

***SPIRITUAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN
SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA
BOARDING SCHOOL***

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi
Program Studi Magister Psikologi



Oleh :

AHMAD KHOIRUDIN
NPM : 1532100028

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

***SPIRITUAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN
SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA BOARDING
SCHOOL***

Tesis

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi

Program Studi Magister Psikologi



Diajukan oleh :

Ahmad Khoirudin
NPM : 1532100028

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN
***SPIRITUAL WELL-BEING* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN**
SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA *BOARDING*
SCHOOL

Diajukan oleh:

Ahmad Khoirudin
NPM : 1532100028

Disetujui untuk diuji :

Surabaya, 03 Juli 2023

Dosen Pembimbing I



Dr. Suroso, MS., Psikolog.

Dosen Pembimbing II



Dr. Muhammad Farid, M.Si.

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945

2023

HALAMAN PENGESAHAN
***SPIRITUAL WELL-BEING* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN**
STRES AKADEMIK PADA SISWA *BOARDING SCHOOL*

Diajukan oleh :

Ahmad Khoirudin
NPM : 1532100028

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji
Dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal 03 Juli 2023

Tim Penguji


Ketua : Drs. Sahat Saragih, M.Si

Anggota : Dr. Suroso, M.S., Psikolog

Dr. Muhammad Farid, M.Si



Dekan




Dr. Rr Amanda Pasca Rini, M.Si. Psikolog

MOTTO

إِحَالَتُكَ الْأَعْمَالَ عَلَىٰ وُجُودِ الْفَرَاغِ مِنْ رُعُونَاتِ النَّفْسِ

“Menunda amal perbuatan (kebaikan) karena menantikan kesempatan yang lebih baik, sesuatu tanda kebodohan yang mempengaruhi jiwa” (Al-Hikam: 26)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Ahmad Khoirudin

NPM : 1532100028

Alamat : Dkh. Tumpuk, Desa Punjul, Kecamatan Karangrejo,
Kabupaten Tulungagung.

Telp. : 089513914032

Menyatakan bahwa "Tesis" yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya dengan judul :

SPIRITUAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK SISWA BOARDING SCHOOL adalah hasil karya saya sendiri, bukan "Duplikasi" dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Pengelola Program tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri. Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, Juli 2023

Hormat saya,



Ahmad Khoirudin



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@uitag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Khoirudin
NBI/ NPM : 1532100028
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Magister Psikologi
Jenis Karya : Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek*

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

**SPIRITUAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA BOARDING SCHOOL**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal : 17 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Ahmad Khoirudin)

*Coret yang tidak perlu

Kata Pengantar

Puji syukur pada Tuhan Yang Maha Esa, atas penyertaan dan hikmah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis berjudul "*SPIRITUAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK SISWA BOARDING SCHOOL*". Dalam proses penulisan sejak awal tesis ini, banyak pihak yang telah terlibat dengan ikhlas baik pikiran, tenaga, waktu dan usaha serta kesempatan untuk berdiskusi, mengoreksi dan memberikan masukan terhadap problem actual yang sedang dikaji dan dihadapi penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan penuh rasa hormat, penulis menyampaikan penghargaan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM, CMA, CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Suroso, M.S., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.

5. Dr. Muhammad Farid, M.Si selaku dosen pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan dan petunjuk dalam proses penyelesaian tesis ini.
6. Drs. Sahat Saragih, M.Si selaku penguji tesis.
7. Seluruh dosen dan staf karyawan pada Program Studi Magister Psikologi, atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh Program Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya .
8. KH. Bahrul Munir selaku pengasuh *Anwarul Haromain Boarding School* atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepad apenulis dalam rangka mengadakan penelitian sehingga tesis ini rampung dan dapat diselesaikan.
9. Kedua orang tua saya yang telah memberikan support dalam bentuk pikiran, tenaga, finansial dan doanya yang pernah putus sehingga penulis dapat merampungkan tesis ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga segala bantuan dan kebaikan mendapatkan balasan yang sama dari Tuhan dan semoga karya yang penuh makna ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya.

Surabaya, 17 Juli 2023



Ahmad Khoirudin

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Motto.....	iv
Halaman Surat Pernyataan.....	v
Surat Pernyataan Publikasi.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Lampiran.....	xiii
Abstraks.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Permasalahan	
1. Latar Belakang.....	1
2. Perumusan Masalah.....	7
3. Keaslian Penelitan	13
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	15
1. Tujuan Penelitian	15
2. Manfaat penelitian.....	16

BAB II TINJAUAN PUSTAKA, LANDASAN PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS.....

A. Tinjauan Pustaka.....	17
1. Stres Akademik.....	17
a. Pengertian.....	17
b. Aspek Stres Akademik.....	19
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi.....	25
d. Tingkat Stres Akademik.....	27
2. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	28
a. Pengertian.....	28
b. Aspek.....	30
c. Faktor Dukungan Sosial.....	37
d. Jenis Dukungan Sosial.....	38
3. <i>Spiritual Well-Being</i>	39
a. Pengertian.....	39
b. Aspek <i>Spiritual Well-Being</i>	43
b. Karakteristik <i>Spiritual Well-Being</i>	46

d. Perkembangan <i>Spiritual Well-Being</i>	47
e. Manfaat <i>Spiritual Well-Being</i>	50
B. Landasan Pemikiran.....	50
C. Hipotesis.....	52
BAB III METODE PENELITIAN.....	53
A. Jenis penelitian.....	53
B. Subjek Penelitian.....	53
1. Populasi.....	53
2. Sampel.....	55
C. Variabel Penelitian dan Pengukurannya.....	55
1. Variabel.....	55
2. Stres Akademik.....	56
3. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	64
4. <i>Spiritual Well-being</i>	73
D. Teknik Analisis Data.....	81
1. Uji Prasyarat Analisis.....	81
a. Uji Normalitas Sebaran.....	82
b. Uji Linearitas.....	82
c. Uji Multikolinearitas.....	83
d. Uji Heteroskedastisitas.....	84
2. Analisis data.....	85
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	87
A. Hasil Penelitian.....	87
1. Deskripsi Subjek.....	87
2. Deskripsi Data.....	88
3. Uji Hipotesis.....	93
a. Hipotesis Pertama.....	93
b. Hipotesis Kedua.....	93
c. Hipotesis Ketiga.....	94
B. Pembahasan.....	95
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	102
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran.....	102
1. Responden Serupa.....	102
2. Bagi Institusi.....	103
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	103

Daftar Pustaka

Daftar tabel

Tabel 1. Blue Print Stres Akademik.....	57
Tabel 2. Validasi Skala Stres Akademik.....	60
Tabel 3. Blue Print Aitem Stres Akademik Valid Dan Gugur.....	61
Tabel 4. Blue Print Stres Akademik Valid.....	62
Tabel 5. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Skala Stres Akademik.....	64
Tabel 6. Blue Print Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	65
Tabel 7. Rangkuman Hasil Validasi Aitem Skala Dukungan Sosial.....	68
Tabel 8. Rangkuman Blue Print Skala Dukungan Sosial Valid Dan Gugur.....	69
Tabel 9. Rangkuman Blue Print Skala Dukungan Sosial Valid.....	70
Tabel 10. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	72
Tabel 11. Blue Print Skala <i>Spiritual Well-Being</i> Valid sebelum Uji Coba	73
Tabel 12. Rangkuman Hasil Validasi Aitem Skala <i>Spiritual Well-Being</i> .	77
Tabel 13. Blue Print Skala <i>Spiritual Well-Being</i> Valid Dan Gugur.....	78
Tabel 14. Blue Print Skala <i>Spiritual Well-Being</i> Valid.....	79
Tabel 15. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Skala <i>Spiritual Well-Being</i>	81
Tabel 16. Uji Normalitas.....	83
Tabel 17. Hasil Uji Linearitas.....	83
Tabel 18. Hasil Uji Collinearity.....	84
Tabel 19. Uji Heteroskedastisitas.....	85
Tabel 20. Deskripsi Jenis Kelamin.....	87
Tabel 21. Deskripsi Responden Sesuai Kelas.....	88
Tabel 22. Deskripsi Data.....	89

Tabel 23. Deskripsi Nilai Rata-Rata Setiap Variabel Sesuai Jenis Kelamin.....	90
Tabel 24. Kategorisasi Variabel Stres Akademik.....	90
Tabel 25. Kategorisasi Variabel <i>Spiritual Well-Being</i>	91
Tabel 26. Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	92
Tabel 27. Uji Hipotesis Pertama.....	93
Tabel 28. Uji Hipotesis Kedua.....	93
Tabel 29. Uji Hipotesis Ketiga.....	94

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	113
Lampiran 2. Informed Consent.....	116
Lampiran 3. Skala.....	117
Lampiran 4. Uji Alat Ukur.....	129
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian.....	141
Lampiran 6. Uji Asumsi.....	158
Lampiran 7. Dokumentasi.....	164

Spiritual Well-Being dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa Boarding School

Oleh
Ahmad Khoirudin

Abstrak

Kegiatan belajar di *boarding school* sangatlah banyak dan padat jadwalnya. Hal ini menjadikan siswa merasa tertekan tidak jarang mengalami stres akademik. Penelitian ini mengkaji hubungan simultan dan parsial *spiritual well-being* dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data melalui kuesioner yang diberikan kepada siswa di Anwarul Haromain *Boarding school* Trenggalek dengan metode pengambilan sampel *quota sampling*. Hasil analisis uji regresi menunjukkan nilai adalah 22,508 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya *spiritual well-being* dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik memiliki korelasi signifikan. Hasil uji korelasi parsial antara *spiritual well-being* dengan stres akademik diperoleh nilai $t = 0,104$ dan $p = 0,917$ ($p > 0,05$) artinya antara *spiritual well-being* dengan stres akademik tidak menunjukkan adanya korelasi. Sedangkan hasil uji korelasi parsial antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik diperoleh nilai $t = 5,410$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stres akademik.

Kata Kunci : *Spiritual Well-Being*, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Stres Akademik

Spiritual Well-Being and Peer Social Support with Academic Stress on student in Boarding School

By:
Ahmad Khoirudin

Abstrak

Learning activities at boarding schools are very numerous and have a tight schedule. This makes the student feel depressed and often experience academic stress. This study examines the simultan and partial relationship between *spiritual well-being* and peer social support with academic stress. This study used a quantitative method by collecting data through a questionnaire given to students at Anwarul Haromain Boarding School Trenggalek with the quota sampling method. The results of the regression test analysis showed that the value was 22.508 and $p = 0.000$ ($p < 0.05$) which means that *spiritual well-being* and peer social support with academic stress have a very significant correlation. The results of the partial correlation test between *spiritual well-being* and academic stress obtained a value of $t = 0.104$ and $p = 0.917$ ($p > 0.05$) meaning that there is no correlation between *spiritual well-being* and academic stress. While the results of the partial correlation test between peer social support and academic stress obtained a value of $t = 5.410$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that peer social support has a significant negative relationship with academic stress.

Kata Kunci : *Spiritual Well-Being*, Peer Social Support, Academic Stress