

Pengaruh Kerinduan akan Rumah dan Kelekatan Teman Sebaya terhadap Stres Akademik

Audry Aulya¹, Hairani Lubis², Miranti Rasyid³

^{1,2,3}Department of Psychology, Faculty of Social and Political Sciences, University of Mulawarman
Email: ¹audryaulya@gmail.com, ²hairani.lubis@fisip.unmul.ac.id, ³miranti.rasyid@fisip.unmul.ac.id

Article Info

Article history:

Received 11/05/2022

Revised 19/05/2022

Accepted 02/06/2022

Keywords:

Academic stress;
Homesickness;
Peer Attachment.

ABSTRACT

Academic stress is the emotional tension felt by students during their failure to deal with academic demands. This study aims to determine the effect of homesickness and peer attachment on academic stress of X boarding school students in Samarinda. This study uses a quantitative approach. The subjects of this study were 170 students with moderate to very high levels of academic stress chosen by using purposive sampling technique. Data was collected using scales of academic stress, homesickness, and peer attachment. The data collected were analyzed by using multiple linear regression test. The result of this study indicates that there is a significant effect between homesickness and peer attachment on academic stress with the F value $> F$ table = (17.989 > 3.05), $p = 0.034$ ($p < 0.05$), and the contribution of influence (R^2) = 0.312 between homesickness and peer attachment on academic stress of X boarding school students in Samarinda.

ABSTRAK

Stres akademik merupakan ketegangan emosional yang dirasakan oleh siswa selama kegagalannya dalam menghadapi tuntutan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 170 orang siswa dengan tingkat stres akademik sedang sampai hingga sangat tinggi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan dilakukan dengan menggunakan skala stres akademik, kerinduan akan rumah, dan kelekatan teman sebaya. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan uji analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik dengan nilai f hitung $> f$ tabel ($17.989 > 3.05$) dan nilai $p = 0.034$ ($p < 0.05$), serta kontribusi pengaruh (R^2) kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik sebesar 0.312.

Kata kunci

Kelekatan Teman Sebaya;
Kerinduan akan Rumah;
Stres Akademik.

Corresponding Author :

Audry Aulya

Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman
Email: audryaulya@gmail.com



LATAR BELAKANG

Pada masa ini, sistem pendidikan di Indonesia tidak hanya menargetkan pencapaian akademis sebagai prioritas, namun berbagai usaha penanaman karakter juga dilakukan agar para siswa dapat menjadi penerus bangsa yang dapat diandalkan di masa yang akan datang. Pembentukan karakter siswa tidak cukup hanya dilakukan di sekolah saja, tetapi juga dalam lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Oleh sebab itu, saat ini banyak bermunculan sekolah yang menerapkan sistem sekolah berasrama (Najihaturohmah dan Juhji, 2017).

Menurut Rizkiani (2012) *boarding school* atau sekolah berasrama merupakan lembaga pendidikan yang menggabungkan antara sekolah dengan tempat tinggal bagi siswa. Dalam sekolah berasrama, siswa ditanamkan nilai-nilai ilmu keagamaan, tidak hanya ilmu pengetahuan. Harapan dengan diterapkannya sistem sekolah berasrama ini yaitu dapat memudahkan pembentukan karakter dalam diri siswa, sebab untuk melakukan hal tersebut dibutuhkan waktu untuk pembiasaan. Artinya sejak usia dini anak mulai dibiasakan mengenal mana perilaku atau tindakan yang baik dan mana yang buruk, mana yang boleh dilakukan dan mana yang tidak boleh dilakukan.

Meski demikian, prestasi akademis pun tetap menjadi hal yang pasti diperhatikan. Setiap siswa tentunya memiliki kapasitasnya masing-masing, oleh karena itu tidak semua siswa mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan yang diberikan oleh sekolah. Menurut Desmita (2010) ada empat dimensi tuntutan sekolah yang menjadi sumber stres siswa, yaitu tuntutan fisik yang bersumber dari lingkungan fisik sekolah, tuntutan tugas, tuntutan peran siswa ketika menduduki suatu posisi yang telah ditetapkan, serta tuntutan interpersonal

untuk mampu berinteraksi sosial. Banyaknya tuntutan akademik yang harus dihadapi siswa ditambah dengan kehidupan baru di asrama dapat mengakibatkan stres yang akan mengganggu aktivitas kesehariannya.

Stres akademik merupakan ketegangan emosional siswa yang dinyatakan atau dirasakan oleh dirinya selama kegagalannya dalam menghadapi tuntutan akademik dan konsekuensinya, yang ditunjukkan dalam bentuk gangguan kesehatan fisik dan mental (Gupta, Renu, Subhash, dan Seema, 2011). Stres akademik mengakibatkan beberapa dampak buruk bagi yang mengalaminya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Musabiq dan Karimah (2018) stres memberikan dampak terbesar pada kondisi fisik yaitu sekitar 32% dalam bentuk kelelahan dan lemas, sakit kepala, gangguan makan, badan pegal, gangguan tidur, kesehatan menurun.

Disebutkan oleh Chellamuthu dan Kadiravan (2017) bahwa stres akademik dan kesehatan mental memiliki korelasi yang signifikan. Hasil mengindikasikan bahwa siswa akan sehat secara mental saat mereka lebih produktif dalam aktivitas akademis. Selain itu, ditemukan bahwa siswa dari sekolah negeri dan sekolah swasta menunjukkan tekanan belajar yang jauh berbeda. Secara umum di sekolah swasta, siswa memperoleh banyak tugas dan tertekan untuk mendapatkan nilai lebih tinggi. Oleh karena orang tua yang menginvestasikan banyak uang untuk pendidikan anaknya dan mengharapkan mereka untuk memperoleh nilai tinggi sehingga hal itu menyebabkan siswa di sekolah swasta mengalami tekanan dari sekolah maupun orang tua yang tentunya membuat mereka mengalami stres akademik yang lebih tinggi pula.

Peneliti melakukan survei awal kepada siswa-siswi sekolah berasrama X di kota Samarinda dengan tujuan untuk menguatkan fenomena stres akademik yang dialami siswa-siswi dan diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Survei Awal Stres Akademik

No.	Aspek Stres Akademik	Ya	%	Tidak	%
1.	Emosional	59	59	41	41%
2.	Fisik	44	44	56	56%
3.	Perilaku	47	47	53	53%

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa dari 100 siswa, terdapat 59 atau 59% siswa mengalami gejala emosional stres akademik. Sebanyak 52% siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran di sekolah, 52% siswa merasa gelisah setiap kali akan menjalani ulangan. Kemudian 96% siswa khawatir akan mengecewakan orang tua dengan hasil nilai di sekolah, 57% siswa menjadi lebih emosional/sensitif ketika tidak bisa memahami materi pelajaran, dan 40% siswa merasa tuntutan di sekolah terlalu berat.

Selanjutnya terdapat 44 atau 44% siswa mengalami gejala fisik stres akademik. Sebanyak 64% siswa merasa pusing saat berusaha memahami materi pelajaran, sebanyak 51% siswa sering merasa lelah seperti kehilangan energi untuk belajar. Selanjutnya sebanyak 25% siswa merasakan nyeri/pegal di bagian punggung ketika belajar, sebanyak 14% siswa menjadi susah tidur ketika banyak tuntutan dari sekolah, dan sebanyak 65% siswa merasakan jantung berdebar ketika akan menghadapi ulangan.

Terakhir yaitu terdapat 47 atau 47% siswa mengalami gejala perilaku stres akademik. Sebanyak 35% siswa melamun pada saat jam pelajaran, sebanyak 36% siswa cenderung bertindak agresif ketika beban sekolah terasa berat. Kemudian sebanyak 77% siswa mengerutkan alis secara tidak sadar ketika mencoba memahami materi pelajaran, 39% siswa memilih untuk menyendiri saat mendapatkan nilai yang menurut mereka mengecewakan, dan sebanyak 46% siswa akan berusaha menghindar ketika ada yang menanyakan nilai mereka.

Hasil survei awal stres akademik di atas diperkuat dengan wawancara yang

dilakukan oleh peneliti bersama pembina asrama sekolah X di kota Samarinda. Pembina asrama menyebutkan keluhan yang paling sering diceritakan oleh para siswa adalah kesulitan mendapatkan literasi yang sesuai, metode belajar guru yang monoton sehingga terasa membosankan, serta kesulitan memahami materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Pada poin terakhir, pembina asrama menambahkan bahwa kesulitan memahami materi dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu minat yang rendah terhadap suatu mata pelajaran dan kurang menghormati guru yang mengampu mata pelajaran. Pembina asrama juga menyebutkan terdapat dua jenis siswa dalam menghadapi masalah stres akademik. Jenis pertama adalah siswa yang berusaha menyesuaikan diri dengan pola yang ada, sedangkan jenis lainnya adalah siswa yang melakukan protes. Aksi protes yang dimaksud di sini yaitu mengerjakan tugas sekolah dengan asal-asalan, berperilaku uring-uringan atau tidur di dalam kelas, hingga tidak menghadiri kelas dengan pergi ke kantin atau pun hanya berdiam diri di asrama saja.

Di sekolah berasrama, kegiatan yang dilakukan diatur secara jelas melalui tata tertib dan prosedur pelaksanaan serta dilengkapi dengan berbagai sanksi pelanggarannya. Ini tentunya menjadi hal baru bagi para siswa yang memasuki sekolah berasrama karena sebelumnya mereka dapat melakukan hal apapun dengan bebas tanpa aturan yang mengikat seperti ketika tinggal di rumah bersama keluarga (Maksudin, 2012).

Menurut Stroebe, Van Vliet, Hewstone, dan Willis (2002) adanya transisi di tempat baru dapat menjadi pengalaman

baru yang menghadirkan perasaan antusias. Hanya saja tidak jarang siswa mempersepsikan lingkungan baru sebagai sesuatu yang asing di mana berbagai kebiasaan, suasana hingga peran figur lekat dan lingkaran sosial menghilang seiring perpindahannya ke tempat baru sehingga menimbulkan kerinduan akan rumah.

Mozafarinia dan Tavafian (2014) mengemukakan bahwa kerinduan akan rumah adalah keadaan emosional yang negatif, dicirikan dengan pemikiran yang berulang tentang rumah, merindukan teman, keinginan untuk kembali ke lingkungan yang familiar, dan terkadang menimbulkan keluhan fisik. Siswa yang belum mampu menyesuaikan diri tidak jarang akan jatuh sakit karena merasa tidak nyaman hingga tertekan dengan unsur apapun di lingkungan barunya, seperti makanan yang tidak cocok, berbagi kamar tidur, berbagi kamar kecil, dan penggunaan fasilitas lainnya yang terbatas tidak seperti saat mereka berada di rumah. Thurber dan Walton (2012) memaparkan bahwa siswa yang tinggal di asrama memiliki kemungkinan besar mengalami kerinduan akan rumah dengan prevalensi antara 16% hingga 91%.

Selain pembina asrama, peneliti juga melakukan wawancara bersama 3 orang siswa. Ketiganya menyebutkan suatu kesamaan yaitu mereka merasa keberadaan teman-teman di sekitar sangat membantu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Misalnya, pada saat mengalami suatu masalah seperti sulit memahami materi pelajaran, sedih karena merindukan rumah, hingga masalah pribadi menjadi terasa lebih mudah untuk dilalui berkat teman-teman yang bersedia mendengarkan keluh kesah, membantu memberi solusi, hingga mengajarkan materi yang tidak bisa dipahami.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hidayah (2018) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan stres

akademik pada siswa SMA berasrama. Artinya, semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin rendah stres akademik yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin tinggi stres akademik yang dialami.

Siswa yang menempuh pendidikan setingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk ke dalam kategori remaja. Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang paling unik, penuh dinamika, hingga tantangan dan harapan. Remaja mulai mengandalkan teman dibandingkan orang tua untuk mendapatkan kedekatan dan dukungan (Papalia, Olds, dan Feldman, 2009). Selain itu, remaja juga lebih mengandalkan teman sebaya untuk memenuhi kebutuhan kebersamaan, nilai diri, dan keakraban. Siswa di sekolah berasrama melakukan hampir seluruh aktivitas mereka bersama dengan teman-teman sebayanya, mulai dari makan, belajar, bermain, hingga tidur bersama-sama.

Banyaknya jumlah waktu yang dihabiskan oleh siswa bersama teman sebayanya, baik dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah, membuat teman sebaya menjadi figur kelekatan atau *attachment* yang memiliki peran penting dalam masa ini. Menurut Santrock (2012) kelekatan awal merupakan hal yang terpenting di dalam membentuk perilaku sosial individu di kemudian hari. Kelekatan awal akan berpengaruh terhadap kesehatan emosional, harga diri, dan keyakinan diri serta kompetensi individu di dalam melakukan komunikasi/interaksi sosial dengan teman ataupun orang lain di sekitarnya.

Menurut Barocas kelekatan pada teman sebaya (*peer attachment*) merupakan suatu hubungan seorang individu saat remaja dengan teman sebayanya yang dapat menjadi sumber keamanan psikologis bagi diri individu tersebut. Lestari dan Satwika (2018) juga mengemukakan bahwa teori

attachment menyebutkan kelekatan yang terjadi pada masa remaja akan menimbulkan dan membentuk persahabatan, kemudian ditambah dengan kepercayaan terhadap teman, penerimaan dan komunikasi yang intens, sehingga akan memunculkan rasa ketergantungan, rasa aman, dan nyaman. Remaja yang memiliki kelekatan dengan teman sebayanya akan jauh lebih baik dan lebih terbuka dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, serta emosi yang dirasakan.

Berdasarkan pembahasan mengenai permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, data yang berbentuk angka atau data kuantitatif yang dijadikan angka (Sugiyono, 2018). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dan inferensial. Rancangan penelitian statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran kondisi sebaran data kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Sedangkan statistik inferensial digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.

Populasi pada penelitian ini ialah siswa-siswi sekolah berasrama X di kota Samarinda yang berjumlah 335 orang. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini

menggunakan teknik *purposive sampling*.

Ada pun kriteria yang telah disusun untuk menentukan sampel dalam penelitian ini yaitu meliputi:

- a. Siswa sekolah berasrama minimal 6 bulan
- b. Siswa dengan tingkat stres akademik sedang hingga sangat tinggi

Metode pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan skala tipe likert. Terdapat tiga instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala stres akademik dengan nilai reliabilitas sebesar 0.824, skala kerinduan akan rumah dengan nilai reliabilitas sebesar 0.916, dan skala kelekatan teman sebaya dengan nilai reliabilitas sebesar 0.858.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda. Tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dua variabel independen terhadap variabel terikat. Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji deskriptif dan uji asumsi terlebih dahulu yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji homoskedastisitas.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, subjek dalam penelitian ini terdiri dari 170 orang siswa, sebanyak 48 siswa berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 122 siswa berjenis kelamin perempuan. Kemudian sebanyak 75 siswa berada di kelas 10, sebanyak 52 siswa berada di kelas 11, serta 43 siswa berada di kelas 12. Selanjutnya, uji deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda di mana *mean* empirik dan *mean* hipotetik melalui skala stres akademik, kerinduan akan rumah, dan kelekatan teman sebaya diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	SD Hipotetik	Status
Stres Akademik	75.52	7.123	72.5	14.5	Tinggi
Kerinduan akan Rumah	79.56	6.988	75	15	Tinggi
Kelekatan Teman Sebaya	67.21	6.004	72.5	14.5	Rendah

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa gambaran stres akademik dan kerinduan akan rumah pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda memiliki nilai *mean* empirik lebih tinggi dari nilai *mean* hipotetik. Sebaliknya, pada hasil uji deskriptif hipotetik. Sebaliknya, pada hasil uji deskriptif

kelekatan teman sebaya nilai *mean* empirik lebih rendah dari *mean* hipotetik. Artinya, subjek dalam penelitian ini memiliki gambaran stres akademik yang tinggi disebabkan oleh tingkat kerinduan akan rumah yang tinggi dan rendahnya kelekatan teman sebaya.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorof-Smirnov P	Keterangan
Stres Akademik	0.058	Normal
Kerinduan akan Rumah	0.076	Normal
Kelekatan Teman Sebaya	0.053	Normal

Berdasarkan tabel 3, uji asumsi variabel terikat stres akademik, variabel bebas meliputi kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya diketahui

berdistribusi normal, sebab ketiga variabel tersebut memenuhi kaidah normalitas yaitu nilai $p > 0.05$.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas Hubungan

Variabel	F Hitung	F Tabel	p	Keterangan
Stres Akademik – Kerinduan akan Rumah	1.087	3.05	0.362	Linear
Stres Akademik – Kelekatan Teman Sebaya	0.808	3.05	0.712	Linear

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa antara variabel kerinduan akan rumah dengan stres akademik memiliki hubungan yang linear, begitu pula antara

variabel kelekatan teman sebaya stres akademik juga memiliki hubungan yang linear. Hal ini dibuktikan oleh nilai F hitung $<$ F tabel dan nilai $p > 0.05$.

Tabel 5. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Stres Akademik – Kerinduan akan Rumah	0.995	1.005	Tidak Multikolinear
Stres Akademik – Kelekatan Teman Sebaya	0.995	1.005	Tidak Multikolinear

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa nilai koefisiensi *tolerance* variabel stres akademik terhadap kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya sebesar 0.995

$<$ 1 dan nilai *variance inflation factor* (VIF) sebesar $1.005 < 10$, sehingga pada model regresi yang digunakan tidak terjadi gejala multikolinearitas.

Tabel 6. Hasil Uji Homoskedastisitas

Variabel	T Hitung	T Tabel	Sig	Keterangan
Kerinduan akan Rumah	1.540	1.974	0.112	Homoskedastik
Kelekatan Teman Sebaya	0.780	1.974	0.436	Homoskedastik

Berdasarkan tabel 6, dapat disimpulkan bahwa dari pengujian dengan metode *glejser* dari variabel kerinduan akan rumah terhadap absolute residual diperoleh nilai koefisien t hitung (1.540) < t tabel (1.974) dan nilai p (0.112) > 0.05, maka data

dinyatakan homoskedastik. Kemudian dari variabel kelekatan teman sebaya terhadap absolute residual diperoleh nilai koefisien t hitung (0.780) < t tabel (1.974) dan nilai p (0.437) > 0.05, maka data dinyatakan homoskedastik.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 7. Hasil Uji Analisis Regresi Model Penuh

Variabel	F Hitung	F Tabel	R ²	Sig
Stres Akademik (Y)				
Kerinduan akan Rumah (X ₁)	17.989	3.05	0.312	0.034
Kelekatan Teman Sebaya (X ₂)				

Berdasarkan tabel 7, dapat diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa

sekolah berasrama X di kota Samarinda dengan nilai F hitung 17.989 > F tabel 3.05 serta nilai p 0.034. Artinya, hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima.

Tabel 8. Hasil Uji Analisis Regresi Model Bertahap

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	p
Stres Akademik (Y) – Kerinduan akan Rumah (X ₁)	0.320	4.260	1.974	0.000
Stres Akademik (Y) – Kelekatan Teman Sebaya (X ₂)	-0.408	-2.397	1.974	0.000

Berdasarkan tabel 8, diketahui bahwa hipotesis minor menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kerinduan akan rumah terhadap stress akademik.

Selain itu, terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik.

Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Analisis Regresi Multivariat Model Penuh Aspek-aspek Variabel Bebas terhadap Aspek-aspek Variabel Terikat

Aspek	F Hitung	F Tabel	P
Merindukan rumah (X ₁), Kesepian (X ₂), Merindukan teman (X ₃), Kesulitan Beradaptasi (X ₄), Perenungan tentang rumah (X ₅), Komunikasi (X ₆), Kepercayaan (X ₇), Keterasingan (X ₈) terhadap Tututan fisik (Y ₁)	3.702	3.05	0.019
Merindukan rumah (X ₁), Kesepian (X ₂), Merindukan teman (X ₃), Kesulitan Beradaptasi (X ₄), Perenungan tentang rumah (X ₅), Komunikasi (X ₆), Kepercayaan (X ₇), Keterasingan (X ₈) terhadap Tuntutan tuas (Y ₂)	5.566	3.05	0.000
Merindukan rumah (X ₁), Kesepian (X ₂), Merindukan teman (X ₃), Kesulitan Beradaptasi (X ₄), Perenungan tentang rumah (X ₅), Komunikasi (X ₆), Kepercayaan (X ₇), Keterasingan (X ₈) terhadap Tuntutan peran (Y ₃)	5.418	3.05	0.000

Merindukan rumah (X_1), Kesepian (X_2), Merindukan teman (X_3), Kesulitan Beradaptasi (X_4), Perenungan tentang rumah (X_5), Komunikasi (X_6), Kepercayaan (X_7), Keterasingan (X_8) terhadap Tuntutan interpersonal (Y_4)	4.308	3.05	0.002
--	-------	------	-------

Berdasarkan tabel 9, diketahui bahwa aspek-aspek variabel X memiliki pengaruh yang signifikan terhadap aspek-aspek variabel Y yaitu tuntutan fisik (Y_1), dibuktikan dengan nilai F hitung $3.702 > 3.05$ dan nilai p $0.019 (< 0.05)$. Kemudian seluruh aspek variabel X juga memiliki pengaruh signifikan terhadap tuntutan tugas (Y_2), dibuktikan dengan nilai F hitung $5.566 > 3.05$ dan nilai p $0.000 (< 0.05)$. Selanjutnya seluruh aspek variabel X tersebut juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tuntutan peran (Y_3), dibuktikan dengan nilai F hitung $5.418 > 3.05$ dan nilai p $0.000 (< 0.05)$. Terakhir, seluruh aspek variabel X memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tuntutan interpersonal (Y_4), dibuktikan dengan nilai F hitung $4.308 > 3.05$ dan nilai p $0.002 (< 0.05)$.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis regresi secara penuh didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah H_1 diterima dan H_0 ditolak. Kontribusi (R^2) sebesar 0.312, artinya bahwa 31.2 persen dari faktor terjadinya stres akademik dapat dijelaskan oleh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya.

Menurut Prasetyo, Sirait dan Hanafitri (2020) kerinduan akan rumah dapat memberikan tekanan stres pada siswa karena adanya kegiatan rutin yang biasa dilakukan bersama keluarga tidak lagi dapat dilakukan ketika pergi merantau dan tinggal di asrama. Selain itu, siswa yang tidak memiliki kelekatan dengan teman

sebayanya akan menghadapi kesulitan dalam mengembangkan keterampilan sosial yang di mana hal ini akan mempengaruhi tingkat stres akademik siswa karena tidak ada teman sebaya yang membantunya (Agarwal, S. & Poojitha, R. S., 2017).

Palai dan Kumar (2016) menyebutkan bahwa kerinduan akan rumah dan stres memiliki hubungan positif. Artinya, semakin tinggi tingkat kerinduan akan rumah yang dirasakan oleh siswa, semakin tinggi pula stres yang dialaminya. Dalam penelitian lainnya oleh Purwati dan Rahmandani (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa. Tanda negatif pada nilai koefisiensi korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi kelekatan pada teman sebaya maka stres akademik akan semakin rendah, sebaliknya jika kelekatan pada teman sebaya semakin rendah maka stres akademik akan semakin tinggi.

Pada hipotesis kedua, hasil analisis regresi secara bertahap didapatkan hasil terdapat pengaruh yang signifikan antara kerinduan akan rumah terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini H_1 diterima dan H_0 ditolak, yang artinya ada pengaruh antara kerinduan akan rumah terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariska (2018) bahwa semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin rendah kerinduan akan rumah yang dirasakan, begitu pun sebaliknya. Selain itu, penyesuaian diri yang baik juga berperan dalam menurunkan stres akademik sebesar 4.1%. Artinya, semakin tinggi kerinduan akan

rumah maka semakin tinggi pula tingkat stres akademik (Akmal, 2017).

Pada hipotesis ketiga, hasil analisis regresi secara bertahap selanjutnya, ditemukan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini H_1 diterima dan H_0 ditolak, yang artinya ada pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.

Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Setiowati dan Suib (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa santri putri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh teman sebaya maka tingkat stres yang akan dialami mahasiswa santri putri semakin rendah. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi tingkat stres yang akan dialami. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara bersama subjek SRA di mana subjek menyatakan dirinya tidak memiliki teman sebaya yang dekat dengannya sehingga ia kesulitan setiap kali tidak memahami materi pelajaran karena tidak ada teman yang membantunya. Subjek menyebutkan kondisi ini membuatnya semakin malas dan tidak bersemangat selama proses belajar baik di kelas mau pun di asrama.

Berdasarkan hasil uji deskriptif, ditemukan bahwa siswa di sekolah berasrama X di kota Samarinda memiliki tingkat stres akademik tergolong tinggi dengan rincian sebesar 60.6% pada kategori sedang dan sebesar 32.9% pada kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena subjek dalam penelitian ini didominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan. Potter dan

Perry (dalam Lubis, Ramadhani, dan Rasyid, 2021) menyatakan bahwa perempuan lebih mudah untuk merasakan cemas, mengalami gangguan makan, gangguan tidur, dan mengalami perasaan bersalah jika dalam kondisi tertekan. Kondisi ini berkaitan dengan hormon estrogen yang lebih banyak pada perempuan yang menyebabkan perempuan lebih rentan mengalami stres daripada laki-laki.

Sejalan dengan penelitian Khan (2018) yang menunjukkan hasil bahwa stres akademik akan lebih tinggi pada siswa yang lebih muda daripada yang lebih tua. Hal ini disebabkan karena siswa yang lebih muda belum menyesuaikan diri dengan masalah akademisnya jika dibandingkan dengan siswa senior yang telah memiliki kemampuan mengatur waktu yang baik sehingga menunjukkan tingkat stres akademik yang lebih rendah.

Hasil deskriptif lainnya menunjukkan bahwa siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda mengalami kerinduan akan rumah tergolong tinggi. Hal ini dapat disebabkan oleh mayoritas subjek dalam penelitian ini yang merupakan siswa dari tingkat pertama. Menurut Kegel (2009) salah faktor yang memengaruhi kerinduan akan rumah yaitu lingkungan, di mana kesuksesan atau ketidaksiuksesan dalam menyesuaikan diri di lingkungan yang baru serta kurun waktu lamanya seseorang tinggal di lingkungan barunya.

Selain itu, diperoleh hasil deskriptif bahwa kelekatan teman sebaya pada siswa sekolah berasrama X di kota berasrama tergolong rendah. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, subjek SRA menyatakan bahwa siswa lain tidak ada yang memberikan bantuan ketika dirinya tidak memahami suatu materi pelajaran. Menurut Baradja dan Bakar (2005) salah satu faktor yang memengaruhi kelekatan teman sebaya adalah reaksi atau respon setiap tingkah laku yang menunjukkan perhatian. Apabila teman sebaya tidak memberikan reaksi

berupa perhatian terhadap perilaku yang ditunjukkan, maka hal tersebut dapat memengaruhi tingkat kelekatan antar satu sama lain menjadi rendah.

Pada hasil analisis regresi parsial pertama menunjukkan bahwa kesulitan beradaptasi (X_4) memiliki hubungan dan signifikan dengan aspek tuntutan fisik (Y_1). Stroebe, Vliet, Hewstone, dan Willis (2002) menyebutkan bahwa kesulitan beradaptasi yang dialami oleh individu cenderung akan membuatnya kesulitan untuk menyesuaikan dengan situasi dan kebiasaan baru. Hasil penelitian ini diperkuat oleh Zakiyah, Hidayati, dan Setyawan (2010) yang menyatakan bahwa keadaan di asrama dengan peraturan dan kondisi yang berbeda dengan di rumah bisa menjadi sumber tekanan (stresor) sehingga dapat menyebabkan stres. Menurut Schneiders (dalam Mukarromah, Suryanto, dan Amanda, 2018) penyesuaian diri akan lebih mudah untuk dilakukan dan dikuasai apabila dalam keadaan fisik yang stabil. Kondisi fisik yang sehat akan menuntun pada penerimaan diri, kepercayaan diri, dan hal ini akan sangat mendukung dalam proses beradaptasi.

Selanjutnya pada hasil analisis regresi parsial kedua ditemukan bahwa kesulitan beradaptasi (X_4) memiliki hubungan dan signifikan terhadap aspek tuntutan tugas (Y_2). Akibat buruk stres adalah kelelahan hingga mengakibatkan turunnya produktivitas dalam belajar mau pun aktivitas pribadi. Siswa yang tidak mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungan merasa mendapat tekanan, yang menyebabkan stres dan siswa memiliki kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada belajar. Bila siswa tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggalnya yang baru, siswa akan mengalami banyak konflik dan fokus yang dihadapi bukan lagi masalah akademik, namun masalah-masalah lain di luar akademiknya (Zakiyah, Hidayati, dan Setyawan, 2010). Salah satu permasalahan

yang dialami oleh siswa sekolah berasrama adalah penyesuaian diri yang kemudian dapat menyebabkan stres dan berpengaruh pada tugas dan tanggung jawab sebagai seorang siswa (Handono, Bashori, 2013).

Kemudian pada hasil analisis regresi parsial ketiga, menunjukkan bahwa merindukan rumah (X_1) memiliki hubungan dan signifikan dengan aspek tuntutan peran (Y_3). Agustin, Rochani, dan Rohmad (dalam Nuryani, 2019) menyatakan bahwa keberhasilan seorang siswa dalam melakukan penyesuaian diri akan meningkatkan motivasi siswa dalam berprestasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sun, Hagedorn, dan Zhang (2016) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kerinduan akan rumah yang intens dengan kegagalan kognitif, konsentrasi terganggu, menurunnya kualitas pekerjaan, performa akademik yang lebih rendah, serta kecemasan dan depresi yang berada di tingkat yang lebih tinggi. Artinya, siswa yang gagal dalam menyesuaikan diri dan terus-menerus merindukan rumah akan cenderung mengalami penurunan dalam memenuhi tanggungjawab perannya sebagai siswa.

Pada hasil analisis regresi parsial terakhir, menunjukkan bahwa kepercayaan (X_7) memiliki hubungan dan signifikan dengan aspek tuntutan interpersonal (Y_4). Menurut Armsden dan Greenberg (2009) aspek kepercayaan merujuk pada perasaan aman dan yakin bahwa orang lain akan sensitif dan responsif dalam memenuhi kebutuhan atau membantu individu dengan penuh kepedulian, sehingga kepercayaan muncul ketika suatu hubungan terjalin dengan kuat.

Penelitian Mota dan Matos (2013) menunjukkan kelekatan yang aman dengan teman sebaya dapat meningkatkan harga diri. Hal ini dikarenakan bahwa kelekatan yang aman dengan teman sebaya dapat meningkatkan keterampilan sosial pada remaja. Saat keterampilan sosial remaja

meningkat maka akan memudahkan penyelesaian masalah contohnya seperti kesulitan menjalin hubungan baik dengan guru dapat diatasi dengan menanyakan saran mau pun mencari dukungan emosional dari teman sebaya. Oleh sebab itu dengan adanya kepercayaan kepada teman sebaya dapat membantu siswa mengatasi masalah ketika mengalami stres. Sebaliknya, apabila siswa tidak memiliki kepercayaan terhadap teman sebayanya, maka akan sulit pula ia untuk mengatasi masalahnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh antara kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.
2. Terdapat pengaruh positif antara kerinduan akan rumah terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.
3. Terdapat pengaruh negatif antara kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik pada siswa sekolah berasrama X di kota Samarinda.

REFERENSI

Agarwal, S., & Poojitha, R. S. (2017). Parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 1-28.

Akmal, S. Z. (2017). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 95-106. 10.24854/jpul12017-82.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (2009). The inventory of parent and peer attachment: relationships to well-being in adolescence. *Journal of Youth*

and Adolescence, 16(5), 427-454. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02202939>.

Baradja, & Bakar, A. (2005). Psikologi perkembangan, tahapan-tahapan dan aspek-aspeknya. Jakarta: Studia Pres.

Chellamuthu, S., & Kadhiraivan, D. S. (2017). Academic stress and mental health among high school students. *Indian Journal of Applied Research*, 7(5), 404-406. 2249-555X.

Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT. Remaja RosdaKarya.

Gupta, M., Renu, G., Subhash, S. M., & Seema, S. (2011). An examination of the relationship between academic stress and academic achievement in secondary classes students of meerut. *VSRD Technical and Non Technical Journal*, 2(7), 320-325.

Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru. *Empathy, Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79-89. 2303-114X.

Hidayah, M. (2018). Hubungan dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa sma. (Disertasi tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.

Kegel, K. (2009). Homesickness in international college students. Dalam G. R. Walz, J. C. Bleuer, & R. K. Yep (Eds), *Compelling counseling interventions: VISTAS 2009* (PP. 67-76). Alexandria, VA: American Counseling Association.

Khan, M. J. (2018). Effect of perceived academic stress on students' performance. *FWU Journal of Social Sciences*, 7(2), 146-151.

Lestari, D. A., & Satwika, Y. W. (2018). Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi pada siswa

- kelas VIII di SMPN 28 Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 05(02), 1-6.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemic covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31-39. 10.30872/psikostudia.
- Maksudin. (2012). Sistem boarding school smp islam terpadu abu bakar Yogyakarta (transformasi dan humanisme religius). *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1, 38-54.
- Mariska, A. (2018). Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap homesickness. *Jurnal Psikoborneo*, 6(3), 310-316.
- Mota, C. P., & Matos, P., M. (2013). Peer attachment, coping, and self-esteem in institutionalized adolescents: the mediating role of social skills. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 87-10. 10.1007/s10212-012-0103-z.
- Mozafarinia, F., & Tavafian, S. S. (2014). Homesickness and coping strategies among international students studying in University Technology Malaysia. *Journal of Health Education and Health Promotion*, 2(1), 53-61.
- Mukarromah, L., Suryanto, & Amanda. (2018). Pattern adaptation of students who perforce entering Islamic boarding school. *Journal of Psychological Research*, 4(2), 56-67. <https://doi.org/10.29313/schema.v4i2.4163>.
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Jurnal InSight*, 20(2), 75-83.
- Najihaturrohmah, & Juhji. (2017). Implementasi program boarding school dalam pembentukan karakter siswa di sma negeri cahaya madani banten boarding school pandeglang. *Jurnal Tarbawi*, 3(2), 207-224.
- Nuryani. (2019). Dampak kesulitan menyesuaikan diri pada santri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 174-179.
- Palai, P. K., & Kumar, D. P. (2016). Relationship among stress, adjustment and homesickness in university students. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 2(6), 101-106.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). Human development (perkembangan manusia) (ed.10) Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prasetio, C. E., Sirait, E. G., & Hanafitri, A. (2020). Rumah, tempat kembali: pemaknaan rumah pada mahasiswa rantau. *Mediapsi*, 6(2), 132-144. 10.21776/ub.mps.2020.006.02.7.
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2018). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota universitas diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 28-39.
- Rizkiani, A. (2012). Pengaruh sistem boarding school terhadap pembentukan karakter peserta didik (penelitian di ma'had darul arqam muhammadiyah daerah Garut). *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*, 6(1), 10-18.
- Santrock, J. W. (2012). Life-span development (ed 13 Jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Setiowati, A., & Suib. (2021). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres di stikes surya global Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 9(1), 1-6.
- Stroebe, M., Vliet, V. T., Hewstone, M., & Willis, H. (2002). Homesickness among students in two cultures: antecedents and consequences. *British Journal of Psychology*. 93(2), 147-168. <http://dx.doi.org/10.1348/000712602162508>.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.

- Sun, J., Hagedorn, L. S., & Zhang, Y, L. (2016). Homesickness at college: its impact on academic performance and retention. *Journal of College Student Development*, 57(8), 943-957. 10.1353/csd.2016.0092.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 1-5. <http://dx.doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>.
- Zakiah, N., Hidayati, F. N., & Setyawan, I. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan prokstinasi akademik siswa sekolah berasrama smpn3 peterongan jombang. *Jurnal Psikologi Undip*, 8(2), 156-167.