

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ORANG TUA, KETENANGAN
HATI DAN STRES AKADEMIK PADA SANTRI PONDOK PESANTREN
ISLAMIC CENTRE BANGKA**



Oleh:

Muhammad Abdul Hafiz

Dr. Ahmad Rusdi. S.Psi., M.A. Si

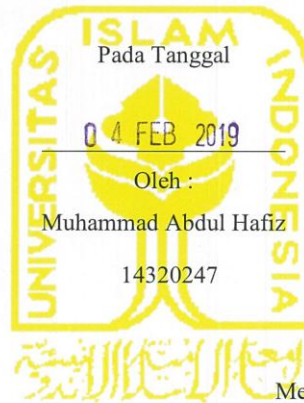
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2019

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ORANGTUA, KETENANGAN HATI DAN
STRES AKADEMIK PADA SANTRI PONDOK PESANTREN ISLAMIC
CENTRE BANGKA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu
Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi



Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc.Sc.

Dewan Penguji

1. Dr. Ahmad Rusdi, S.Psi. S.Sos., M.A.Si
2. Qurotul Uyun, S.Psi, M.Si., Dr. Phil., Psikolog
3. Hazhira Qudsyi, S.Psi, M. A

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Muhammad Abdul Hafiz

No. Mahasiswa : 14320247

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Orangtua, Ketenangan Hati dan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren Islamic Centre Bangka

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi saya adalah jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia

Yogyakarta, 15 Februari 2019

Yang menyatakan,



Muhammad Abdul Hafiz

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ORANG TUA, KETENANGAN
HATI DAN STRESS AKADEMIK PADA SANTRI PONDOK PESANTREN
ISLAMIC CENTRE BANGKA**

Telah disetujui pada tanggal

30 Januari 2019

Dosen Pembimbing Utama



(Dr. Ahmad Rusdi. S.Psi., M.A.Si)

Dukungan Orang Tua, Ketenangan Hati dan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren Islamic Centre Bangka

Muhammad Abdul Hafiz

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between parental support, peace of hearth (Tatmaiin al-Qulub) and academic stress on students in Islamic boarding school. This research was conducted using the Spearman correlation test. The number of subjects in this study were 179 male and female students, 9th to 12th grade. The measuring instrument used to measure parental support used a scale developed by Kristjansson, Allegrante and Sigfusdottir (2011), a peace of hearth (Tatmaiin al-Qulub) measuring instrument using Rusdi's scale (2018) and academic stress is measured using a scale developed by Sun, Dunne and Hou (2011). The results of this study state that there is a significant relationship between parental support and Thatmaiinul Qulub (sig 0,014), then the researchers also stated in this study that there is no relationship between parental support and academic stress (sig 0,127), the relationship between Tatmaiin al-Qulub and academic stress (sig 0,320).

Keywords: parental support, peace of mind, academic stress, Islam

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan orang tua, ketenangan hati dan stres akademik pada santri di pondok pesantren. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Spearman*. Adapun jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 179 santri putra dan putri, kelas 9 hingga kelas 12. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dukungan orang tua menggunakan skala yang dikembangkan oleh Kristjansson, Allegrante dan Sigfusdottir (2011), alat ukur ketenangan hati menggunakan skala milik Rusdi (2018) dan stress akademik diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Sun, Dunne dan Hou (2011). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan orang tua dan ketenangan hati (sig 0,014), kemudian peneliti juga menyatakan dalam penelitian ini bahwa tidak ada hubungan antara dukungan orang tua dan stress akademik (sig 0.127), hubungan antara ketenangan hati dan stress akademik (sig 0,320).

Kata kunci: dukungan orang tua, ketenangan hati, stress akademik, Santri

Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren sebagai tempat dimana santri diberikan kesempatan untuk mengeksploitasi dirinya dengan baik. Selain itu, pesantren merumuskan kegiatan yang bertujuan untuk membentuk karakter santri dan menggali potensi yang ada didalam diri santri (Muhakamurrohman, 2014). Studi yang dilakukan oleh Muhakamurrohman (2014) menyebutkan pesantren selain mengajarkan cara mengaji dan mengkaji ilmu agama, para santri diajarkan pula mengamalkan serta bertanggung jawab atas apa yang telah dipelajari.

Pesantren juga mengajarkan nilai-nilai kesederhanaan, kemandirian, semangat kerjasama dan keikhlasan. Produk pesantren tidak hanya menghasilkan ilmuwan cerdas, namun juga membentuk dan menghasilkan cendekiawan muslim yang berakhlak (Muhakamurrohman, 2014). Hargreaves (2001) produk dari sekolah termasuk pesantren didalamnya adalah cerminan dari berhasilnya tujuan yang dicapai serta resiko yang tidak di inginkan dari proses yang terlibat. Hargreaves (2001) menambahkan hasil dari proses belajar dimana pelajar ikut terlibat memiliki dua nilai utama yakni kognitif (*academic achievement*) dan moral (*attitude*).

Santri dituntut untuk mengikuti seluruh kegiatan yang dirumuskan oleh pesantren. Aktivitas yang dimulai dari jam empat subuh sampai jam sepuluh malam, membuat santri merasa tertekan dan jenuh. Santri diarahkan untuk bangun lebih awal dan melaksanakan sholat subuh, kemudian kegiatan wajib

lainnya sebelum masuk kelas. Disamping itu, santri juga harus menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru di kelas, menghadapi pelajaran yang lebih banyak termasuk bidang ilmu umum dan keagamaan. Hal tersebut menjadi faktor penyebab stress akademik yang dialami oleh santri. Pernyataan tersebut selaras dengan studi yang dilakukan oleh Thilak, Paulson dan Sarada (2017) bahwa sumber stress (*stressor*) berawal dari banyaknya tugas sekolah, tingginya tekanan dari para guru, padatnya jadwal sekolah dan kurangnya dukungan orangtua.

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara kepada santri tingkat SMA di pondok pesantren Islamic Centre bangka (Kamis, 12 April 2018), responden menyebutkan sulitnya menjadi santri ketika harus menyeimbangkan kegiatan belajar dikelas dan kegiatan diasrama. Responden diberberapa keadaan merasa tertekan dan cemas, lebih jauh lagi responden bertanggung jawab sebagai pengurus yang bertanggung jawab untuk mengatur dan mengontrol seluruh anggota asrama. Disisi lain, responden harus mengikuti hampir sembilan belas mata pelajaran selama satu semester dikelas. Hasil wawancara tersebut didukung oleh hasil penelitian dari Bataineh (2013) bahwasanya *stressor* terjadi karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan oleh siswa, kompetisi antar teman sebaya dan rasa cemas akan kegagalan.

Selain banyaknya tugas sekolah dan tanggung jawab di asrama, kompetisi antar sesama teman menjadi *stressor* yang mempengaruhi kondisi psikologis

santri selama di pesantren . Lingkungan pendidikan dimana antar sesama teman harus saling berkompetisi dalam hal akademik mengakibatkan timbulnya kondisi stres dan rasa tertekan pada pelajar atau santri. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Agolla dan Ongori (2009) menyatakan bahwa tekanan dari kompetisi antar sesama teman sebaya mengakibatkan terpicunya kondisi stres pada pelajar.

Santri yang mengalami rasa tertekan selama di pesantren tidak lepas dari adanya pengaruh harapan dari orangtua dan *self-expectation* yang tidak terpenuhi. Ang dan Huan (2006) menjelaskan bahwa orangtua yang menaruh harapan terlalu tinggi kepada anak menjadi salah satu prediktor negatif terhadap kondisi mental dan proses belajar anak. Penelitian yang dilakukan oleh Ma, Siu dan Tse (2018) menjelaskan tingginya harapan dari orangtua berkorelasi positif terhadap tingginya tingkat depresi pada siswa menengah atas di Hong kong.

Selain itu, siswa di negara Asia cenderung memberikan tekanan yang lebih besar kepada dirinya agar target akademik yang dibuat dapat terpenuhi (Ang & Huan, 2006). Namun kondisi tersebut mengakibatkan siswa mengalami stres dan rasa bersalah apabila target yang dibuat tidak terpenuhi sehingga tidak jarang siswa yang mengalami stres akademik berkorelasi positif terhadap tingginya depresi dan bunuh diri. Hal ini diperkuat oleh temuan penelitian yang dilakukan oleh Ang dan Huan (2006b) menyatakan bahwa semakin tinggi kondisi stres

akademik pada siswa maka semakin tinggi pula keinginan untuk bunuh diri dan rentan untuk mengalami depresi. Lebih jauh, stres akademik tidak hanya menjadi faktor yang mempengaruhi depresi namun juga menjadi prediktor kuat terhadap tingginya tingkat kecemasan pada siswa (Liu, 2017).

Usaha yang dilakukan oleh santri untuk mengontrol kondisi stres akademik selama belajar di pesantren tidak lepas dari faktor internal dan eksternal santri tersebut. Adapun faktor eksternal yang dapat mempengaruhi serta mengontrol stres akademik pada santri, salah satunya adalah dukungan orangtua (Dzulkifli & Yasin, 2009). Sementara faktor internal yang mempengaruhi stres akademik pada santri yaitu ketenangan hati (Hamka, 1965).

Menurut Dzulkifli dan Yasin (2009) menyatakan bahwa tanpa adanya dukungan orangtua, siswa atau santri akan lebih mudah terjebak dalam masalah dan mengalami depresi, stress dan rasa cemas. Quomma dan Greenberg (1994) menjelaskan bahwa kurangnya dukungan sosial orangtua menjadi sumber utama yang mengarahkan individu kepada kegagalan. Mustafa, Nasir dan Yusoof (2010) dalam studinya menjelaskan rendahnya dukungan sosial orangtua berhubungan dengan tingginya tingkat stress, kecemasan dan depresi pada pelajar. Dukungan orangtua menjadi sumber utama dalam diri siswa atau santri untuk mengatasi tekanan akademik dan beban tugas sekolah. Lebih lanjut, bentuk dukungan dari orangtua yang

diberikan kepada anak, membantu anak menjalani dan mengontrol kondisi stres ketika berada di lingkungan sekolah (Mansour & Dawani)

Ketika dukungan dari orangtua terpenuhi secara baik, siswa atau santri akan lebih mudah mengatasi masalah di kelas dan lingkungan sekolah termasuk stress, depresi dan rasa cemas. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Dzulkifli dan Yasin (2009) terpenuhinya dukungan sosial dari orangtua mampu mengurangi kecemasan, depresi dan stress pada pelajar. Selaras dengan pernyataan diatas oleh Villanova dan Bownas (1984) bahwasanya dukungan sosial dari orangtua dapat membantu siswa dalam mengatasi *stressor* sehari-hari dan dapat meringankan beban kerja akademik. Ernawati dan Rusmawati (2015) menyebutkan bahwa dukungan sosial orangtua dalam pendidikan mampu menjadi sumber utama dalam menyelesaikan tekanan akademik siswa menengah atas.

Selain faktor dukungan orangtua, faktor lain yang dapat mempengaruhi stres akademik ialah ketenangan hati. Ketenangan hati didefinisikan oleh Rusdi (2016) sebagai kendali internal dalam menerima perasaan yang didapat dari membersihkan hati serta sebuah keyakinan dalam meninggalkan keraguan atas kebenaran yang dipikirkan sehingga menimbulkan semangat yang didapat dari mencari ilmu dan kebenaran. Robert dan Messenger (dalam Krezter, Gross, Waleekhachonloet & Byrd, 2009) menambahkan bahwa ketenangan

hati merupakan bentuk manifestasi dari spiritualitas seseorang.

Hasil Penelitian Krezter, Gross, Waleekhachonloet dan Byrd (2009) menunjukkan bahwa kondisi dimana individu merasa damai dan tenang hatinya dapat mengurangi tingkat stres dan perasaan negatif. Studi lain yang dilakukan oleh Dongelmans (2013) menjelaskan bahwa tingginya tingkat spiritualitas individu berkorelasi dengan rendahnya kondisi stres serta dapat meningkatkan kesehatan fisik individu tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Lee, Lin, Huang dan Fredrickson (2013) menyebutkan bahwa ketenangan hati serta keharmonisan jiwa memiliki hubungan signifikan terhadap kecilnya kemungkinan seseorang mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi dan stres.

Hamka (1965) menjelaskan bahwa iman didalam hati menjadi penyebab senantiasa ingat kepada Allah atau *dzikir*. Iman menyebabkan hati mempunyai pusat ingatan atau tujuan ingatan, dan ingat kepada Tuhan itu menimbulkan ketenangan, ketenangan dan dengan sendirinya hilanglah segala macam kegelisahan, pikiran kusut, putus-asa, ketakutan, kecemasan, keragu-raguan dan dukacita. Ketenangan hati adalah pokok kesehatan rohani dan jasmani. Buya Hamka (1965) menjelaskan lebih rinci lagi bahwasanya kalau hati telah ditumbuhi penyakit dan tidak segera diobati dengan Iman, yaitu iman yang menimbulkan *dzikir* dan *dzikir* yang menumbuhkan *Thuma'ninah*, maka celakalah yang akan menimpa. Kemudian dengan menyebut nama Allah, semua jiwa

dan hati yang gelisah menjadi tenang dan keluh-kesah menjadi hilang karena limpahan cahaya iman (Ash-Shiddieqy, 2000).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan orangtua, ketenangan hati dan stres akademik pada santri pondok pesantren Islamic Centre di Bangka.

Metode Penelitian

Subjek. Subjek dalam penelitian ini adalah santri pondok pesantren Islamic Centre. Jumlah santri yaitu sebanyak 179 santri, yaitu santri putra dan putri dengan rentan umur 13-18 tahun. Jumlah santri putra lebih banyak dibandingkan dengan santri putri, santri putra berjumlah sebanyak 99 (55,3%) dan santri putri sebanyak 80 (44,7%).

Data santri putra diambil dari kelas 9 hingga 12, sedangkan data santri putri hanya diambil dari kelas 10 hingga 12. Selain itu, karakteristik responden penelitian ini merupakan santri aktif di pondok pesantren Islamic Centre.

Pelaksanaan. Penelitian ini menggunakan skala yang sebelumnya telah di uji coba oleh penelitian sebelumnya. Pada skala dukungan orang tua, peneliti menggunakan alat ukur yang telah dikembangkan oleh Kristjansson, Allegrante dan Sigfusdottir (2011), terdapat 5 aitem pada alat ukur tersebut. Skala ketenangan hati oleh Rusdi (2018) dengan jumlah total aitem sebanyak 7 pernyataan. Skala tersebut terdiri dari dua aspek yaitu - *al-Suqun* dan *al-Yaqin*. Selanjutnya, skala stress akademik oleh Sun,

Dunne dan Hou (2011), skala tersebut digunakan untuk mengukur *educational stress* pada siswa menengah atas di Cina.

Hasil Penelitian

Tabel 1, menjelaskan uji korelasi antar variabel penelitian.

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Keterangan
Ketenangan Hati dan Stress Akademik	0.115	0.127	Tidak Signifikan
Dukungan Orangtua dan Stress Akademik	0.075	0.320	Tidak Signifikan
Dukungan Orang Tua dan Ketenangan Hati	0.184	0.014	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi Spearman pada tabel 19, diketahui bahwa koefisien korelasi ketenangan hati dan stress akademik (R) sebesar 0.115 dengan signifikansi (p) = 0.127 ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini ditolak, dikarenakan nilai signifikansi (p) pada kedua variabel lebih besar dari 0.05, sehingga dapat dikatakan bahwa secara empirik tidak ada hubungan antara ketenangan hati dan stress akademik pada santri pondok pesantren Islamic Centre. Kemudian sesuai dengan hasil analisis korelasi Spearman di tabel 19 menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) dukungan orang tua dan stress akademik yaitu sebesar 0.075 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0.320 ($p > 0.05$), sehingga peneliti menyatakan secara empirik tidak terdapat hubungan antara dukungan orang tua dan stress akademik pada santri. Dukungan orang tua dan ketenangan hati, diperoleh nilai korelasi koefisien (R) sebesar 0.184 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0.014 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara

dukungan orang tua dan ketenangan hati pada santri pondok pesantren Islamic Centre Bangka.

Tabel 2, uji beda berdasarkan jenis kelamin

Dependent Variable	Mean		Sig.	Partial Eta Squared	Observed Power ^a
	Laki-Laki	Perempuan			
1. Parent Support	49.3959	50.7476	.319	.006	.472
2. Caring and Warmth	3.34	3.4	.620	.001	.41
3. Discuss about personal affairs	2.76	2.81	.705	.001	.41
4. Advice about the studies	3.35	3.43	.497	.003	.472
5. Advice about other issues	3.21	3.31	.370	.005	.472
6. Assistance with other things	3.43	3.54	.327	.005	.472
7. Stress Akademik	49.43	50.7	.324	.006	.472
8. Self-Expectation	50	49.9	.892	.000	.472
9. Pressure from Study	49.91	50.1	.877	.000	.472
10. Workload	49.91	50.1	.889	.000	.472
11. Worry About Grade	49.3	50.84	.225	.008	.472
12. Despondency	48.49	51.88	.006	.042	.472
13. Ketenangan Hati	50.4	49.5	.551	.002	.472
14. al-Sukun	49.81	50	.735	.001	.472
15. al-Yaqin	50.76	49.04	.190	.010	.472

Diketahui bahwa pada variabel dukungan orang tua antara laki-laki dan perempuan didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.319 ($p > 0.05$), yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dukungan orang tua antara laki-laki dan perempuan. Kemudian pada variabel stress akademik antara laki-laki dan perempuan didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.324 ($p > 0.05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stress akademik antara laki-laki dan perempuan. Adapun pada variabel ketenangan hati antara laki-laki dan perempuan didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.551 ($p > 0.05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan ketenangan hati antara laki-laki dan perempuan.

Tabel 3, Uji beda berdasarkan kelas

Dependent Variable	Mean				Sig.	Partial Eta Squared	Observed Power ^a
	Kelas IX	Kelas X	Kelas XI	Kelas XII			
1. Parent Support	46.66	49.68	50.55	53.84	.026	.051	.72
2. Caring and warmth	3.16	3.43	3.38	3.44	.394	.017	.26
3. Discuss about personal affairs	2.39	2.93	2.87	2.68	.055	.042	.62
4. Advice about the studies	3.29	3.31	3.42	3.64	.192	.027	.41
5. Advice about other issues	3.03	3.2	3.3	3.64	.031	.049	.70
6. Assistance with other things	3.26	3.47	3.49	3.76	.065	.040	.60
7. Stress Akademik	49.65	52.08	49.43	45.78	.013	.059	.79
8. Self-Expectation	49.5	51.3	49.8	47.04	.144	.030	.46
9. Pressure from study	49.65	51.63	49.36	47.18	.101	.035	.53
10. Workload	49.22	52.27	49.54	45.56	.015	.058	.78
11. Worry about grade	47.87	50.48	50.82	49.51	.420	.016	.25
12. Despondency	51.33	51.19	49.31	46.45	.060	.041	.61
13. Ketenangan Hati	42	51.7	51.73	51.26	.000	.130	.99
14. al-Sukun	42.53	51.26	51.97	51.53	.000	.171	1.00
15. al-Yaqin	46.73	51.08	50.38	50.18	.136	.031	.48

Diketahui bahwa pada variabel dukungan orang tua antara santri kelas IX hingga kelas XII didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.026 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan dukungan orang tua antara santri kelas IX, X, XI dan XII, dimana santri kelas XII diketahui mendapatkan dukungan orang tua yang lebih besar dibandingkan dengan kelas lainnya bisa dilihat dari mean kelas XII sebesar 53.84. selanjutnya pada variabel stress akademik antara santri kelas IX, X, XI dan XII diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0.013 ($p < 0.05$), yang menunjukkan terdapat perbedaan stress akademik yang signifikan antara santri kelas IX, X, XI dan XII. Pada variabel ketenangan hati antara santri yang duduk di kelas IX, X, XI dan XII didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.000 ($p < 0.00$) artinya terdapat perbedaan yang signifikan ketenangan hati antara santri yang duduk di kelas IX, X, XI dan XII.

Tabel 4, uji beda berdasarkan keadaan orang tua subjek.

Dependent Variable	Mean			Sig.	Partial Eta Squared	Observed Power
	Lengkap	Meninggal	Bercerai			
1. Parent Support	50.49	43.52	46.44	.052	.033	.2
2. Caring and warmth	3.44	2.87	2.38	.000	.105	.9
3. Discuss, about personal affairs	2.82	2.63	2.13	.120	.024	.9
4. Advice about the studies	3.4	3.12	3.38	.557	.007	.9
5. Advice about other issues	3.28	2.88	3.25	.331	.012	.9
6. Assistance with other things	3.53	2.75	3.25	.005	.058	.9
7. Stress Akademik	49.78	50.29	54.18	.363	.011	.9
8. Self Expectation	49.82	50.28	53.36	.483	.008	.9
9. Pressure from Study	49.80	49.9	54.06	.353	.012	.9
10. Workload	50.07	47.33	51.05	.679	.004	.9
11. Worry about Grade	50.07	51.24	47.26	.598	.006	.9
12. Despondency	49.74	51.62	53.47	.388	.011	.9
13. Ketenangan Hati	50.36	47.30	45.17	.265	.015	.9
14. al-Sukun	50.2	47.1	48.7	.534	.007	.9
15. al-Yaqin	50.3	49.21	44.52	.181	.019	.9

Melalui tabel 4. Diketahui bahwa pada variabel dukungan orang tua antara santri yang masih memiliki orang tua lengkap, meninggal dan bercerai didapatkan hasil signifikansi (p) sebesar 0.052 ($p > 0.05$), yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dukungan orang tua antara santri yang masih memiliki orang tua lengkap, bercerai dan meninggal. selanjutnya pada variabel stress akademik didapatkan hasil signifikansi sebesar 0.363 ($p > 0.05$), yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kondisi orang tua santri yang masih lengkap, bercerai dan meninggal. Pada variabel ketenangan hati antara santri yang masih memiliki orang tua lengkap, meninggal dan bercerai didapatkan nilai signifikansi (p) sebesar 0.265 ($p > 0.05$) artinya tidak terdapat perbedaan ketenangan hati antara santri yang kondisi orang tuanya masih lengkap, meninggal dan bercerai.

Diskusi

Hasil dari uji hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan hasil

penelitian yang variatif, dimana variabel dukungan orang tua dan variabel ketenangan hati menunjukkan hubungan signifikan. Disisi lain, variabel dukungan orang tua dan stress akademik tidak ditemukan adanya hubungan positif maupun negatif, begitu pula dengan variabel ketenangan hati dan stress akademik tidak didapatkan hubungan secara empirik.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Hardy, White, Ruschty dan Zhang (2014), mengenai peran orang tua terhadap tingkat religiusitas dan spiritualitas pada mahasiswa di Amerika dengan latar belakang yang berbeda. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa parenting style dimensions menjadi prediktor kuat terhadap tingkat religiusitas dan spritualitas pada anak yang sedang menempuh pendidikan. Selanjutnya pola asuh orang tua yang menanamkan nilai-nilai spiritual pada anak sejak dini mempengaruhi kebiasaan dan keadaan psikologis anak (Altalib, Abusulayman & Altalib, 2013).

Penanaman nilai-nilai spiritual pada diri santri oleh orang tua memberikan siklus penting terhadap perkembangan pola pikir dan keadaan hati santri selama di pesantren. Altalib, Abusulayman dan Altalib (2013) menjelaskan bahwa orang tua yang mengajarkan dan mempraktekan dzikir pada anak sejak dini, mampu mempengaruhi kebiasaan dzikir anak ketika beranjak dewasa, sehingga walaupun jarak orang tua dan anak terpaut jauh, anak akan terbiasa melakukan dzikir di pesantren tanpa pengawasan orang

tua. Penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Kumala, Kusprayogi dan Nashori (2017) menjelaskan bahwa kegiatan dzikir mampu meningkatkan ketenangan jiwa pada subjek yang menderita hipertensi.

Lebih lanjut, orang tua yang menerapkan konsep tawbah kepada anak ketika anak melakukan kesalahan akan berdampak positif terhadap perilaku dan kebiasaan anak di masa depan, disaat anak melakukan perbuatan tercela maka anak cenderung akan terbuka untuk memperbaiki dan menyesali perbuatannya dihadapan Allah (Altalib, Abusulayman & Altalib, 2013). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusdi (2016), yang menyatakan bahwa salat taubat yang dilakukan secara multidimensional akan meningkatkan ketenangan hati pada mahasiswa secara periodik. Oleh sebab itu, walaupun frekuensi bertemu antara orang tua dan santri cenderung sedikit, nilai-nilai spiritual yang ditanamkan oleh orang tua sejak dini bermanfaat bagi santri selama belajar di pondok pesantren.

Stress akademik yang dialami oleh pelajar cenderung berhubungan secara empirik oleh orang tua, lingkungan dan kesehatan mental. Stress akademik berhubungan positif dengan kesehatan mental siswa SMA di Salem, India (Subramani & Kahiravan, 2017), tekanan orang tua menjadi prediktor terhadap tingkat stress pada siswa SMA di Kolkata India (Deb, Strodl & Sun, 2015), merasa cemas akan ujian berkorelasi signifikan terhadap stress pada siswa SMA (Deb, Strodl & Sun,

2015), tingginya tingkat emotional self-efficacy pada siswa SMP mampu mengurangi tingkat stress yang sedang dihadapi (Arslan, 2017) kemudian penelitian selanjutnya menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel dukungan sosial orang tua dan stress akademik pada siswa SMK di Semarang (Ernawati & Rusmawati, 2015). Hasil penelitian diatas berbanding terbalik dengan hasil temuan dalam penelitian ini, dimana tidak ditemukan hubungan signifikan antara dukungan orang tua dan stress akademik pada santri.

Penelitian sebelumnya yang memperkuat hasil temuan ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Ho, Schweltzer dan Khawaja (2016), mengenai dukungan sosial dari orang tua dan performa akademik pada siswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ditemukan hubungan secara empirik antara dukungan sosial orang tua dan performa akademik. Adapun faktor-faktor ditolaknya hipotesis penelitian ini salah satunya adalah keterlibatan dan dukungan orang tua yang masih bersifat pasif artinya orang tua hanya bertanya seputar keadaan dan kegiatan di pondok pesantren yang bersifat universal, tidak mendalam bertanya kondisi mental santri selama belajar di pondok pesantren. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pengajar di pesantren (2019) keadaan dimana orang tua masih pasif terlibat terhadap kondisi santri salah satunya dipengaruhi oleh peraturan pondok pesantren, orang tua hanya diperbolehkan menjengukuk santri sekali selama dua pekan. Ditambah belum adanya program alternatif yang dirancang

oleh pihak pesantren agar orang tua lebih banyak terlibat dalam perkembangan kondisi psikologis dan performa akademik santri

Selain itu, kelekatan dengan teman sebaya selama di pesantren menjadi salah satu faktor ditolaknya hipotesis dukungan orang tua dan stress akademik. Santri selama di pesantren cenderung lebih banyak bertemu dan menjalin komunikasi yang intens dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara peneliti dengan beberapa santri di pesantren, dalam hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa santri cenderung lebih merasa dekat dan terbuka dengan teman satu asrama dan satu kelasnya dibandingkan dengan orang tua sendiri (Hasil wawancara, 2019). Hal tersebut sesuai dengan teori oleh Berns (2003), yang menyatakan bahwa remaja pada rentan usia 13-18 tahun cenderung lebih dekat dengan teman satu grupnya dibandingkan dengan keluarga atau orang tua, disebabkan remaja sering menghadapi perbedaan pandangan dengan orang tua.

Faktor lainnya adalah peranan ustadz/ustadzah sebagai pengajar sekaligus individu yang mengganti peran orang tua bagi santri selama di pesantren. Kelekatan dan komunikasi yang terjalin antara guru dan santri terjalin lebih intens dibandingkan dengan orang tua. Hal ini disebabkan sosok guru di pesantren dianggap sebagai sosok pembimbing, panutan dan memiliki integritas untuk mengayomi para santri (Muhakamurrohman, 2014). Menurut Good dan Brophy (dalam Berns, 2003) menjelaskan bahwa

guru yang memiliki gaya kepemimpinan dalam mengajar sekaligus menjadi mentor bagi siswa, memberikan dampak positif terhadap prestasi dan performa akademik siswa.

Peneliti juga melaporkan bahwa variabel ketenangan hati dan stress akademik tidak memiliki hubungan signifikan secara empirik. Hal tersebut berbeda dengan pernyataan para ilmuwan muslim di bidang kajian tafsir mengenai ketenangan hati dan rasa tertekan. Hamka (1965) menjelaskan bahwa individu yang memiliki rasa tenang di hatinya akan mampu mereduksi dan menghilangkan rasa tertekan dan putus asa dari beban hidup. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kreitze, Gross, Waleekhachonloet, Maryanne dan Byrd (2009) menjelaskan terdapat hubungan negatif antara ketenangan hati dengan depresi, kecemasan dan tingkat stress pada pasien transpalntasi organ tubuh.

Adapun penyebab hipotesis ini ditolak adalah variabel ketenangan hati yang secara langsung diukur tanpa adanya variabel pemicu. Pada penelitian-penelitian sebelumnya variabel ketenangan hati diukur terlebih dahulu dengan variabel lain, seperti halnya salat taubat (Rusdi, 2016) atau pelatihan dzikir (Kumala, Kusprayogi & Nashori, 2017). Hal tersebut selaras dengan pernyataan Hamka (1965) bahwa dzikir yang menumbuhkan rasa tenang di hati (Thuma'ninah). Kemudian dengan menyebut nama Allah, semua jiwa dan hati yang gelisah menjadi tenang dan keluh-kesah menjadi hilang karena limpahan cahaya iman (ash-

Shiddieqy, 2000). Oleh karena itu, dalam penelitian ini sulit memprediksi apakah subjek merasa tenang di hatinya saat mengisi angket tersebut tanpa adanya variabel yang menstimulus variabel ketenangan hati.

Lebih lanjut, peneliti melakukan analisis tambahan berupa korelasi antar aspek dukungan orang tua dan aspek ketenangan hati. Ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel dukungan orang tua dan aspek ketenangan hati yaitu al-Sukun, hal tersebut berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan teknik analisis korelasi Spearman-Rho menunjukkan koefisien korelasi (R) sebesar 0.187. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan orang tua yang diperoleh, maka semakin tinggi pula rasa tenang dan kedamaian (al-Sukun) pada santri pondok pesantren. Kemudian pada aspek memberi saran mengenai belajar dan ketenangan hati menunjukkan hubungan yang signifikan, diperoleh koefisien korelasi (R) sebesar 0.164. Hal ini menunjukkan bahwa semakin aktif orang tua memberi saran mengenai belajar kepada santri maka semakin tinggi pula ketenangan hati yang diperoleh oleh santri.

Hal tersebut selaras dengan penjelasan Altalib, Abusulayman dan Altalib (2013) bahwa orang tua memiliki peranan penting terhadap proses pembiasaan nilai-nilai keislaman pada anak sejak anak masih dini, sehingga hal tersebut semakin melekat ketika anak tumbuh dewasa. Peneliti juga melaporkan bahwa terdapat hubungan signifikan

antara aspek memberi saran mengenai hal lain dan aspek al-Sukun, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0.149. Penjelasan terhadap temuan ini sejalan dengan pernyataan oleh Barry dan Nelson (2010) bahwa kelekatan hubungan orang tua dan anak mampu mempengaruhi tingkat spiritualitas dan religiusitas anak.

Selain itu, peneliti melakukan analisis uji beda stres akademik antara santri laki-laki dan perempuan. Melalui analisis uji beda tersebut didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan stres akademik antara laki-laki dan perempuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Busari (2012) bahwa tidak ada perbedaan stres akademik pada laki-laki dan perempuan, namun terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan pada aspek despondency. Kemudian, peneliti juga melakukan analisis uji beda stres akademik antara santri yang duduk di kelas 9 hingga kelas 12. Melalui analisis uji beda tersebut terdapat perbedaan stres akademik pada santri yang duduk di kelas 9, 10, 11 dan 12, dimana santri yang duduk di kelas 10 cenderung lebih stres atau tertekan secara akademik dibandingkan dengan santri lainnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Thilak, Paulson dan Sarada (2017) menemukan bahwa siswa kelas 10 cenderung lebih merasa tertekan ketika belajar, hal ini pun sesuai dengan hasil wawancara dengan santri di pondok pesantren, bahwa santri kelas 10 mata pelajaran yang harus dipelajari selama satu periode lebih banyak dibandingkan dengan santri kelas lain.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan analisis uji beda stres akademik pada santri yang masih memiliki orang tua, orang tua yang bercerai dan meninggal. Melalui analisis uji beda tersebut, diketahui bahwa tidak ada perbedaan stres akademik antara santri yang masih mempunyai orang tua lengkap, bercerai dan meninggal. Penjelasan terhadap temuan ini dijelaskan oleh penelitian yang dilakukan oleh Akanbi (2014) menyatakan bahwa orang tua yang bercerai tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap kondisi akademik siswa.

Peneliti juga melaporkan hasil uji analisis tambahan dukungan orang tua berdasarkan keadaan orang tua santri. Didapatkan hasil uji beda bahwa santri yang memiliki orang tua lengkap mendapatkan dukungan, kepedulian dan kehangatan yang lebih signifikan dibandingkan dengan santri yang orang tuanya bercerai dan meninggal. Penjelasan terhadap penemuan ini dijelaskan oleh Pierce, Sarason dan Sarason (1996) bahwa anak dengan orang tua lengkap memperoleh kasih sayang secara emosional dan dukungan yang lebih besar dibandingkan dengan anak yang orang tuanya bercerai. Peneliti juga menjelaskan bahwa terdapat perbedaan pada aspek assistance with other things, anak dengan orang tua yang masih lengkap lebih banyak mendapatkan bantuan mengenai hal-hal lain dibandingkan dengan santri lainnya. Altalib, Abusulayman dan Abutalib (2013) menjelaskan bahwa sosok ayah dan ibu, berbagi peran untuk mencukupi kebutuhan psikologis dan moral anak, sehingga anak merasa

terbantu dengan adanya sosok orang tua didekat mereka.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mengakui bahwa terdapat banyak kelemahan dalam pelaksanaan penelitian, di antaranya tidak ada pendekatan serta pengawasan lebih jauh dengan subjek ketika mengisi angket sehingga terdapat beberapa santri yang mengisi skala secara asal-asalan. Disisi lain terdapat beberapa kalimat pada skala stres akademik dan ketenangan hati yang sulit untuk dipahami oleh santri sehingga santri cenderung memilih jawaban netral.

Daftar Pustaka

- Abaspoorazar, Z., Farrokhi, N. A., & Ali, A. B. (2015). Explaining the relationship between parenting style, identity style and spiritual health in adolescents. *European online journal of natural and social sciences*. Vol 4 (3). 450-460
- Abdullah, M. A. I. (2004). *Tafsir ibnu katsir*. Bogor: Pustaka imam asy-syafi'i.
- Akanbi, M. I. (2014). Impact of divorce on academic performance of senior secondary students in illorin metropolis, Kwara state. *Research on humanities and social sciences*. 4 (19). 2225-0484
- Altalib, H., Abusulayman, A. H., Altalib, O. (2013). *Parents-child relations a guide to raising children*. London: The international institute of islamic thought.

- Al-Maraghi, A. M. (1985). *Tafsir al-maraghy*. Abubakar, B. (Eds). Semarang: Toha Putra
- Anders. K. (2011). Stress and family relationship among college students. *39th annual western. Pennsylvania undergraduate psychology conference*. New Wilmington, PA
- Ang, R. P., & Huan. V. S. (2006). Academic expectations stress inventory. *Educational and psychological measurement*. 66 (3). 522-539
- Ang, R. P., & Huan. V. S. (2006b). Relationship between academic stress and suicidal ideation: Testing for depression as a mediator using multiple regression. *Child psychiatry hum dev*. 37. 133-143
- Agolla, J. E. & Ongori, H. (2009). An Assessment of Academic Stress among Undergraduate Students: The Case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4(2), 63-70.
- Ash-Shiddieqy, T. M. H. (2000). *Tafsir al-qur'anul majid*. Semarang: Rizki Putra
- Arslan, N. (2017). Investigating the relationship between educational stress and emotional self-efficacy. *Universal journal of educational research*. 5 (10). 1736-1740.
- Asizah., & Hendrati. F. (2013). Intensitas komunikasi antara anak dengan orang tua dan self regulation pada remaja pesantren. *Jurnal psikologi indonesia*. 2 (2). 90-98
- Azam, S. M., & Abdin, Z. (2015). Efektivitas shalat tahajud dalam mengurangi tingkat stress santri. *Jurnal intervensi psikologi*. 6 (2). 171-179.
- Azwar, S. (2005). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic stress among undergraduate students: the case of education faculty at king saud university.
- Bean, R. A., Barber. B. K., & Crane. R. D. (2014). Parental support, behavioral control and psychological control among african american youth. *Journal of family issues*. 22 (10). 1335-1355
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The perception of academic stress scale. *Health psychology open*. Hpo.sagepub.com
- Berns, R. M. (2003). *Child, family, school, community: Socialization and support* (6th edition). Irvine: University of California
- Busari, A. O. (2012). Identifying difference in perceptions of academic stress and reaction

- to stressors based on gender among first year university students. *International journal of humanities and social sciences*. 2 (14).
- Chowa, G. A. N., Masa. R. D., & Tucker, J. (2013). Parental involvement's effect on academic performance, Evidence from the youthsave ghana experiment. *Children and youth services review*, 35(12).
- Cohen, S. dan Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*. 98 (2). 310-357.
- Cuello, M. I., & Oros, L. B. (2014). Serenity and its relationship to prosocial and aggressive behaviors in argentinean children. *Journal of Latino/Latin American Studies*, 6(1), 31-39. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/270568671_Serenity_and_Its_Relation_ship_to_Prosocial_and_Aggressive_Behaviors_in_Argentinean_Children
- Cutrona, E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S., & Russell, D. (1994). Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of personality and social support*. 66 (2). 369-378
- Cutrona, E., & Russell, D. (1987). The provisions of social relationship and adaptation to stress. *Advances in personal relationship*. Vol 1. 37-67
- Deb, S., Strodl, E., & Sun, J. (2015). Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among indian high school students. *International journal of psychology and behavioral sciences*. 5 (1). 26-34
- Dongelmans, T. I. (2013). The relationship between spirituality, stress and pysical health: Mediation or moderation?. *Thesis of master clinical and health psychology*. Utrecht University
- Dzulkifli, M. A., & Yasin, M. A. S. (2009). The effect of social support and psychological problems on students's academic performance. *Proceedings of 2nd international conference of teaching and learning*.
- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). Dukungan sosial orangtua dan stress akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013. *Jurnal empati*. 4 (4). 26-31.
- Ghosh, S. M. (2016). Academic stress among goverment and private high school students. *The international journal of indian psychology*. 3 (2). 2349-3429 (p)
- Hamjah, S. H., Ismail, Z., Sham, F., Rasit, R. M., & Ismail, A. (2015). Spiritual approach in managing work-related stress

- of academicians. *Elsevier: Social and behavioral sciences*, 174. 1229-1233
- Hamka. (1965). *Tafsir al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas
- Hardy, S., White, J., Ruchty, J., & Zhang, Z. (2014). Parenting and the socialization of religiousness and spirituality. *In psychology of religion and spirituality*. <https://www.researchgate.net/publication/232095762>.
- Hargreaves. D. H. (2001). A capital theory of school effectiveness and improvement. *British educational research journal*, 27(4).
- Harrington, R. (2013). *Stress, health, and well-being, Thriving in the 21st century*. Victoria: Wadsworth cengage learning
- Hoover-Dempsey, K. V., & Sandler, H. M. (1995). Parental involvement in children's education: Why does it make a difference?. *Teachers college record*, 97 (2), 311-331
- Hoover-Dempsey, K. V., & Sandler, H. M. (2005). The social context of parental involvement: A path to enhanced achievement. *Final Performance report for OERI grant #R305T0673*, Presented to: Project Monitor, Institute of educational sciences, U.S. Department of education
- Ho. N. K., Schweitzer. R. D., & Khawaja. N. G. (2016). Academic achievement among recently arrived Chinese adolescent migrants: The role of social support, school belonging and acculturative stress. *Journal of psychologists and counsellors in schools*. Page 1 Of 13
- Kaur,S. (2014). Impact of academic stress on mental health: A study of school going adolescents. *Global Journal for research analysis*, 3 (5), 277-8160
- Khan, M. J., Altaf, S., & Kausar, H. (2013). Effect of perceived academic stress on student's performance. *Journal of social sciences*, 7 (2). 146-151
- Kristjansson, A. L. (2008). Concepts and Measures in the 2006 and 2008 Youth in Europe Survey. *Reykjavik: Icelandic Centre for Social Research and Analysis*
- Kristjansson, A., & Sigfusdottir, I. (2009). The role of parental support, parental monitoring and time spent with parents in adolescent academic achievement in Iceland: A structural model of gender differences. *Scandinavian journal of educational research*. 53 (5). 481-496.
- Kristjansson, A., Sigfusdottir, I., Karlsson, T., Allegrante, J. (2011). The perceived parental support scale: Validity and reliability in

- the 2006 youth in Europe substance use prevention survey. *Child indicators research*. 4, 515-528
- Kreizter, M., Gross, C., Waleekhachonloet, O., & Byrd. (2009). The brief serenity scale; A psychometric analysis of a measure of spirituality and well being. *J Holist Nurs*. 2009 March ; 27(1): 7–16. doi:10.1177/0898010108327212. NIH
- Kumala, O. D., Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2017). Efektivitas pelatihan dzikir dalam meningkatkan ketenangan jiwa pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal ilmiah psikologi*, 4 (1), 55-66
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lee, Y.C., Lin, Y. C., Huang, C. L., & Fredrickson, B. L. (2012). The construct and measurement of peace of mind. *J happiness stud*, 14, 571-590.
- Liu, F. (2017). Academic stress and mental health among adolescents in Shenzhen, China. *Thesis of master of public health*. Queensland University of Technology. Australia
- Liu, F., Black, E., Algina, J., Cavanaugh, C., & Dawson, K. (2010). The validation of one parental involvement measurement in virtual schooling. *Journal of interactive online learning*, 9(2), 105-132.
- Liu , Y. (2015). The longitudinal relationship between chinese high school students' academic stress and academic motivation. *Learning adn individual differences*, Elsevier. <http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2015.02.002>.
- Ma, Y., Siu, A., & Tse, W, S. (2018). The role of high parental expectations in adolescents' academic performance and depression in Hong Kong. *Journal of family issues*. 00 (0). 1-18
- Mansour, A. M. H., & Dawani, H. A. (2007). Social supoort and stress among university students in Jordan. *Journal mental health addiction*. 6. 442-450
- Mcneal Jr. R. B. (2014). Parent involvement, academic achievement and the role of students attitudes and behavior mediators. *Universal journal of educational research*, 2(8),564-576
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of american and international students. *International journal of stress management*. 11(2). 132-148
- Muhakamurrohman, A. (2014). Pesantren: Santri, kiai dan

- tradisi. *Jurnal kebudayaan islam*. 12 (2). 109-118
- Moosa, J., & Ali, M. N. (2011). The study relationship between parenting style and spiritual intelligence. *Journal of life science and biomedicine*. 1 (1). 24-27
- Mustofa, M. B., Nasir, R., & YusooF, F. (2010). Parental support, personality, self-efficacy and depression among medical students. *Procedia social and behavioral sciences*, 7 (C) (2010). 419-424
- Nazim,T., & Kumar, H. (2014). A study of relationship of academic stress and achievement motivation among higher secondary students. *Internatioanl journal of education ans science research*. 1 (1). 2384-6457.
- Quamma, J.P. and Greenberg, M.T. (1994) 'Children's Experience of Life Stress: The Role of Family Social Support and Social Problem-Solving Skills as Protective Factors', *Journal of Clinical Child Psychology*, 23, 295-305
- Pierce, G. R., Sarason, B. R & Sarason, I. G. (1996). *Handbook of social support and the family*. Meichenbaum, D (Eds). Ontario: University of Waterloo
- Prabu, S. P. (2015). A study on academic stress among higher secondary students. *International journal of humanities and sosial science invention*. 4 (10). 2319-7714
- Praneswari, R., Uyun. Q., & Sulityarini. I. (2017). Terapi zikir untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis penderita hipertensi. *Jurnal intervensi psikologi*. 9 (2) 2 desember 2017
- Rabbani, M., Kasmaiezhadfad, S., & Pourrajab, M. (2014). The relationship between parental attachment and stress: A review of literatures related to stress among students. *Online journal of conselling and education*. 3 (1). 42-50
- Rusdi, A. (2016). Efektivitas salat taubat dalam meningkatkan ketenangan hati. *Jurnal psikologi islami*, 2 (2). 94-116
- Rusdi, A., Fahmi, F., Rahayu, V., Budiastuti, H., & Nandjaya, A. G. (2018). Ketenangan hati dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya. Laporan penelitian.
- Santrock, J. W. (2001). *Adolescence* (8th Edition). Boston: McGraw Hill.
- Shahzad. M., Abdullah. F., Fatima. S., Riaz. F., & Mehmood. S. (2015). Impacts of parental support on academic performance among secondary school

- students in islamabad. *I* (7). 228-231
- Shihab, Q. M. (2000). *Tafsir al-Mishbah*. Ciputat: Lentera Hati
- Subrami, C., & Kadiravan, S. (2017). Academic stress and mental health among high school students. *Indian journal of applied research*. 7(5). 2249-555x
- Sun, J., Dunne, M., Hou, X., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity and reliability with chinese students. *Journal of psychoeducational assessment*. 29 (6). 534-546
- Susan, R. S., Fong, K. Carter, R., Boehme, J., & Alpert, A. (2012). Parent support and stress among first-generation and continuing-generation female students during the transition to college. *J college student retention*, 13 (3), 383-396.
- Suwaid, M. N. A. H. (2009). *Manhaj at-tarbiyyah an-nabawiyyah lith thifl*. Dar ibn katsir.
- Sy, S., Fong, K., Carter, R., Boehmme, J., & Alpert, A. (2012). Parent support and stress among first-generation and continuing-generation female students during the transition to college. *College student retention*. 13 (3). 363-398.
- Thilak, S. A, Paulson, S. & Sarada, A. K. (2017). Academic stress among high school students in thalassery educational block, Kerala: Cross sectional study. *National journal of research in community medicine*. 2777-3517
- Thu., Thao., Toan., Uyen., Dieu., & Anh. Academic stress ad its associations to some factors among secondary school students in the central of vietnam. *Journal of medicine and pharmacy*. 2(2).
- Wardani, Y., Nashori. F., & Uyun. Q. (2016). Efektivitas pelatihan shalat khusyuk dalam menurunkan kecemasan pada lansia hipertensi. *Jurnal intervensi psikologi*. 8 (2).
- Villanova, P. and Bownas, D.A. (1984) 'Dimension of College Student of the Southeastern Psychological Association', ERIC Document Reproduction Service No. ED262690
- Young, J., Berenson, K., Cohen, P., & Garcia, J. (2005). The role of parent and peer support in predicting adolscent depression: A longitudinal community study. *Journal of research on adolescence*. 15 (4). 407-423

