

DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SEBAGAI PREDIKTOR STRES AKADMIK SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

Oleh:

**MUCHAMMAD AMIR ROSYID,
NURFI LAILI**

Progam Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Agustus, 2023

Pendahuluan

❖ Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah program pendidikan yang secara langsung berkaitan dengan penyiapan seseorang untuk suatu pekerjaan tertentu atau penyiapan seseorang untuk suatu pekerjaan tertentu atau penyiapan tambahan bagi karir seseorang (Djojonegoro, 1998).

- Siswa sekolah menengah kejuruan juga memiliki berbagai tuntutan dan kendala dalam menyelesaikan pendidikannya, kendala dan tuntutan yang mereka hadapi antara lain adalah pekerjaan rumah yang harus diselesaikan dalam waktu yang bersamaan, praktikum, dan tugas akhir kejuruan.

❖ Salah satu hal yang dapat menyebabkan stres akademik pada mahasiswa adalah kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Yusuf & Yusuf, 2020).

- Selain dukungan sosial, siswa SMA juga membutuhkan kesejahteraan psikologis, hal ini didukung oleh teori (Akhtar & Boniwell, 2010) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis dapat membantu remaja untuk menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan, mengurangi depresi, dan kecenderungan untuk berperilaku negatif.

Rumusan Masalah / Manfaat



Apakah Ada Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis ?

Untuk Mengetahui Apakah Terdapat Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis

METODE

KUANTITATIF KORELASIONAL

VARIABELS

- Bebas (X) : Dukungan sosial & kesejahteraan Psikologis
- Terikat (Y) : Stres Akademik

1 →

SUBJEK/POPULASI

Seluruh siswa SMK X yang berjumlah 900 siswa

← 2

SAMPLE

Jumlah Sample Yang Telah Di Tentukan Adalah 270 Siswa

3 →

TEKNIK SAMPLING

Simple random sampling

← 4

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Menggunakan Sakala Psikologi MOS, PWB & SA dengan Model Skala Likert

5 →

DATA ANALISIS

Menggunakan Spearman's Rho correlation Melalui Software JASP 0.16.3.0 dan uji linearitas Menggunakan software SPSS 22.0 for windows

← 6

Hasil

Deskripsi Subjek

	Characteristics	Total	Percentage
Gender	Male	116	42,29%
	Women	160	57,97%
Class	X	86	31,16%
	XI	111	40,21%
	XII	79	28,62%
	Industrial Electrical Engineering	40	14,49%
Major	Light Vehicle Engineering	24	8,69%
	Visual Communication Design	52	18,84%
	Fashion	72	26,87%
	Leather Craft	40	14,49%
	Textile Craft	48	17,39%

Normality Test

Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality

	Shapiro-Wilk	p
Academic Stress - Social Support	0.984	0.003
Academic Stress - Psychological Wellbeing	0.982	0.001
Social Support - Psychological Wellbeing	0.980	< .001

Data Terdistribusi Tidak Normal, Peneliti Menggunakan Uji Korelasi Spearman's Rho

Hasil

Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Stress akademik * Dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	21743.0	46	472.675	4.892	.000
		Linearity	15403.2	1	15403.2	159.4	.000
		Deviation from Linearity	6339.77	45	140.884	1.458	.040
	Within Groups		22124.4	229	96.614		
	Total		43867.5	275			

ANOVA Table							
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Stress akademik * Psychological well being	Between Groups	(Combined)	26205.7	38	689.625	9.254	.000
		Linearity	22547.2	1	22547.2	302.5	.000
		Deviation from Linearity	3658.48	37	98.878	1.327	.110
	Within Groups		17661.7	237	74.522		
Total		43867.5	275				

Hasil

Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stress akademik *	Between Groups	(Combined)	21743.059	46	472.675	4.892	.000
Dukungan sosial	Groups	Linearity	15403.281	1	15403.28	159.43	.000
		Deviation from Linearity	6339.778	45	140.884	1.458	.040
		Within Groups	22124.492	229	96.614		
Total			43867.551	275			

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stress akademik *	Between Groups	(Combined)	26205.764	38	689.625	9.254	.000
Psychological well being	Groups	Linearity	22547.285	1	22547.28	302.55	.000
		Deviation from Linearity	3658.480	37	98.878	1.327	.110
		Within Groups	17661.786	237	74.522		
Total			43867.551	275			

Uji Korelasi

Spearman's Correlations

	Spearman's rho	p
Academic Stress - Social Support	-0.598 ***	< .001
Academic Stress - Psychological Wellbeing	-0.736 ***	< .001
Social Support - Psychological Wellbeing	0.675 ***	< .001

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi $r = -0,598$ & $-0,736$ dengan nilai signifikansi $P < .001$ ($P < .05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima

Pembahasan

- ✓ Hasil penelitian ini sejalan dengan hipotesis peneliti bahwa Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis merupakan salah satu solusi yang dapat digunakan untuk meminimalisir tingkat stres akademik siswa SMK.
- ✓ Semakin tinggi dukungan sosial yang di terima dan semakin baik kesejahteraan psikologis siswa maka semakin rendah tingkat stress akademik yang di alami siswa
- ✓ Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa menurut hasil analisis data yang telah dilakukan di atas diperoleh nilai koefisien korelasi variabel $y-x_1$ sebesar -0,598 dan variabel $y-x_2$ sebesar -0,736 dengan $p < .001$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara stres akademik dengan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis

Referensi

- Akhtar, M., & Boniwell, I. (2010). Applying positive psychology to alcohol-misusing adolescents: A group intervention. *Groupwork, 20*(3), 6–31. <https://doi.org/10.1921/095182410X576831>
- Clemente, M., & Hezomi, H. (2016). Stress and Psychological Well-being: An Explanatory Study of the Iranian Female Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Behaviour, 04*(01), 1–5. <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000282>
- Edward, S. (2009). Exercise and Psychological Well-Being. *Olympic Textbook of Science in Sport, 36*(2), 249–271. <https://doi.org/10.1002/9781444303315.ch16>
- Ervandi, D. (2014). *Pengaruh Pengalaman Praktik Kerja Industri Dan Kemampuan Akademis Siswa Terhadap Kesiapan Kerja Siswa Kelas Xii Kompetensi Keahlian Teknik Audio Video SmkN 2 Bawang*. UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA.
- Gaol, L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi, 24*(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sherbourne, C. D., & Stewart, A. L. (1991). The MOS social support survey. *Social Science and Medicine, 32*(6), 705–714. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(91\)90150-B](https://doi.org/10.1016/0277-9536(91)90150-B)

