari orang dewasa yang ada disekitarnya untuk

membantu mengatasi permasalahan tuntutan yang dihadapi. Dengan demikian perumusan masalah berisi deskripsi tentang hubungan variabel tergantung (Y), dengan variabel prediktornya (X), antara lain:

- a. Apakah ada hubungan negatif antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa ?
- b. Apakah ada hubungan negatif antara efikasi diri dan dengan stres akademik pada siswa ?
- c. Apakah ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa ?

### **3. Keaslian Penelitian**

Dalam hal ini penelitian tentang efikasi, dukungan sosial dan stres akademik secara terpisah sebenarnya sudah pernah diteliti dengan faktor-faktor lain, akan tetapi secara bersama-sama belum ditemukan. Adanya perbedaan dengan penelitian yang telah ada sebelumnya inilah yang dapat menunjukkan bahwa penelitian ini masih orignal, dengan demikian dapat menyempurnakan hasil penelitian yang ada sebelumnya. Berdasarkan penelusuran kepustakaan hingga saat ini di jumpai beberapa laporan penelitian tentang efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik, yaitu sebagai berikut:

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Occaesar (2009) tentang Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh efikasi diri terhadap stres mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang yang sedang menyusun skripsi.

- b. Penelitian yang dilakukan oleh Wisantyo (2010) di SMAN 3 Semarang menunjukkan hasil bahwa terdapat negative antara efikasi diri dengan stres yaitu semakin tinggi efikasi diri akademik pada siswa, cenderung akan diikuti dengan menurunnya stres pada siswa SMAN 3 Semarang.
- c. Penelitian Nurmalitasari (2010) tentang Stres pada siswa SMAN 3 Semarang ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Jenis Kelas. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif dan sangat signifikan antara efikasi diri akademik dengan stres, tidak terdapat perbedaan stres yang signifikan antara kelas reguler, olimpiade dan akselarasi SMAN 3 Semarang.
- d. Penelitian Asmarasari (2010) tentang Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres menghadapi SNMPTN pada lulusan SMU di Kabupaten Ciamis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres menghadapi SNMPTN.
- e. Penelitian Mulyani (2011) tentang Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Binus University. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan stres mahasiswa Jurusan Psikologi Binus University yang sedang menyelesaikan skripsi.
- f. Penelitian Dewayani A., Augustine D. Sukarlan, Sherly S.T (2011) tentang *Perceived Peer Social* dan *Psychological Distres* Mahasiswa Universitas Indonesia. Teknik statistik menggunakan *independent t-test*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *psychological distres distres* yang signifikan antara mahasiswa UI yang memiliki *perceived peer social support*. Hal ini dapat terjadi karena *psychological distres* tidak hanya dipengaruhi *perceived peer social support*, tetapi juga faktor-faktor lain.

- g. Penelitian Baqutayan (2011) tentang *Stres and Social Support, This is an experimental study and it discusses the effectiveness of social support in managing academic stres among student*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam hubungan antara stres dan dukungan sosial. Hasil penelitian membuktikan bahwa perilaku koping terhadap stres akademik kelompok eksperimen lebih baik dari kelompok kontrol dan mendapatkan kepuasan dengan *academic performance* selama eksperimen.
- h. Penelitian Saryanti (2011) tentang *Kajian Empiris atas Perilaku Belajar, Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional yang berpengaruh pada Stres kuliah pada Mahasiswa Akutansi Perguruan Tinggi Swasta di Surakarta*. Hasil penelitian diketahui bahwa ada pengaruh negatif yang signifikan perilaku belajar terhadap stres kuliah mahasiswa Perguruan Tinggi di Surakarta. Variabel perilaku belajar, efikasi diri dan kecerdasan emosional secara bersama-sama mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap stres kuliah mahasiswa, sehingga hipotesis dapat dibuktikan kebenarannya.
- i. Penelitian Hasmi (2012) tentang *Pengaruh Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh signifikan manajemen waktu dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Satu aspek yang mempengaruhi secara signifikan terhadap stres akademik yaitu aspek reliabel alliance. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka disarankan untuk penelitian selanjutnya meneliti faktor-faktor atau variabel lain yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa seperti tipe kepribadian, penyesuaian diri dan prestasi akademik.

- j. Penelitian Fitriandi (2013) tentang Pengaruh perilaku belajar, efikasi diri, kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual terhadap stres kuliah mahasiswa akuntansi Perguruan Tinggi Swasta di Karisidenan pati. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validasi, uji reliabilitas, uji asumsi klasik, uji analisis linier berganda, uji t dan uji f. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa perilaku belajar, efikasi diri, kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual berpengaruh negatif terhadap stres.
- k. Penelitian Sari (2013) tentang Pengaruh Perilaku Belajar, Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Stres Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa kebidanan Citra Medika Surakarta). Kesimpulan penelitian pengaruh perilaku belajar terhadap stres mahasiswa, efikasi diri berpengaruh negatif terhadap stres mahasiswa dan kecerdasan emosional berpengaruh negatif terhadap stres mahasiswa Akademi Kebidanan Citra Medika Surakarta. Ada pengaruh perilaku belajar, efikasi diri dan kecerdasan emosional terhadap stres mahasiswa secara bersama-sama.
- l. Penelitian lainnya, dilakukan oleh Fika Scarfi (2014) dengan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap tingkat stres mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Pada aspek dukungan sosial, dukungan emosional dan penghargaan merupakan dukungan sosial yang paling banyak dirasakan oleh mahasiswa tersebut, yakni 17,2 % dari 374 mahasiswa.

Oleh karena itu, keaslian penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan dan sesuai dengan asas-asas keilmuan yang harus dijunjung tinggi yaitu kejujuran, rasional, objektif serta terbuka. Hal ini merupakan implikasi etis dari proses

menemukan kebenaran ilmiah sehingga dengan demikian penelitian ini dapat dipertanggung-jawabkan kebenarannya secara ilmiah, keilmuan dan terbuka untuk kritisi yang sifatnya konstruktif (membangun).

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa. Tujuan penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a. Mengetahui apakah ada hubungan negatif antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa.
- b. Mengetahui apakah ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa.
- c. Mengetahui apakah ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa.

### **2. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diharapkan ialah faedah bagi ilmu pengetahuan dan bagi pemecahan permasalahan kemanusiaan dalam rangka menunjang usaha pembangunan Negara dan Bangsa, yaitu:

- a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan teoritis mengenai peran efikasi diri dan dukungan sosial dalam mengatasi stress akademik, khususnya pada siswa baru.

b. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat dimanfaatkan untuk menentukan langkah yang sesuai dan efektif bagi usaha-usaha maupun program-program yang dibuat dengan tujuan mengatasi stress akademik pada siswa baru, sehingga potensi dan kesempatan belajar pada siswa baru dapat dioptimalkan secara maksimal.

Penelitian ini dapat memberi kontribusi bagi pihak institusi berkaitan dengan permasalahan stres akademik pada siswa dan dukungan civitas akademik. Dengan pengetahuan tersebut, institusi pendidikan akan dapat lebih memperhatikan sumber stres akademik siswa dan penggunaan langkah-langkah bimbingan konseling untuk membantu siswa dalam pengembangan bahasa tubuh dan pikiran mereka juga memberikan masukan kepada orangtua siswa mengenai dukungan sosial orangtua dalam kegiatan akademik siswa.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan temuan yang dapat memberikan kontribusi serta informasi yang berguna bagi pengembangan ilmu, khususnya psikologi.