

HUBUNGAN ANTARA PSYCHOLOGICAL WELL BEING DENGAN STRESS AKADEMIK PADA SISWA SMA NEGERI 1 PORONG SIDOARJO

Oleh:

Lailatus Sovia,

Dosen Pembimbing

Eko Hardi Ansyah, M.Psi., Psikolog

Progam Studi Pskologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2023

Pendahuluan

Siswa merupakan peserta didik yang menjalani pendidikan formal maupun pendidikan nonformal sesuai dengan jenjang pendidikan dan jenis pendidikan tertentu. Siswa SMA adalah jenjang pendidikan menengah atas pada pendidikan formal di Indonesia. Sekolah menengah atas ditempuh dalam rentang waktu 3 tahun.

Indonesia menggencarkan strategi *social distancing* dengan penutupan sekolah maupun perguruan tinggi. Tidak hanya di Indonesia, penutupan sekolah maupun perguruan tinggi juga dilakukan hampir di seluruh dunia. Hal ini disebabkan karena kegiatan mengajar di ruang tertutup rentan diserang virus Covid-19. Penutupan sekolah ini menimbulkan beberapa dampak negatif bagi pihak yang menjalankan.

Sama halnya di sekolah SMA Negeri 1 Porong yang juga menerapkan sistem pembelajaran daring. Dengan memberikan tugas setiap hari serta dalam satu hari terdapat beberapa mata pelajaran, sehingga banyak siswa yang merasa tertekan dalam proses pembelajaran. Minimnya interaksi tanya jawab antara guru dan siswa juga menjadi salah satu faktor stres akademik siswa.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Adakah Hubungan Antara Psychological Well Being Dengan Stress Akademik Pada Siswa Sma Negeri 1 Porong Sidoarjo?

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis korelasional

Teknik pengumpulan data menggunakan skala *likert*

Variabel X :
Psychological Well Being
Variabel Y : Stres Akademik

Populasi sebanyak 340 siswa SMA Negeri 1 Porong, Sidoarjo

Jumlah sampel yang dipakai sebanyak 172 siswa

Hasil

- Hasil uji normalitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada output uji Kolmogorov-smirnov menunjukkan variabel psychological wellbeing sebesar 0,054 dengan stress akademik sebesar 0,055.
- Uji linieritas mendapatkan hasil yang linier dengan nilai signifikan sebesar .000 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel psychological wellbeing dengan stress akademik dapat dikatakan linier.
- Sumbangan efektif pada variabel wellbeing dengan stress akademik memiliki nilai R Square sebesar $.137 \times 100\% = 13,7\%$.
- Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada variabel psychological wellbeing dengan stress akademik mendapatkan nilai rxy sebesar -370.

Pembahasan

Hasil penelitian koefisien korelasi pada variabel *psychological well being* dan stres akademik sebesar $r_{xy} = -0,370$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. hal tersebut menunjukkan apabila kedua variabel *psychological well being* dengan stres akademik memiliki hubungan negatif

Temuan Penting Penelitian

Penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan hasil bahwa psychological well being dengan stress akademik memiliki hubungan yang negative. Hal ini didapat dari hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -.370$ dengan nilai $(p) 0.000 < 0.050$

Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan ide-ide dan memperkaya serta menambah khazanah keilmuan dan literature penelitian yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, serta menjadi acuan bagi peneliti – peneliti selanjutnya.

Referensi

1. Ariyanto, "Asal Mula dan Penyebaran Virus Corona dari Wuhan ke Seluruh Dunia," *Berita Bappeda*, 2020. [Online]. Available: <https://bappeda.ntbprov.go.id/asal-mula-dan-penyebaran-virus-corona-dari-wuhan-ke-seluruh-dunia/>. [Accessed: 03-Mar-2020].
2. R. Sebayang, "WHO Nyatakan Wabah COVID-19 jadi Pandemi, Apa Maksudnya?," *CNBC Indonesia*, 2020. [Online]. Available: <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200312075307-4-144247/who-nyatakan-wabah-covid-19-jadi-pandemi-apa-maksudnya>. [Accessed: 12-Mar-2020].
3. M. F. Asriansyah, "Pandemi COVID-19 dan Upaya Pencegahan," *Kementrian Keuangan Republik Indonesia*, 2022. [Online]. Available: <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/artikel/baca/15799/Pandemi-Covid-19-dan-Upaya-Pencegahan.html>.
4. J. W. Santrock, *Perkembangan Masa Hidup Jilid I*, 13th ed. Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012.
5. J. W. Santrock, *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*, 5 jilid 2. Jakarta: Erlangga, 2012.
6. F. . Monks, A. M. . Knoers, and S. R. Haditono, *Psikologi perkembangan pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006.
7. A. B. Sembiring and R. Oktavianti, "Persepsi Siswa SMA Selama Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19," *Koneksi*, vol. 5, no. 1, p. 120, 2021, doi: 10.24912/kn.v5i1.10191.
8. A. Sadikin and A. Hamidah, "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19," *Biodik*, vol. 6, no. 2, pp. 214–224, 2020, doi: 10.22437/bio.v6i2.9759.
9. A. Amran, S. Suhendra, R. Wulandari, and F. Farrahathni, "Hambatan Siswa dalam Pembelajaran Daring pada Mata Pelajaran Matematika pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar," *J. Basicedu*, vol. 5, no. 6, pp. 5179–5187, 2021, doi: 10.31004/basicedu.v5i6.1538.
10. W. Rohmatillah and N. Kholifah, "Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School from Home," *J. Psikol. J. Ilm. Fak. Psikol. Univ. Yudharta Pasuruan*, vol. 8, no. 1, pp. 38–52, 2019.
11. A. B. Diaz and A. Budiman, "Hubungan self-efficacy dengan stres akademik pada mahasiswa psikologi Unisba yang mengambil metodologi penelitian III," *Psikologi*, vol. 5, no. 2, pp. 638–644, 2019.
12. Komisi Perlindungan Anak Indonesia, "Survei Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan Sistem Penilaian Jarak Jauh Berbasis Pengaduan KPAI," *Kpai.Go.Id*, p. 20, 2021.
13. Salami, "Emotional intelligence, self-efficacy, psychological wellbeing and students' attitudes," *Eur. J. Educ. Stud.*, vol. 2, no. 3, 2010.
14. C. D. Ryff and B. H. Singer, "Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological well-Being," *J. Happiness Stud.*, vol. 9, pp. 13–39, 2008.
15. L. Fitriyah, "Pengaruh media terhadap pola-makan-yang-terganggu dimediasi oleh body image," *SSRN Electron. J.*, no. April, 2017.
16. S. Aulia and R. U. Panjaitan, "Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 7, no. 2, p. 127, 2019, doi: 10.26714/jkj.7.2.2019.127-134.

