

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN
SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SENI
KARAWITAN DI SMK N 8 SURAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagai
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi**



Oleh :

**Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas
19200337K**

Dosen Pembimbing:

**Dra. Endang Widyastuti, MA
Patria Mukti, S.Psi., M.Si**

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2025**

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

**Hubungan Antara Dukungan Sosial dari Teman Sebaya dengan
Stres Akademik pada Siswa Seni Karawitan di SMK N 8
Surakarta**

Oleh :
Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas
19200337K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh
derajat gelar sarjana psikologi

Pada tanggal :

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi



Drs. Isaac Jogues Kuyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

1. Dra. Endang Widyastuti, MA
2. Patria Mukti, S.Psi., M.Si
3. Muhamad Taufik Hermansyah, S.Psi., M.A

Tanda Tangan

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas

NIM : 19200337K

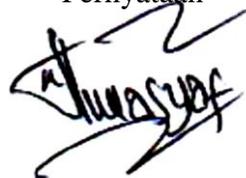
Program Studi : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial dari Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, Februari 2025

Pernyataan



Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas
19200337K

MOTTO

“Allah SWT tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah 2: Ayat 286)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan,”

(Q.S. Al-Insyirah 94: Ayat 5)

“Kegagalan bukanlah akhir, tetapi adalah awal yang baru untuk menuju kesuksesan dan teruslah berjuang untuk meraih cita-cita karena jika kamu menyerah, cita-cita itu hanya sebatas mimpi”

(Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah kepada Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.

Kupersembahkan karya ini kepada

Penulis mempersembahkan karya ini untuk orang tua tercinta, Bapak Asih dan Ibu Dewi Rahmawati yang menjadi motivator terbesar yang selalu tulus memberikan kasih sayang, senantiasa mendoakan, memberikan dukungan dan selalu mengusahakan yang terbaik bagi penulis serta memfasilitasi kebutuhan penulis.

Terima kasih atas semua pengorbanan dan kesabaran dalam mendidik saya hingga kini.

Kepada keluarga dan saudara yang ada di desa Watukelir, Wonogiri yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, tempat bercerita dan mengupayakan memberikan yang terbaik untuk saya. Terimakasih untuk segala hal baiknya.

Kepada teman-teman seperjuangan dalam menimba ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi, terimakasih sudah berproses bersama, menjadi tempat cerita dan tempat penyemangatku.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena berkat dan kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta” skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Terdapat beberapa kesulitan yang penulis temui dalam penyusunan skripsi ini, namun karena kebaikan dan skripsi ini dapat terselesaikan. Selain itu skripsi ini selesai juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu dengan kerendahan hati saya menyampaikan rasa terimakasih saya sebesar-besarnya kepada :

1. Kementerian Pendidikan yang telah memberikan saya amanah dan kesempatan untuk menempuh kuliah di Universitas Setia Budi dengan Beasiswa KIP Kuliah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia yang telah memberikan kesempatan studi di Universitas Setia Budi melalui jalur beasiswa Kartu Indonesia Pintar Kuliah (KIP -K).
2. Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) VI Jawa Tengah yang telah membantu dan memfasilitasi layanan administrasi KIP -Kuliah selama studi.
3. Yayasan Pendidikan Setia Budi yang membantu sarana dan prasarana selama proses pembelajaran di kampus Universitas Setia Budi.
4. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi sebagai tempat saya menempuh pendidikan Strata I.
5. Universitas Setia Budi sebagai tempat saya menempuh Pendidikan Strata 1.
6. Bapak Issac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
7. Ibu Endang Widyastuti, MA selaku dosen pembimbing utama dan Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan hasil terbaik yang bisa diberikan serta memberikan nasihat yang menjadi bekal di dunia kerja kemasyarakatan nantinya.
8. Bapak Patria Mukti, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing

saya dalam penyusunan skripsi. Terima kasih selalu mengarahkan serta memberikan saran selama mengerjakan skripsi ini.

9. Bapak Muhamad Taufik Hermansyah, S.Psi., M.A selaku penguji dan dosen pembimbing akademik yang tidak hanya sekedar memberikan koreksi namun juga solusi serta memberikan dukungan.
10. Ibu Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen yang bersedia meluangkan waktunya ketika saya menghadapi masalah ketika dalam perkuliahan dan memberikan dukungan yang sangat berarti bagi saya.
11. Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, S.Psi, M.Si selaku Sekretaris Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam proses persyaratan administrasi selama skripsi berlangsung.
12. Bapak Suyoto, S.E yang telah membantu dalam proses administrasi, sehingga rangkaian proses pengerjaan skripsi dapat berjalan dengan lancar.
13. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi yang telah berbagi ilmu dan mengajak saya bergabung dalam event pengabdian masyarakat dan panitia workshop SKPI yang akhirnya sangat membantu saya dalam mengembangkan softskill dan menambah pengalaman saya sebagai lulusan S1 Psikologi di dunia kerja nantinya.
14. Kepada Kepala Sekolah SMK N 8 Surakarta yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
15. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling SMK N 8 Surakarta yang telah mendampingi dan membantu dalam proses pengambilan data penelitian.
16. Kepada siswa-siswi seni karawitan di SMK N 8 Surakarta yang sudah bersedia membantu dan meluangkan waktunya untuk mengisi pra-survei penelitian, try-out alat ukur dan pengisian kuesioner penelitian.
17. Kepada sahabatku Zahra, Jasmine, Riska Nabila, Mbak Chalista, Kak Fayza, Fahrul dan Mas Abdul yang selalu memberikan dukungan, menjadi tempat untuk bercerita di saat saya sedang tidak baik-baik saja dan tidak pernah lelah mendengar keluh kesah serta selalu membuat candaan untuk menghibur.
18. Kepada teman-teman seperjuanganku Dea Banowati, Khansa, Fasya, Nita Ayu, Tri Ismail, Alifia, Aulia Mustika, Risma, Dek

Oktavia, Dek Aprilia Nurcahyati, Dek Siti Solekhah, Dek Wulan Nur Khasanah dan Dek Tesalonica terimakasih sudah mendukung saya, serta menghibur ketika saya sedang tidak baik-baik saja.

19. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah banyak membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Dengan kerendahan hati, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk memajukan ilmu psikologi di bidang sosial dan pendidikan.

Surakarta, 11 Februari 2025

Penulis

Natasya Putri Ayu Cahyaningtyas

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DARI TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SENI KARAWITAN DI SMK N 8 SURAKARTA

INTISARI

Pendidikan di sekolah kejuruan bertujuan mempersiapkan lulusan untuk karier di dunia kerja atau sebagai wirausahawan. Namun, peningkatan jenjang pendidikan dapat menyebabkan stres akademik pada siswa. Karawitan adalah seni musik tradisional Jawa yang berkaitan dengan pertunjukan gamelan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dan stres akademik pada siswa Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik cluster random sampling. Subjek penelitian adalah 107 siswa kelas X dan XI jurusan Seni Karawitan tahun ajaran 2024/2025. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan *Spearman's Rho* dengan bantuan SPSS 23.0. Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar 0.094 dengan $p = 0.335$ ($p > 0.05$), yang berarti tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

Kata kunci : Dukungan Sosial; Teman Sebaya; Siswa; Seni Karawitan; Stres Akademik

RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT FROM PEERS AND ACADEMIC STRESS IN KARAWITAN ARTS STUDENTS IN SMK N 8 SURAKARTA

ABSTRACT

Education in vocational schools aims to prepare graduates for careers in the workforce or as entrepreneurs. However, increasing the level of education can cause academic stress in students. Karawitan is a traditional Javanese musical art related to gamelan performances. This study aims to identify the relationship between social support from peers and academic stress in Karawitan Arts students at SMK N 8 Surakarta. The research method used is quantitative with cluster random sampling technique. The subjects of the study were 107 students of grades X and XI majoring in Karawitan Arts in the 2024/2025 academic year. Data were collected through questionnaires and analyzed using *Spearman's Rho* with the help of SPSS 23.0. The results of the analysis showed a correlation value (r) of 0.094 with $p = 0.335$ ($p > 0.05$), which means that there is no significant negative relationship between peer social support and academic stress. Thus, the hypothesis in this study is rejected.

Keywords: Social Support; Peers; Students; Karawitan Art; Academic Stress

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI.....	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. Stres Akademik.....	11
1. Pengertian Stres Akademik.....	11
2. Aspek Stres Akademik.....	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	16
B. Dukungan Sosial Teman Sebaya	19
1. Pengertian Dukungan Sosial dari Teman Sebaya.....	19
2. Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya	22
C. Sumber Dukungan Sosial.....	24
D. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Stres Akademik	25
E. Hipotesis	29

BAB III	METODE PENELITIAN.....	31
	A. Identifikasi Variabel.....	31
	B. Definisi Operasional Variabel.....	31
	1. Stres Akademik.....	31
	2. Dukungan Sosial Teman Sebaya	31
	C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	32
	1. Populasi.....	32
	2. Sampel	33
	3. Teknik Sampling.....	33
	D. Metode Pengumpulan Data.....	34
	1. Skala Stres Akademik	35
	2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	36
	E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	37
	1. Validitas	37
	2. Reliabilitas	38
	F. Teknik Analisis Data.....	38
	1. Uji Normalitas.....	39
	2. Uji Linearitas	39
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
	A. Persiapan Penelitian	40
	1. Orientasi Kancan Penelitian.....	40
	2. Proses Perijinan.....	43
	3. Persiapan alat ukur penelitian	43
	4. Uji Coba Alat Ukur.....	44
	5. Uji Reliabilitas	44
	B. Pelaksanaan Penelitian.....	45
	1. Pengumpulan Data	45
	2. Pelaksanaan Skoring	46
	C. Deskripsi Data Penelitian.....	46
	1. Deskripsi Subjek Penelitian	46
	2. Deskripsi Data Penelitian.....	47
	D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	50
	1. Uji Normalitas.....	50
	2. Uji Linearitas	51
	3. Uji Hipotesis	51
	E. Pembahasan.....	52
BAB V	PENUTUP.....	58
	A. Kesimpulan	58
	B. Saran	58
	DAFTAR PUSTAKA.....	60

LAMPIRAN	66
----------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian Siswa Kelas X Jurusan Seni Karawitan SMK N 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2024/2025 Semester Gasal	33
Tabel 2. Skala Stres Akademik.....	35
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Stres Akademik oleh Maufiroh (2023).....	36
Tabel 4. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	37
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	37
Tabel 6. Skala Dukungan Sosial Dari Teman Sebaya Sebelum Uji Coba.....	45
Tabel 7. Skala dukungan sosial dari teman sebaya setelah uji coba.....	45
Tabel 8. Deskripsi Kelas Subjek.....	47
Tabel 9. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek	47
Tabel 10. Deskripsi Usia Subjek	47
Tabel 11. Deskripsi Statistik Data penelitian	48
Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor Subjek	49
Tabel 13. Deskripsi Kategorisasi Variabel Penelitian	49
Tabel 14. Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	51
Tabel 15. Uji Linearitas	51

DAFTAR GAMBAR

Halaman

- Gambar 1. Hasil Survei stres akademik pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta..... 4
- Gambar 2. Hasil Survei awal fenomena dukungan sosial dari teman sebaya pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta..... 7

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pengantar Ijin Survey Penelitian di SMK N 8 Surakarta	66
Lampiran 2. <i>Inform Consent</i>	67
Lampiran 3. Skala Tryout Dukungan Sosial dari Teman Sebaya	69
Lampiran 4. Tabulasi Data Try Out Dukungan Sosial dari Teman Sebaya.....	73
Lampiran 5. Koefisien Korelasi Item Total dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial dari Teman Sebaya	75
Lampiran 6. <i>Inform Consent</i>	76
Lampiran 7. Skala Penelitian Stres Akademik	78
Lampiran 8. Tabulasi Data Penelitian Skala Stres Akademik.....	83
Lampiran 9. Skala Penelitian Dukungan Sosial dari Teman Sebaya.....	87
Lampiran 10. Tabulasi Data Penelitian Skala Dukungan Sosial dari Teman Sebaya.....	90
Lampiran 11. Deskripsi data empirik dan uji asumsi	93
Lampiran 12. Uji Hipotesis	95
Lampiran 13. Surat Keterangan sudah melakukan Penelitian.....	96

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20, pemerintah di Negara Indonesia mengamanatkan setiap anak harus menyelesaikan pendidikan minimal 12 tahun, yang mencakup tingkat pendidikan dasar dan menengah. Selanjutnya pada Bab VI Jalur, jenjang, dan jenis pendidikan di Undang-Undang No.20 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bagian Kesatu Umum Pasal 14, hirarki pendidikan dimulai dari PAUD (Pendidikan Prasekolah), disusul pendidikan dasar, pendidikan menengah dan terakhir pendidikan tinggi. Selain itu juga diatur pada Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Pasal 1 Ayat 1 Tahun 2003, menjelaskan pendidikan harus diselenggarakan dengan cara yang demokratis dan adil, tanpa diskriminasi, sekaligus tetap menjaga hak asasi manusia, prinsip-prinsip agama, nilai-nilai budaya, dan kemajemukan bangsa.

Sekolah merupakan bangunan fisik yang didedikasikan untuk fasilitasi pembelajaran dan pengajaran, beserta proses memperoleh pengetahuan dan penyampaian pembelajaran, yang melayani berbagai tingkat dan bidang studi (KBBI). Sekolah Menengah Kejuruan mewakili kategori spesifik pendidikan formal yang mengelola pelatihan kejuruan di tingkat pendidikan menengah. Ini adalah lanjutan SMP, MTs, atau program pendidikan sejenisnya. Pendidikan di SMK memiliki tujuan untuk mempersiapkan lulusan untuk karir masa depan mereka di dunia tenaga kerja, tempat kerja, atau sebagai wirausaha. Oleh karena itu, untuk mencapai tujuan tersebut, kemampuan siswa harus dipercepat dan ditingkatkan kompetensinya (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

Pemilihan siswa sebagai subjek penelitian didasarkan pada kelompok umurnya, khususnya remaja, yang sangat rentan terhadap stres akademik. Stres akademik sendiri adalah keadaan yang timbul akibat banyaknya tekanan yang dialami oleh siswa seiring dengan kenaikan tingkat pendidikan (Wulandari, 2014). Menurut Calaguas (2011) Stres akademik merupakan salah satu penyebab stres yang dialami siswa di lingkungan sekolah. Faktor-faktor tersebut seperti beban tugas yang berat, materi pelajaran yang harus dipelajari, ekspektasi prestasi yang tinggi, dan tekanan akademis dari orang tua,

teman, atau pihak lain yang dapat berkontribusi terhadap fenomena ini (Ika, 2019). Sedangkan Qian dan Fuqian (2018) mendefinisikan stres akademik sebagai tekanan psikologis yang dialami individu karena tuntutan dan ketegangan psikis yang dihadapi selama masa belajar.

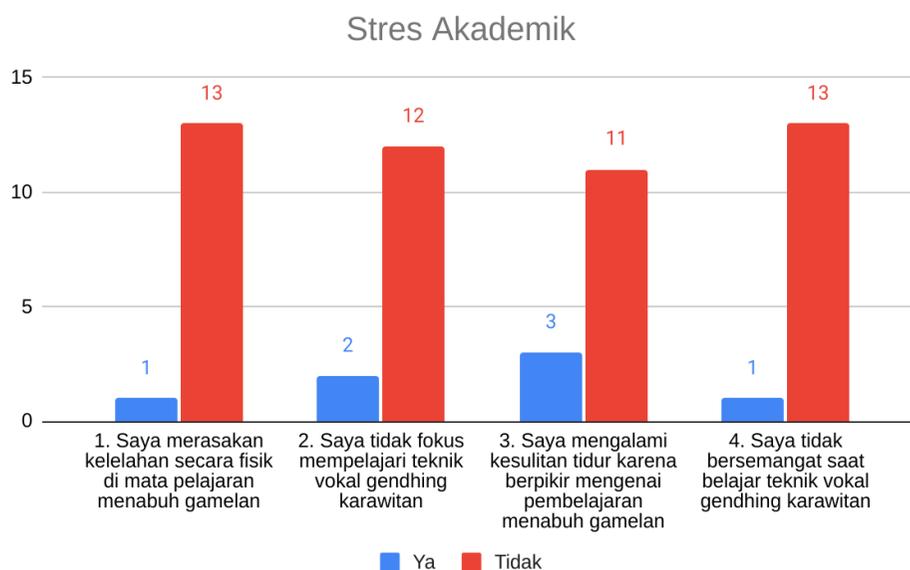
Karawitan merupakan seni musik tradisional yang berasal dari Jawa berkaitan dengan pertunjukan musik *Gamelan*. Karawitan disajikan dalam format yang menggabungkan kesenian instrumen gamelan dengan ekspresi vokal yang indah, sehingga membuatnya menyenangkan secara estetika untuk kenikmatan pendengaran oleh penonton. Karawitan adalah artefak budaya yang menikmati popularitas yang cukup besar dalam masyarakat Jawa dan Indonesia, dan diakui sebagai situs penting warisan seni dan budaya yang diberkahi dengan signifikansi sejarah dan filosofis yang mendalam. Ansambel gamelan secara konsisten menjadi aspek fundamental Gamelan masyarakat Jawa, bertahan dari zaman sejarah hingga praktik kontemporer. Ekspresi seni serta budaya Jawa menunjukkan bahwa alat musik ini tidak dapat dipisahkan darinya. Ada banyak bentuk kesenian, termasuk seni tradisional Jawa yang memanfaatkan alat musik gamelan, seperti : wayang, seni tari, dan pertunjukan teater seperti *ketoprak* dan *wayang uwong*, dengan seni Karawitan menjadi salah satunya (Sidik, Wiyoso, & Widjajantie, 2019).

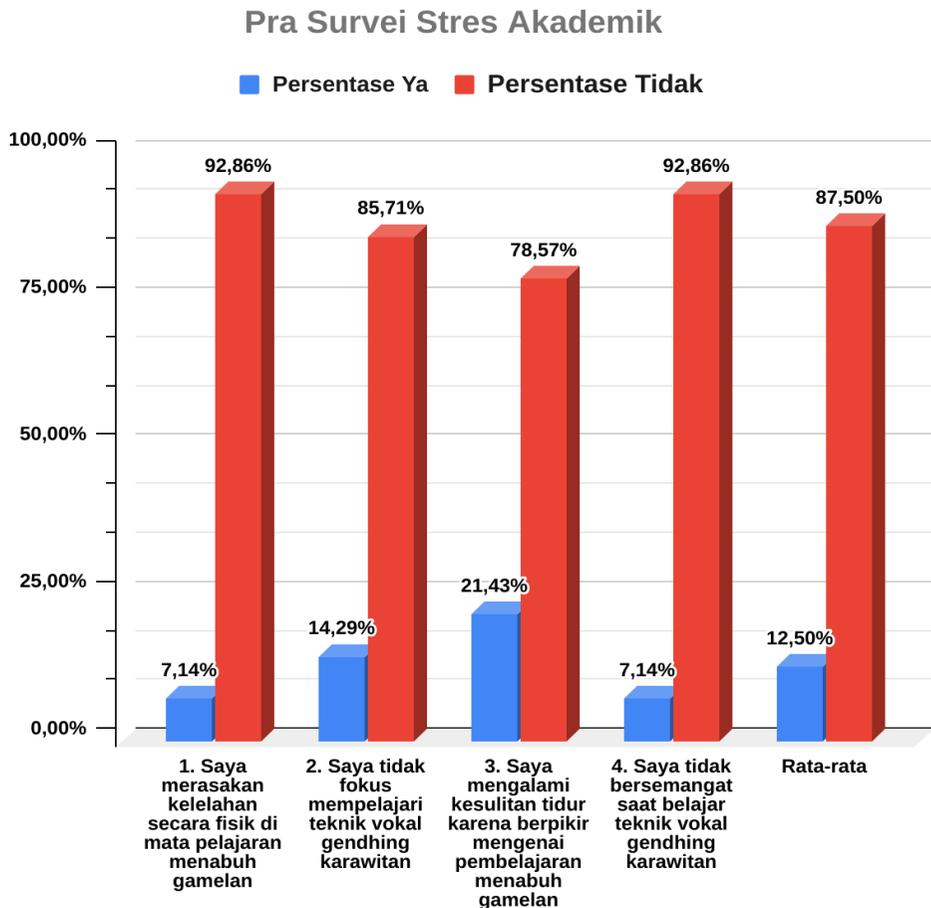
SMK N 8 Surakarta merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan di Indonesia yang berfokus pada seni tradisional. Sekolah ini adalah salah satu dari tiga sekolah menengah di Jawa Tengah yang menawarkan program keahlian seni. Terdapat dua program keahlian, yaitu: Tari dan Karawitan, yang sangat diminati oleh banyak siswa. Selain di Kota Surakarta, hanya ada tiga Sekolah Menengah Kejuruan kesenian lain di Jawa Tengah, yakni berada di Kota Banyumas dan Kota Sragen. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa siswa yang memiliki bakat seni sangat sedikit. Apalagi banyak siswa daerah luar Kota Surakarta sampai luar pulau Jawa juga yang berminat bersekolah di SMK N 8 Surakarta (Fitriani, 2022).

Kepala Sekolah SMK N 8 Surakarta Sri Ekowati, S.ST, mengatakan bidang kompetensi Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta pada program keahlian seni karawitan akan membekali siswa dengan keterampilan, pengetahuan, dan sikap yang dibutuhkan untuk menjadi seniman gamelan yang kompeten. Selain untuk melahirkan para profesional di bidang karawitan, program keahlian karawitan juga

berkontribusi terhadap upaya konservasi dan melestarikan seni tradisional. Oleh karena itu program studi ini sangat cocok untuk mereka yang memiliki kepedulian tinggi dengan eksistensi seni budaya lokal sekaligus menjadi profesional di bidang seni musik tradisional ini. (Website Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2022). Siswa yang bersekolah dengan memilih program keahlian seni karawitan bisa mengalami stres. Belajar karawitan memerlukan latihan dan waktu yang cukup. Siswa SMK mungkin mengalami stres karena harus menyeimbangkan waktu antara pembelajaran menabuh gamelan, praktik seni karawitan baik gamelan maupun praktik vokal, tugas akademik, dan waktu istirahat.

Berdasarkan hasil pra survei yang dilakukan peneliti terhadap siswa Kelas 11-Seni Karawitan 3 dan Kelas 11-Seni Karawitan 1 di SMK N 8 Surakarta tahun pelajaran 2023/2024 dengan menggunakan kuesioner *offline* terhadap 14 responden siswa, untuk mengetahui seberapa besar stres akademik pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta. Survei awal ini mengacu pada aspek stres akademik menurut Rustam dan Tentama (2020). Adapun hasil survei awal yang diperoleh adalah sebagai berikut:





Gambar 1. Hasil Survei stres akademik pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta

Dari diagram di atas hasil survei awal stres akademik pada siswa Kelas 11 Peminatan Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta tahun pelajaran 2023/2024 menunjukkan bahwa ada 3 siswa di antara 14 siswa yang mengalami stres akademik sebesar 21,43%, dengan hasil 3 siswa mengalami kesulitan tidur karena berpikir mengenai pembelajaran menabuh gamelan, 2 siswa tidak fokus mempelajari teknik vokal gendhing karawitan dengan persentase 14,29%, 1 siswa merasakan kelelahan secara fisik di mata pelajaran menabuh gamelan dengan persentase 7,14% dan 1 siswa tidak bersemangat saat belajar teknik vokal gendhing karawitan dengan persentase 7,14%. Rata-rata persentase hasil survei awal stres akademik yang dialami oleh siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta,

yaitu : 12,50%. Berdasarkan diagram di atas disimpulkan bahwa terdapat fenomena stres akademik yang dialami oleh siswa Kelas 11 Peminatan Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta pada tingkat stres rendah.

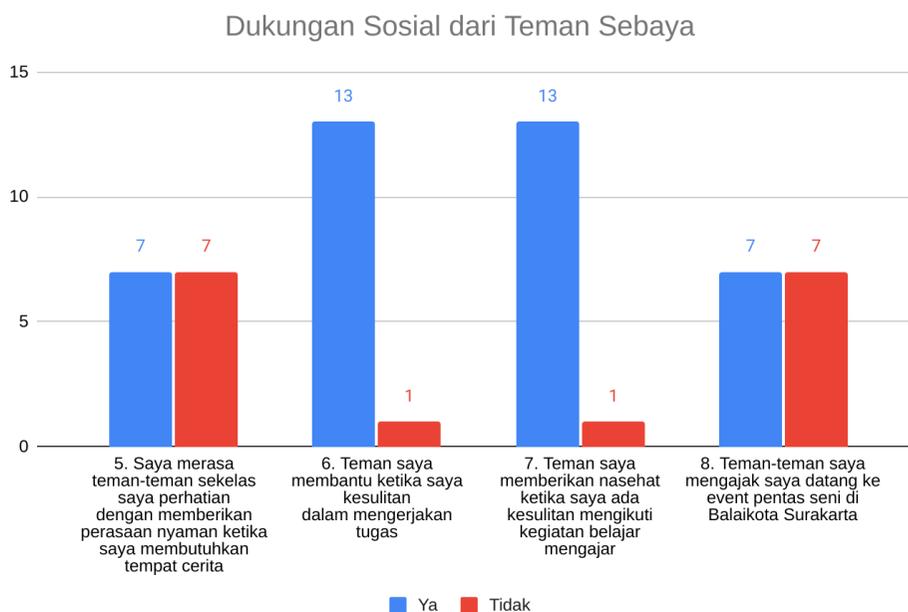
Berdasarkan fenomena yang di lapangan yang dikaitkan dengan salah satu sumber stres, yaitu : kesulitan tidur. Stres seharusnya tidak dialami siswa, tetapi karena adanya tuntutan tugas, menjadikan siswa menjadi stres. Mereka yang menghadapi stres akademik dapat mengalami tekanan psikologis yang disebabkan oleh perasaan frustrasi mengenai kemungkinan gagal dalam kegiatan belajar (Lal, 2014). Kesehatan fisik dapat terganggu akibat tingkat stres yang tinggi dan juga menyebabkan masalah mental seperti kecemasan, panik, dan depresi. Selain itu, hal ini dapat menurunkan prestasi akademik dan menyebabkan perilaku yang tidak baik (Shankar dan Park, 2016). Stres akademik yang dialami oleh pelajar dikaitkan dengan berbagai pengaruh, seperti : terganggunya kesehatan mental mereka, penggunaan obat-obatan terlarang secara ilegal, gangguan tidur, masalah kesehatan pada kondisi tubuh secara fisik, pola hidup yang buruk, penurunan dalam prestasi belajar, dan risiko putus sekolah (Pascoe, Hetrick, & Parker, 2020).

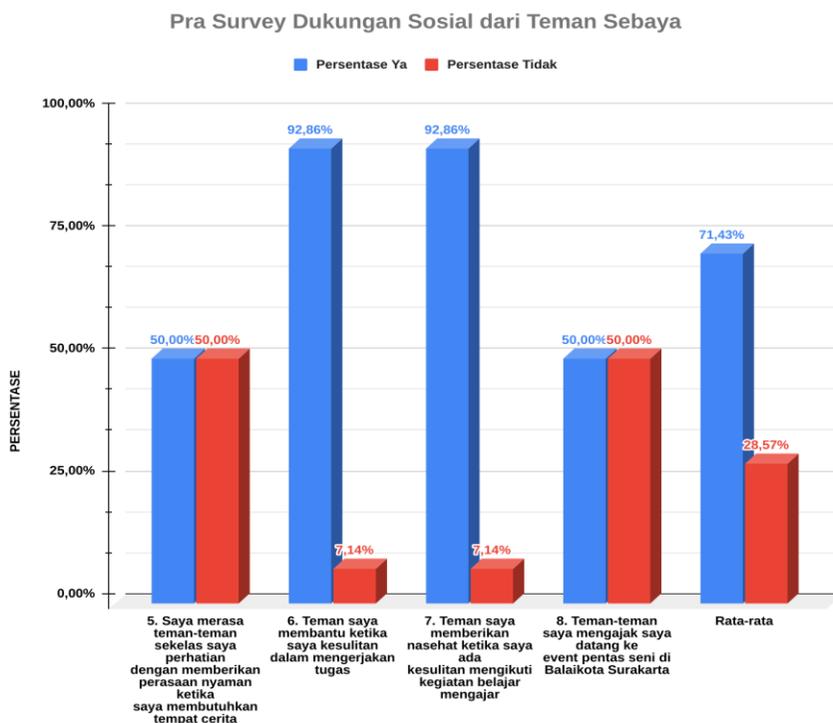
Kurangnya dukungan sosial di kalangan pelajar adalah salah satu faktor penyebab stres akademik pada siswa (Yusuf dan Yusuf, 2020). Dukungan sosial merujuk pada bantuan, pengakuan, perhatian dan kenyamanan yang diterima seseorang dari orang lain dan kelompok sosialnya. Dukungan sosial tersebut datang dari banyak sumber, antara lain : keluarga, kelompok atau teman sebaya, dokter, psikolog dan teman kerja (Sarafino, 2011).

Teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan remaja. Sullivan menjelaskan bahwa kebutuhan akan kedekatan interpersonal meningkat pada tahap remaja awal. Hal ini mendorong remaja menemukan sahabat dekat. Penemuan riset mendukung banyak gagasan Sullivan. Sebagai contoh, remaja mengaku membeberkan informasi pribadi dan intim kepada teman mereka lebih banyak daripada anak-anak (Buhrmester, 1990; Buhrmester & Furman, 1987). Menurut Furman & Buhrmester (1992) remaja seringkali lebih bergantung pada teman-temannya daripada orang tuanya untuk memenuhi kebutuhan remaja akan pertemanan, keyakinan tentang keberhargaan diri, dan kedekatan.

Remaja yang tidak memiliki teman dekat sama sekali, mengungkapkan merasa lebih kesepian dan stres, dan memiliki harga diri yang lebih rendah daripada remaja yang memiliki pertemanan yang dekat (Yin, Buhrmester, & Hibbard, 1996). Studi lain memaparkan pertemanan pada awal masa remaja adalah faktor perkiraan yang penting dari harga diri di masa kanak-kanak (Bagwell, Newcomb, & Bukowski, 1994).

Berdasarkan hasil pra survei yang dilakukan peneliti pada siswa Kelas 11-Seni Karawitan 3 dan Kelas 11-Seni Karawitan 1 di SMK N 8 Surakarta tahun pelajaran 2023/2024 yang didapatkan pada tanggal Kamis, 14 Maret 2024 dengan menggunakan kuesioner *offline* terhadap 14 responden siswa, untuk mengukur sejauh mana dukungan sosial dari teman sebaya pada siswa Kelas 11 Jurusan Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta. Survei awal ini mengacu pada aspek stres akademik oleh Sarafino dan Smith (2011). Adapun hasil survei awal yang diperoleh adalah sebagai berikut:





Gambar 2. Hasil Survei awal fenomena dukungan sosial dari teman sebaya pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta

Dari diagram di atas hasil survei awal dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya kepada siswa Kelas 11 Peminatan Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta tahun pelajaran 2023/2024 menunjukkan hasil 13 siswa merasa terbantu melalui dukungan sosial dari teman sebaya bisa membantu siswa ketika kesulitan dalam mengerjakan tugas dengan persentase 92,86%, selanjutnya sejumlah 13 siswa mendapatkan dukungan dari teman sebaya berupa memberikan nasehat ketika mereka mengalami kesulitan mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan persentase 92,86%, 7 siswa sepakat jika teman sekelas perhatian dengan memberikan perasaan nyaman ketika mereka membutuhkan tempat cerita dengan persentase 50,00% dan 7 siswa juga sepakat teman-teman mengajak mereka datang ke event pentas seni di Balaikota Surakarta dengan persentase 50,00%. Rata-rata persentase hasil survei awal dukungan sosial dari teman sebaya pada siswa Kelas 11 Program Keahlian Seni Karawitan di SMK N 8

Surakarta, yaitu : 71,43%. Berdasarkan diagram di atas disimpulkan bahwa terdapat fenomena dukungan sosial dari teman sebaya siswa Kelas 11 Peminatan Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta yang disertai dengan tingginya tingkat dukungan sosial dari teman sebaya.

Dukungan sosial diartikan sebagai kualitas ikatan emosional yang diperlukan (Glozah dan Pevalin, 2017). Penelitian oleh Fredericks, Blumenfeld, dan Paris (2004) berpendapat bahwa teman sebaya memiliki dampak yang signifikan pada keterlibatan siswa. Bagi anak dan remaja, penerimaan dari teman sebaya sangat berkaitan erat dengan tingkat kepuasan di sekolah serta perilaku sosial yang sesuai, dan juga berkontribusi pada upaya akademis. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti stres akademik, depresi dan berkurangnya kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebayanya (Rayle dan Chung, dalam Suwinyatichaiorn dan Johnson, 2020). Zimet (1988) berpendapat mengenai suatu bentuk bantuan yang diterima oleh seseorang dari lingkungannya yang dapat membantu mereka terhindar dari risiko mengalami stres merupakan pengertian dukungan sosial.

Menurut Allen, Gartner, Kohler dan Reissman (dalam Rozali, 2013) dukungan sosial teman sebaya yang kuat dalam memotivasi mahasiswa dalam proses belajar mempunyai pengaruh terhadap peningkatan serta penurunan nilai dan harga diri mahasiswa. Laursen (dalam Rozali, 2013) mendukung pandangan ini dengan menjelaskan grup teman sebaya yang baik akan berperan dalam menolong siswa menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan saat menjalani kewajiban-kewajibannya. Smet (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat memengaruhi stres. Cara seseorang mengatasi stres juga dipengaruhi oleh kondisi di sekitarnya. Dukungan sosial bisa menjadi pelindung bagi siswa saat menghadapi permasalahan akademik di sekolah. Teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang berdampak pada stres akademik yang dialami siswa.

Rahmawati, Neviyarni, dan Firman (2016) menjelaskan bahwa dukungan yang seseorang berikan kepada orang lain memiliki dampak yang baik bagi penerima bantuan tersebut. Penemuan oleh Hidayah (2018) juga mendukung pandangan ini dengan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik pada siswa yang berada pada tingkat

stres yang sedang. Oleh karena itu, peneliti memiliki ketertarikan untuk mempelajari apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada siswa seni karawitan di SMK N 8 Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada Siswa Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta?”.

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan stres akademik pada Siswa Seni Karawitan di SMK N 8 Surakarta.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat penulisan proposal penelitian dibagi dalam dua kriteria berikut :

a) Manfaat Teoritis :

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan aplikatif dan meningkatkan pemahaman terkini dalam domain psikologi, yaitu psikologi sosial dan pendidikan. Teori mengenai stres akademik dan dukungan sosial dari teman sebaya dalam konteks siswa sekolah menengah.

b) Manfaat Praktis :

1) Bagi sekolah SMK Kesenian

Diharap menjadi bahan acuan dan masukan bagi sekolah untuk menerapkan mengenai pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya kaitannya dengan situasi stres akademik bertujuan untuk membantu siswa mengelola stres dan mengoptimalkan prestasi belajar.

2) Bagi siswa SMK N 8 Surakarta

Pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dalam menurunkan dampak buruk stres akademik pada siswa di sekolah kejuruan, baik secara fisik maupun

psikologis yang berdampak mengganggu kesejahteraan dan prestasi akademik mereka secara keseluruhan.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini berguna untuk menyumbangkan pengetahuan baru dan referensi terkait fenomena stres akademik di lingkungan sekolah menengah kejuruan atau SMK. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi salah satu acuan untuk penelitian yang akan datang.