

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SANTRI BARU  
PONDOK PESANTREN IBNU KHOLDUN AL-HASYIMI  
BESUKI SITUBONDO**

**SKRIPSI**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

**Oleh :**  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

JEMBER  
NURAINI  
NIM : D20195016

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
DESEMBER 2023**

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SANTRI BARU  
PONDOK PESANTREN IBNU KHOLDUN AL-HASYIMI  
BESUKI SITUBONDO**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah Program Studi Psikologi Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Oleh :

Nuraini  
NIM: D20195016

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
DESEMBER 2023**

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SANTRI BARU  
PONDOK PESANTREN IBNU Kholdun AL-HASYIMI  
BESUKI SITUBONDO**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam

Oleh :

**Nuraini**

**NIM: D20195016**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER**

Disetujui Pembimbing

  
**Aprilva Fitriani, S.M.B., M.M.**  
**NIP: 199104232018012002**

*Acc 23/2023.*  
*11*

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SANTRI BARU  
PONDOK PESANTREN IBNU KHOLDUN AL-HASYIMI  
BESUKI SITUBONDO**

**SKRIPSI**

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.)

Hari: Senin

Tanggal: 18 Desember 2023

Tim Penguji

Ketua

Arrumaisha Fitri, M.Psi

NIP.198712232019032005

Sekretaris

Muhammad Farhan, M.I.Kom

NIP.201908186

Anggota :

1. Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag

()

2. Aprilya Fitriani, S.M.B., M.M.

()

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah



Dr. WAIZUL UMAM, M.Ag.

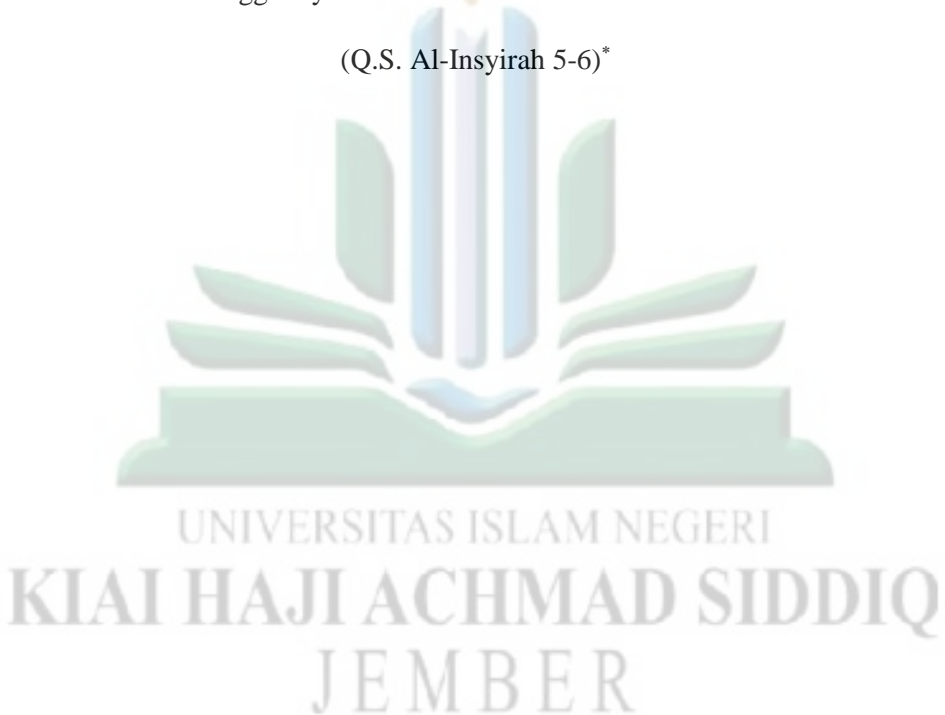
NIP.197302272000031001

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Maka sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.  
Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

(Q.S. Al-Insyirah 5-6)\*



---

\* Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Quran Tikrar* (Bandung : Yayasan Daarul Qur'an, 2014), 596

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada Bapak dan Ibu tersayang, Bapak Said dan Ibu Beng Hairia yang tiada henti mendoakan, membimbing, mendukung, serta selalu mengusahakan hal-hal kecil yang saya inginkan. Skripsi ini juga dipersembahkan untuk keluargaku yang telah meluangkan tenaga, maupun materi kepada saya. Semoga Allah membalas semua kebaikan kalian dengan porsi yang lebih banyak.



## KATA PENGANTAR

Segegap puji syukur penulis sampaikan kepada Allah karena atas rahmat dan karunia-Nya, perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana, dapat terselesaikan dengan baik.

Kesuksesan ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyadari dan menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., MM., CPEM Selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah menerima penulis sebagai mahasiswa UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah
3. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi. Selaku ketua Program Studi Psikologi yang sangat banyak sekali memberikan dukungan dan arahan selama ini.
4. Ibu Aprilya Fitriani, S.M.B., M.M. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan arahan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kyai Drs. Agus Aly Fikri, selaku pengasuh Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi yang dengan murah hati memberikan ijin pada peneliti untuk meneliti di lingkungan Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi.

6. Para santriwan dan santriwati Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi yang telah bersedia berpartisipasi mengisi angket penelitian, terkhusus Ustad Ibnu Mubarak yang sudah bersedia untuk membantu dalam mengkoordinasi teman-teman santri.
7. Temanku Rena Andria Rahma dan Aimamatus Sholeha yang tiada henti mendukung serta selalu membantu segala kesulitan saya dari awal kuliah sampai saat ini.





## ABSTRAK

Nuraini, 2023: *Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo*

**Kata Kunci:** Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial, Stres Akademik

Penelitian ini dilatarbelakangi terkait santri baru, mereka harus berhadapan dengan situasi dan kondisi yang berbeda dengan situasi dan kondisi yang dialami sebelum tinggal di pondok pesantren dengan masyarakat lingkungan sekitar, dan penyesuaian-penyesuaian diri lainnya. Keadaan yang begitu berbeda akan membuat para santri mengalami perubahan dan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang ditempatinya, sehingga akan mengalami berbagai permasalahan yang pada akhirnya akan membuat mereka stres, salah satunya yaitu stres akademik.. Perbedaan tersebut mengharuskan santri untuk mampu menyesuaikan diri di lingkungannya. Selain mampu menyesuaikan diri, santri juga perlu mendapatkan dukungan sosial untuk bisa mengelola tekanan disamping adanya tuntutan lingkungan dan proses belajar. Jika masalah ini tidak ditanggulangi maka akan menyebabkan beberapa dampak yang terjadi akibat stres akademik yaitu individu yang bersangkutan akan menghadapi berbagai gejala negatif yang akan mengganggu aktivitas mereka dan berpengaruh pada prestasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penyesuaian diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis analisis regresi linear berganda. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dikarenakan subjek di bawah 100 orang yakni berjumlah 49 santri baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo.

Hasil penelitian secara parsial pada variabel penyesuaian diri dengan stres akademik menggunakan tingkat signifikansi 0,01 ( $\alpha = 1\%$ ) menunjukkan nilai sig lebih kecil dari 0,01 yaitu  $0,001 < 0,01$  dengan arah negatif. Dapat disimpulkan bahwa  $H_1$  diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara penyesuaian diri terhadap stres akademik. Artinya semakin tinggi tingkat penyesuaian diri pada santri baru maka semakin rendah tingkat stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi, sebaliknya apabila tingkat penyesuaian diri rendah maka semakin tinggi tingkat stres akademik pada santri baru. Sedangkan pada variabel dukungan sosial dengan stres akademik menggunakan tingkat signifikansi 0,1 ( $\alpha = 10\%$ ) menunjukkan nilai lebih kecil dari 0,1 yaitu  $0,074 < 0,1$  dengan arah negatif. Dapat disimpulkan bahwa  $H_2$  diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara penyesuaian diri dengan stres akademik pada santri baru. Artinya semakin tinggi adanya dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi, sebaliknya semakin rendah adanya dukung sosial, maka semakin tinggi tingkat stres akademik pada santri baru.

## DAFTAR ISI

	Hal.
HALAMAN SAMBUT ..... i	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING..... ii	ii
LEMBAR PENGESAHAN ..... iii	iii
MOTTO ..... iv	iv
PERSEMBAHAN ..... v	v
KATA PENGANTAR..... vi	vi
ABSTRAK ..... vii	vii
DAFTAR ISI ..... ix	ix
DAFTAR TABEL ..... xi	xi
BAB 1 PENDAHULUAN ..... 1	1
A. Latar Belakang Masalah ..... 1	1
B. Rumusan Masalah..... 6	6
C. Tujuan Penelitian ..... 6	6
D. Manfaat Penelitian ..... 6	6
E. Ruang Lingkup Penelitian ..... 7	7
1. Variabel Penelitian ..... 7	7
2. Indikator Penelitian ..... 8	8
F. Definisi Operasional ..... 11	11
G. Asumsi Penelitian ..... 13	13
H. Hipotesis ..... 14	14

I. Sistematika Pembahasan.....	15
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>17</b>
A. Penelitian Terdahulu.....	17
B. Kajian Teori.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	34
D. Analisis Data.....	41
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS.....</b>	<b>49</b>
A. Gambaran Objek Penelitian.....	49
B. Penyajian Data.....	53
C. Analisis dan Pengujian Hipotesis.....	57
D. Pembahasan.....	70
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>80</b>
A. Simpulan.....	80
B. Saran-saran.....	81
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>83</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>86</b>

## DAFTAR TABEL

No Uraian	Hal.
1.1 Definisi Operasional.....	11
2.1 Penelitian Terdahulu.....	20
3.1 Skor Skala Likert.....	37
3.2 Blue Print Skala Penyesuaian Diri.....	38
3.3 Blue Print Skala Dukungan Sosial.....	39
3.4 Blue Print Stres Akademik.....	40
3.5 Pengambilan Keputusan Autokorelasi.....	45
4.1 Statistik Deskriptif.....	53
4.2 Kategorisasi Penyesuaian Diri.....	54
4.3 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	55
4.4 Kategorisasi Stres Akademik.....	56
4.5 Blue Print Penyesuaian Diri Setelah Uji Validitas.....	58
4.6 Blue Print Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas.....	59
4.7 Blue Print Stres Akademik Setelah Uji Validitas.....	60
4.8 Hasil Uji Reliabilitas.....	61
4.9 Hasil Uji Normalitas.....	62
4.10 Hasil Uji Multikolonieritas.....	63
4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	64
4.12 Hasil Uji Autokorelasi.....	65
4.13 Hasil Uji Parsial.....	67

4.14 Hasil Uji Determinasi.....	68
4.15 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda.....	69



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Tuhan menganugerahi manusia dengan kemampuan luar biasa, yang diwujudkan dengan bentuk potensi, maka hal ini manusia patut untuk mengaktualisasikan potensinya melalui proses yang dikenal sebagai pendidikan, yang melibatkan perubahan sifat, sikap, perilaku, dan keterampilan. Secara umum, pendidikan yakni sesuatu yang terjadi melalui pengalaman-pengalaman manusia selama hidup.<sup>1</sup> Metode pendidikan bisa berlangsung secara formal seperti sekolah umum maupun non formal seperti pondok pesantren.

Pondok pesantren merupakan tempat pendidikan yang didedikasikan untuk mengajarkan agama melalui madrasah, atau pengajian. Salah satu tujuan dari pondok pesantren yaitu untuk mengajarkan akidah dan perilaku sesuai ajaran agama islam dimana hal ini dipimpin oleh seseorang atau beberapa orang yang biasanya sering dikenal dengan sebutan kiai dan seseorang yang menuntut ilmu di pondok pesantren dikenal dengan sebutan santri.<sup>2</sup> Pada umumnya santri berada pada usia remaja.

Menurut Santrock masa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia dengan ciri manusia tersebut sering mengalami masa

---

<sup>1</sup> Hendrik Ryan, "Konsep Pendidikan Menurut John Locke dan Relevansinya bagi pendidikan Sekolah di Wilayah Pedalaman Papua", *Papeda4*, no. 1 (Januari 2022): 10

<sup>2</sup> Nuryani, "Dampak Kesulitan Menyesuaikan Pada Santri", *Bimbingan dan Konseling4*, no. 1 (Desember 2019): 175

krisis identitas dan ambigu. Hal yang demikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, kegoyahan emosional dan sensitif, terlalu cepat dan gegabah untuk mengambil tindakan yang ekstrim.<sup>3</sup> Berbeda dengan tahap sebelumnya, masa remaja yakni masa ketika orang mulai menghadapi pergeseran dalam peran mereka, tugas yang lebih sulit, dan kewajiban yang harus dipenuhi, yang semuanya berpotensi menyebabkan stres. Salah satu jenis stres yang biasanya dialami oleh remaja yakni stres akademik.<sup>4</sup>

Stres akademik menurut Gadzella dan William, yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap stresor tersebut, yang bisa mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.<sup>5</sup> Menurut penelitian oleh Barseli, Ahmad, dan Ifdil, 41% siswa memiliki tingkat stres akademik sedang dan sekitar 23% memiliki tingkat stres akademik tinggi.<sup>6</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan Siska Damayanti pada siswa Sekolah Menengah Atas didapatkan bahwasanya sebagian besar siswa mengalami tingkat stres akademik yang tinggi sebesar 70% yang sejumlah 161 siswa.<sup>7</sup> Penelitian lain yang dilakukan oleh Rosanti nilai presentase stres akademik sebanyak 69,7% dengan kategori tinggi,

---

<sup>3</sup> Nur Astuti Agustriyana, "Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas", *Bimbingan Konseling Indonesia*, (2018): 9

<sup>4</sup> Miftahul Hidayah, "Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik pada Siswa SMA *Boarding School*", *Psikologi*, (2018): 7

<sup>5</sup> Bernadette M. Gadzella and William G. Masten "An Analysis Of The Categories In The Student-Life Stress Inventory", *American Journal Of Psychological Research* 1, no. 1(2004): 3

<sup>6</sup> Mufadhal Barseli, Riska Ahmad, "Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil belajar", *Pendidikan Indonesia* 4, no. 1 (April 2018): 43

<sup>7</sup> Siska Damayanti, "Tingkat Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Selama Proses Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19", *Studi Ilmu Keperawatan* 5, no. 4 (2022): 156

sehingga bisa diketahui bahwasanya peserta didik tersebut banyak yang mengalami stres akademik.<sup>8</sup>

Menurut Goodman & Leroy, faktor-faktor yang berdampak pada stres akademik ialah lama belajar, efikasi diri yang rendah, dukungan sosial, tuntutan lingkungan, dan penyesuaian diri yang rendah. Stres yang berkaitan dengan akademik bisa memiliki sejumlah efek negatif pada siswa, termasuk penurunan konsentrasi selama belajar, ketakutan dan kecemasan yang tidak masuk akal dan berlebihan, tanpa didasari alasan yang jelas, merasa sedih yang ekstrem (depresi), perilaku agresif akibat kemarahan yang disebabkan oleh stres, melemahnya sistem kekebalan tubuh yang membuat siswa lebih mudah sakit, dan dampak stres pada kesehatan mental.<sup>9</sup>

Stres sering disebabkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengelola tuntutan dan tekanan yang mereka alami. Begitupun halnya dengan santri baru, mereka harus dihadapkan dengan situasi kondisi atau keadaan berbeda yang dialami sebelum tinggal di pondok pesantren seperti masyarakat lingkungan sekitar yang berbeda maupun penyesuaian-penyesuaian diri lainnya. Karena keadaan yang berbeda ini, santri dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan mereka yang baru dan dihadapkan berbagai masalah yang kemungkinan nantinya akan

---

<sup>8</sup>Rosanti, "Studi Tentang Stres Akademik Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri Pontianak", *Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa* 11, no. 9 (September 2022): 1581

<sup>9</sup>Shelma & Ridwan "Intensi Belajar Dengan Tingkat Stres Pada Siswa Pesantren", *JIM Fkep3*, no.3 (2018): 5



menyebabkan stres. Permasalahan yang dialami biasanya berasal dari lingkungan fisik maupun lingkungan sosial di tempat baru.<sup>10</sup>

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti ke 10 santri baru, mereka mengatakan permasalahan yang sering dialami yaitu kurang mampu dalam menyesuaikan diri, susah untuk bergaul, sulit untuk berkomunikasi terlebih dahulu dengan santri lain karena malu, serta masih sulit untuk menyesuaikan diri karena harus tinggal bersama orang yang tidak mereka kenal. Masalah ini cenderung membuat stres, yang bisa mengganggu kemampuan mereka untuk memenuhi kewajiban mereka sebagai santri. Selain itu mereka mengatakan masalah yang dialami berhubungan dengan lingkungan pesantren yaitu seperti mengalami masalah dengan teman sekamar maupun sekitar pondok pesantren karena mereka harus berinteraksi bersama orang-orang yang berbeda dari lingkungan mereka sebelum tinggal di pondok pesantren.

Tidak hanya itu, beberapa santri mengatakan bahwasanya mereka merasa tidak terbiasa dengan peraturan di pondok pesantren dimana peraturan tersebut sangat berbeda dengan peraturan sebelum mereka tinggal di pondok pesantren. Maka dari itu, beberapa masalah yang dialami menyebabkan sebagian dari mereka merasa tertekan atau terbebani. Berbeda dengan sekolah biasa, pesantren memiliki aturan yang berbeda. Santri mengikuti jadwal ketat yang mencakup segala sesuatu mulai dari bangun

---

<sup>10</sup> Nashihah, "Hubungan Penyesuaian Diri dan Kecenderungan Stres Akademik Pada Remaja Santri Pondok Pesantren AL-Falah Jepara", *Psikologi Pendidikan* (2020): 3

sampai tidur. Pesantren memiliki aturan yang berbeda dari sekolah umum, sehingga santri dituntut untuk harus mampu menyesuaikan diri agar sesuai dengan lingkungannya.

Berdasarkan hasil observasi kepada santri baru di pondok pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi dimana terdapat beberapa santri terlihat kelelahan akibat kegiatan yang sangat padat sehingga membuat mereka sulit berkonsentrasi dan memilih untuk tidur di kelas ataupun ngobrol dengan temannya saat pelajaran dimulai, bahkan ada beberapa santri terlihat berada di kantin saat jam pelajaran. Tidak hanya itu, ketika jam istirahat sekolah formal, ada beberapa santri yang berkumpul dibelakang sekolah, mereka sedang bermain handphone secara diam-diam agar tidak ketahuan oleh guru, dimana sesuai peraturan bahwasanya santri tidak diperbolehkan membawa handphone. Banyaknya tekanan yang diterima maupun tugas akademik dan non akademik yang diberikan, serta tuntutan dalam menaati peraturan yang sudah ditentukan oleh pondok pesantren membuat para santri mengalami stres akademik seperti sering menunda-nunda tugasnya, mudah kelelahan akibat kegiatan yang padat, dan sulit berkonsentrasi ketika belajar.

Dalam hal ini peneliti lebih menempatkan tempat penelitiannya di Ibnu Khaldun AL-Hasyimi. Alasan terpilihnya Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi karena Pesantren Ibnu Khaldun memiliki peraturan yang berbeda dengan pondok pesantren lainnya. Perbedaannya yakni yayasan ini dibuka untuk umum, sehingga individu yang tidak ingin tinggal

dipesantren, mereka juga bisa bersekolah di yayasan ini, tetapi peraturan seperti tidak boleh membawa handphone hanya berlaku bagi siswa yang menyantri saja. Peraturan yang hanya berlaku bagi santri serta perubahan gaya hidup yang dijalani di pesantren, sehingga tidak menutup kemungkinan bahwasanya santri akan merasa stres. Perbedaan tersebut mengharuskan santri untuk mampu menyesuaikan diri di lingkungannya. Selain mampu menyesuaikan diri, santri juga perlu mendapatkan dukungan sosial untuk bisa mengelola tekanan disamping adanya tuntutan lingkungan dan proses belajar.

Berdasarkan wawancara, mereka mengatakan bahwa ketika memiliki permasalahan di pondok pesantren, mereka cenderung menceritakannya kepada teman maupun orangtuanya. Orang tua maupun temannya selalu peduli dan memberikan saran atau solusi ketika mereka mendapatkan masalah, sehingga hal tersebut membuat mereka merasa aman dan merasa tenang. Tetapi ada beberapa santri juga yang mengatakan bahwa ketika mendapatkan masalah, mereka cenderung akan memendamnya sendiri, karena setiap ingin bercerita mengenai permasalahannya, orangtuanya selalu sibuk dan terkadang juga diacuhkan oleh temannya.

Jika permasalahan ini tidak segera ditangani, maka akan memiliki dampak akibat stres, seperti ketidakmampuan individu untuk berinteraksi dengan lingkungan mereka dan menyebabkan individu memiliki berbagai gejala tidak menyenangkan yang akan menghambat kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas dan berpengaruh pada prestasi.

Dari pemaparan diatas, peneliti tertarik melihat apakah ada pengaruh antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah ada pengaruh antara penyesuaian diri terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo?
2. Apakah ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui pengaruh antara penyesuaian diri terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo
2. Untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kloldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian ini akan menambah konsep serta sumber untuk mendukung ilmu psikologi, khususnya mengenai stres akademik, dukungan sosial, dan penyesuaian diri.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Pondok Pesantren

Diharapkan bahwasanya penelitian ini akan berfungsi sebagai dasar bagi pesantren dalam menekankan pentingnya

dukungan sosial dan penyesuaian diri bagi santri. Selain itu, diharapkan bahwasanya penelitian ini akan meningkatkan kemampuan santri untuk menyesuaikan diri sehingga bisa membantu dalam mengatasi stres akademik.

b. Bagi Prodi Psikologi Islam

Penelitian ini diharapkan menjadi arahan atau sumber referensi untuk mahasiswa prodi psikologi islam yang berkaitan dengan stres akademik

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi baru untuk peneliti selanjutnya bagi yang tertarik dengan topik penelitian yang berhubungan dengan stres akademik.

## E. Ruang Lingkup Penelitian

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya yakni segala sesuatu dalam bentuk apa pun yang telah diputuskan oleh peneliti untuk perlu diselidiki, dikumpulkan, dan disimpulkan.

a. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas bisa dianggap sebuah keadaan atau nilai yang jika terjadi akan mengubah keadaan atau nilai lain. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi pada variabel

terikat. Pada umumnya variabel bebas disimbolkan dengan huruf "X".<sup>11</sup> Pada penelitian ini memiliki dua variabel bebas yaitu:

$X_1$  : Penyesuaian diri

$X_2$  : Dukungan Sosial

b. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel yang dipengaruhi oleh atau hasil dari variabel bebas yang dikenal sebagai variabel terikat. Variabel terikat pada umumnya dilambangkan dengan huruf "Y".<sup>12</sup> Variabel terikat pada penelitian ini yakni "Stres Akademik"

2. Indikator Variabel

Berdasarkan teori Haber & Runyon, indikator variabel penyesuaian diri adalah:

a. Persepsi yang akurat terhadap kenyataan

Hal ini meliputi kemampuan individu untuk mengenali kondisi dirinya yang dikaitkan dengan kondisi lingkungan.

b. Kemampuan untuk mengatasi stres

Hal ini termasuk kemampuan individu untuk mengelola tekanan yang didapatkan dari lingkungan.

c. Konsep diri

Persepsi seseorang tentang diri mereka sendiri yang dikaitkan dengan lingkungan.

---

<sup>11</sup>Rafika Ulfa, " Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan", *Pendidikan dan Keislaman*, (2021): 347

<sup>12</sup>Ulfa, "Variabel", 348

d. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan

Hal ini penyesuaian diri yang meliputi kemampuan individu dalam mengekspresikan emosi dan perasaannya dengan benar dan tepat.

e. Hubungan interpersonal yang baik

Hal ini penyesuaian diri yang berkaitan dengan seberapa baik individu tersebut bisa berinteraksi dengan orang lain.<sup>13</sup>

Berdasarkan teori Sarafino & Smith, indikator variabel dukungan sosial adalah:

a. Dukungan emosional

Untuk memberikan kenyamanan, kepastian, dan perasaan cinta, dukungan emosional bisa diberikan dalam bentuk empati, kepedulian, perhatian, penegasan, dan penghargaan.

b. Dukungan instrumental

Bantuan langsung dikenal sebagai dukungan instrumental. Dukungan ini dalam bentuk bantuan meminjamkan uang, barang, atau bantuan yang berhubungan dengan tindakan jasa.

c. Dukungan informasional

Dukungan informasional merupakan bantuan yang datang dalam bentuk bimbingan, arahan, atau kritik.

---

<sup>13</sup>Maslahatun Nisai', "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa SMK", *Psikologi Pendidikan*, (2021): 139

d. Dukungan kebersamaan

Bersedia menghabiskan waktu dengan orang tersebut dimana hal ini bisa memberikan mereka rasa diterima bagi orang tersebut.<sup>14</sup>

Berdasarkan teori Gadzella & William, indikator variabel stres akademik adalah:

a. Reaksi fisik

Reaksi fisiologis yang disebabkan oleh stres yang mengakibatkan kurangnya kebugaran fisik, termasuk berkeringat, gangguan pencernaan dan sakit kepala.

b. Reaksi emosi

Reaksi emosional mencakup perasaan negatif, cemas, takut, ragu, malu, sedih, depresi, mudah tersinggung, dan percaya bahwasanya mereka tidak memiliki potensi atau kemampuan.

c. Reaksi Perilaku

Perilaku negatif bisa berupa mulai menjahui orang-orang di sekitarnya, menangis, bertindak acuh tak acuh, menunda tugas, menyangkal kenyataan, serta mencari kesenangan berbahaya.

d. Reaksi Kognitif

Reaksi kognitif termasuk ketidakmampuan seseorang untuk berkonsentrasi saat belajar dan munculnya pikiran negatif terhadap

---

<sup>14</sup> Herawati Susila ningrum, “Dukungan Sosial Dengfa Work Life Balance Pada Pekerja Wanita”, *Inovasi Penelitian*3, no. 8 (Januari 2023): 7298



diri sendiri. Individu merasa bingung, kesulitan fokus, pelupa, dan munculnya pikiran-pikiran yang tidak biasa.<sup>15</sup>

## F. Definisi Operasioal

Definisi operasional yakni konsep yang bersifat abstrak untuk lebih mudah mengukur variabel.

Tujuan dari definisi operasional yakni untuk memasukkan identifikasi (variabel) untuk tujuan penelitian.<sup>16</sup> Adapun beberapa definisi operasional pada penelitian ini bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1.1.**  
**Operasional Variabel**

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Skala
1.	Penyesuaian Diri	Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon, melibatkan penalaran faktual seseorang, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, citra diri yang positif, keterampilan ekspresi emosional, dan kapasitas untuk hubungan yang sehat.	Berdasarkan teori Haber & Runyon, indikator variabel penyesuaian diri adalah: a. Persepsi yang akurat terhadap kenyataan b. Kemampuan untuk mengatasi stres c. Konsep diri d. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan e. Hubungan interpersonal yang baik	Skala ordinal
2.	Dukungan Sosial	Sarafino & Smith menggambarkan dukungan sosial sebagai ketersediaan	Berdasarkan teori Sarafino & Smith, indikator variabel dukungan sosial adalah:	Skala ordinal

<sup>15</sup> Rafiq Tri Belan Harjuna, "Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Selama Daring di Masa Pandemi", *Pendidikan Tambusai*5, no. 3 (2021): 10793

<sup>16</sup> Glory Koeswardhana, "Analisis Kemampuan Laba Kotor, Laba Operasi Dan Laba Bersih Dalam Memprediksi Arus Kas Di Masa Mendatang", *Information System*4, no. 1 (Februari 2020):

		rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta dukungan dari satu individu atau kelompok ke individu maupun kelompok lainnya.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Dukungan emosional</li> <li>b. Dukungan instrumental</li> <li>c. Dukungan informasional</li> <li>d. Dukungan kebersamaan</li> </ul>	
3.	Stres Akademik	Menurut Gadzella, stres akademik yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap stresor tersebut, yang bisa mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.	Berdasarkan teori Gadzella, indikator variabel stres akademik: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Reaksi fisik</li> <li>b. Reaksi emosi</li> <li>c. Reaksi perilaku</li> <li>d. Reaksi kognitif</li> </ul>	Skala ordinal

### G. Asumsi Penelitian

Penyesuaian dan dukungan sosial merupakan dua faktor independen yang penulis selidiki. Haber dan Runyon mendefinisikan penyesuaian diri sebagai kemampuan untuk memiliki pandangan realistis terhadap lingkungan, mengatasi kesulitan, percaya pada kekuatan sendiri, mengartikulasikan emosi secara efektif, dan membentuk hubungan yang sehat dengan orang lain.<sup>17</sup> Sarafino & Smith menggambarkan dukungan sosial sebagai ketersediaan rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta dukungan dari satu individu atau kelompok ke individu maupun kelompok lainnya.<sup>18</sup>

Menurut Gadzella & William, stres akademik yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap

<sup>17</sup> Nabila, 1

<sup>18</sup> Hidayat, 169

stresor tersebut, yang bisa mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.<sup>19</sup> Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, variabel  $X_1$  yaitu penyesuaian diri berhubungan dengan variabel Y yaitu stres akademik dalam jurnal “Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Stres Akademik Dalam Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022” pada tahun 2022, karya Syanida Putri Asyifa Siregar, menunjukkan hasil korelasi negatif yang bisa diartikan, Tingkat stres akademik siswa akan menurun dengan meningkatnya penyesuaian diri, dan sebaliknya, jika tingkat penyesuaian siswa lebih rendah, stres akademik pada siswa akan meningkat.<sup>20</sup>

Penelitian Ni Luh Putu Wahyu Widiani berjudul “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Remaja” dilakukan pada tahun 2022. Temuan ini menunjukkan korelasi yang signifikan antara efikasi diri dengan stres akademik serta hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik. Oleh karena itu, bisa dikatakan bahwasanya efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan stres akademik.<sup>21</sup>

Dari hasil tersebut, penulis berasumsi bahwasanya penyesuaian diri berpengaruh terhadap stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu

---

<sup>19</sup>Andhayani, 137

<sup>20</sup>Siregar, 33

<sup>21</sup>Widiani, 314

Kholidun AL-Hasyimi dan dukungan sosial berpengaruh terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo.

## H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yakni suatu jawaban sementara, suatu tesis sementara yang harus divalidasi atau dibuktikan kebenarannya dengan penelitian ilmiah. Nachmias mengklaim bahwasanya hipotesis yakni jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian.<sup>22</sup> Sehingga hipotesis yang bersifat sementara pada penelitian ini adalah:

H<sub>1</sub> : penyesuaian diri berpengaruh terhadap stres akademik pada santri baru Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo

H<sub>2</sub> : dukungan sosial berpengaruh terhadap stres akademik pada santri Ibnu Kholidun AL-Hasyimi Besuki Situbondo

## I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan yang digunakan pada penelitian ini berfungsi untuk mempermudah pembaca dalam memahami penelitian yang dilakukan. Sistematika ini terbagi menjadi lima bab, yaitu sebagai berikut:

**Bab I pendahuluan**, pada bagian bab ini terdapat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat, ruang lingkup penelitian (termasuk variabel dan indikator variabel), definisi operasional, asumsi penelitian, hipotesis, dan sistematika pembahasan yang disajikan secara deskriptif .

---

<sup>22</sup>Muri Yusuf, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan", PT Fajar Interpratama Mandiri, (2014): 130.

**Bab II kajian pustaka**, pada bagian ini membahas penelitian sebelumnya mengenai topik yang berkaitan dengan penelitian ini. Selain itu juga menjelaskan mengenai kajian teori yaitu penyesuaian diri yang mencakup pengertian penyesuaian diri, dan aspek-aspek penyesuaian diri. Kajian teori tentang dukungan sosial meliputi pengertian dukungan sosial, aspek-aspek dukungan sosial. Adapun kajian teori tentang stres akademik yaitu mencakup pengertian stres akademik, faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik, aspek-aspek stres akademik dan yang terakhir kajian teori tentang santri.

**Bab III metode penelitian**, pada bagian ini membahas yang berkaitan dengan pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, teknik dan instrumen pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti, serta analisis data.

**Bab IV penyajian data dan analisis**, pada bagian ini akan membahas mengenai gambaran obyek penelitian, penyajian data, analisis dan pengujian hipotesis, serta pembahasan.

**Bab V penutup**, pada bagian ini akan membahas tentang simpulan dan saran-saran.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Penelitian pertama dengan judul “Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Stres Akademik Dalam Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022” pada tahun 2022, karya Syanida Putri Asyifa Siregar, menunjukkan hasil korelasi negatif yang bisa diartikan, tingkat stres akademik siswa akan menurun dengan meningkatnya penyesuaian diri, dan sebaliknya, jika tingkat penyesuaian siswa lebih rendah, stres akademik pada siswa akan meningkat.<sup>23</sup>

Penelitian kedua dengan judul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Pembelajaran Daring Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi UPI YAI Angkatan 2019” pada tahun 2022, karya Najma Hayati. Hipotesis pertama, menunjukkan adanya korelasi antara *self efficacy* dengan stres akademik yang signifikan dengan arah positif. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat *self efficacy*, maka semakin tinggi pula stres akademik dan jika *self efficacy* semakin rendah, maka semakin rendah pula stres akademik.

---

<sup>23</sup>Syanida Putri Asyifa Siregar, “Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Stres Akademik Dalam Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022”, *Indonesian Counseling and Psychology*2, no. 2 (Juni 2022): 33

Temuan pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwasanya dukungan sosial berkorelasi positif dengan stres akademik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin tinggi pula stres akademik dan jika dukungan sosial semakin rendah, maka semakin rendah pula stres akademik.

Pada hasil uji hipotesis ketiga, menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UPI YAI angkatan 2019.<sup>24</sup>

Penelitian ketiga dengan judul “Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama” pada tahun 2021, karya Ferina Ulfa Nikmatun Erindana. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya adanya korelasi negatif antara penyesuaian diri dan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama. Artinya hipotesis yang diajukan pada penelitian ini bisa diterima. bisa diartikan bahwasanya mahasiswa tahun pertama akan mengalami stres akademik yang rendah apabila tingkat kemampuan untuk menyesuaikan dirinya semakin tinggi.<sup>25</sup>

Penelitian keempat dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19” pada tahun 2022, karya Erfin Hidayat dan Ira Darmawanti. Pada penelitian ini diperoleh adanya korelasi antara dukungan sosial dengan stres

---

<sup>24</sup>Najmi Hayati, “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Pembelajaran Daring Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi UPI YAI Angkatan 2019”, *Psikologi2*, no. 3 (November 2022): 90

<sup>25</sup>Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, “Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama”, *Psikologi4*, no. 1 (2021): 15

akademik secara signifikan dengan arah negatif. Hal ini bisa dikatakan bahwasanya hipotesis yang diajukan pada penelitian ini bisa diterima sehingga bisa disimpulkan bahwa, semakin tinggi adanya dukungan sosial, maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19.<sup>26</sup>

Penelitian kelima dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Remaja” yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Wahyu Widiani pada tahun 2022. Hasil ini diperoleh bahwasanya terdapat adanya korelasi antara efikasi diri dengan stres akademik secara signifikan dan adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik secara signifikan. Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya terdapat adanya korelasi antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik.<sup>27</sup>

Berdasarkan deskripsi penelitian sebelumnya, persamaan & perbedaan dengan penelitian penulis ialah:

**Tabel 2.1**  
**Penelitian Terdahulu**

No	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Stres Akademik Dalam	1. Memiliki variabel independen dan variabel dependen yang sama, yaitu:	1. Memiliki dua variabel independen pada penelitian ini, sedangkan pada

<sup>26</sup> Erfin Hidayat dan Ira Darmawanti, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19” pada tahun 2022”, *Psikologi8*, no. 9 (2022): 20

<sup>27</sup> Ni Luh Putu Wahyu Widiani, “Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Remaja”, *Community of Publishing In Nursing10*, no. 3 (Juni 2022): 314



	Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022	penyesuaian diri (x) dan stres akademik (y)	penelitian sebelumnya memiliki satu variabel independen.
2.	Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Pembelajaran Daring Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi UPI YAI Angkatan 2019	1. Memiliki dua variabel bebas	1. Variabel bebas yang pertama pada penelitian ini yaitu penyesuaian diri, sedangkan pada penelitian sebelumnya yaitu <i>self efficacy</i> 2. Pada penelitian sebelumnya memakai subjek mahasiswa, sedangkan subjek pada penelitian ini santri baru PP Ibnu Kholdun Al-Hasyimi Besuki Situbondo.
3.	Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama	1. Sama-sama memiliki variabel independen dan variabel dependen yang sama, yaitu: penyesuaian diri (x) dan stres akademik (y)	1. memiliki satu variabel independen pada penelitian sebelumnya, sedangkan pada penelitian ini memiliki dua variabel independen. 2. Subjek pada penelitian sebelumnya mahasiswa, sedangkan pada penelitian ini santri baru PP Ibnu Kholdun Al-Hasyimi Besuki Situbondo.

4.	Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19	1. Memiliki variabel bebas dan variabel terikat yang sama, yaitu: Dukungan sosial (x) dan stres akademik (y)	1. Penelitian sebelumnya memiliki satu variabel bebas, sedangkan pada penelitian ini memiliki dua variabel bebas. 2. Subjek pada penelitian sebelumnya mahasiswa, sedangkan pada penelitian ini santri baru PP Ibnu Kholdun Al-Hasyimi Besuki Situbondo.
5.	Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Remaja	1. Memiliki variabel independen dan variabel dependen yang sama, yaitu: Dukungan sosial (x) dan stres akademik (y) 2. Memiliki dua variabel independen	1. Variabel bebas yang pertama pada penelitian sebelumnya yakni efikasi diri, sedangkan pada penelitian ini yakni penyesuaian diri.

## B. Kajian Teori

### 1. Penyesuaian Diri

#### a. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon, melibatkan penalaran faktual seseorang, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, citra diri yang positif, keterampilan ekspresi emosional, dan kapasitas untuk hubungan yang sehat.<sup>28</sup>

<sup>28</sup> Haber & Runyon, Psychology Of Adjustment (America), 10.

Penyesuaian diri menurut Schneiders merupakan sebuah upaya yang meliputi reaksi perilaku dan mental di mana orang mencoba mengatasi berbagai masalah dan frustrasi yang disebabkan oleh menekan kebutuhan mereka sendiri untuk menemukan harmoni atau keseimbangan dengan lingkungan mereka dan diri mereka sendiri. Masalah atau frustrasi muncul dikarenakan individu tidak mampu dalam beradaptasi dengan masalah yang muncul terhadap diri individu.

Chaplin mendefinisikan penyesuaian diri sebagai kemampuan organisme dalam melewati tantangan, memenuhi kebutuhan, dan menciptakan konsistensi yang seimbang dengan lingkungan sosial dan fisiknya. Contohnya, orang tersebut mencoba membangun hubungan yang sesuai dengan kebiasaan masyarakat dan mengurangi tindakan seperti mudah menyakiti orang lain, dimana hal ini untuk memenuhi kebutuhan seperti kebutuhan untuk diterima oleh orang lain. Seseorang dengan keterampilan penyesuaian diri yang baik akan bisa memodifikasi kebutuhannya agar sesuai dengan tuntutan orang lain atau lingkungannya.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Neila Nabila, "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Remaja Pondok Pesantren Daruut Taqwa Ponorogo", *Penelitian Psikologi*06, no. 03 (2019): 1

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terdiri dari:

1) *Peer Relations*

Faktor ini mengacu pada upaya individu untuk dan bekerjasama dengan orang lain

2) *Dependency*

Faktor ini mengacu pada faktor kurangnya individu untuk dapat berfikir dan mengerjakan sendiri tanpa meminta pertolongan orang lain.

3) *Hostility*

Faktor ini mengacu pada ketidakmampuan individu untuk mengendalikan keinginannya jika tidak terpenuhi.

4) *Productivity*

Faktor ini mengacu pada kemampuan individu untuk sungguh-sungguh mengerjakan tugas dan kewajiban yang diberikan.

5) *Withdrawal*

Faktor ini mengacu pada ketidakmampuan individu untuk melakukan sesuatu dengan sigap dan tidak duduk termenung tanpa melakukan sesuatu.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Windaniati, "Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Teknik Cognitive Restructuring Pada Kelas X TKR 1 SMK Negeri 7 Semarang", Pendidikan32, (2018): 7

### c. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Haber & Runyon ada

5:

1) Persepsi (*perception*)

Kemampuan untuk mengenali kondisi diri yang dikaitkan dengan keadaan lingkungan.

2) Manajemen stres (*stress management*)

Aspek ini mencakup kemampuan seseorang untuk mengatur tekanan yang diterimanya dari lingkungannya.

3) Konsep diri (*self-concept*)

Hal ini yakni gambaran dari individu terhadap dirinya sendiri yang kemudian dikaitkan dengan keadaan lingkungan.

4) Ekspresi perasaan (*expression of feelings*)

Hal ini merupakan aspek dari penyesuaian diri meliputi kemampuan individu untuk mengekspresikan emosi serta perasaannya dengan tepat dan benar.

5) Hubungan Interpersonal (*interpersonal relationships*)

Aspek ini berkaitan dengan kemampuan individu dalam menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain.<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup>Nisai', 139

## 2. Dukungan Sosial

### a. Pengertian Dukungan Sosial

Sarafino & Smith menggambarkan dukungan sosial sebagai ketersediaan rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta dukungan dari satu individu atau kelompok ke individu maupun kelompok lainnya.<sup>32</sup> Banyak orang bisa memberikan dukungan sosial termasuk pasangan, keluarga, teman, dan organisasi masyarakat. Menurut Gottlieb dukungan sosial merupakan informasi, bantuan, perilaku verbal maupun nonverbal yang diterima maupun yang diberikan seseorang dari individu terdekat mereka dalam konteks sosial dan yang berdampak pada emosi dan perilaku mereka. Cara lain untuk menggambarkan dukungan sosial yakni memberi orang perasaan aman, kasih sayang, dan dukungan dari orang lain dari komunitas.

Menurut Santrock, memberikan dukungan sosial memerlukan tindakan seperti menunjukkan rasa hormat satu sama lain, memberikan rasa aman, dan menggabungkan kebutuhan komunikasi timbal balik.<sup>33</sup>

Beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang meliputi jenis dukungan yang ditawarkan, masalah yang dihadapi, serta berapa lama dalam memberikan dukungan. Memberikan dukungan kepada individu bisa memiliki makna yang berarti untuk

---

<sup>32</sup> Sarafino & Smith, *Health Psychology Biosychosocial Interactions*, (New York, 2008),

<sup>33</sup> Erfan Hidayat, 169

hari-hari individu tersebut. Bentuk bantuan yang diterima seseorang sangat berarti jika dukungan tersebut membantu dan diperlakukan dalam keadaan yang sulit. Penerimaan dukungan bisa dipengaruhi oleh peran sosial, kebiasaan, dan kepribadian. Selain itu, harus ada kesesuaian antara jenis dukungan dan masalah yang dihadapi orang tersebut. Bantuan yang ditawarkan akan bisa diterima semaksimal mungkin, tetapi apabila tidak bisa diterima semaksimal mungkin itu akan tergantung pada berapa lama bantuan yang diberikan.

Dukungan sosial memiliki beberapa manfaat untuk individu yang menerimanya. Tujuan mendasar dari dukungan sosial ada empat: dukungan sosial membantu individu merasa lebih baik dan mempertahankan hubungan positif dengan orang lain, Ketika terjadi suatu keadaan yang membingungkan, orang lain bisa menawarkan berbagai informasi dimana hal itu akan membantu individu untuk memahami dan menangani masalah tersebut, individu diberikan dukungan secara langsung dalam bentuk barang maupun tindakan jasa, menghabiskan waktu dengan individu, diberikan bantuan ketika situasi yang mereka anggap sulit, dan membuat individu merasa lebih baik secara keseluruhan.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Erfin Hidayat, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19

## b. Aspek-aspek dukungan sosial

Dukungan sosial menurut Sarafino & Smith memiliki empat aspek:

### 1) Dukungan Emosional

Untuk memberikan kenyamanan, kepastian, dan perasaan cinta, dukungan emosional bisa diberikan dalam bentuk empati, kepedulian, perhatian, penegasan, dan penghargaan.

### 2) Dukungan instrumental

Bantuan langsung dikenal sebagai dukungan instrumental. Dukungan tersebut bisa berupa bantuan keuangan, barang, atau pinjaman untuk kegiatan yang berhubungan dengan bantuan tindakan jasa.

### 3) Dukungan informasional

Bantuan ini yakni bantuan yang diberikan berbentuk bimbingan, arahan, dan kritik.

### 4) Dukungan kebersamaan

Bersedia menghabiskan waktu dengan orang tersebut dimana hal ini bisa memberikan mereka rasa diterima bagi orang tersebut.<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup>Ningrum, 7298



### 3. Stres Akademik

#### a. Pengertian Stres Akademik

Menurut Gadzella dan William, stres akademik yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap stresor tersebut, yang mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.<sup>36</sup> Menurut Govaerts, stres akademik yakni perspektif dan evaluasi seseorang terhadap hal-hal yang dianggap sebagai stresor akademik dalam sains dan pendidikan, evaluasi ini dianggap stres.<sup>37</sup>

Stres akademik, juga dikenal sebagai stres akademik sekolah, yang didefinisikan oleh Desmita sebagai ketegangan emosional akibat peristiwa yang berhubungan dengan sekolah dan rasa ancaman terhadap harga diri siswa. Hal ini bisa menyebabkan reaksi fisik, psikologis, dan perilaku yang bisa mempengaruhi kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri secara psikologis.<sup>38</sup>

#### b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Barseli dkk Stres akademik dipengaruhi oleh dua faktor:

---

<sup>36</sup>Bernadette M. Gadzella and William G. Masten “An Analysis Of The Categories In The Student-Life Stress Inventory”, *American Journal Of Psychological Research*1, no. 1(2004): 3

<sup>37</sup>Dhea Karina Pramesta “ Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Siswa Di SMA”, *Penelitian Psikologi*8, no. 7 (2021): 24

<sup>38</sup>Anis Andhayani, “Self Healing Pada Mahasiswa Yang Mengalami Stress Akademik. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya”, *Psychological Security*1, no. 1 (Februari 2023): 137

1) Faktor internal

- a) Pola pikir, yaitu bagaimana mereka melihat dunia dari sudut pandang mereka. Misalnya, seorang murid yang merasa bahwasanya belajar yakni kesulitan dan beban.
- b) Kepribadian, yaitu merupakan kualitas yang dibentuk oleh lingkungan sosial dan keluarga individu. Jika individu memiliki kepribadian yang lemah dan mudah dipengaruhi oleh tekanan dari lingkungan sosial, keluarga, dan pendidikannya, stres akademik akan terjadi.
- c) Keyakinan, yaitu suatu kepercayaan bahwasanya seseorang memiliki keterampilan yang diperlukan untuk membuat dirinya optimis dan bertanggung jawab. Siswa yang kurang percaya diri mungkin juga merasa bahwasanya mereka tidak bisa memenuhi tuntutan yang diberikan pada mereka secara akademis.

2) Faktor eksternal yakni faktor penyebab yang bermula dari lingkungan sekitar individu. Faktor-faktor ini termasuk orang tua yang menempatkan tuntutan tinggi pada kinerja akademik anak-anak mereka, tuntutan status sosial, pelajaran yang lebih padat, dan tekanan kuat untuk mencapainya.<sup>39</sup>

---

<sup>39</sup>Rosanti, 1578

### c. Aspek-aspek Stres Akademik

Terdapat empat aspek stres akademik menurut Gadzella & William:

#### 1) Reaksi fisik

Reaksi fisiologis yang disebabkan oleh stres yang mengakibatkan kurangnya kebugaran fisik, termasuk berkeringat, gangguan pencernaan dan sakit kepala.

#### 2) Reaksi emosi

Reaksi emosional yang mencakup perasaan negatif, cemas, takut, ragu-ragu, malu, sedih, depresi, mudah tersinggung, dan percaya bahwasanya dirinya tidak mempunyai potensi atau kemampuan.

#### 3) Reaksi Perilaku

Seseorang yang menunjukkan perilaku negatif mulai menghindari orang-orang di sekitarnya, menangis, tidak antusias, menunda tugas, menolak kenyataan, atau mengejar kesenangan yang berbahaya.

#### 4) Reaksi kognitif

Reaksi kognitif termasuk ketidakmampuan seseorang untuk berkonsentrasi saat belajar dan munculnya pikiran negatif

terhadap diri sendiri. Individu merasa bingung, kesulitan fokus, pelupa, dan munculnya pikiran-pikiran yang tidak biasa.<sup>40</sup>

#### 4. Pengertian Santri

Santri ialah sebutan orang yang menerima pengajaran agama Islam di Pondok Pesantren, dimana murid-murid diwajibkan untuk mengaji dan mematuhi aturan yang telah ditetapkan oleh kepengurusan.<sup>41</sup> Santri menggambarkan gagasan tentang orang baik yang suka membantu, juga diyakini bahwasanya kata “santri” merupakan gabungan dari kata “*Sant* (orang baik)” dan suku kata “*tra* (membantu)”.

Pandangan lain menyatakan kata "santri" berasal dari bahasa India *Shastri*, yang merujuk pada ilmuwan Hindu yang merupakan penulis mahir. Akibatnya, dari perspektif Islam, kata "santri" menunjukkan individu yang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi tentang Ilmu Agama Islam. Beberapa berpendapat bahwasanya istilah “santri” mengacu pada individu yang memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang pengetahuan Agama Islam.

Menurut Indra ia menyatakan bahwasanya santri yakni orang shaleh yang baik yang tinggal di lingkungan pesantren dan mematuhi hukum agama.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup>Harjuna, 10793

<sup>41</sup>Ulfatun Nafisah “Implementasi Pendidikan Akhlak Santri Di Pondok Pesantren Modern El-Fira”, *Ilmiah Mandala Education*8, no.1 (Januari 2022): 963.

<sup>42</sup>Hamidi Rasyid, “Perubahan Perilaku Santri Dari Status Santri Menjadi Siswa (Studi Kasus Di SMP PLUS Miftahul Ulum Pada Lingkungan Pondok Pesantren AL-Usymuni Tarate Pandian Sumenep)”, *Sandhyakala*1, no. 2 (Juli 2020): 95

Seseorang yang belajar di lingkup pesantren disebut santri. Pemimpin yang memelihara pesantren tempat tinggal siswa untuk belajar ilmu agama Islam melalui kitab kuning, ia bisa disebut sebagai kiyai. Oleh karena itu, kehadiran santri di pesantren biasanya berkorelasi dengan keberadaan kiyai.

Sesuai dengan tradisi pesantren, santri terdiri dari 2 macam:

- a. Santri mukim yaitu santri dari daerah terpencil yang bermukim dalam kelompok pondok pesantren. Biasanya, sekelompok santri mukim yang paling lama tinggal di pesantren bertugas mengawasi kegiatan sehari-hari dan mendidik santri yang lebih muda tentang pengetahuan dasar dan menengah.
- b. Santri dari desa terdekat yang menghadiri pesantren tetapi biasanya tidak tinggal di pesantren dikenal sebagai santri kalong. Mereka melakukan perjalanan dari rumah mereka bolak-balik (nglajo) untuk menghadiri pelajaran mereka di Pesantren. Biasanya, jumlah santri kalong menunjukkan perbedaan antara pesantren besar dan kecil. Ada lebih banyak siswa Kalong daripada santri mukim di pesantren-pesantren kecil.<sup>43</sup>

---

<sup>43</sup>Aceng Abdul Aziz, "Manajemen Pondok Pesantren Dalam Membentuk Santri Yang Berjiwa Entrepreneur", *Manajemen Dakwah*5, no. 3 (September 2020): 241

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pada penelitian ini, pendekatan yang digunakan yakni pendekatan kuantitatif. Fokus penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yakni pada data numerik. Karena metode penelitian kuantitatif bersifat konkret, rasional, terukur, logis, dan teratur, maka hal ini digunakan untuk memenuhi persyaratan penulisan ilmiah.<sup>44</sup>

Jenis penelitian ini yaitu kausalitas. Menurut Sugiyono, penelitian kausalitas adalah hubungan yang bersifat sebab akibat.<sup>45</sup>

#### **B. Populasi dan Sampel**

Populasi yakni sekelompok besar objek atau subjek yang memenuhi kriteria spesifik yang diputuskan peneliti untuk penyelidikan dan kesimpulan.<sup>46</sup> Adapun ciri-ciri populasi yang termasuk pada penelitian ini ialah:

1. Seorang santri baru di PP Ibnu Khaldun AL-Hasyimi
2. Maksimal nyantri 1 tahun (untuk santri yang jarak tempat tinggal dengan pesantren jauh)

---

<sup>44</sup>Wahyuningsih.(2021) Hubungan Media Pembelajaran dengan Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMP Iptek Sengkol Tangerang Selat. STAI Fatahillah Serpong Tangerang Selatan. Hal. 5

<sup>45</sup>Winata. (2019) Pengaruh Subjective norm, personal, innovativeness, dan perceived enjoyment terhadap intention to use pada Alfacart di Surabaya. WIMA. Hal. 18

<sup>46</sup>Dhea Karina Pramesta. Hal. 26

3. Maksimal nyantri 6 bulan (untuk santri yang jarak tempat tinggal dengan pesantren dekat)

Adapun populasi pada penelitian ini berjumlah 49 santri baru.

Sugiyono menegaskan bahwasanya sampel diwakili dalam populasi dengan beberapa kombinasi ukuran dan sifat-sifatnya. Tidaklah mungkin untuk mengevaluasi setiap anggota populasi, sehingga sampel ini diambil.<sup>47</sup>

Dalam penelitian ini sampel dipilih dengan menggunakan teknik total sampling. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 49 santri baru.

### **C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Data primer dan sekunder berada dalam dua kelompok penyimpanan informasi. Data primer yakni informasi yang dikumpulkan dari sumber aslinya. Data yang diperoleh secara tidak langsung dari sumber primer disebut data sekunder.<sup>48</sup>

Dalam penelitian ini, untuk memperoleh data peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

#### **1. Observasi**

Menurut Sutrisno Hadi, observasi merupakan sebuah proses kompleks yang terdiri dari proses biologis dan psikologis yang berbeda.

---

<sup>47</sup>Jasmalinda. (2021) Pengaruh Citra Merek Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Motor Yamaha Di Kabupaten Padam Pariam. STIE Perdagangan. Hal.2200

<sup>48</sup>Meita Sekar Sari, "Pengaruh Akuntabilitas, Pengetahuan, dan Pengalaman Pegawai Negeri Sipil Beserta Kelompok Masyarakat (Pokmas) Terhadap Kualitas Pengelola Dana Kelurahan Di Lingkungan Kecamatan Langkapura", *Ekonomi*21, no. 3 (2019): 311

Hal ini merupakan proses yang terlibat dalam pengamatan dan memori atau ingatan.

Dalam penelitian ini, penulis melakukan observasi kepada santri baru di pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi dimana terdapat beberapa santri terlihat kelelahan akibat kegiatan yang sangat padat sehingga membuat mereka sulit berkonsentrasi dan memilih untuk tidur di kelas ataupun ngobrol dengan temannya saat pelajaran dimulai, bahkan ada beberapa santri terlihat berada di kantin saat jam pelajaran. Tidak hanya itu, ketika jam istirahat sekolah formal, ada beberapa santri yang berkumpul dibelakang sekolah, mereka sedang bermain handphone secara diam-diam agar tidak ketahuan oleh guru, dimana sesuai peraturan bahwasanya santri tidak diperbolehkan membawa handphone.

## **2. Wawancara**

Wawancara yakni jenis metode pengumpulan data di mana informasi dikumpulkan melalui pertanyaan dan jawaban lisan, tatap muka, dengan tujuan tertentu.<sup>49</sup>

Dalam penelitian ini, penulis juga melakukan wawancara ke 10 santri baru dan salah satu ustadz yang mengajar di pondok pesantren tersebut, mereka mengatakan mereka mengatakan permasalahan yang sering dialami yaitu kurang mampu dalam menyesuaikan diri, susah untuk bergaul, sulit untuk berkomunikasi terlebih dahulu dengan santri

---

<sup>49</sup>Puji Purnomo. 153



lain karena malu, serta masih sulit untuk menyesuaikan diri karena harus tinggal bersama orang yang tidak mereka kenal. Masalah ini cenderung membuat stres, yang bisa mengganggu. Selain itu mereka mengatakan masalah yang dialami berhubungan dengan lingkungan pesantren yaitu seperti mengalami masalah dengan teman sekamar maupun sekitar pondok pesantren karena harus berinteraksi bersama orang-orang yang berbeda dari lingkungan mereka sebelum tinggal di pondok pesantren. Salah satu ustadz juga mengatakan bahwasanya yayasan Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi ini dibuka untuk umum, sehingga individu yang tidak ingin tinggal dipesantren, mereka juga bisa bersekolah di yayasan ini, tetapi peraturan seperti tidak boleh membawa handphone hanya berlaku bagi siswa yang menyantri saja.

### **3. Dokumentasi**

Dokumentasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data dimana peneliti mengumpulkan, menyusun serta mengelola dokumen-dokumen yang bisa dijadikan bukti atau data penelitian.

Dokumentasi pada penelitian ini berupa dokumen profil sekolah dan mendokumentasikan ketika peneliti menjelaskan isi dari kuesioner kepada responden, hal ini akan menjadi bukti bahwasanya peneliti telah melakukan penelitian.

#### 4. Angket (kuesioner)

Kuesioner yakni alat yang dipergunakan dalam mengumpulkan data dimana responden diberi serangkaian pernyataan atau pertanyaan tertulis dan diminta untuk merespons dengan cara yang paling sesuai dengan individu.<sup>50</sup>

Dalam penelitian ini angket akan disebarluaskan kepada seluruh sampel atau santri yang ada di PP Ibnu Kholdun AL-Hasyimi. Skala likert yang digunakan dalam angket ini. Terdapat dari empat item instrumen dan jawaban. Setiap instrumen memiliki nilainya sendiri untuk keperluan analisis kuantitatif. Adapun jawaban akan diberi nilai seperti contoh pada tabel di bawah in :

**Tabel 3.1**  
**Skor Skala Likert**

<b>Pertanyaan/Pernyataan</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

<sup>50</sup>Puji Purnomo. "Pengembangan Tes Hasil Belajar Matematika Materi Menyelesaikan Masalah Yang Berkaitan Dengan Waktu, Jarak Dan Kecepatan Untuk Siswa Kelas V", *PGSD20*, NO. 2 (2016): 152

### a. Skala Penyesuaian Diri

Beberapa komponen skala penyesuaian diri yang dimasukkan dalam penelitian ini bersumber dari teori Haber dan Runyon. Komponen tersebut antara lain: akurasi faktual, toleransi terhadap stres, konsep diri, ekspresi emosi, dan interaksi positif dengan orang lain. Dari teori tersebut maka disusunlah 25 pernyataan oleh peneliti dengan rincian 13 pernyataan favorable dan 12 pernyataan unfavorable. Untuk selengkapnya bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Skala Penyesuain Diri**

Variabel	Sub Variabel/Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Penyesuaian Diri	1. Persepsi yang akurat terhadap kenyataan	1, 2	3, 4	4
	2. Kemampuan untuk mengatasi stres	5, 6, 7	8, 9, 10	6
	3. Konsep Diri	11, 13, 14,	12, 15	5
	4. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan	16, 17	18, 19	4
	5. Hubungan interpersonal yang baik	20, 21, 22	23, 24, 25	6
Jumlah				25

### b. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang dipakai pada penelitian ini berdasarkan pada teori Sarafino & Smith, yaitu terdapat beberapa

aspek yakni: dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan kebersamaan. Dari teori tersebut maka disusunlah 18 pernyataan oleh peneliti dengan rincian 12 pernyataan favorable dan pernyataan 6 unfavorable. Untuk selengkapnya bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Skala Dukungan Sosial**

Variabel	Sub Variabel/Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Dukungan Sosial	1. Dukungan Emosional	1, 2, 3	4, 5	5
	2. Dukungan Instrumental	6, 7, 8, 10	9	5
	3. Dukungan Informasional	11, 12, 13	14	4
	4. Dukungan kebersamaan	15, 16	17, 18	4
<b>Jumlah</b>				18

### c. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik yang dipakai dalam penelitian ini berdasarkan pada teori Gadzella & William, yaitu terdapat beberapa aspek yakni: reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku dan reaksi kognitif. Dari teori tersebut maka disusunlah 23 pernyataan oleh peneliti dengan rincian 15 pernyataan favorable dan 8 pernyataan unfavorable. Untuk selengkapnya bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.4**  
**Blue Print Stres Akademik**

Variabel	Sub Variabel/Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Stres Akademik	1. Reaksi Fisik	1, 2, 3, 5	4	5
	2. Reaksi Emosi	6, 7, 8,	9, 10	5
	3. Reaksi Perilaku	11, 12, 13, 14, 15, 16	17, 18, 19	9
	4. Reaksi Kognitif	20, 21	22, 23	4
<b>Jumlah</b>				23

Kuesioner atau instrumen penelitian yang dibuat peneliti akan terlebih dahulu dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas sebelum diujikan pada sampel penelitian. Dua cara yang dipakai dalam penelitian ini untuk memvalidasi proses penyusunan skala yaitu validasi isi (*content*) dan yang divalidasi oleh ahli psikologi dan setelah itu validasi konstruk yang mana instrumen penelitian akan dilakukan uji coba kepada sekelompok orang yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek penelitian. Jumlah responden dalam uji coba pada penelitian ini berjumlah 20 responden.

#### **d. Uji Validitas**

Mencocokkan nilai  $r$  hitung dengan nilai  $r$  tabel yakni kriteria untuk pengujian validitas. Uji validitas berfungsi untuk menentukan apakah kuesioner benar-benar valid untuk mengukur variabel yang diteliti. Dua kriteria digunakan untuk menentukan apakah item kuesioner valid atau tidak valid saat menguji validitas.

Item dinyatakan valid dan bisa digunakan apabila nilai r-hitung lebih besar ( $>$ ) dari nilai r-tabel, dan item dinyatakan tidak valid dan tidak bisa dipergunakan apabila nilai r-hitung lebih kecil ( $<$ ) dari nilai r-tabel.<sup>51</sup>

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS Version 25 For Windows dengan tingkat signifikansi uji dua arah 5% atau 0,05, nilai N pada penelitian yakni 20. Oleh karena itu, jika  $df = N-2$ , atau  $20-2$ , maka tabel-r pada penelitian ini diperoleh nilai 0,4438.

### 1) Uji Validitas Penyesuaian Diri

Ada 25 item pernyataan pada skala penyesuaian diri.

Namun setelah uji validitas, 6 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan jumlah r-hitung kurang dari ( $<$ ) r-tabel sebesar 0,4438. Berikut ini merupakan blue print skala penyesuaian diri setelah dilakukan uji validitas :

**Tabel 4.5**  
**Hasil Uji Validitas Penyesuaian Diri**

No	Sub Variabel/Aspek	Valid		Gugur		Jumlah item valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Persepsi yang akurat terhadap kenyataan	3, 4			1, 2	2

<sup>51</sup>Riko Al Hakim, "Validitas Dan Reliabilitas Angket Motivasi Berprestasi", Bimbingan dan Koseling4, no. 4 (Juli 2021): 264

2.	Kemampuan untuk mengatasi Stres	5, 6, 7	9, 10		8	5
3.	Konsep Diri	11, 13	12, 15	14		4
4.	Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan	16	18	17	19	2
5.	Hubungan interpersonal yang baik	20, 21, 22	23, 24, 25			6
Total jumlah item yang valid						19

## 2) Uji Validitas Dukungan Sosial

Ada 18 item pernyataan pada skala dukungan sosial.

Namun setelah uji validitas, 3 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan r-hitung kurang dari ( $<$ ) r-tabel sebesar 0,4438.

Berikut ini merupakan blue print skala penyesuaian diri setelah dilakukan uji validitas:

**Tabel4.6**  
**Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial**

No	Sub Variabel/Aspek	Valid		Gugur		Jumlah item valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Dukungan emosional	1, 2, 3	4, 5			5

2.	Dukungan Instrumental	6, 7, 8, 10			9	4
3.	Dukungan informasional	11, 12, 13	14			4
4.	Dukungan kebersamaan	15, 16			17, 18	2
Total jumlah item yang valid						15

### 3) Uji Validitas Stres Akademik

Ada 23 item pernyataan pada skala stres akademik. Namun setelah dilakukan uji validitas, 3 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan r-hitung kurang dari ( $<$ ) r-tabel sebesar 0,4438. Berikut ini yakni blue print skala penyesuaian diri setelah dilakukan uji validitas:

**Tabel4.7**  
**Hasil Uji Validitas Stres Akademik**

No	Sub Variabel/Aspek	Valid		Gugur		Jumlah item valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Reaksi fisik	1, 2, 3, 5	4			5
2.	Reaksi emosi	8	9, 10	6, 7		3
3.	Reaksi perilaku	11, 12, 13, 15, 16	17, 18, 19	14		8
4.	Reaksi kognitif	20, 21	22, 23			4
Total Jumlah item yang valid						20



### e. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk melihat tingkat konsistensi instrumen yang dipakai oleh peneliti, memastikan bahwasanya instrumen tetap bisa diandalkan untuk mengukur variabel penelitian bahkan ketika diberikan berulang kali menggunakan angket yang sama. Uji reliabilitas untuk menentukan apakah sesuatu bisa dipercaya atau suatu kondisi bisa dipercaya.

Adapun kriteria pengujian sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar ( $>$ ) 0,70 maka instrumen atau kuisinoner bisa dianggap reliabel.
- 2) Apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih kecil ( $<$ ) 0,70 maka instrumen atau kuisinoner bisa dianggap tidak reliabel.<sup>52</sup>

**Tabel 4.8**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	<i>Cronbach Alpha</i>	Keterangan
Penyesuaian Diri	0,847	Reliabel
Dukungan Sosial	0,810	Reliabel
Stres Akademik	0,821	Reliabel

Sumber: Diolah Dari SPSS

Jika melihat hasil uji reliabilitas pada tabel diatas, bisa disimpulkan bahwasanya keseluruhan item dinyatakan reliabel atau bisa diandalkan dengan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,847.( $>$ 0,70) pada variabel penyesuaian diri, 0,810.( $>$ 0,70) pada variabel dukungan sosial, dan 0,821.( $>$ 0,70) pada variabel stres akademik.

<sup>52</sup>Hakim, 264

## **D. Analisis Data**

Analisis data yakni tindakan yang diambil setelah pengumpulan seluruh data dari responden atau sumber lain. Pengelompokan data menurut variabel dan seluruh responden merupakan bagian dari analisis data. Data untuk setiap variabel disajikan, dan perhitungan dilakukan untuk memeriksa hipotesis.

Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda yang dibantu dengan aplikasi Windows SPSS 25.0 untuk menganalisis data yang dikumpulkan.

### **1. Uji Asumsi Klasik**

#### **a. Uji Normalitas**

Mencari tahu apakah variabel independen dan dependen model regresi mengikuti distribusi normal yakni inti dari uji normalitas. Tidak adanya outlier yang signifikan, baik ke kiri maupun ke kanan, menunjukkan bahwasanya data dalam model regresi mengikuti distribusi yang berdistribusi normal atau hampir berdistribusi normal. Untuk memastikan data normal, program aplikasi SPSS menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov yang memerlukan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05. Ketika menentukan hasil uji Kolmogorov-Smirnov, nilai signifikansi yang

lebih besar dari 0,05 berarti data mengikuti distribusi normal, sedangkan nilai yang lebih kecil dari 0,05 berarti sebaliknya.<sup>53</sup>

#### **b. Uji Multikolinieritas**

Tujuan pengujian multikolinearitas yakni untuk mengetahui apakah variabel-variabel independen saling berhubungan dalam model regresi. Dalam model regresi yang ideal, tidak akan ada korelasi antar variabel independen. Hasil uji multikolinearitas didasarkan pada pengaturan toleransi dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Jika tidak terjadi multikolinearitas maka nilai VIF harus kurang dari 10, sedangkan jika terdapat multikolinearitas harus lebih besar dari 10.<sup>54</sup>

#### **c. Uji heteroskedastisitas**

Tujuan dari uji heteroskedastisitas yakni untuk memeriksa apakah varians residual dari observasi yang berbeda dalam model regresi tidak sama. Tujuan dari tes glejser yakni untuk memajukan nilai *absolute* menggunakan nilai variabel independen. Dengan memanfaatkan uji glejser ini, pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan regresi variabel independen ke nilai residual *absolute*, atau Abs\_RES. Keputusan mengenai tes glejser ini didasarkan pada hal-hal berikut:

---

<sup>53</sup>Niken Nanin Cova, "Pengaruh Kualitas Layanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Noach Cafe And Bistro" *Manajemen Bisnis*7, no. 2(2019): 2

<sup>54</sup>Cova, 2

- 1) Model regresi dianggap bebas heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi (Sig) lebih besar ( $>$ ) dari 0,05.
- 2) Adanya gejala heteroskedastisitas disimpulkan jika apabila nilai signifikansi (Sig) lebih kecil ( $<$ ) dari 0,05.<sup>55</sup>

#### d. Uji Autokorelasi

Model regresi linier memberikan uji autokorelasi yang bisa digunakan untuk mengetahui apakah terdapat keterkaitan antara *confounding error* pada periode  $t$  dengan *confounding error* pada periode  $t-1$  (sebelumnya). Kita katakan ada masalah autokorelasi jika ada korelasi. Karena observasi dilakukan secara berurutan dan terhubung sepanjang waktu, autokorelasi merupakan konsekuensi alami. Fakta bahwasanya kesalahan sisa atau kesalahan yang membingungkan tidak berdiri sendiri merupakan akar penyebab kesulitan ini. Karena "gangguan" dalam satu periode waktu bisa berdampak pada "gangguan" di periode waktu berikutnya untuk orang atau kelompok yang sama, data deret waktu sering dijumpai.

Ada beberapa metode yang bisa digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya autokorelasi salah satunya adalah::

##### a. Uji Durbin-Watson (DW test)

Dalam model regresi, uji Durbin-Watson hanya diterapkan pada tingkat autokorelasi orde pertama. Variabel

---

<sup>55</sup> Debby Christine, Jessica Wijaya, "Pengaruh Profitabilitas, Leverage, Total Arus Kas dan Ukuran Perusahaan terhadap Financial Distress pada Perusahaan Property dan Real Estate yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia Tahun 2014-2017", Universitas Prima Indonesia, no. 2 (2019): 3

independen tidak menunjukkan lag variabel.<sup>56</sup> Hipotesis yang akan diuji adalah:

$H_0$  : tidak ada autokorelasi ( $r = 0$ )

$H_A$  : ada autokorelasi ( $r \neq 0$ ).

**Tabel 3.5**  
**Pengambilan keputusan ada tidaknya autokorelasi:**

Hipotesis nol	Keputusan	Jika
Tidak ada autokorelasi positif	Ditolak	$0 < d < dl$
Tidak ada autokorelasi positif	Nodesicion	$dl \leq d \leq du$
Tidak ada korelasi negatif	Ditolak	$4 - dl < d < 4$
Tidak ada Korelasi negatif	Nodecision	$4 - du \leq d \leq 4 - dl$
Tidak ada autokorelasi, positif atau negatif	Diterima	$du < d < 4 - du$

## 2. Uji Hipotesis

### a. Uji Parsial (t)

Uji Parsial berfungsi untuk menguji pengaruh variabel bebas pada variabel yang terikat sebagian (individual). Uji t statistik akan

<sup>56</sup> Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25* (Universitas Diponegoro Semarang, 2018), 111-121

membandingkan nilai  $t$  hitung dengan nilai  $t$  tabel pada taraf signifikansi 0,05 ( $\alpha = 5\%$ ). Standar berikut menentukan apakah hipotesis diterima atau ditolak:

- 1) Dapat dinyatakan bahwasanya  $H_0$  ditolak jika nilai  $t$  hitung lebih besar ( $>$ ) dari  $t$  tabel atau jika nilai probabilitas lebih kecil dari tingkat signifikansi ( $\text{Sig} < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwasanya variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen.
- 2) Dapat dinyatakan bahwasanya  $H_0$  diterima jika nilai  $t$  hitung lebih kecil ( $<$ ) dari  $t$  tabel atau jika probabilitas lebih besar ( $>$ ) dari tingkat signifikansi ( $\text{sig} > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwasanya tidak ada pengaruh antara variabel dependen dan independen.<sup>57</sup>

#### **b. Uji determinasi ( $R^2$ )**

Uji determinasi bertujuan untuk menilai kualitas konstruksi model persamaan regresi. Secara khusus, uji determinasi ini mengukur sejauh mana penentuan model didasarkan pada seberapa baik setiap variabel bebas berkontribusi untuk menjelaskan variabel terikat. Koefisien determinasi atau  $R^2$  memiliki nilai antara 0 (nol) dan 1 (satu). Jika nilai  $R^2$  hampir mendekati 0 maka bisa dikatakan

---

<sup>57</sup>Wildanun Hamisati, "Analisis Kepuasan Konsumen Minuman Cokelat Nyoklat Klasik Di Kecamatan Kota Sumenep Kabupaten Sumenep", *Agribisnis* 16, no. 1 (Mei 2019): 25

bahwasanya kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat semakin lemah.<sup>58</sup>

### 3. Metode Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda merupakan kemajuan dari analisis regresi sederhana dimana dalam regresi linear berganda memiliki lebih dari satu variabel bebas. Analisis ini bertujuan untuk menguji bagaimana variabel bebas mempengaruhi variabel terikat.<sup>59</sup> Yang membedakan regresi berganda dengan regresi sederhana yakni kuantitas variabel independennya. Variabel terikat pada regresi berganda diprediksi menggunakan sejumlah faktor independen, sedangkan pada regresi sederhana hanya menggunakan satu variabel independen. Perhitungan dalam regresi berganda memperhitungkan semua variabel independen secara bersamaan. Akibatnya, sejumlah variabel independen digunakan untuk menyusun persamaan regresi yang bisa digunakan untuk meramalkan variabel dependen. Dengan menggabungkan sejumlah variabel independen bersama-sama, persamaan regresi dibuat untuk melihat variabel dependen. Untuk setiap variabel independen, koefisien regresi dan konstanta regresi dihasilkan dalam persamaan regresi.

---

<sup>58</sup> Alvin Mariansyah, Amirudin Syarif, "Pengaruh Kualitas Produk, Kualitas Pelayanan, dan Harga Terhadap Kepuasan Konsumen Cafe Kabalu", *Ilmiah Bina Manajemen*3, no. 2 (2020), 144

<sup>59</sup> Besse Arna Wusudaningsi, Irvana Arofah, "Pengaruh Kualitas Pelayanan Dan Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Dengan Menggunakan Metode Analisis Linear Berganda", *Statistika dan Matematika*1, no. 1 (Januari 2029): 105

Dalam penelitian ini analisis regresi linear berganda digunakan untuk menganalisis pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo.

Rumus persamaan regresi linear berganda yang digunakan adalah:

$$Y = \alpha + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan :

$Y$  : Stres Akademik

$X_1$  : Penyesuaian Diri

$X_2$  : Dukungan Sosial

$b_1$  : Koefisien Penyesuaian Diri

$b_2$  : Koefisien Dukungan Sosial

$\alpha$  : Konstanta

$e$  : Tingkat kesalahan

Analisis regresi digunakan untuk memperkirakan nilai rata-rata variabel independen berdasarkan nilainya di luar rentang sampel, menguji hipotesis mengenai karakteristik ketergantungan, dan menentukan nilai variabel dependen dan rata-rata berdasarkan nilai variabel independen.



## BAB IV

### PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

#### A. Gambaran Objek Penelitian

##### 1. Sejarah Umum Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi

Pendiri merupakan salah satu penduduk yang hidup di desa Widoropayung sejak kecil, meski demikian beliau masih memiliki garis keturunan dari pulau garam madura. Sebagai orang yang memiliki keinginan kuat untuk membangun ulang masyarakat desanya, beliau yang sudah memiliki cukup keilmuan agama memulai membina santri dari usia dini.

Pada awalnya pendiri, yakni Kiai Agus Aly Fikri tak langsung ingin mendirikan pesantren. Beliau hanya mendirikan surau kecil yang beliau bina sendiri dengan istrinya, dalam surau itu beliau kembali mengajarkan norma keagamaan yang sudah perlahan memudar, dengan dibangkitkannya hal tersebut berharap dikit demi sedikit mengikuti tatanan dakwah yang diajarkan para wali songo saat menanamkan nilai keagamaan di Tanah Jawa. Dalam istilahnya beliau mengikuti cara brdakwah Sunan Kalijaga yang berdakwah untuk membuat perspektif baru bagi masyarakat yang masih awam untuk mengenal lebih dekat agama.

Dalam praktiknya pun berbeda, saat berdakwah untuk masyarakat yang telah mengenal agama dengan taat dan baik dengan

masyarakat yang sudah terbiasa melakukan maksiat dan jauh tak mengenal syariat. Sebab itu beliau memulai dakwahnya secara perlahan dan pasti, awalnya selain dengan membangun surau kecil namun juga dengan mengadakan kegiatan seperti majlis shalawat, tahlilan dan pengenalan keilmuan. Target utama yang beliau daftarkan dalam dakwahnya yakni generasi penerus bangsa yang masih berpotensi besar untuk menciptakan dunia baru bagi sekitarnya. “setidaknya kalau bukan orang tuanya yang bisa diselamatkan (keilmuan dan keagamaannya), anaknya bisa kita didik dan menjadi pembaharu” dawuh pendiri.

Namun lintang waktu mengantarkan pada garis baru, semakin tahun pendiri dipercaya masyarakat dalam mendidik dan mengajarkan keagamaan pada anak-anak desa sekitar. Akhirnya dengan desakan masyarakat serta bantuan dana dari teman pendiri, beliau sowan pada kiai Abdul Haq Zaini yang merupakan Ketua Yayasan Pondok Pesantren Nurul Jadid (1953-2009) kala itu, barulah pada tahun 2010 pengasramaan santri dilakukan. Yang pada awalnya asrama putri bertempat disebelah kediaman pendiri, ada sekitar tiga kamar dengan kapasitas santri sebanyak 25an. Dan asrama putra yang berada di sebrang jalan di depan kediaman pendiri sebanyak empat kamar dengan kapasitas santri sekitar 30an. Pesantren ini juga termasuk cepat dalam perkembangannya, hal ini bisa dilihat dari pembangunan asrama putri

yang berlangsung tak lama setelah pendirian pertama. Asrama putri ini bertempat di selatan Masjid dari pesantren ini.

Selain membangun pesantren sebagai bentuk kepedulian beliau terhadap masyarakat sekitar dalam kepedulian untuk mengajarkan ilmu keagamaan. Beliau beserta tim dan bantuan dari eksternal Pesantren dan dukungan besar dari orang tua beliau, pendiri membangun masjid yang tepat berlokasi di tengah lingkungan pesantren, hal ini bertujuan agar mempermudah masyarakat sekitar untuk melaksanakan shalat berjamaah dan sholatjum'at. Selain menjadi pusat ibadah masyarakat masjid ini juga menjadi pusat kegiatan santri dalam berbagai hal seperti pengajian kitab dan shalat jamaah. Serta untuk membangun daya tarik masyarakat dalam beribadah, setiap malam jum'at di masjid ini diadakan kegiatan Sholat Tasbih, Sholat Hajat, Sholat Taubat berjamaah dan Tahlil serta Istighosah bersama. Yang mana hal ini tetap berlanjung hingga hari ini.

Pesantren yang diasuh oleh Kiai Agus Aly Fikry ini, masih termasuk pesantren baru. Hal ini bisa dilihat dari umur pesantren ini yang pada tahun ini yaitu tahun 2022. masih baru mencapai 10 tahun masa berdiri. Pesantren ini tepatnya juga terletak di dusun gang sekolahan desa Widoropayung. Namun hal itu takJadid waktu itu, terkait tentang nama yayasan. Alhasil beliau menambahkan nama pembeda di akhir Ibnu Khaldun dengan menyematkan kata Al-Hasyimi.

Penyematan nama Al-Hasyimi ini tak hanya sebagai pembeda dengan yayasan yang lain. Namun juga memiliki makna historis, yakni penisbatan pada nama klan Nabi Muhammad. SAW, yang juga bermarga Al-Hasyimi, serta dinisbatkan pada pendiri dan perintis organisasi besar islam Nahdlatul Ulama, yaitu KH. Hasyim Asy'ari. Tak hanya itu nama Al-Hasyimi juga dinisbatkan kepada nama pengasuh kedua PP. Nurul Jadid, yaitu KH. Hasyim Zaini yang merupakan guru spritual dari pendiri Yayasan Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi.

## **2. Visi dan Misi Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi**

### **a. Visi**

Terbentuknya santri yang cerdas, terampil, dan berakhlaqul karimah untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

### **b. Misi**

- 1) Mendidik santri agar menjadi generasi bangsa yang cerdas dan memiliki ilmu pengetahuan yang luas.
- 2) Mendidik santri agar memiliki bekal keterampilan hidup baik soft skill maupun hard skill.
- 3) Mendidik santri secara seimbang pengetahuan agama dan pengetahuan umum agar terbentuk manusia yang paripurna (Insaan Kamil).

- 4) Mendidik santri agar menjadi generasi yang memiliki aqidah yang kokoh serta berakhlak mulia.
- 5) Menyelenggarakan kegiatan ritual keagamaan sebagai wahana pendidikan spiritual santri dalam praktek kehidupan beragama sehari-hari

## **B. Penyajian Data**

Penyajian data merupakan hasil penting dari masing-masing variabel disajikan dalam penyajian data berupa tabulasi data, angka statistik, tabel, dan grafik. Temuan ini ringkas tetapi informatif. Setiap variabel akan dipecah menjadi kategori yang lebih kecil tetapi tetap merujuk pada rumusan masalah peneliti dan tujuan penelitian.<sup>60</sup> Penyajian data pada penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut:

### **1. Deskripsi Statistik**

Deskripsi statistik yakni statistik yang mendeskripsikan atau menggambarkan data untuk dianalisis. Deskripsi ini dibuat dari data yang dikumpulkan tanpa bermaksud untuk menyimpulkan atau generalisasi yang diakui secara luas.<sup>61</sup>

---

<sup>60</sup> UIN KH Achmad Siddiq Jember, *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Hal. 85

<sup>61</sup> Amirotnun Sholikhah, "Statistik Deskriptif Dalam Penelitian Kualitatif", statistik deskriptif10, no. 2 (Juli 2016): 342

**Tabel 4.1**  
**Hasil Statistik Deskriptif Skala Penyesuaian Diri,**  
**Dukungan Sosial, dan Stres Akademik**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Penyesuaian Diri	49	42,00	74,00	59,6939	7,37452
Dukungan Sosial	49	34,00	57,00	47,6327	5,39944
Stres Akademik	49	22,00	82,00	46,6939	11,65691
Valid N (listwise)	49				

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Statistik deskriptif menunjukkan bahwasanya skala penyesuaian diri yang diteliti pada penelitian ini memiliki nilai minimum 42 dan nilai maksimum 74. Skala dukungan sosial mempunyai nilai minimum 34 serta maksimum 57, dan pada skala stres akademik mempunyai nilai minimum 22 serta maksimum 82. Tabel diatas menunjukkan perihal rata-rata penyesuaian diri 59.6939, dukungan sosial 47.6327, dan stres akademik 46.6939. Adapun standar deviasi yang dimiliki oleh penyesuaian diri senilai 7.37452, dukungan sosial senilai 5.39944, dan stres akademik senilai 11.65691.

## **2. Deskripsi Kategori Penyesuaian Diri**

### **a. Kategorisasi Penyesuaian Diri**

Hasil deskripsi kategori data penyesuaian diri bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.2**  
**Kategorisasi Penyesuaian Diri**

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	8	16,3%
Sedang	31	63,3%
Tinggi	10	20,4%

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Apabila melihat hasil pada tabel di atas, menunjukkan bahwasanya secara keseluruhan santri baru di Pondok Pesantren Ibnu Khouldun Al-Hasyimi mempunyai tingkat penyesuaian diri di kategori sedang. Hasil ini berkaitan dengan hasil skor kategorisasi penyesuaian diri yang ditunjukkan pada tabel, dimana terdapat 31 responden kategori sedang (63,3%), 10 responden kategori tinggi (20,4%), dan 8 responden kategori rendah (16,3%).

**b. Kategorisasi Dukungan Sosial**

Berikut ini hasil uji kategorisasi dukungan sosial yang bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.3**  
**Kategorisasi Dukungan Sosial**

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	7	14,3%
Sedang	30	61,2%
Tinggi	12	24,5%

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Apabila melihat hasil pada tabel di atas, menunjukkan bahwasanya secara keseluruhan santri baru di Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi mempunyai tingkat dukungan sosial di kategori sedang. Hal ini terlihat dari hasil skor kategorisasi dukungan sosial pada tabel, dimana 30 responden masuk kategori sedang sebesar 61,2%, 12 responden masuk kategori tinggi sebesar 24,5% dan 7 responden masuk kategori rendah sebesar 14,3%.

### c. Kategorisasi Stres Akademik

Berikut ini yakni hasil uji kategorisasi stres akademik yang bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.4**  
**Kategorisasi Stres Akademik**

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	6	12,2%
Sedang	33	67,3%
Tinggi	10	20,4%

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Apabila melihat pada tabel di atas, menunjukkan bahwasanya secara keseluruhan santri baru di Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi mempunyai tingkat stres akademik di kategori sedang. Hasil ini terlihat dari hasil nilai kategorisasi stres akademik pada tabel, dimana 33 responden masuk kategori sedang sebesar 67,3%, 10 masuk kategori tinggi 20,4%, dan 6 responden masuk kategori rendah sebesar 12,2%.



## C. Analisis dan Pengujian Hipotesis

### 1. Uji Asumsi Klasik

#### a. Uji Normalitas

Mencari tahu apakah variabel independen dan dependen model regresi mengikuti distribusi normal yakni inti dari uji normalitas. Tidak adanya outlier yang signifikan, baik ke kiri maupun ke kanan, menunjukkan bahwasanya data dalam model regresi mengikuti distribusi yang berdistribusi normal atau hampir berdistribusi normal. Untuk memastikan data normal, program aplikasi SPSS menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov yang memerlukan tingkat signifikansi (sig) sebesar 0,05. Ketika menentukan hasil uji Kolmogorov-Smirnov, nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 berarti data mengikuti distribusi normal, sedangkan nilai yang lebih kecil dari 0,05 berarti sebaliknya. Berikut ini merupakan hasil dari uji normalitas:

**Tabel 4.9**  
**Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Penyesuaian diri, Dukungan Sosial, dan Stres Akademik	0,200	Normal

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Nilai signifikansi 0,200 pada hasil uji normalitas menunjukkan bahwasanya nilainya lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hal tersebut, bisa dipahami dari tabel di atas

bahwasanya penyesuaian diri, dukungan sosial, dan stres akademik berdistribusi normal sesuai dengan pedoman uji normalitas.

b. Uji Multikolinieritas

Tujuan pengujian multikolinieritas yakni untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya hubungan antara variabel bebas. Model regresi yang baik yakni model dimana diantara variabel bebas tidak berkorelasi. Nilai toleransi dan *Variance Inflation Factor* (VIF) berfungsi sebagai dasar untuk keputusan yang dibuat dalam pengujian multikolinieritas. Jika nilai VIF kurang (<) dari 10, multikolinieritas tidak ada dan jika nilai VIF lebih besar dari (>) dari 10, terdapat multikolinieritas.

Terkait hasil uji multikolinieritas bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.10**  
**Hasil Uji Multikolinieritas**

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
Penyesuaian Diri	0,489	2,045
Dukungan Sosial	0,489	2,045

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Apabila melihat pada tabel di atas bahwasanya tidak ada multikolinieritas antara variabel independen (bebas) penyesuaian diri dan dukungan sosial. Hasil uji multikolinieritas menunjukkan nilai VIF sebesar 2,045, yang menunjukkan bahwasanya nilai tersebut kurang dari < 10.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas yakni untuk menentukan apakah ada ketidaksetaraan *variance* antara residual dari satu pengamatan kepengamatan yang lain dalam model regresi. Tujuan dari tes glejser yakni untuk memajukan nilai *absolute* menggunakan nilai variabel independen. Dengan memanfaatkan uji glejser ini, pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan regresi variabel independen ke nilai residual *absolute*, atau Abs\_RES. Keputusan mengenai tes glejser ini didasarkan pada hal-hal berikut:

- 1) Model regresi dianggap bebas heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi (Sig) lebih besar ( $>$ ) dari 0,05.
- 2) Adanya gejala heteroskedastisitas disimpulkan jika apabila nilai signifikansi (Sig) lebih kecil ( $<$ ) dari 0,05.

Terkait hasil uji heteroskedastisitas bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.11**  
**Hasil Uji Heteroskedastisitas**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	5,690	6,073		0,937	0,354
Penyesuaian Diri	0,133	0,143	0,193	0,925	0,360
Dukungan Sosial	-0,139	0,180	-0,161	-0,773	0,443

Sumber: Diolah dari SPSS

Apabila melihat pada tabel 4.11 di atas diketahui bahwasanya hasil uji heteroskedastisitas pada X1 dan X2 menunjukkan nilai signifikansi masing-masing 0,360 dan 0,443. Hal ini bahwasanya nilai tersebut lebih besar dari 0,05 dan menunjukkan bahwasanya baik variabel penyesuaian diri maupun variabel dukungan sosial tidak menunjukkan gejala heteroskedastisitas.

d. Uji Autokorelasi

Model regresi linier memberikan uji autokorelasi yang bisa digunakan untuk mengetahui apakah terdapat keterkaitan antara *confounding error* pada periode t dengan *confounding error* pada periode t-1 (sebelumnya). Kita katakan ada masalah autokorelasi jika ada korelasi. Karena observasi dilakukan secara berurutan dan terhubung sepanjang waktu, autokorelasi merupakan konsekuensi alami. Fakta bahwasanya kesalahan sisa atau kesalahan yang membingungkan tidak berdiri sendiri merupakan akar penyebab kesulitan ini. Karena "gangguan" dalam satu periode waktu sering kali berdampak pada "gangguan" pada periode berikutnya pada orang atau kelompok yang sama, data rangkaian waktu sering kali ditemukan

Diketahui  $N = 49$  dan  $K$  (variabel independen) = 2, nilai  $DL = 1,4564$ , nilai  $DU = 1,6257$ , dan nilai  $4-DU = 2,3743$ . Di bawah ini yakni hasil dari uji autokorelasi:

**Tabel 4.12**  
**Hasil Uji Autokorelasi**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	0,717	0,514	0,493	9,07929	1,884

*Sumber:* Diolah Dari SPSS

Melihat pada tabel 4.12 yang ada di atas, hasil uji Durbin-Watson menunjukkan nilai sebesar 1,884. Kesimpulannya, nilai DU (1,6257) kurang dari ( $<$ ) nilai D (1,884) dan nilai D (1,884) kurang dari ( $<$ ) nilai 4-DU (2,3743), sehingga bisa dipahami tidak ada autokorelasi.

## E. Uji Hipotesis

### 1. Uji Parsial (t)

Uji Parsial berfungsi untuk menguji pengaruh variabel bebas pada variabel yang terikat sebagian (individual). Uji t statistik akan membandingkan nilai t hitung dengan nilai t tabel pada taraf signifikansi 0,05 ( $\alpha = 5\%$ ). Standar berikut menentukan apakah hipotesis diterima atau ditolak:

- a. Dapat dinyatakan bahwasanya  $H_0$  ditolak jika nilai t hitung lebih besar ( $>$ ) dari t tabel atau jika nilai probabilitas lebih kecil dari tingkat signifikansi ( $\text{Sig} < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwasanya variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen.
- b. Dapat dinyatakan bahwasanya  $H_0$  diterima jika nilai t hitung lebih kecil ( $<$ ) dari t tabel atau jika probabilitas lebih besar ( $>$ ) dari tingkat

signifikansi ( $\text{sig} > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwasanya tidak ada pengaruh antara variabel dependen dan independen.

Pada uji parsial ini, peneliti menggunakan tingkat signifikansi sebesar 0,01 ( $\alpha = 1\%$ ) pada variabel penyesuaian diri ( $X_1$ ) dan 0,1 ( $\alpha = 10\%$ ) pada variabel dukungan sosial ( $X_2$ ).

Terkait hasil uji parsial ( $t$ ) bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.13**  
**Hasil Uji Parsial ( $t$ )**

Variabel	Koefisien Regresi	T	Sig
Konstanta	111,700	12,278	0,000
Penyesuaian Diri	-0,730	-3,400	0,001
Dukungan Sosial	-0,492	-1,829	0,074

Sumber: Diolah dari SPSS

Apabila melihat pada tabel 4.13 yang ada di atas, bisa diketahui bahwasanya hasil uji parsial ( $t$ ) pada variabel ( $X_1$ ) penyesuaian diri dengan menggunakan tingkat signifikansi 0,01 ( $\alpha = 1\%$ ) menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,01 yaitu  $0,001 < 0,01$ , artinya  $H_1$  diterima, sehingga bisa dipahami bahwasanya ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara penyesuaian diri dan stres akademik.

Selanjutnya pada variabel ( $X_2$ ) dukungan sosial dengan menggunakan tingkat signifikansi 0,1 ( $\alpha = 10\%$ ) menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,1 yaitu  $0,074 < 0,1$ , artinya  $H_2$  diterima, sehingga bisa dipahami bahwasanya ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara dukungan sosial dan stres akademik.

## 2. Uji Determinasi ( $R^2$ )

Uji determinasi bertujuan untuk menilai kualitas konstruksi model persamaan regresi. Secara khusus, uji determinasi ini mengukur sejauh mana penentuan model didasarkan pada seberapa baik setiap variabel bebas berkontribusi untuk menjelaskan variabel terikat. Koefisien determinasi atau  $R^2$  memiliki nilai antara 0 (nol) dan 1 (satu). Jika nilai  $R^2$  hampir mendekati 0 maka bisa dikatakan bahwasanya kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat semakin lemah. Terkait hasil uji determinasi ( $R^2$ ) bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.14**  
**Hasil Uji Determinasi ( $R^2$ )**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,717	0,514	0,493	9,07929

Merujuk pada tabel 4.14 yang ada di atas, bisa dipahami bahwasanya nilai Adjusted R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,493, bisa disimpulkan bahwasanya perubahan Stres Akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi bisa diterangkan oleh 49,3% perubahan dari Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial.

## F. Uji Regresi Linear Berganda

Jika terdapat lebih dari satu variabel independen dalam regresi linier berganda, hal tersebut merupakan peningkatan dari regresi sederhana. Tujuan dari penelitian ini yakni untuk melihat apakah terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Yang membedakan regresi berganda dengan regresi

sederhana yakni kuantitas variabel independennya. Variabel terikat pada regresi berganda diprediksi menggunakan sejumlah faktor independen, sedangkan pada regresi sederhana hanya menggunakan satu variabel independen. Stres akademik pada santri tahun pertama Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo diteliti dengan menggunakan analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini.

**Tabel 4.15**  
**Hasil Analisis Regresi Linear Berganda**

Variabel	Koefisien Regresi	t	Sig
Konstanta	111,700	12,278	0,000
Penyesuaian Diri	-0,730	-3,400	0,001
Dukungan Sosial	-0,492	-1,829	0,074

Sumber: Diolah dari SPSS

Rumus dari regresi linear berganda yakni sebagai berikut:

$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$ , sehingga model regresi linear berganda pada penelitian ini yaitu:

$$\text{Stres Akademik} = 111,700 - 0,730 \text{ Penyesuaian Diri} - 0,492 \text{ Dukungan Sosial}$$

Keterangan :

$Y$  : Stres Akademik

$X_1$  : Penyesuaian Diri

$X_2$  : Dukungan Sosial

$b_1$  : Koefisien Penyesuaian Diri

$b_2$  : Koefisien Dukungan Sosial

$\alpha$  : Konstanta (Nilai  $Y$ , apabila  $X_1, X_2 = 0$ )



e : Tingkat kesalahan

Berdasarkan model analisis regresi linear diatas bisa diketahui bahwa:

1. Nilai konstanta  $a$  artinya apabila nilai seluruh variabel independen yaitu Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial tidak mengalami perubahan atau konstan, maka stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi yakni tinggi.
2. Nilai koefisien variabel penyesuaian diri ( $b_1$ ) bernilai negatif. Hal ini bisa diartikan bahwasanya santri baru di pondok pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi akan mengalami lebih sedikit stres akademik apabila semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dimiliki.
3. Nilai koefisien variabel Dukungan Sosial ( $b_2$ ) bernilai negatif. Hal ini bisa diartikan bahwasanya santri baru di pondok pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi akan mengalami lebih sedikit stres akademik apabila semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang mereka terima.

## G. Pembahasan

Berdasarkan pendelitan pada santri baru di pondok pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi dengan menggunakan kuesioner dan analisis menggunakan SPSS versi 25. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan jawaban atas setiap rumusan masalah yang ditetapkan oleh peneliti. Oleh karena itu, pembahasan berikut akan memperjelas ada tidaknya pengaruh

dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap tekanan akademik pada santri tahun pertama di pondok pesantren Ibnu Khaldun Al-Hasyim:

#### 1. Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi

Adapun jika melihat pada hasil analisis data mengenai pengaruh penyesuaian diri terhadap stres akademik menunjukkan fakta bahwasanya analisis diterima dengan arah negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dimiliki oleh santri baru, maka semakin rendah stres akademik yang dimiliki oleh santri baru pondok pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi dan sebaliknya jika santri baru memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah maka semakin tinggi pula tingkat stres akademik yang dimiliki pada santri baru.

Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon, melibatkan penalaran faktual seseorang, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, citra diri yang positif, keterampilan ekspresi emosional, dan kapasitas untuk hubungan yang sehat.<sup>62</sup> Artinya, ketika santri baru memiliki penyesuaian diri yang baik, mereka akan bisa melihat lingkungan dan kondisinya sendiri dengan baik. Mereka juga akan mampu mengendalikan berbagai tekanan yang berasal dari lingkungannya, seperti kemampuan mengikuti aturan, mematuhi semua kegiatan yang diselenggarakan oleh pesantren, dan menyelesaikan tugas yang diberikan

---

<sup>62</sup> Neila Nabila,hal: 1

guru maupun tugas pesantren. Mampu menggambarkan persepsi tentang dirinya dengan baik yang dikaitkan dengan kondisi lingkungan, serta mampu dalam menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain.

Sebagian besar santri baru Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi memiliki penyesuaian diri yang cukup baik namun belum maksimal. Hal ini bisa dikatakan bahwasanya semua aspek dari penyesuaian diri mampu mereka lakukan dengan baik, namun ada beberapa aspek yang belum mampu mereka lakukan. Adapun sebagian santri yang tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan pesantren, terlibat dalam perilaku yang bertentangan dengan aturan pesantren seperti membawa handphone ke pesantren, bolos ketika ngaji kitab maupun sekolah formal. Ketika ada kegiatan di pesantren, Santri yang sulit menyesuaikan diri cenderung ingin melepas lelah dengan berbaring atau bergurau bersama teman-temannya dimana hal tersebut merupakan aktivitas yang membebaskan santri dari tekanan dan rasa stres.

Menurut Schneiders, penyesuaian diri merupakan upaya yang mencakup reaksi perilaku dan mental di mana orang mencoba mengatasi berbagai masalah dan frustrasi yang disebabkan oleh menekan kebutuhan mereka sendiri untuk menemukan harmoni atau keseimbangan dengan lingkungan mereka dan diri mereka sendiri. Masalah atau frustrasi muncul dikarenakan individu tidak mampu dalam beradaptasi dengan masalah

yang muncul terhadap diri individu. Tidak adanya emosi yang berlebihan menunjukkan bahwasanya individu tersebut memiliki penyesuaian diri yang baik. Orang yang menangani kesulitan dengan ketenangan dan mengontrol emosi memungkinkan individu tersebut untuk mengatasi masalah. Individu yang memiliki kontrol emosi lebih siap untuk menganalisis masalah secara objektif dan menemukan solusi yang tepat. Ketika upaya gagal, individu dengan keterampilan penyesuaian diri yang kuat mengakui kekurangannya dan melakukan upaya lain untuk berhasil.

Seseorang yang penyesuaian dirinya baik tidak akan mengalami frustrasi pribadi. Mengalami frustrasi membuat sulit untuk menanggapi masalah dengan cara yang tepat. Ketika seseorang frustrasi, mereka akan mengganti mekanisme koping psikologis atau reaksi lain yang sulit disesuaikan dengan reaksi normal, seperti kemarahan yang sering dan tidak bisa dibenarkan ketika berinteraksi dengan orang sekitarnya. Penyesuaian diri yang baik juga terlihat pada pemikirannya yang rasional dan mampu menempatkan diri. Kemampuan individu mengendalikan segala tekanan yang diterima dengan berpikir secara rasional dan mampu menempatkan dirinya sendiri dengan bertindak yang sesuai.

Stres lebih mudah muncul pada individu yang sulit untuk menyesuaikan diri. Ketika seseorang tidak bisa memenuhi tuntutan lingkungan mereka, mereka akan merasakan keadaan tertekan baik secara fisik dan psikologis. Stres yakni keadaan yang disebabkan oleh

tuntutan eksternal dan internal yang membuat seseorang merasa tidak berdaya untuk menanganinya. Penyesuaian diri juga ditunjukkan oleh kemampuan seseorang untuk mematuhi aturan, menyelesaikan masalah yang diterimanya, mengendalikan emosi mereka dengan baik, mempertahankan persepsi diri positif berdasarkan penilaian internal dan eksternal, dan membentuk hubungan yang bermakna.<sup>63</sup>

Begitupun halnya dengan santri baru, mereka harus dihadapkan dengan situasi kondisi atau keadaan berbeda yang dialami sebelum tinggal di pondok pesantren seperti masyarakat lingkungan sekitar yang berbeda maupun penyesuaian-penyesuaian diri lainnya. Karena keadaan yang berbeda ini, santri dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan mereka yang baru dan dihadapkan berbagai masalah yang kemungkinan nantinya akan menyebabkan stres. Permasalahan yang muncul biasanya berasal dari lingkungan fisik dan lingkungan sosial di tempat baru. Stres yang sering dihadapi oleh santri yakni stres akademik.

Menurut Gadzella, stres akademik yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap stresor tersebut, yang bisa mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.<sup>64</sup> Penelitian lain juga memaparkan bahwasanya faktor yang mempengaruhi stres akademik diantaranya dukungan sosial, *self efficacy*

---

<sup>63</sup> Nuryani, 175-177

<sup>64</sup> Dhea Karina Pramesta, 24

rendah, tuntutan lingkungan, lama belajar, ujian, dan penyesuaian diri.<sup>65</sup> Sejalan dengan penelitian dari Nuryani yang memaparkan bahwasanya kehidupan siswa akan terpengaruh ketika mereka tidak bisa melakukan penyesuaian untuk diri mereka sendiri. Prestasi akademik siswa akan menurun jika mereka kesulitan untuk menyesuaikan diri. Prestasi akademik yakni pergeseran keterampilan perilaku, atau kapasitas yang bisa berkembang dari waktu ke waktu dan bukan disebabkan oleh proses pertumbuhan melainkan oleh lingkungan pendidikan. Santri yang tidak mampu menyesuaikan diri mudah mengalami stres. Seseorang yang tidak mampu memenuhi tuntutan lingkungannya akan menderita depresi fisik dan psikologis. Individu yang tidak bisa beradaptasi dengan perubahan hidup mungkin menemukan diri mereka di bawah tekanan, sehingga penyesuaian diri merupakan faktor penting untuk menentukan stres.<sup>66</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syanida Putri Asyifa Siregar menunjukkan hasil korelasi negatif yang bisa diartikan, tingkat stres akademik siswa akan menurun dengan meningkatnya penyesuaian diri, dan sebaliknya jika tingkat penyesuaian siswa lebih rendah, mereka akan mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi.<sup>67</sup>

---

<sup>65</sup> Shelma & Ridawan, 8

<sup>66</sup> Nuryani, 176

<sup>67</sup> Syanida Putri Siregar, 33

## 2. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholidun AL-Hasyimi

Adapun jika melihat pada hasil analisis data terkait pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik menunjukkan fakta bahwasanya hipotesis penelitian ini diterima dengan arah negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh santri baru, maka semakin rendah stres akademik yang dimiliki oleh santri baru pondok pesantren Ibnu Kholidun AL-Hasyimi dan sebaliknya apabila dukungan sosial yang dirasakan santri baru rendah maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dimiliki pada santri baru.

Sarafino & Smith menggambarkan dukungan sosial sebagai ketersediaan rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta dukungan dari satu individu atau kelompok ke individu maupun kelompok lainnya.<sup>68</sup>

Beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang meliputi jenis dukungan yang ditawarkan, masalah yang dihadapi, serta berapa lama dalam memberikan dukungan. Memberikan dukungan kepada individu bisa memiliki makna yang berarti untuk hari-hari individu tersebut. Bentuk bantuan yang diterima seseorang sangat berarti jika dukungan tersebut membantu dan diperlakukan dalam keadaan yang sulit. Penerimaan dukungan bisa dipengaruhi oleh peran sosial, kebiasaan, dan kepribadian. Selain itu, harus ada kesesuaian antara jenis

---

<sup>68</sup>Nisa'i, 139

dukungan dan masalah yang dihadapi orang tersebut. Bantuan yang ditawarkan akan bisa diterima semaksimal mungkin, tetapi apabila tidak bisa diterima semaksimal mungkin itu akan tergantung pada berapa lama bantuan yang diberikan.

Dukungan sosial memiliki beberapa manfaat untuk individu yang menerimanya. Tujuan mendasar dari dukungan sosial ada empat: dukungan sosial membantu individu merasa lebih baik dan mempertahankan hubungan positif dengan orang lain. Orang lain bisa memberikan berbagai informasi ketika terjadi sesuatu yang membingungkan, dimana hal tersebut bisa membantu orang individu dalam memahami dan menangani masalah. Individu diberikan dukungan secara langsung dalam bentuk barang maupun tindakan jasa, menghabiskan waktu dengan individu, diberikan bantuan ketika situasi yang mereka anggap sulit, dan membuat individu merasa lebih baik secara keseluruhan.

Hal ini membuktikan bahwasanya dukungan sosial sangat bermanfaat bagi orang-orang yang menerimanya. Salah satu manfaat ini yakni bahwasanya mereka yang menerima dukungan sosial akan merasa lebih baik ketika mereka berada dalam keadaan sulit. Bantuan tersebut akan membantu individu untuk menangani masalahnya. Salah satu permasalahan yang biasanya santri rasakan saat kewajibannya untuk tetap menempuh pendidikan di pesantren walaupun harus jauh dengan



orangtua, keharusan untuk mentaati berbagai peraturan yang ditetapkan oleh pesantren, keharusan dalam menyelesaikan tugas-tugas formal maupun non formal dimana santri harus dihadapkan dengan keadaan yang berbeda dengan keadaan yang mereka temui sebelum tinggal di pesantren.<sup>69</sup>

Menurut Gadzella, stres akademik yakni hasil dari persepsi individu tentang stresor akademik dan respons mereka terhadap stresor tersebut, yang bisa mencakup respons perilaku, emosional, fisik, dan kognitif.<sup>70</sup> Penelitian lain juga memaparkan bahwasanya faktor yang mempengaruhi stres akademik diantaranya dukungan sosial, self efficacy rendah, tuntutan lingkungan, lama belajar, ujian, dan penyesuaian diri.<sup>71</sup> Terdapat 4 aspek stres akademik menurut Gadzella yaitu reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, dan reaksi kognitif.

Ada berbagai reaksi yang dialami individu apabila mengalami stres akademik, yaitu reaksi perilaku, emosional, kognitif, dan fisik. Reaksi fisiologis yang disebabkan oleh stres yang mengakibatkan kurangnya kebugaran fisik, termasuk berkeringat, gangguan pencernaan dan sakit kepala. Reaksi emosional meliputi perasaan negatif, cemas, takut, ragu, malu, sedih, depresi, mudah tersinggung, dan percaya bahwasanya mereka tidak memiliki potensi atau kemampuan. Reaksi perilaku negatif bisa berupa mulai menghindari orang-orang di

---

<sup>69</sup> Erfan Hidayat, 169

<sup>70</sup> Dhea Karina Pramesta, 24

<sup>71</sup> Shelma & Ridwan, 8

sekitarnya, menangis, bertindak acuh tak acuh, menunda tugas, menyangkal kenyataan, dan mencari kesenangan berbahaya. Reaksi kognitif termasuk ketidakmampuan seseorang untuk berkonsentrasi saat belajar dan munculnya pikiran negatif terhadap diri sendiri. Individu merasa bingung, kesulitan fokus, pelupa, dan munculnya pikiran-pikiran yang tidak biasa.

Seseorang bisa mengalami stres akademik karena berbagai faktor internal maupun eksternal. Faktor Internal bisa berupa pola pikir individu yaitu bagaimana mereka melihat dunia dari sudut pandang mereka. Misalnya, seorang murid yang merasa bahwasanya belajar yakni kesulitan dan beban. Kepribadian, yang merupakan kualitas yang dibentuk oleh lingkungan sosial dan keluarga individu. Jika individu memiliki kepribadian yang lemah dan mudah dipengaruhi oleh tekanan dari lingkungan sosial, keluarga, dan pendidikannya, stres akademik akan terjadi. Serta keyakinan, yaitu suatu kepercayaan bahwasanya seseorang memiliki keterampilan yang diperlukan untuk membuat dirinya optimis dan bertanggung jawab. Siswa yang kurang percaya diri mungkin juga merasa bahwasanya mereka tidak bisa memenuhi tuntutan yang diberikan pada mereka secara akademis.

Faktor dari luar inidividu merupakan faktor yang disebabkan berasal dari lingkungan sekitar siswa. Faktor-faktor ini termasuk orang tua yang menempatkan tuntutan tinggi pada kinerja akademik anak-anak

mereka, tuntutan status sosial, pelajaran yang lebih padat, dan tekanan kuat untuk mencapainya.<sup>72</sup>

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian oleh Erfin Hidayat dan Ira Darmawanti, yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik. Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwasanya tingkat stres akademik menurun dengan meningkatnya dukungan sosial dan meningkatnya stres akademik dengan menurunnya dukungan sosial.<sup>73</sup>



---

<sup>72</sup> Rosanti, 1578

<sup>73</sup> Erfin Hidayat, 169

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Didapatkan dua kesimpulan yang bisa ditarik dari hasil analisis data mengenai pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo:

1. Hasil analisis secara parsial pada variabel penyesuaian diri dengan stres akademik menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,01 yaitu  $0,001 < 0,01$  dengan arah negatif. Berdasarkan hasil yang didapatkan, bisa dikatakan bahwasanya hipotesis pertama yang diajukan oleh peneliti pada penelitian ini bisa diterima. Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya penyesuaian diri memiliki pengaruh terhadap stres akademik yang signifikan dengan arah negatif. Artinya semakin tinggi tingkat penyesuaian diri pada santri baru maka semakin rendah stres akademik pada santri baru pondok pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo, sebaliknya jika tingkat penyesuaian diri pada santri baru semakin rendah, maka tingkat stres akademik yang dimiliki santri semakin tinggi. Sebagian besar santri baru Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi memiliki penyesuaian diri yang cukup baik namun belum maksimal. Hal ini berarti bahwasanya semua aspek dari

penyesuaian diri mampu mereka jalankan dengan baik, namun ada beberapa aspek yang belum mampu mereka jalankan.

2. Pada variabel dukungan sosial dengan stres akademik menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,1 yaitu  $0,074 < 0,1$  dengan arah negatif. Berdasarkan hasil yang didapatkan, bisa dikatakan bahwasanya hipotesis kedua yang diajukan oleh peneliti pada penelitian ini bisa diterima. Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan stres akademik yang signifikan dengan arah negatif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh santri baru maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dimiliki oleh santri baru pondok pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo, sebaliknya jika semakin rendah dukung sosial yang didapatkan oleh santri baru, maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dimiliki santri baru. Salah satu fungsi dukungan sosial yaitu bahwasanya orang yang menerima dukungan sosial akan mengalami perasaan positif ketika berhadapan pada keadaan yang sulit. Dukungan sosial benar-benar memiliki pengaruh positif pada orang yang menerimanya. Mereka yang mengalami emosi baik akan mampu mengatasi masalah mereka.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo**

Dengan adanya penelitian ini maka disarankan Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo menyediakan bimbingan kepada individu yang mengalami stres akademik, serta mengadakan sosialisasi tentang dukungan sosial kepada wali santri dikarenakan dukungan sosial memiliki peran penting untuk mengurangi stres akademik.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Mampu menguraikan penelitian terkait penyesuaian diri, dukungan sosial dengan stres akademik yang lebih luas, pun juga bisa menambahkan variabel lain yang belum tercantum dalam penelitian ini seperti motivasi belajar yang kemungkinan memiliki pengaruh terhadap stres akademik. Serta menambah subjek penelitian untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustriyana, Nur Astuti, “ Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas”, *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, (2018): 9-11
- Al Hakim, Riko. “Validitas Dan Reliabilitas Angket Motivasi Berprestasi”. *Jurnal Studi Bimbingan dan Konseling*, vol. 4, no. 4 (Juli 2021): 264-265
- Andhayani, Anis. “Self Healing Pada Mahasiswa Yang Mengalami Stress Akademik”. *Jurnal Psychological Security*, vol. 1, no. 1 (Februari 2023): 137-138
- Aziz, Aceng Abdul. “Manajemen Pondok Pesantren Dalam Membentuk Santri Yang Berjiwa Entrepreneur”. *Jurnal Manajemen Dakwah*, vol. 5, no. 3 (September 2020): 241-242
- Barseli, Mufadhal, Riska Ahmad. “Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil belajar”. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, vol. 4, no. 1 (April 2018): 43-45
- Christine, Debby. “Pengaruh Profitabilitas, Leverage, Total Arus Kas dan Uukuran Perusahaan Terhadap Financial Distress Pada Perusahaan Property dan Real Estate yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia Tahun 2014-2017”. *Jurnal Ekonomi Syariah*, vol. 2, no. 2 (Juni 2019): 34-35
- Damayanti, Siska. “Tingkat Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Selama Proses Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19”. *Jurnal Studi Ilmu Keperawatan*, vol. 5, no. 4 (2022): 156-157
- Erindana, Ferina Ulfa Nikmatun. “Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama”. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, vol. 4, no. 1 (2021): 15-16
- Gadzella, Bernadette M. and William G. Masten “An Analysis Of The Categories In The Student-Life Stress Inventory”, *American Journal Of Psychological Research*, vol. 1, no. 1(2004): 3
- Ghozali, Imam. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS 25*. Universitas Diponegoro, 2018
- Haber & Runyon, *Psychology Of Adjusment (America)*, 10.

- Hamisati, Wildanun. "Analisis Kepuasan Konsumen Minuman Cokelat Nyoklat Klasik Di Kecamatan Kota Sumenep Kabupaten Sumenep". *Jurnal Agribisnis*, vol. 16, no. 1 (Mei 2019): 25-26
- Harjuna, Rafiq Tri Belan Harjuna. "Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Selama Daring di Masa Pandemi". *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 5, no. 5 (2021): 10793-10794
- Hayati Najmi. " Hubungan antara Self Efikasi Dan Dungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Pembelajaran Daring Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi UPI YAI". *Jurnal Psikologi Pendidikan*, vol. 2, no. 3 (November 2022): 90-93
- Hidayat, Erfan. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19". *Jurnal Psikologi Pendidikan*, vol. 8, no. 9 (2022): 171-173
- Jannah, Miftahul. "Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam". *Jurnal Psikologi Islam Media*, vol. 1, no. 1 (April 2016): 245-247
- Jasmalinda. "Pengaruh Citra Merek Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Motor Yamaha Di Kabupaten Padang Pariam". *Jurnal Inovasi Penelitian*, vol. 1, no. 10 (Maret 2021): 2200-2202
- Koeswardhana, Glory. "Analisis Kemampuan Laba Kotor, Laba Operasi Dan Laba Bersih Dalam Memprediksi Arus Kas Di Masa Mendatang". *Jurnal Information System*, vol. 4, no. 1 (Februari 2020): 45-46
- Mariansyah, Alvin. "Pengaruh Kualitas Produk , Kualitas Pelayanan, dan Harga Terhadap Kepuasan Konsumen Cafe Kabalu". *Jurnal Ilmiah Bina Manajemen*, vol. 3, no. 2 (2020): 144-145
- Nabila, Neila. "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Remaja Pondok Pesantren Daruut Taqwa Ponorogo". *Jurnal Penelitian Psikologi Pendidikan*, vol. 06, no.3 (2019): 1-3
- Nafisah, Ulfatun. "Implementasi Pendidikan Akhlak Santru Di Pondok Pesantren Modern El-Fira". *Jurnal Ilmiah Mandala education*, vol.8, no.1 (Januari 2022): 963-964
- Nanincova, Niken. "Pengaruh Kualitas Layanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Noach Cafe And Bistro". *Jurnal Manajemen Bisnis*, vol. 7, no. 2 (2019):2-4



- Nashihah, “Hubungan Penyesuaian Diri dan Kecenderungan Stres Akademik Pada Remaja Santri Pondok Pesantren AL-Falah Jepara”, *Psikologi Pendidikan* (2020): 3
- Ningsih, Wahyu. “Hubungan Media Pembelajaran dengan Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMP IptekSengkol Tangerang Selat”. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, vol. 06, no. 01 (Januari 2021): 5-7
- Nuryani. “Dampak Kesulitan Menyesuaikan Pada Santri”. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, vol.4, no. 1 (Desember 2019): 175-177
- Pakpahan, Yunita Eriyanti. “Pengaruh Kualitas Laporan Keuangan Terhadap Kinerja Usaha Umkm “. *Jurnal Akuntabel* (2020): 265-267
- Pramesta, Dhea Karina. “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Siswa Di SMA”. *Jurnal Penelitian PsikologiPsikologi*, vol. 8, no. 7 (2021): 24-26
- Purnomo, Puji. “Pengembangan Tes Hasil Belajar Matematika Materi Menyelesaikan Masalah Yang Berkaitan Dengan Waktu, Jarak Dan Kecepatan Untuk SiswaKelas V”. *Jurnal PGSD*, vol. 20, no. 2 (Desember 2019): 152-153
- Rasyid, Hamidi. “Perubahan Perilaku Santri Dari Status Santri Menjadi Siswa”. *Jurnal Sandhyakala*, vol. 1, no. 2 (Juli 2020): 95-96
- Renna, Hendrik Ryan Puan.“Konsep Pendidikan Menurut John Locke dan Relevansinya bagi pendidikan Sekolah di Wilayah Pedalaman Papua”. *Jurnal Papeda*, vol. 4, no. 1 (Januari 2022): 10-12
- Rosanti. “Studi Tentang Stres Akademik Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP NegeriPontianak”.*Jurnal Pendifidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, vol. 11, no. 9 (September 2022): 1578-1581
- Sarafino, Edward and Timoty W.Smith. *Health Psychology biopsychosocial interaction*. New Yourk, 2008
- Sari, Meita Sekari. “Pengaruh Akuntabilitas, Pengetahuan, dan Pengalaman Pegawai Negeri Sipil Beserta Kelompok Masyarakat (Pokmas) Terhadap Kualitas Pengelola Dana Kelurahan Di Lingkungan Kecamatan Langkapura”. *Jurnal Ekonomi*, vol. 21, no. 3 (Oktober 2019): 311-312
- Shelma & Ridwan “Intensi Belajar Dengan Tingkat Stres Pada Siswa Pesantren”, *Jurnal JIM Fkep*, vol. 3, no.3 (2018): 5-7

- Sholikhah, Amirotun. "Statistik Deskriptif Dalam Penelitian Kualitatif". *Jurnal Statistik deskriptif*, vol. 10, no. 2 (Juli 2016): 342-343
- Siregar, Syanida Putri Asyifa. "Hubungan Penyesuain Diri Dengan Stres Akademik Dalam Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022". *Jurnal Indonesian Conselingan Psychology*, vol. 2, no. 2(Juni 2022): 33-34
- Sulistiyawati, Wiwik. "Analisis (Deskriptif Kuantitatif) Motivasi Belajar Siswa Dengan Model *Blended Learning* Di Masa Pandemi COVID19". *Jurnal Pendidikan Matematika*, vol.13, no. 1 (2022): 70-71
- Supriyono. "Analisi Pengaruh Stres Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi". *Jurnal Manajemen dan Bisnis*, vol. 4, no. 2 (Desember 2019): 85-87
- Susilaningrum, Herawati. "Dukungan Sosial Dengan Work Life Balance Pada Pekerja Wanita". *Jurnal Inovasi Penelitian*, vol. 03, no. 8 (Januari 2023): 7298-72300
- UIN KHAS Jember. "Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UIN KHAS Jember". (2021): 7
- Ulfa, Rafika. "Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan". *Jurnal Pendidikan Keislaman*. (2021): 347-348
- Widiani, Ni Luh Putu Wahyu. " Hubungan Efikasi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Remaja". *Jurnal Community of Publishing In Nursing*, vol. 10, no. 3 (Juni 2022): 314-315



**LAMPIRAN-LAMPIRAN**  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
JEMBER

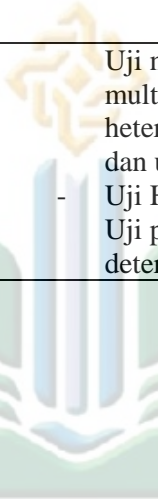
## Lampiran 1

### Matrik Penelitian

#### MATRIKS PENELITIAN

Judul	Variabel Penelitian	Indikator	Metode Penelitian	Metode Pengumpulan data	Rumusan Masalah
Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo	1. Variabel Bebas (x) Variabel bebas dalam penelitian ini ada dua: (X1): Penyesuaian Diri (X2): Dukungan Sosial	1. Penyesuaian diri a. Persepsi yang akurat terhadap kenyataan b. Kemampuan untuk mengatasi stres c. Konsep Diri d. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan e. Hubungan interpersonal yang baik 2. Dukungan Sosial	1. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis analisis regresi linear berganda 2. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan IBM SPSS Version 25 For Windows. 3. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive</i> sampling dengan kriteria maksimal nyanti selama 1 tahun, yaitu berjumlah 49 santri baru Pondok Pondok	Metode pengumpulan data pada penelitian ini ada dua yaitu data primer dan sekunder. Primer: Angket dan observasi Sekunder: Dokumentasi terkait data-data pendukung penelitian	1. Apakah ada pengaruh antara Penyesuaian Diri Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo? 2. Apakah ada pengaruh antara Dukungan

	<p>2. Variabel Terikat (y) Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Stres Akademik</p>	<p>a. Dukungan Emosional b. Dukungan Instrumental c. Dukungan Informasional d. Dukungan Kebersamaan</p> <p>1. Stres Akademik a. Reaksi Fisik b. Reaksi Emosi c. Reaksi Perilaku d. Reaksi Kognitif</p>	<p>Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi.</p> <p>4. Instrumen penelitian terdiri dari 3 instrumen: - Instrumen skala penyesuaian diri berdasarkan teori dari Haber &amp; Runyon - Instrumen skala dukungan sosial berdasarkan terosi dari sarafino &amp; smith - Instrumen skala stres akademik berdasarkan teori dari Gadzella</p> <p>5. Uji Instrumen terdiri dari uji validitas dan uji reliabilitas</p> <p>6. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis analisis regresi linear berganda. Adapaun tahapannya meliputi: - Uji Asumsi Klasik</p>		<p>Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo?</p>
--	--	--	--	--	---

			 <p>Uji normalitas, uji multikolonieritas, uji heteroskedastisitas, dan uji auto korelasi - Uji Hipotesis Uji parsial (t) dan uji determinasi (<math>R^2</math>)</p>		
--	--	--	--	--	--

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
 JEMBER

## Lampiran 2

### Surat Pernyataan Keaslian Tulisan

#### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nuraini  
NIM : D20195016  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Dakwah  
Institusi : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 21 November 2023

Saya yang menyatakan



Nuraini

NIM D20195016

## Lampiran 3

## Surat Ijin Penelitian

## SURAT IJIN PENELITIAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550  
email : [fakultasdakwah@uinkhas.ac.id](mailto:fakultasdakwah@uinkhas.ac.id) website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B. 3235/Un.22/6.a/PP.00.9/09 /2023 18 September 2023  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Pengasuh Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Nuraini  
NIM : D20195016  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Psikologi Islam  
Semester : IX (sembilan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Khaldun AL-Hasyimi Besuki Situbondo"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**



An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik

Siti Raudhatul Jannah



## Lampiran 4



## Surat Selesai Penelitian

### Surat Keterangan Selesai Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi

Alamat : Kelompong, Widoropayung, Besuki, Situbondo

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Nuraini

NIM : D20195016

Fakultas/Prodi : Dakwah/Psikologi Islam

Yang bersangkutan benar-benar telah selesai melaksanakan Penelitian Skripsi pada tanggal 15 Oktober 2023 dengan judul "Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi Besuki Situbondo".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Situbondo, 15 Oktober 2023

Pengasuh Pondok Pesantren Ibnu Kholdun AL-Hasyimi



## Lampiran 5

## Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren demi kebaikan saya				
2	Saya tidak akan mendapatkan hukuman, jika saya mematuhi peraturan di pondok pesantren				
3	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayang kepada saya				
4	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
5	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
6	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
7	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
8	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena kegiatannya padat dan peraturan yang ketat				
9	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
10	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
11	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
12	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
13	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				

14	Saya adalah santri yang berperilaku sopan kepada kyai, guru, maupun teman-teman				
15	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
16	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
17	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
18	Saya menghindari untuk berbicara pada orang yang mempunyai masalah dengan saya, karena saya marah				
19	Saya marah dan memukul, ketika teman meminjam barang saya tanpa izin				
20	Saya akan meluangkan waktu apabila ada teman yang ingin menceritakan masalahnya				
21	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
22	Saya ikut berbaur dengan teman-teman di pondok pesantren				
23	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
24	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
25	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				

## Lampiran 6

## Angket Variabel Dukungan Sosial

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondok pesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				
9	Teman saya mendapatkan kiriman makanan dari orangtuanya, teman saya enggan membagikannya kepada saya				
10	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
11	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
12	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
13	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
14	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
15	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
16	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersam-sama				

17	Ketika ada tugas kelompok, teman saya enggan mengajak saya untuk menjadi anggota kelompoknya				
18	Teman saya enggan mengajak saya untuk belajar bersama				



## Lampiran 7

## Angket Variabel Stres Akademik

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa pusing ketika mendapatkan tugas sekolah yang banyak dan kegiatan pondok pesantren yang padat				
2	Nafsu makan saya berkurang ketika mendapatkan tugas yang begitu banyak				
3	Saya sulit tidur karena harus menyelesaikan tugas sekolah dan tugas pondok				
4	Fisik saya tetap bugar walaupun mendapatkan tugas yang banyak di pondok pesantren				
5	Kegiatan pondok pesantren yang padat membuat saya kelelahan				
6	Saya merasa takut ketika mendapatkan pelajaran yang begitu sulit				
7	Saya merasa cemas ketika mendapatkan tugas yang begitu sulit				
8	Saya sedih karena merasa tidak mempunyai kemampuan, ketika ditunjuk guru untuk mengerjakan soal di depan kelas				
9	Saya senang walaupun mendapatkan banyak tugas				
10	Saya merasa senang ketika ditunjuk guru untuk mengerjakan soal di depan kelas				
11	Saya tidur ketika pelajaran berlangsung				
12	Saya selalu izin ke toilet ketika mendapatkan pelajaran yang tidak saya sukai				
13	Saya memilih bolos ke kantin ketika mendapatkan pelajaran yang tidak saya sukai				
14	Saya menangis ketika mendapatkan tugas pondok yang banyak				
15	Saya memilih untuk mengobrol dengan teman ketika mendapatkan pelajaran yang tidak saya sukai				
16	Saya selalu menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas sekolah maupun tugas pondok				
17	Saya mengerjakan tugas sekolah dan tugas pondok selalu tepat waktu				
18	Saya tidak pernah bolos meskipun mata				

	pelajaran pada saat itu tidak saya sukai				
19	Saya tetap mendengarkan pelajaran yang dijelaskan oleh guru dengan baik meskipun sedang mengantuk				
20	Saya sulit berkonsentrasi ketika pelajaran dimulai				
21	Saya mudah lupa terhadap materi yang sudah dijelaskan oleh guru/ustad				
22	Saya berkonsentrasi ketika sekolah diniyah				
23	Saya dapat mengingat pelajaran yang yang sudah dijelaskan oleh ustad				



## Lampiran 8


  
 Tabulasi Data Variabel Penyesuaian Diri

NO	PERNYATAAN/PERTANYAAN (NOMOR ITEM)																			Total
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	X.17	X.18	X.19	
1	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	1	1	4	3	4	62
2	4	4	4	3	4	1	2	4	4	4	1	2	1	3	4	1	4	3	4	57
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	59
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	2	4	66
5	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	1	3	3	4	2	2	2	57
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	54
7	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	71
8	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	3	1	3	63
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	74
10	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	2	64
11	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	69
12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	3	4	69
13	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	66
14	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	69
15	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	72
16	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	61
17	4	3	4	3	3	1	1	2	1	4	4	3	2	3	2	4	2	1	1	48
18	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	4	61
19	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	61
20	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	4	2	3	62
21	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	1	1	4	4	3	3	4	3	3	62



22	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	2	4	3	4	64
23	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	3	2	67
24	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	1	3	4	4	3	3	59
25	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	55	
26	4	4	3	2	4	3	1	1	4	4	4	1	4	3	3	1	3	2	3	54
27	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	2	4	3	1	4	3	4	62
28	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	3	3	65
29	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	65
30	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4	64
31	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	65
32	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	65
33	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	2	4	4	4	2	2	2	61
34	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	2	4	1	4	3	3	62
35	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	1	1	3	4	1	4	3	4	60	
36	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	68	
37	3	2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	47	
38	4	2	3	2	3	1	2	2	4	3	3	4	1	3	2	2	3	2	2	48
39	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	3	3	2	3	53	
40	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	4	1	3	3	3	3	2	47	
41	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	3	3	2	3	51	
42	3	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	53	
43	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	4	1	3	3	4	3	1	4	54
44	4	4	3	3	3	1	3	2	3	3	4	4	1	3	2	2	3	1	2	51
45	4	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	4	1	2	3	3	3	1	3	54
46	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	4	1	3	2	3	3	1	3	49
47	3	2	2	1	3	1	3	3	3	2	3	4	1	2	2	2	2	1	42	
48	4	4	4	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	2	3	4	3	3	56
49	4	3	3	2	3	1	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	1	3	57

## Lampiran 9


 Tabulasi Data Variabel Dukungan Sosial

NO	PERTANYAAN/PERNYATAAN (NOMOR ITEM)															Total
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	
1	4	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	47
2	4	3	4	4	1	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	50
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	54
5	4	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	39
6	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	42
7	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	57
8	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	53
9	4	4	4	4	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	52
10	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	2	4	2	4	51
11	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	57
12	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	48
13	4	3	3	4	2	3	3	1	3	1	3	1	4	3	3	41
14	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	48
15	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	57
16	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	47
17	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	45
18	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	48
19	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	48
20	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	50
21	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	4	4	3	3	3	44

22	4	3	4	1	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	4	47
23	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	51
24	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	47
25	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	47
26	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	4	48
27	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4		3	4	4	4	50
28	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	51
29	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	51
30	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	53
31	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	52
32	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	53
33	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	53
34	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	53
35	4	3	4	3	1	4	3	1	2	4	4	3	4	4	4	48
36	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	3	4	44
37	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	38
38	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	42
39	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	41
40	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	37
41	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	36
42	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	49
43	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	1	49
44	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	48
45	3	3	2	3	4	4	4	3	1	3	3	3	2	3	1	42
46	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	47
47	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	34
48	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	52
49	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	48

## Lampiran 10


 Tabulasi Data Variabel Stres Akademik

No	PERTANYAAN/PERNYATAAN (NOMOR ITEM)																				Total
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	55
2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	4	4	36
3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	45
4	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	32
5	1	4	4	2	2	2	1	2	4	3	2	2	3	3	2	1	3	3	1	1	46
6	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	3	50
7	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
8	1	4	4	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	35
9	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
10	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	36
11	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	38
12	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	2	43
13	3	3	3	2	1	3	4	4	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	53
14	3	3	3	1	3	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	3	2	2	40
15	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	36
16	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	82
17	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	4	2	4	47
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	43
19	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	43
20	3	3	2	3	3	4	3	4	1	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3	49
21	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	51

22	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	29
23	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	1	2	32
24	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	1	4	4	2	2	51
25	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	49
26	3	4	1	1	3	3	2	2	3	1	4	1	3	1	2	3	3	4	3	3	50
27	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3	37
28	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	34
29	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	41
30	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	41
31	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	41
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	41
33	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	1	2	3	2	3	2	2	46
34	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	43
35	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3	36
36	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	53	
37	3	3	3	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	58	
38	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	62	
39	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	59	
40	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	63	
41	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	61	
42	3	2	3	2	2	3	1	1	3	4	3	3	2	2	4	2	3	4	2	3	52
43	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	57
44	3	2	3	1	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	2	3	4	3	3	56
45	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	1	2	3	3	3	57	
46	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	3	62	
47	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	55	
48	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	56	
49	3	3	2	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	62

## Lampiran 11

## Tranformasi Data Variabel Penyesuaian Diri MSI

Sucessive Interval																			Total
X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	X.17	X.18	X.19	Total
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	3,425	4,210	3,222	1,752	2,356	4,098	2,494	3,700	3,132	1,000	1,000	3,495	3,129	4,098	56,588
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	1,000	1,899	4,478	4,132	3,765	1,000	1,846	1,000	3,132	4,478	1,000	3,495	3,129	4,098	53,928
2,772	3,527	2,238	4,292	1,000	2,244	2,926	4,478	4,132	2,356	2,815	2,494	1,901	3,132	3,193	2,494	2,147	2,044	1,992	52,177
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	3,425	4,210	3,222	4,132	2,356	4,098	1,846	3,700	3,132	3,193	2,494	3,495	2,044	4,098	60,922
2,772	3,527	3,664	2,919	1,000	3,425	1,899	3,222	4,132	2,356	2,815	2,494	1,000	3,132	3,193	3,721	1,000	2,044	1,992	50,307
1,000	2,176	2,238	2,919	1,000	2,244	2,926	3,222	2,747	2,356	2,815	1,000	2,629	3,132	2,088	2,494	2,147	3,129	2,904	45,166
2,772	2,176	3,664	4,292	2,596	3,425	4,210	2,139	4,132	3,765	4,098	1,846	3,700	4,478	4,478	3,721	3,495	4,487	4,098	67,570
2,772	3,527	3,664	4,292	2,596	2,244	2,926	4,478	4,132	3,765	2,815	1,000	2,629	4,478	4,478	2,494	2,147	1,000	2,904	58,340
2,772	3,527	3,664	4,292	2,596	3,425	4,210	4,478	4,132	3,765	4,098	3,535	3,700	4,478	4,478	3,721	3,495	2,044	4,098	70,506
2,772	3,527	3,664	2,919	1,000	3,425	1,899	3,222	4,132	3,765	2,815	2,494	3,700	3,132	4,478	3,721	3,495	2,044	1,992	58,196
2,772	2,176	3,664	4,292	2,596	2,244	2,926	4,478	4,132	3,765	4,098	2,494	2,629	4,478	4,478	3,721	2,147	3,129	4,098	64,314
2,772	3,527	3,664	4,292	2,596	3,425	4,210	4,478	4,132	3,765	2,815	1,846	1,901	4,478	3,193	3,721	3,495	3,129	4,098	65,536
2,772	3,527	3,664	2,919	1,000	2,244	1,899	4,478	4,132	2,356	4,098	2,494	1,000	4,478	4,478	3,721	3,495	4,487	4,098	61,337
2,772	3,527	2,238	4,292	2,596	1,653	1,899	4,478	4,132	3,765	4,098	3,535	2,629	4,478	4,478	3,721	3,495	3,129	4,098	65,011
2,772	3,527	3,664	4,292	1,000	3,425	4,210	4,478	4,132	3,765	4,098	2,494	2,629	4,478	4,478	3,721	3,495	3,129	4,098	67,883
2,772	3,527	3,664	4,292	2,596	3,425	4,210	3,222	2,747	2,356	1,848	1,846	2,629	3,132	3,193	2,494	2,147	2,044	2,904	55,050
2,772	2,176	3,664	2,919	1,000	1,000	1,000	2,139	1,000	3,765	4,098	2,494	1,901	3,132	2,088	3,721	1,000	1,000	1,000	41,868
2,772	2,176	3,664	2,919	1,000	2,244	2,926	4,478	2,747	2,356	4,098	2,494	1,901	3,132	3,193	3,721	2,147	2,044	4,098	54,109
2,772	2,176	3,664	2,919	1,000	2,244	2,926	3,222	2,747	2,356	4,098	2,494	2,629	3,132	3,193	3,721	2,147	2,044	4,098	53,581

2,772	3,527	2,238	2,919	1,000	3,425	2,926	3,222	4,132	2,356	4,098	2,494	1,901	4,478	3,193	2,494	3,495	2,044	2,904	55,617
2,772	3,527	2,238	4,292	1,000	3,425	4,210	4,478	2,747	2,356	1,000	1,000	3,700	4,478	3,193	2,494	3,495	3,129	2,904	56,439
2,772	2,176	2,238	4,292	1,000	3,425	4,210	3,222	4,132	3,765	4,098	1,846	1,901	3,132	4,478	1,710	3,495	3,129	4,098	59,118
2,772	3,527	3,664	4,292	2,596	3,425	4,210	3,222	4,132	3,765	2,815	3,535	2,629	1,973	4,478	3,721	2,147	3,129	1,992	62,024
2,772	3,527	2,238	2,919	2,596	2,244	2,926	2,139	2,747	1,000	2,815	3,535	2,629	1,000	3,193	3,721	3,495	3,129	2,904	51,528
1,000	2,176	2,238	2,919	1,000	2,244	2,926	4,478	2,747	2,356	1,848	1,846	2,629	3,132	3,193	2,494	2,147	2,044	2,904	46,321
2,772	3,527	2,238	1,793	2,596	2,244	1,000	1,000	4,132	3,765	4,098	1,000	3,700	3,132	3,193	1,000	2,147	2,044	2,904	48,284
2,772	2,176	3,664	2,919	2,596	2,244	4,210	4,478	4,132	2,356	4,098	1,000	1,901	4,478	3,193	1,000	3,495	3,129	4,098	57,937
2,772	2,176	3,664	4,292	2,596	2,244	2,926	4,478	4,132	3,765	4,098	1,846	2,629	1,973	4,478	2,494	3,495	3,129	2,904	60,089
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	2,244	4,210	3,222	4,132	3,765	2,815	1,000	2,629	4,478	3,193	2,494	3,495	3,129	4,098	60,381
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	2,244	4,210	3,222	4,132	2,356	2,815	1,000	2,629	4,478	3,193	2,494	3,495	3,129	4,098	58,972
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	2,244	4,210	3,222	4,132	3,765	2,815	1,000	2,629	4,478	3,193	2,494	3,495	3,129	4,098	60,381
2,772	3,527	3,664	2,919	2,596	2,244	4,210	3,222	4,132	3,765	2,815	1,000	2,629	4,478	3,193	2,494	3,495	3,129	4,098	60,381
1,000	2,176	3,664	4,292	2,596	2,244	2,926	4,478	2,747	3,765	1,848	3,535	1,901	4,478	4,478	3,721	1,000	2,044	1,992	54,884
2,772	2,176	3,664	4,292	2,596	2,244	2,926	4,478	2,747	3,765	4,098	1,846	2,629	1,973	4,478	1,000	3,495	3,129	2,904	57,210
2,772	2,176	2,238	2,919	2,596	2,244	4,210	4,478	4,132	2,356	4,098	1,000	1,000	3,132	4,478	1,000	3,495	3,129	4,098	55,549
2,772	3,527	3,664	2,919	1,000	2,244	4,210	3,222	4,132	3,765	2,815	2,494	2,629	4,478	4,478	3,721	3,495	4,487	2,904	62,955
1,000	1,000	2,238	2,919	2,596	1,000	2,926	3,222	2,747	2,356	2,815	2,494	1,901	1,973	2,088	1,710	1,000	1,000	1,992	38,977
2,772	1,000	2,238	1,793	1,000	1,000	1,899	2,139	4,132	2,356	2,815	3,535	1,000	3,132	2,088	1,710	2,147	2,044	1,992	40,792
2,772	2,176	2,238	2,919	1,000	1,000	2,926	2,139	2,747	2,356	2,815	3,535	1,000	3,132	3,193	2,494	2,147	2,044	2,904	45,538
1,000	1,000	1,000	1,793	1,000	1,000	2,926	3,222	1,752	1,000	1,848	3,535	1,000	3,132	3,193	2,494	2,147	3,129	1,992	38,165
1,000	2,176	1,000	2,919	1,000	1,000	2,926	2,139	2,747	2,356	2,815	3,535	1,000	3,132	3,193	2,494	2,147	2,044	2,904	42,528
1,000	1,000	3,664	1,793	2,596	2,244	1,899	2,139	1,752	1,000	1,848	2,494	1,901	3,132	4,478	2,494	3,495	3,129	2,904	44,962
2,772	2,176	2,238	2,919	1,000	1,000	2,926	3,222	2,747	2,356	1,848	3,535	1,000	3,132	3,193	3,721	2,147	1,000	4,098	47,030
2,772	3,527	2,238	2,919	1,000	1,000	2,926	2,139	2,747	2,356	4,098	3,535	1,000	3,132	2,088	1,710	2,147	1,000	1,992	44,325
2,772	2,176	2,238	2,919	2,596	1,000	2,926	3,222	2,747	3,765	2,815	3,535	1,000	1,973	3,193	2,494	2,147	1,000	2,904	47,424
1,000	2,176	2,238	1,000	1,000	1,000	2,926	3,222	2,747	2,356	2,815	3,535	1,000	3,132	2,088	2,494	2,147	1,000	2,904	40,781
1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,926	3,222	2,747	1,000	2,815	3,535	1,000	1,973	2,088	1,710	1,000	2,044	1,000	33,060
2,772	3,527	3,664	2,919	1,000	1,000	2,926	2,139	2,747	2,356	2,815	3,535	1,000	3,132	2,088	2,494	3,495	3,129	2,904	49,642
2,772	2,176	2,238	1,793	1,000	1,000	2,926	3,222	4,132	2,356	4,098	2,494	3,700	3,132	3,193	2,494	3,495	1,000	2,904	50,125

## Lampiran 12

## Tranformasi Data Variabel Dukungan Sosial MSI

Sucessive Interval															
X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	Total
3,652	4,081	1,000	4,260	4,260	2,717	2,835	1,993	3,327	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	2,715	44,175
3,652	2,585	3,624	4,260	1,000	4,098	2,835	1,000	3,327	4,649	2,601	3,089	4,439	4,518	3,896	49,572
2,154	2,585	2,305	2,977	3,031	2,717	2,835	2,930	3,327	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	2,715	40,911
3,652	4,081	2,305	4,260	3,031	4,098	2,835	4,084	4,748	3,143	2,601	4,423	4,439	2,937	2,715	53,352
3,652	2,585	1,000	1,000	2,002	1,668	2,835	2,930	3,327	3,143	1,000	1,964	2,088	2,937	2,715	34,844
2,154	2,585	1,000	2,977	3,031	1,668	1,752	1,993	4,748	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	2,715	37,958
3,652	4,081	3,624	4,260	2,002	2,717	4,228	4,084	4,748	4,649	2,601	4,423	4,439	4,518	3,896	57,921
3,652	4,081	2,305	2,977	3,031	4,098	4,228	4,084	4,748	4,649	1,000	1,000	4,439	4,518	3,896	52,704
3,652	4,081	3,624	4,260	2,002	1,000	1,000	4,084	4,748	4,649	2,601	4,423	4,439	4,518	3,896	52,976
3,652	2,585	2,305	2,977	4,260	4,098	4,228	2,930	3,327	4,649	2,601	1,964	4,439	1,000	3,896	48,909
3,652	4,081	3,624	2,977	3,031	4,098	4,228	4,084	4,748	4,649	2,601	4,423	3,166	4,518	3,896	57,775
3,652	2,585	2,305	2,977	3,031	2,717	2,835	1,993	3,327	3,143	2,601	4,423	4,439	2,937	2,715	45,680
3,652	2,585	2,305	4,260	2,002	2,717	2,835	1,000	3,327	1,000	1,000	1,000	4,439	2,937	2,715	37,773
3,652	4,081	2,305	2,977	2,002	4,098	4,228	4,084	3,327	3,143	1,000	1,964	3,166	2,937	2,715	45,677
3,652	4,081	2,305	4,260	4,260	4,098	4,228	2,930	4,748	4,649	2,601	3,089	4,439	4,518	3,896	57,752
2,154	2,585	2,305	1,924	3,031	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	3,166	2,937	3,896	44,033
3,652	2,585	2,305	1,924	3,031	2,717	1,752	4,084	3,327	3,143	1,000	3,089	2,088	2,937	3,896	41,531
3,652	2,585	2,305	2,977	3,031	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	3,896	44,982
3,652	2,585	2,305	2,977	3,031	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	3,896	44,982



2,154	4,081	2,305	2,977	3,031	2,717	2,835	4,084	3,327	3,143	2,601	4,423	3,166	2,937	3,896	47,678
3,652	2,585	2,305	1,924	3,031	1,000	1,752	2,930	3,327	3,143	2,601	4,423	3,166	2,937	2,715	41,492
3,652	2,585	3,624	1,000	3,031	2,717	4,228	4,084	3,327	3,143	2,601	1,000	3,166	2,937	3,896	44,991
3,652	4,081	3,624	1,000	3,031	2,717	2,835	4,084	3,327	3,143	2,601	4,423	3,166	4,518	3,896	50,099
2,154	4,081	2,305	2,977	1,000	2,717	2,835	4,084	3,327	3,143	2,601	3,089	3,166	4,518	2,715	44,712
2,154	2,585	2,305	1,924	3,031	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	3,166	2,937	3,896	44,033
3,652	4,081	2,305	4,260	3,031	2,717	2,835	2,930	3,327	4,649	1,000	3,089	1,000	2,937	3,896	45,708
3,652	2,585	3,624	2,977	4,260	4,098	2,835	4,084	2,033	4,649	0,000	3,089	4,439	4,518	3,896	50,738
3,652	2,585	2,305	1,924	3,031	2,717	4,228	2,930	4,748	3,143	2,601	3,089	4,439	4,518	3,896	49,805
3,652	2,585	3,624	2,977	4,260	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	4,439	2,937	2,715	49,223
3,652	2,585	3,624	2,977	4,260	4,098	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	4,439	2,937	3,896	51,784
3,652	2,585	3,624	2,977	4,260	2,717	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	4,439	2,937	3,896	50,404
3,652	2,585	3,624	2,977	4,260	4,098	4,228	2,930	3,327	3,143	2,601	3,089	4,439	2,937	3,896	51,784
3,652	4,081	3,624	1,924	2,002	4,098	4,228	4,084	4,748	4,649	2,601	1,964	3,166	4,518	3,896	53,234
3,652	4,081	2,305	2,977	3,031	4,098	4,228	2,930	4,748	3,143	1,000	3,089	4,439	4,518	3,896	52,133
3,652	2,585	3,624	2,977	1,000	4,098	2,835	1,000	2,033	4,649	2,601	3,089	4,439	4,518	3,896	46,995
3,652	2,585	2,305	2,977	2,002	2,717	2,835	1,993	3,327	3,143	2,601	1,964	2,088	2,937	3,896	41,020
2,154	2,585	1,000	2,977	2,002	1,668	2,835	1,993	3,327	3,143	1,000	1,964	2,088	2,937	1,947	33,619
2,154	4,081	2,305	2,977	3,031	4,098	2,835	1,993	3,327	1,752	1,000	1,964	2,088	2,937	1,947	38,488
2,154	2,585	1,000	2,977	3,031	2,717	2,835	1,993	2,033	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	1,947	36,607
2,154	1,000	1,000	1,924	3,031	2,717	2,835	1,993	2,033	3,143	1,000	1,964	2,088	2,937	1,947	31,765
1,000	1,000	1,000	1,924	2,002	2,717	2,835	1,000	2,033	3,143	1,000	3,089	3,166	2,937	1,947	30,793
3,652	2,585	2,305	2,977	2,002	4,098	4,228	2,930	4,748	4,649	1,000	1,964	3,166	2,937	3,896	47,135
3,652	2,585	2,305	4,260	4,260	4,098	4,228	2,930	3,327	1,752	2,601	3,089	3,166	4,518	1,000	47,771
3,652	2,585	2,305	2,977	4,260	4,098	4,228	1,993	3,327	3,143	2,601	3,089	3,166	2,937	1,947	46,307
2,154	2,585	1,000	2,977	4,260	4,098	4,228	2,930	1,000	3,143	1,000	3,089	2,088	2,937	1,000	38,487
2,154	2,585	1,000	4,260	3,031	2,717	4,228	1,993	3,327	3,143	2,601	3,089	3,166	4,518	2,715	44,528
1,000	1,000	1,000	1,924	2,002	2,717	2,835	1,993	2,033	1,752	1,000	1,964	2,088	2,937	1,947	28,191
3,652	4,081	2,305	4,260	4,260	4,098	2,835	1,993	3,327	4,649	2,601	4,423	4,439	2,937	1,947	51,807
2,154	2,585	2,305	4,260	3,031	4,098	4,228	2,930	2,033	3,143	1,000	3,089	3,166	4,518	2,715	45,254

## Lampiran 13


 Transformasi Data Variabel Stres Akademik MSI

Successive Interval																				Total
Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	Total
1,997	2,233	3,113	2,343	3,038	2,160	1,879	3,074	3,471	3,462	2,331	3,031	2,832	3,209	3,485	4,478	2,416	3,203	3,264	4,402	59,421
3,234	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,136	2,279	1,000	1,000	2,067	1,000	2,093	1,000	2,315	2,416	3,203	4,506	4,402	38,650
3,234	2,233	3,113	2,343	2,095	3,113	1,879	3,074	2,279	2,291	2,331	2,067	2,058	2,093	2,328	2,315	3,685	1,992	2,152	2,205	48,877
1,997	3,307	2,108	2,343	2,095	2,160	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	3,685	1,992	2,152	2,205	34,044
1,000	4,402	4,237	2,343	2,095	2,160	1,000	2,136	4,748	3,462	2,331	2,067	2,832	3,209	2,328	1,000	3,685	3,203	1,000	1,000	50,237
3,234	3,307	2,108	2,343	2,095	3,113	2,574	3,074	2,279	2,291	2,331	2,067	2,832	3,209	2,328	2,315	2,416	4,593	2,152	3,279	53,938
1,000	1,000	2,108	1,000	1,000	2,160	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	22,268
1,000	4,402	4,237	1,000	2,095	2,160	1,000	1,000	2,279	2,291	2,331	2,067	2,058	1,000	1,000	1,000	2,416	1,992	1,000	1,000	37,328
1,000	1,000	2,108	1,000	2,095	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	22,203
1,997	3,307	1,000	1,000	2,095	3,113	1,879	2,136	1,000	2,291	1,000	1,000	1,000	2,093	2,328	2,315	2,416	3,203	2,152	1,000	38,323
1,997	3,307	1,000	1,000	2,095	2,160	1,000	1,000	2,279	2,291	2,331	2,067	2,058	2,093	2,328	2,315	3,685	1,992	2,152	2,205	41,354
3,234	2,233	2,108	2,343	3,038	3,113	2,574	2,136	2,279	2,291	1,000	3,031	2,058	2,093	1,000	1,000	2,416	3,203	2,152	2,205	45,504
3,234	3,307	3,113	2,343	1,000	3,113	3,618	4,090	1,000	3,462	3,387	3,031	2,058	2,093	2,328	2,315	3,685	3,203	2,152	4,402	56,932
3,234	3,307	3,113	1,000	3,038	2,160	1,879	2,136	1,000	2,291	1,000	3,031	2,058	1,000	1,000	1,000	2,416	3,203	2,152	2,205	42,221
3,234	2,233	3,113	2,343	3,038	2,160	1,879	2,136	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,093	1,000	1,000	2,416	1,992	2,152	2,205	37,991
3,234	2,233	2,108	2,343	3,038	33,000	1,879	2,136	3,471	3,462	3,387	2,067	2,058	3,209	2,328	3,445	3,685	3,203	3,264	3,279	86,827
3,234	2,233	2,108	2,343	3,038	3,113	2,574	3,074	2,279	2,291	1,000	2,067	2,058	3,209	1,000	1,000	2,416	4,593	2,152	4,402	50,181
3,234	2,233	2,108	2,343	3,038	3,113	2,574	3,074	2,279	2,291	1,000	2,067	2,058	3,209	1,000	1,000	2,416	1,992	2,152	2,205	45,383
3,234	2,233	2,108	2,343	3,038	3,113	2,574	3,074	2,279	2,291	1,000	2,067	2,058	3,209	1,000	1,000	2,416	1,992	2,152	2,205	45,383

3,234	3,307	2,108	3,656	3,038	4,162	2,574	4,090	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	3,209	2,328	2,315	3,685	3,203	3,264	3,279	52,451
4,892	3,307	2,108	2,343	2,095	3,113	2,574	2,136	3,471	3,462	2,331	2,067	1,000	2,093	3,485	2,315	3,685	3,203	3,264	3,279	56,222
1,997	2,233	3,113	1,000	2,095	2,160	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	3,203	1,000	2,205	30,006
1,000	2,233	2,108	1,000	3,038	2,160	1,879	2,136	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,328	1,000	2,416	3,203	1,000	2,205	33,705
3,234	4,402	3,113	3,656	3,038	3,113	2,574	2,136	2,279	3,462	3,387	1,000	1,000	1,000	3,485	1,000	4,953	4,593	2,152	2,205	55,781
3,234	2,233	3,113	2,343	3,038	3,113	2,574	2,136	2,279	3,462	2,331	3,031	2,058	2,093	3,485	2,315	2,416	3,203	2,152	2,205	52,811
3,234	4,402	1,000	1,000	3,038	3,113	1,879	2,136	3,471	1,000	4,295	1,000	2,832	1,000	2,328	3,445	3,685	4,593	3,264	3,279	53,993
3,234	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	3,074	2,279	1,000	1,000	2,067	1,000	2,093	1,000	2,315	2,416	4,593	4,506	3,279	39,854
1,997	2,233	3,113	1,000	2,095	2,160	1,879	2,136	2,279	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,416	3,203	2,152	2,205	35,867
1,997	2,233	2,108	2,343	2,095	2,160	2,574	2,136	2,279	2,291	1,000	1,000	2,058	2,093	2,328	2,315	2,416	3,203	3,264	2,205	44,096
1,997	2,233	2,108	2,343	2,095	2,160	2,574	2,136	2,279	2,291	1,000	1,000	2,058	2,093	2,328	2,315	2,416	3,203	3,264	2,205	44,096
1,997	2,233	2,108	2,343	2,095	2,160	2,574	2,136	2,279	2,291	1,000	1,000	2,058	2,093	2,328	2,315	2,416	3,203	3,264	2,205	44,096
1,997	2,233	3,113	2,343	3,038	2,160	1,879	3,074	2,279	2,291	2,331	2,067	3,769	1,000	2,328	3,445	2,416	3,203	2,152	2,205	49,321
1,997	2,233	3,113	2,343	2,095	2,160	2,574	2,136	2,279	1,000	1,000	2,067	2,832	2,093	3,485	2,315	3,685	1,992	2,152	2,205	45,755
3,234	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	2,136	2,279	1,000	1,000	2,067	1,000	2,093	1,000	2,315	2,416	4,593	4,506	3,279	38,916
3,234	3,307	3,113	2,343	1,000	3,113	2,574	3,074	1,000	3,462	3,387	3,031	2,832	3,209	2,328	2,315	2,416	3,203	3,264	4,402	56,606
3,234	3,307	3,113	2,343	4,104	4,162	3,618	3,074	3,471	2,291	2,331	3,031	2,832	2,093	2,328	2,315	4,953	3,203	3,264	3,279	62,345
3,234	3,307	3,113	3,656	4,104	4,162	3,618	4,090	3,471	2,291	2,331	3,031	3,769	3,209	2,328	3,445	3,685	3,203	3,264	3,279	66,590
3,234	3,307	3,113	3,656	4,104	4,162	3,618	4,090	2,279	2,291	2,331	3,031	2,832	3,209	3,485	1,000	3,685	3,203	3,264	3,279	63,173
4,892	4,402	4,237	3,656	3,038	4,162	3,618	3,074	3,471	2,291	2,331	3,031	3,769	4,748	2,328	2,315	3,685	3,203	3,264	3,279	68,793
3,234	3,307	4,237	2,343	4,104	4,162	3,618	3,074	3,471	2,291	2,331	3,031	3,769	3,209	2,328	3,445	3,685	3,203	3,264	3,279	65,384
3,234	2,233	3,113	2,343	2,095	3,113	1,000	1,000	3,471	4,649	3,387	3,031	2,058	2,093	4,518	2,315	3,685	4,593	2,152	3,279	57,360
3,234	3,307	1,000	1,000	3,038	4,162	3,618	3,074	3,471	3,462	2,331	3,031	2,832	3,209	2,328	3,445	3,685	4,593	3,264	3,279	61,362
3,234	2,233	3,113	1,000	4,104	3,113	2,574	3,074	2,279	2,291	2,331	4,292	3,769	3,209	2,328	2,315	3,685	4,593	3,264	3,279	60,078
3,234	3,307	2,108	2,343	4,104	4,162	3,618	4,090	2,279	2,291	2,331	3,031	3,769	3,209	1,000	2,315	3,685	3,203	3,264	3,279	60,621
3,234	2,233	4,237	3,656	4,104	4,162	3,618	4,090	3,471	2,291	2,331	2,067	3,769	3,209	2,328	3,445	4,953	3,203	3,264	3,279	66,943
3,234	3,307	3,113	3,656	3,038	3,113	3,618	3,074	3,471	2,291	2,331	3,031	2,832	3,209	2,328	1,000	2,416	3,203	3,264	3,279	58,807
1,997	4,402	4,237	2,343	4,104	4,162	3,618	4,090	2,279	2,291	2,331	4,292	2,832	3,209	2,328	2,315	2,416	1,992	2,152	2,205	59,593
3,234	3,307	2,108	3,656	4,104	4,162	3,618	4,090	2,279	3,462	2,331	3,031	2,832	3,209	3,485	2,315	3,685	3,203	4,506	4,402	67,019

Lampiran 14

Uji Validitas Penyesuaian Diri



Correlations

	X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	Total	
X01 Pearson Correlation	1	0,051	-0,301	-0,155	0,269	0,273	0,356	0,373	0,123	0,062	0,296	-0,260	-0,073	0,135	-0,262	-0,046	-0,290	0,145	-0,049	0,135	0,066	0,190	0,257	,457	0,138	0,222	
Sig. (2-tailed)		0,832	0,196	0,514	0,251	0,245	0,123	0,105	0,605	0,795	0,204	0,269	0,761	0,572	0,264	0,846	0,214	0,541	0,836	0,570	0,783	0,422	0,275	0,043	0,561	0,347	
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X02 Pearson Correlation	0,051	1	0,088	0,061	-0,047	0,049	0,133	-,467	0,154	-0,019	-0,221	0,011	-0,342	-0,110	-0,113	0,123	-0,281	-0,010	-0,414	0,061	-0,020	0,059	-0,181	0,133	0,163	-0,022	
Sig. (2-tailed)	0,832		0,711	0,799	0,843	0,839	0,576	0,038	0,517	0,937	0,349	0,964	0,140	0,643	0,635	0,605	0,229	0,968	0,069	0,799	0,932	0,805	0,445	0,577	0,494	0,926	
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X03 Pearson Correlation	-0,301	0,088	1	0,244	,480	,619	,441	-0,140	,621	,554	0,129	,631	0,272	0,242	,517	-0,207	0,034	0,340	0,095	0,244	,621	0,180	0,260	-0,136	0,244	,584	
Sig. (2-tailed)	0,196	0,711		0,300	0,032	0,004	0,052	0,557	0,003	0,011	0,587	0,003	0,245	0,303	0,020	0,382	0,885	0,142	0,689	0,300	0,003	0,447	0,268	0,568	0,300	0,007	
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X04 Pearson Correlation	-0,155	0,061	0,244	1	0,327	0,236	0,140	0,164	,608	0,308	0,405	,672	0,373	-0,134	,698	-0,439	-0,129	,544	0,130	0,444	,480	0,099	0,087	0,332	0,169	,559	
Sig. (2-tailed)	0,514	0,799	0,300		0,159	0,316	0,555	0,491	0,004	0,187	0,076	0,001	0,105	0,574	0,001	0,053	0,588	0,013	0,583	0,050	0,032	0,679	0,716	0,153	0,477	0,010	
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X05 Pearson Correlation	0,269	-0,047	,480	0,327	1	,559	,558	0,325	,647	,531	,484	,550	0,382	0,285	,487	-0,302	-0,131	0,377	0,183	0,144	,594	0,376	0,361	0,139	0,327	,726	
Sig. (2-tailed)	0,251	0,843	0,032	0,159		0,010	0,010	0,162	0,002	0,016	0,031	0,012	0,096	0,223	0,030	0,196	0,581	0,101	0,440	0,546	0,006	0,103	0,117	0,559	0,159	0,000	
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X06	Pearson Correlation	0,273	0,049	,619**	0,236	,559*	1	,693**	0,247	,759**	,446*	0,443	0,414	0,270	0,297	,466*	-0,415	-0,103	0,430	-0,221	0,351	,812**	,597**	,654**	0,186	,460*	,781**
	Sig. (2-tailed)	0,245	0,839	0,004	0,316	0,010		0,001	0,293	0,000	0,049	0,050	0,069	0,249	0,204	0,038	0,069	0,665	0,059	0,350	0,129	0,000	0,005	0,002	0,432	0,041	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X07	Pearson Correlation	0,356	0,133	0,441	0,140	,558*	,693**	1	0,142	,525*	,480*	0,314	0,222	0,152	0,426	0,175	-0,208	0,079	0,301	-0,148	0,283	,550*	0,399	,520*	0,194	0,428	,662**
	Sig. (2-tailed)	0,123	0,576	0,052	0,555	0,010	0,001		0,551	0,018	0,032	0,178	0,346	0,521	0,061	0,460	0,380	0,742	0,197	0,533	0,227	0,012	0,081	0,019	0,413	0,060	0,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X08	Pearson Correlation	0,373	-,467*	-0,140	0,164	0,325	0,247	0,142	1	0,124	0,075	0,436	0,082	0,193	-0,098	0,359	-0,255	-0,001	0,375	0,251	0,164	0,185	0,262	0,414	0,442	0,197	0,405
	Sig. (2-tailed)	0,105	0,038	0,557	0,491	0,162	0,293	0,551		0,602	0,753	0,055	0,731	0,414	0,682	0,120	0,278	0,996	0,103	0,286	0,491	0,434	0,264	0,069	0,051	0,404	0,076
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X09	Pearson Correlation	0,123	0,154	,621**	,608**	,647**	,759**	,525*	0,124	1	,623**	0,404	,626**	0,275	0,233	,668**	-,554*	-0,196	,689**	-0,193	,522**	,779**	0,270	,452*	0,353	0,408	,819**
	Sig. (2-tailed)	0,605	0,517	0,003	0,004	0,002	0,000	0,018	0,602		0,003	0,077	0,003	0,241	0,322	0,001	0,011	0,407	0,001	0,414	0,018	0,000	0,250	0,046	0,127	0,074	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X10	Pearson Correlation	0,062	-0,019	,554*	0,308	,531*	,446*	,480*	0,075	,623**	1	0,101	,534*	0,066	0,299	0,299	-0,313	-0,027	,607**	-0,112	,549*	0,435	0,273	,534*	0,208	0,309	,647**
	Sig. (2-tailed)	0,795	0,937	0,011	0,187	0,016	0,049	0,032	0,753	0,003		0,673	0,015	0,782	0,201	0,200	0,179	0,909	0,005	0,638	0,012	0,055	0,245	0,015	0,379	0,184	0,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X11	Pearson Correlation	0,296	-0,221	0,129	0,405	,484 <sup>*</sup>	0,443	0,314	0,436	0,404	0,101	1	0,211	,836 <sup>**</sup>	0,386	,517 <sup>*</sup>	-,504 <sup>*</sup>	0,060	0,191	0,149	-0,066	,558 <sup>*</sup>	0,199	0,377	0,155	0,096	,566 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,204	0,349	0,587	0,076	0,031	0,050	0,178	0,055	0,077	0,673	0,372	0,000	0,093	0,020	0,024	0,802	0,420	0,532	0,782	0,011	0,401	0,102	0,513	0,687	0,009	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X12	Pearson Correlation	-0,260	0,011	,631 <sup>**</sup>	,672 <sup>**</sup>	,550 <sup>*</sup>	0,414	0,222	0,082	,626 <sup>**</sup>	,534 <sup>*</sup>	0,211	1	0,272	0,151	,747 <sup>**</sup>	-0,425	0,071	0,439	0,216	,528 <sup>*</sup>	,464 <sup>*</sup>	0,396	0,387	0,163	,528 <sup>*</sup>	,718 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,269	0,964	0,003	0,001	0,012	0,069	0,346	0,731	0,003	0,015	0,372	0,245	0,524	0,000	0,062	0,766	0,053	0,361	0,017	0,039	0,084	0,092	0,493	0,017	0,000	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X13	Pearson Correlation	-0,073	-0,342	0,272	0,373	0,382	0,270	0,152	0,193	0,275	0,066	,836 <sup>**</sup>	0,272	1	0,410	,556 <sup>**</sup>	-,502 <sup>*</sup>	0,273	-0,006	0,339	-0,142	,552 <sup>*</sup>	0,107	0,254	-0,105	0,018	0,443
	Sig. (2-tailed)	0,761	0,140	0,245	0,105	0,096	0,249	0,521	0,414	0,241	0,782	0,000	0,245	0,072	0,011	0,024	0,245	0,979	0,144	0,549	0,012	0,655	0,280	0,660	0,939	0,050	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X14	Pearson Correlation	0,135	-0,110	0,242	-0,134	0,285	0,297	0,426	-0,098	0,233	0,299	0,386	0,151	0,410	1	0,060	-0,123	0,376	-0,138	-0,251	0,200	0,338	0,360	,499 <sup>*</sup>	0,047	,536 <sup>*</sup>	0,437
	Sig. (2-tailed)	0,572	0,643	0,303	0,574	0,223	0,204	0,061	0,682	0,322	0,201	0,093	0,524	0,072	0,802	0,606	0,103	0,563	0,285	0,399	0,145	0,119	0,025	0,843	0,015	0,054	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X15	Pearson Correlation	-0,262	-0,113	,517 <sup>*</sup>	,698 <sup>**</sup>	,487 <sup>*</sup>	,466 <sup>*</sup>	0,175	0,359	,668 <sup>**</sup>	0,299	,517 <sup>*</sup>	,747 <sup>**</sup>	,556 <sup>**</sup>	0,060	1	-,620 <sup>**</sup>	0,065	,452 <sup>*</sup>	0,166	0,246	,552 <sup>*</sup>	0,237	0,396	0,090	0,361	,677 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,264	0,635	0,020	0,001	0,030	0,038	0,460	0,120	0,001	0,200	0,020	0,000	0,011	0,802	0,004	0,786	0,045	0,485	0,295	0,012	0,314	0,084	0,707	0,118	0,001	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X16	Pearson Correlation	-0,046	0,123	-0,207	-0,439	-0,302	-0,415	-0,208	-0,255	-,554 <sup>*</sup>	-,313	-,504 <sup>*</sup>	-0,425	-,502 <sup>*</sup>	-,123	-,620 <sup>**</sup>	1	-0,334	-0,424	-0,192	-0,255	-0,433	-0,121	-,519 <sup>*</sup>	-0,346	-0,255	-,551 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,846	0,605	0,382	0,053	0,196	0,069	0,380	0,278	0,011	0,179	0,024	0,062	0,024	0,606	0,004		0,150	0,062	0,418	0,278	0,056	0,612	0,019	0,135	0,278	0,012
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X17	Pearson Correlation	-0,290	-0,281	0,034	-0,129	-0,131	-0,103	0,079	-0,001	-0,196	-0,027	0,060	0,071	0,273	0,376	0,065	-0,334	1	-0,096	0,338	0,001	-0,152	0,053	0,204	0,020	0,153	0,083
	Sig. (2-tailed)	0,214	0,229	0,885	0,588	0,581	0,665	0,742	0,996	0,407	0,909	0,802	0,766	0,245	0,103	0,786	0,150		0,687	0,145	0,998	0,523	0,824	0,387	0,932	0,520	0,727
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X18	Pearson Correlation	0,145	-0,010	0,340	,544 <sup>*</sup>	0,377	0,430	0,301	0,375	,689 <sup>**</sup>	,607 <sup>**</sup>	0,191	0,439	-0,006	-0,138	,452 <sup>*</sup>	-0,424	-0,096	1	-0,027	,547 <sup>*</sup>	0,416	-0,008	0,333	,598 <sup>**</sup>	0,085	,601 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,541	0,968	0,142	0,013	0,101	0,059	0,197	0,103	0,001	0,005	0,420	0,053	0,979	0,563	0,045	0,062	0,687		0,909	0,013	0,068	0,973	0,152	0,005	0,722	0,005
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X19	Pearson Correlation	-0,049	-0,414	0,095	0,130	0,183	-0,221	-0,148	0,251	-0,193	-0,112	0,149	0,216	0,339	-0,251	0,166	-0,192	0,338	-0,027	1	-0,133	-0,139	-0,259	-0,219	-0,038	-0,278	0,015
	Sig. (2-tailed)	0,836	0,069	0,689	0,583	0,440	0,350	0,533	0,286	0,414	0,638	0,532	0,361	0,144	0,285	0,485	0,418	0,145	0,909		0,576	0,559	0,271	0,354	0,873	0,235	0,950
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X20	Pearson Correlation	0,135	0,061	0,244	0,444	0,144	0,351	0,283	0,164	,522 <sup>*</sup>	,549 <sup>*</sup>	-0,066	,528 <sup>*</sup>	-0,142	0,200	0,246	-0,255	0,001	,547 <sup>*</sup>	-0,133	1	0,346	0,361	,520 <sup>*</sup>	,655 <sup>**</sup>	,583 <sup>**</sup>	,609 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	0,570	0,799	0,300	0,050	0,546	0,129	0,227	0,491	0,018	0,012	0,782	0,017	0,549	0,399	0,295	0,278	0,998	0,013	0,576		0,136	0,118	0,019	0,002	0,007	0,004
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X21	Pearson Correlation	0,066	-0,020	,621"	,480'	,594"	,812"	,550'	0,185	,779"	0,435	,558'	,464'	,552'	0,338	,552'	-0,433	-0,152	0,416	-0,139	0,346	1	0,425	,458'	0,243	0,348	,781"
	Sig. (2-tailed)	0,783	0,932	0,003	0,032	0,006	0,000	0,012	0,434	0,000	0,055	0,011	0,039	0,012	0,145	0,012	0,056	0,523	0,068	0,559	0,136		0,062	0,042	0,301	0,133	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X22	Pearson Correlation	0,190	0,059	0,180	0,099	0,376	,597"	0,399	0,262	0,270	0,273	0,199	0,396	0,107	0,360	0,237	-0,121	0,053	-0,008	-0,259	0,361	0,425	1	,669"	0,110	,753"	,572"
	Sig. (2-tailed)	0,422	0,805	0,447	0,679	0,103	0,005	0,081	0,264	0,250	0,245	0,401	0,084	0,655	0,119	0,314	0,612	0,824	0,973	0,271	0,118	0,062		0,001	0,643	0,000	0,008
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X23	Pearson Correlation	0,257	-0,181	0,260	0,087	0,361	,654"	,520'	0,414	,452'	,534'	0,377	0,387	0,254	,499'	0,396	-,519'	0,204	0,333	-0,219	,520'	,458'	,669"	1	0,279	,672"	,714"
	Sig. (2-tailed)	0,275	0,445	0,268	0,716	0,117	0,002	0,019	0,069	0,046	0,015	0,102	0,092	0,280	0,025	0,084	0,019	0,387	0,152	0,354	0,019	0,042	0,001		0,233	0,001	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X24	Pearson Correlation	,457'	0,133	-0,136	0,332	0,139	0,186	0,194	0,442	0,353	0,208	0,155	0,163	-0,105	0,047	0,090	-0,346	0,020	,598"	-0,038	,655"	0,243	0,110	0,279	1	0,349	,458'
	Sig. (2-tailed)	0,043	0,577	0,568	0,153	0,559	0,432	0,413	0,051	0,127	0,379	0,513	0,493	0,660	0,843	0,707	0,135	0,932	0,005	0,873	0,002	0,301	0,643	0,233		0,132	0,042
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X25	Pearson Correlation	0,138	0,163	0,244	0,169	0,327	,460'	0,428	0,197	0,408	0,309	0,096	,528'	0,018	,536'	0,361	-0,255	0,153	0,085	-0,278	,583"	0,348	,753"	,672"	0,349	1	,640"
	Sig. (2-tailed)	0,561	0,494	0,300	0,477	0,159	0,041	0,060	0,404	0,074	0,184	0,687	0,017	0,939	0,015	0,118	0,278	0,520	0,722	0,235	0,007	0,133	0,000	0,001	0,132		0,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Total	Pearson Correlation	0,222	-0,022	,584"	,559'	,726"	,781"	,662"	0,405	,819"	,647"	,566"	,718"	0,443	0,437	,677"	-,551'	0,083	,601"	0,015	,609"	,781"	,572"	,714"	,458'	,640"	1
	Sig. (2-tailed)	0,347	0,926	0,007	0,010	0,000	0,000	0,001	0,076	0,000	0,002	0,009	0,000	0,050	0,054	0,001	0,012	0,727	0,005	0,950	0,004	0,000	0,008	0,000	0,042	0,002	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20



**Lampiran 15**

**Uji Validitas Dukungan Sosial**



**Correlations**

		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	Total
X01	Pearson Correlation	1	0,402	,686**	,604**	,484*	,449*	0,435	,620**	-0,151	,550*	0,430	,769**	,723**	0,312	,525*	,626**	0,104	-0,103	,784**
	Sig. (2-tailed)		0,079	0,001	0,005	0,031	0,047	0,055	0,004	0,525	0,012	0,059	0,000	0,000	0,180	0,018	0,003	0,663	0,667	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X02	Pearson Correlation	0,402	1	0,270	0,399	0,092	,457*	0,290	,648**	-0,074	0,342	0,232	0,404	,552*	0,426	0,266	0,348	0,022	0,010	,567**
	Sig. (2-tailed)	0,079		0,251	0,082	0,701	0,043	0,216	0,002	0,755	0,139	0,326	0,077	0,012	0,061	0,256	0,132	0,928	0,966	0,009
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X03	Pearson Correlation	,686**	0,270	1	,556*	0,405	,586**	0,153	,591**	-0,291	,629**	,644**	,734**	,719**	0,257	,591**	,635**	-0,100	-0,322	,724**
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,251		0,011	0,077	0,007	0,519	0,006	0,213	0,003	0,002	0,000	0,000	0,274	0,006	0,003	0,674	0,166	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X04	Pearson Correlation	,604**	0,399	,556*	1	0,246	,563**	0,258	,504*	-0,183	,563**	,455*	,724**	,502*	,592**	0,384	,553*	0,114	-0,293	,703**
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,082	0,011		0,295	0,010	0,272	0,023	0,439	0,010	0,044	0,000	0,024	0,006	0,094	0,011	0,634	0,210	0,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X05	Pearson Correlation	,484*	0,092	0,405	0,246	1	0,178	0,170	,472*	0,054	,570**	0,083	,514*	0,317	0,192	,471*	,511*	0,190	-0,011	,555*
	Sig. (2-tailed)	0,031	0,701	0,077	0,295		0,454	0,475	0,036	0,821	0,009	0,727	0,020	0,174	0,418	0,036	0,021	0,423	0,962	0,011
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X06	Pearson Correlation	,449*	,457*	,586**	,563**	0,178	1	0,307	0,439	-,537*	,605**	0,230	,625**	,448*	0,315	,536*	,485*	-0,038	-0,411	,580**
	Sig. (2-tailed)	0,047	0,043	0,007	0,010	0,454		0,188	0,053	0,015	0,005	0,330	0,003	0,047	0,176	0,015	0,030	0,875	0,072	0,007
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X07	Pearson Correlation	0,435	0,290	0,153	0,258	0,170	0,307	1	0,278	-0,084	0,425	0,184	0,347	0,290	0,137	,563**	,529*	0,236	0,000	,506*
	Sig. (2-tailed)	0,055	0,216	0,519	0,272	0,475	0,188		0,236	0,725	0,062	0,436	0,134	0,216	0,565	0,010	0,017	0,317	1,000	0,023
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X08	Pearson Correlation	,620**	,648**	,591**	,504*	,472*	0,439	0,278	1	-0,255	,665**	0,262	,662**	,543*	0,357	,639**	,672**	0,005	0,108	,766**
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,002	0,006	0,023	0,036	0,053	0,236		0,277	0,001	0,264	0,001	0,013	0,122	0,002	0,001	0,983	0,650	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X09	Pearson Correlation	-0,151	-0,074	-0,291	-0,183	0,054	-,537*	-0,084	-0,255	1	-0,285	0,265	-0,177	-0,199	-0,176	-0,243	-0,218	0,407	0,265	-0,077
	Sig. (2-tailed)	0,525	0,755	0,213	0,439	0,821	0,015	0,725	0,277		0,224	0,260	0,455	0,400	0,457	0,302	0,356	0,075	0,258	0,748
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X10	Pearson Correlation	,550*	0,342	,629**	,563**	,570**	,605**	0,425	,665**	-0,285	1	0,408	,826**	,538*	0,378	,806**	,905**	0,256	-0,090	,850**
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,139	0,003	0,010	0,009	0,005	0,062	0,001	0,224		0,074	0,000	0,014	0,100	0,000	0,000	0,275	0,707	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X11	Pearson Correlation	0,430	0,232	,644**	,455*	0,083	0,230	0,184	0,262	0,265	0,408	1	,512*	,493*	0,202	0,411	,463*	0,001	-0,306	,561*
	Sig. (2-tailed)	0,059	0,326	0,002	0,044	0,727	0,330	0,436	0,264	0,260	0,074		0,021	0,027	0,394	0,072	0,040	0,995	0,190	0,010
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X12	Pearson Correlation	,769**	0,404	,734**	,724**	,514*	,625**	0,347	,662**	-0,177	,826**	,512*	1	,604**	0,402	,576**	,799**	0,223	-0,045	,887**
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,077	0,000	0,000	0,020	0,003	0,134	0,001	0,455	0,000	0,021		0,005	0,079	0,008	0,000	0,344	0,850	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X13	Pearson Correlation	,723**	,552*	,719**	,502*	0,317	,448*	0,290	,543*	-0,199	,538*	,493*	,604**	1	,564**	,497*	,649**	0,164	-0,181	,765**
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,012	0,000	0,024	0,174	0,047	0,216	0,013	0,400	0,014	0,027	0,005		0,010	0,026	0,002	0,490	0,444	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X14	Pearson Correlation	0,312	0,426	0,257	,592**	0,192	0,315	0,137	0,357	-0,176	0,378	0,202	0,402	,564**	1	0,321	0,434	0,198	-0,130	,538*
	Sig. (2-tailed)	0,180	0,061	0,274	0,006	0,418	0,176	0,565	0,122	0,457	0,100	0,394	0,079	0,010		0,167	0,056	0,402	0,583	0,014
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X15	Pearson Correlation	,525*	0,266	,591**	0,384	,471*	,536*	,563**	,639**	-0,243	,806**	0,411	,576**	,497*	0,321	1	,814**	0,249	-0,072	,777**
	Sig. (2-tailed)	0,018	0,256	0,006	0,094	0,036	0,015	0,010	0,002	0,302	0,000	0,072	0,008	0,026	0,167		0,000	0,290	0,764	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X16	Pearson Correlation	,626**	0,348	,635**	,553*	,511*	,485*	,529*	,672**	-0,218	,905**	,463*	,799**	,649**	0,434	,814**	1	0,228	-0,063	,874**
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,132	0,003	0,011	0,021	0,030	0,017	0,001	0,356	0,000	0,040	0,000	0,002	0,056	0,000		0,333	0,791	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X17	Pearson Correlation	0,104	0,022	-0,100	0,114	0,190	-0,038	0,236	0,005	0,407	0,256	0,001	0,223	0,164	0,198	0,249	0,228	1	,583**	0,362
	Sig. (2-tailed)	0,663	0,928	0,674	0,634	0,423	0,875	0,317	0,983	0,075	0,275	0,995	0,344	0,490	0,402	0,290	0,333		0,007	0,117
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X18	Pearson Correlation	-0,103	0,010	-0,322	-0,293	-0,011	-0,411	0,000	0,108	0,265	-0,090	-0,306	-0,045	-0,181	-0,130	-0,072	-0,063	,583**	1	-0,003
	Sig. (2-tailed)	0,667	0,966	0,166	0,210	0,962	0,072	1,000	0,650	0,258	0,707	0,190	0,850	0,444	0,583	0,764	0,791	0,007		0,991
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Total	Pearson Correlation	,784**	,567**	,724**	,703**	,555*	,580**	,506*	,766**	-0,077	,850**	,561*	,887**	,765**	,538*	,777**	,874**	0,362	-0,003	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,009	0,000	0,001	0,011	0,007	0,023	0,000	0,748	0,000	0,010	0,000	0,000	0,014	0,000	0,000	0,117	0,991	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

Lampiran 16

**Uji Validitas Stres Akademik**

**Correlations**

		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	Total
X01	Pearson Correlation	1	,666**	,714**	0,388	,453*	0,137	0,132	0,315	0,378	,590**	0,333	,567**	,521*	0,291	0,387	,517*	0,289	0,317	0,230	,449*	,488*	0,268	,462*	,679**
	Sig. (2-tailed)		0,001	0,000	0,091	0,045	0,564	0,580	0,176	0,100	0,006	0,152	0,009	0,018	0,213	0,091	0,019	0,217	0,174	0,329	0,047	0,029	0,252	0,040	0,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X02	Pearson Correlation	,666**	1	,852**	0,287	0,234	0,055	-0,029	0,018	0,257	0,425	0,127	,585**	0,434	0,389	0,328	0,423	0,372	-0,057	0,172	0,353	0,334	-0,001	0,232	,513*
	Sig. (2-tailed)	0,001		0,000	0,220	0,321	0,817	0,903	0,940	0,274	0,062	0,593	0,007	0,056	0,090	0,158	0,063	0,106	0,812	0,469	0,127	0,150	0,996	0,325	0,021
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X03	Pearson Correlation	,714**	,852**	1	0,314	0,244	0,063	-0,011	0,167	0,280	0,434	0,037	0,320	0,238	,453*	0,363	0,379	0,212	-0,189	0,067	0,407	0,376	-0,123	0,154	,466*
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000		0,177	0,300	0,792	0,964	0,482	0,232	0,056	0,878	0,169	0,313	0,045	0,116	0,099	0,370	0,425	0,778	0,075	0,102	0,607	0,516	0,038
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X04	Pearson Correlation	0,388	0,287	0,314	1	,700**	0,328	-0,329	,457*	,807**	,564**	0,355	,594**	0,376	-0,104	,758**	,724**	,526*	,461*	,603**	,695**	,622**	,580**	,757**	,786**
	Sig. (2-tailed)	0,091	0,220	0,177		0,001	0,158	0,156	0,043	0,000	0,010	0,124	0,006	0,102	0,662	0,000	0,000	0,017	0,041	0,005	0,001	0,003	0,007	0,000	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X05	Pearson Correlation	,453*	0,234	0,244	,700**	1	0,121	-0,083	0,418	,691**	,616**	,473*	,683**	,535*	0,091	,846**	,874**	0,434	,656**	,684**	,819**	,745**	,615**	,684**	,858**
	Sig. (2-tailed)	0,045	0,321	0,300	0,001		0,610	0,729	0,067	0,001	0,004	0,035	0,001	0,015	0,703	0,000	0,000	0,056	0,002	0,001	0,000	0,000	0,004	0,001	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X06	Pearson Correlation	0,137	0,055	0,063	0,328	0,121	1	0,254	0,366	,511*	0,283	0,133	0,103	-0,223	-,732**	0,292	0,069	-0,102	0,006	0,000	0,028	0,013	0,224	0,375	0,227
	Sig. (2-tailed)	0,564	0,817	0,792	0,158	0,610		0,281	0,113	0,021	0,227	0,577	0,665	0,345	0,000	0,212	0,771	0,667	0,980	1,000	0,908	0,956	0,343	0,103	0,337
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X07	Pearson Correlation	0,132	-0,029	-0,011	-0,329	-0,083	0,254	1	0,340	-0,133	0,089	0,099	0,075	0,103	-0,179	0,008	-0,123	-,450*	-,477*	0,019	-0,031	-0,065	-0,205	-0,007	
	Sig. (2-tailed)	0,580	0,903	0,964	0,156	0,729	0,281		0,143	0,575	0,709	0,677	0,753	0,667	0,449	0,972	0,607	0,047	0,734	0,034	0,936	0,896	0,786	0,386	0,978
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X08	Pearson Correlation	0,315	0,018	0,167	,457*	0,418	0,366	0,340	1	,469*	0,260	0,195	0,267	0,101	-0,152	0,427	0,432	0,191	0,249	0,114	,451*	0,439	0,357	0,427	,501*
	Sig. (2-tailed)	0,176	0,940	0,482	0,043	0,067	0,113	0,143		0,037	0,269	0,409	0,255	0,671	0,522	0,060	0,057	0,419	0,290	0,633	0,046	0,053	0,122	0,061	0,024
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X09	Pearson Correlation	0,378	0,257	0,280	,807**	,691**	,511*	-0,133	,469*	1	,623**	,486*	,565**	0,305	-0,218	,690**	,649**	,541*	0,406	,512*	,712**	,582**	,582**	,689**	,781**
	Sig. (2-tailed)	0,100	0,274	0,232	0,000	0,001	0,021	0,575	0,037		0,003	0,030	0,010	0,191	0,356	0,001	0,002	0,014	0,075	0,021	0,000	0,007	0,007	0,001	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X10	Pearson Correlation	,590**	0,425	0,434	,564**	,616**	0,283	0,089	0,260	,623**	1	,577**	,672**	,556*	0,112	,739**	,589**	,480*	,455*	,515*	,786**	0,373	,551*	,600**	,814**
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,062	0,056	0,010	0,004	0,227	0,709	0,269	0,003		0,008	0,001	0,011	0,639	0,000	0,006	0,032	0,044	0,020	0,000	0,106	0,012	0,005	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X11	Pearson Correlation	0,333	0,127	0,037	0,355	,473*	0,133	0,099	0,195	,486*	,577**	1	,614**	,550*	0,128	0,402	0,439	0,355	,602**	0,341	,499*	0,307	,665**	0,305	,615**
	Sig. (2-tailed)	0,152	0,593	0,878	0,124	0,035	0,577	0,677	0,409	0,030	0,008		0,004	0,012	0,590	0,079	0,053	0,124	0,005	0,141	0,025	0,188	0,001	0,191	0,004
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X12	Pearson Correlation	,567**	,585**	0,320	,594**	,683**	0,103	0,075	0,267	,565**	,672**	,614**	1	,862**	0,165	,647**	,724**	,582**	,597**	,520*	,701**	,521*	,579**	,549*	,854**
	Sig. (2-tailed)	0,009	0,007	0,169	0,006	0,001	0,665	0,753	0,255	0,010	0,001	0,004		0,000	0,486	0,002	0,000	0,007	0,005	0,019	0,001	0,018	0,007	0,012	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X13	Pearson Correlation	,521*	0,434	0,238	0,376	,535*	-0,223	0,103	0,101	0,305	,556**	,550*	,862**	1	0,396	0,405	,508*	,540*	,635**	,470*	,644**	0,418	0,357	0,270	,682**
	Sig. (2-tailed)	0,018	0,056	0,313	0,102	0,015	0,345	0,667	0,671	0,191	0,011	0,012	0,000		0,084	0,076	0,022	0,014	0,003	0,037	0,002	0,067	0,122	0,249	0,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X14	Pearson Correlation	0,291	0,389	,453*	-0,104	0,091	-,732**	-0,179	-0,152	-0,218	0,112	0,128	0,165	0,396	1	0,032	0,177	0,245	0,027	0,108	0,286	0,150	-0,169	-0,257	0,154
	Sig. (2-tailed)	0,213	0,090	0,045	0,662	0,703	0,000	0,449	0,522	0,356	0,639	0,590	0,486	0,084		0,894	0,455	0,297	0,909	0,652	0,221	0,528	0,477	0,274	0,516
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X15	Pearson Correlation	0,387	0,328	0,363	,758**	,846**	0,292	0,008	0,427	,690**	,739**	0,402	,647**	0,405	0,032	1	,831**	0,323	,456*	,559*	,813**	,676**	,605**	,700**	,842**
	Sig. (2-tailed)	0,091	0,158	0,116	0,000	0,000	0,212	0,972	0,060	0,001	0,000	0,079	0,002	0,076	0,894		0,000	0,165	0,043	0,010	0,000	0,001	0,005	0,001	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X16	Pearson Correlation	,517*	0,423	0,379	,724**	,874**	0,069	-0,123	0,432	,649**	,589**	0,439	,724**	,508*	0,177	,831**	1	,530*	,456*	,619**	,799**	,834**	,691**	,733**	,883**
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,063	0,099	0,000	0,000	0,771	0,607	0,057	0,002	0,006	0,053	0,000	0,022	0,455	0,000		0,016	0,043	0,004	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X17	Pearson Correlation	0,289	0,372	0,212	,526*	0,434	-0,102	-,450*	0,191	,541*	,480*	0,355	,582**	,540*	0,245	0,323	,530*	1	,460*	,603**	,591**	0,397	,469*	,539*	,625**
	Sig. (2-tailed)	0,217	0,106	0,370	0,017	0,056	0,667	0,047	0,419	0,014	0,032	0,124	0,007	0,014	0,297	0,165	0,016		0,041	0,005	0,006	0,083	0,037	0,014	0,003
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X18	Pearson Correlation	0,317	-0,057	-0,189	,461*	,656**	0,006	-0,081	0,249	0,406	,455*	,602**	,597**	,635**	0,027	,456*	,456*	,460*	1	,636**	,465*	0,401	,637**	,570**	,624**
	Sig. (2-tailed)	0,174	0,812	0,425	0,041	0,002	0,980	0,734	0,290	0,075	0,044	0,005	0,005	0,003	0,909	0,043	0,043	0,041		0,003	0,039	0,080	0,003	0,009	0,003
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X19	Pearson Correlation	0,230	0,172	0,067	,603**	,684**	0,000	-,477*	0,114	,512*	,515*	0,341	,520*	,470*	0,108	,559*	,619**	,603**	,636**	1	,609**	0,427	,454*	,559*	,638**
	Sig. (2-tailed)	0,329	0,469	0,778	0,005	0,001	1,000	0,034	0,633	0,021	0,020	0,141	0,019	0,037	0,652	0,010	0,004	0,005	0,003		0,004	0,061	0,044	0,010	0,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X20	Pearson Correlation	,449*	0,353	0,407	,695**	,819**	0,028	0,019	,451*	,712**	,786**	,499*	,701**	,644**	0,286	,813**	,799**	,591**	,465*	,609**	1	,687**	,506*	,537*	,881**
	Sig. (2-tailed)	0,047	0,127	0,075	0,001	0,000	0,908	0,936	0,046	0,000	0,000	0,025	0,001	0,002	0,221	0,000	0,000	0,006	0,039	0,004		0,001	0,023	0,015	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

X21	Pearson Correlation	,488*	0,334	0,376	,622**	,745**	0,013	-0,031	0,439	,582**	0,373	0,307	,521*	0,418	0,150	,676**	,834**	0,397	0,401	0,427	,687**	1	,462*	,588**	,741**
	Sig. (2-tailed)	0,029	0,150	0,102	0,003	0,000	0,956	0,896	0,053	0,007	0,106	0,188	0,018	0,067	0,528	0,001	0,000	0,083	0,080	0,061	0,001		0,040	0,006	0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X22	Pearson Correlation	0,268	-0,001	-0,123	,580**	,615**	0,224	-0,065	0,357	,582**	,551*	,665**	,579**	0,357	-0,169	,605**	,691**	,469*	,637**	,454*	,506*	,462*	1	,807**	,687**
	Sig. (2-tailed)	0,252	0,996	0,607	0,007	0,004	0,343	0,786	0,122	0,007	0,012	0,001	0,007	0,122	0,477	0,005	0,001	0,037	0,003	0,044	0,023	0,040		0,000	0,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
X23	Pearson Correlation	,462*	0,232	0,154	,757**	,684**	0,375	-0,205	0,427	,689**	,600**	0,305	,549**	0,270	-0,257	,700**	,733**	,539*	,570**	,559*	,537*	,588**	,807**	1	,759**
	Sig. (2-tailed)	0,040	0,325	0,516	0,000	0,001	0,103	0,386	0,061	0,001	0,005	0,191	0,012	0,249	0,274	0,001	0,000	0,014	0,009	0,010	0,015	0,006	0,000		0,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Total	Pearson Correlation	,679**	,513*	,466*	,786**	,858**	0,227	-0,007	,501*	,781**	,814**	,615**	,854**	,682**	0,154	,842**	,883**	,625**	,624**	,638**	,881**	,741**	,687**	,759**	1
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,021	0,038	0,000	0,000	0,337	0,978	0,024	0,000	0,000	0,004	0,000	0,001	0,516	0,000	0,000	0,003	0,003	0,002	0,000	0,000	0,001	0,000	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20



## Lampiran 17

### Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		49
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	8,88812167
Most Extreme Differences	Absolute	0,102
	Positive	0,102
	Negative	-0,087
Test Statistic		0,102
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

### Uji Multikolinieritas

Model	Coefficients <sup>a</sup>	Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	X.1	0,489	2,045
	X.2	0,489	2,045

a. Dependent Variable: Y

## Uji Heteroskedastisitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	5,690	6,073		0,937	0,354
	X.1	0,133	0,143	0,193	0,925	0,360
	X.2	-0,139	0,180	-0,161	-0,773	0,443

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

## Lampiran 18

### Uji Autokorelasi

#### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,717 <sup>a</sup>	0,514	0,493	9,07929	1,884

a. Predictors: (Constant), X.2, X.1

b. Dependent Variable: Y

### Uji Parsial (t)

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	111,700	9,097		12,278	0,000
	Penyesuaian diri	-0,730	0,215	-0,500	-3,400	0,001
	Dukungan Sosial	-0,492	0,269	-0,269	-1,829	0,074

a. Dependent Variable: Stres akademik

### Uji Determinasi (R<sup>2</sup>)

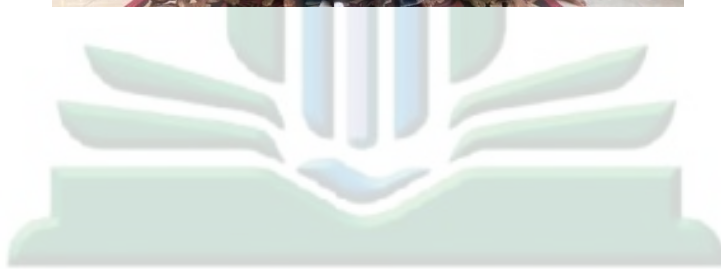
#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,717 <sup>a</sup>	0,514	0,493	9,07929

**Lampiran 19****Foto Proses Terjun Penelitian**



L



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

ampiran 20



## JADWAL KEGIATAN SANTRI

**PONDOK PESANTREN IBNU KHOLIDUN AL HASYIMI**  
Widoropayung-Besuki-Situbondo

NO	WAKTU KEGIATAN	JENIS KEGIATAN
1.	Pukul 03.00-04.00 WIB	Sholat tahajud berjamaah di masjid/musholla
2.	Pukul 04.00-04.30 WIB	Sholat subuh berjamaah di masjid/musholla
3.	Pukul 04.30-05.30 WIB	Kajian kitab kuning
4.	Pukul 05.30-07.00 WIB	Persiapan & Les bahasa Inggris
5.	Pukul 07.00-13.00 WIB	Sekolah formal
6.	Pukul 13.00-13.30 WIB	Sholatduhur (tidak wajib berjamaah)
7.	Pukul 13.30-14.30 WIB	Istirahat
8.	Pukul 14.30-15.00 WIB	Persiapan sholatashar
9.	Pukul 15.00-15.20 WIB	Sholatashar berjamaah di masjid/musholla
10.	Pukul 15.20-16.00 WIB	Kajian kitab kuning
11.	Pukul 16.00-16.30 WIB	Persiapan rotibulhaddat bersama
12.	Pukul 16.30-17.30 WIB	Pembacaan rotibulhaddat bersama di masjid/musholla
13.	Pukul 17.30-18.00 WIB	Sholatmaghrib berjamaah di masjid/musholla
14.	Pukul 18.00-19.00 WIB	Kajian kitab kuning & al-qur'an perkelompok
15.	Pukul 19.00-19.20 WIB	Sholat isya' berjamaah di masjid/musholla
16.	Pukul 19.20-19.30 WIB	Persiapan & berangkat sekolah madinwustho
17.	Pukul 19.30-21.00 WIB	Sekolah madinwustho
18.	Pukul 21.00-22.00 WIB	Jam belajar
19.	Pukul 22.00-03.00 WIB	Istirahat (semua santri diharuskan tidur kecuali santri putra yang piket jaga)

## Lampiran 21



## LARANGAN DAN SANGSI SANTRI

PONDOK PESANTREN IBNU Kholdun AL Hasyimi

Widoropayung-Besuki-Situbondo

- 1) **SANTRI DILARANG MENGAMBIL BARANG YANG BUKAN HAKNYA**

**SANKSI :** Jika melanggar maka santri tersebut di denda uang 50 ribu atau di gundul

- 2) **SANTRI DILARANG MEMBAWA ATAU MENGKONSUMSI DAN MENGEDARKAN MINUMAN KERAS / BARANG NARKOTIKA LAINNYA**

**SANKSI :** Jika melanggar maka santri tersebut akan didenda uang 100 ribudan di gundul

- 3) **SANTRI DILARANG KELUAR DARI LINGKUP PESANTREN DARI SHOLAT MAGHRIB SAMPAI BA'DA SUBUH**

**SANKSI :** Jika melanggar maka santri tersebut akan di gundul oleh biro kamtib

- 4) **SANTRI DILARANG KELUAR DARI LINGKUP PONDOK DENGAN BERSEPEDA MOTOR TANPA MEMBELI SURAT IZIN PADA PENGURUS**

**SANKSI :** Jika melanggar maka santri tersebut akan di denda berupa berdiri **dan** baca yasin di halaman pesantren selama 1 jam

**5) SANTRI DILARANG PULANG TANPA SURAT IZIN / HANYA IZIN LISAN, SANTRI HARUS MEMBELI SURAT IZIN PULANG KEPADA PENGURUS ASRAMA DI KANTOR PUSAT PESANTREN**

**SANKSI :** Jika melanggar maka santri tersebut akan di denda berupa membeli 1 sak semen untuk pesantren (Di hitung 1 sak semen Per-Hari, Jika pulang tanpa izin )

**6) SANTRI DILARANG MENERIMA TAMU ( WALINYA,TEMAN,SAUDARA ) KALAU MEMAKAI BUSANA YANG TIDAK SOPAN / TIDAK MENUTUP AURAT ( BERCELANA PENDEK / TIDAK BERJILBAB )**

**SANKSI :** Jika melanggar maka tamu santri tersebut akan di usir dari pesantren **oleh** pengurus

**7) SANTRI DILARANG MEMBAWA HP/PONSEL KECUALI SANTRI YANG SUDAH LULUS/MAHASISWA YANG SUDAH DI IZINKAN OLEH PENGASUH.**

**SANKSI :** Jika melanggar maka akan di peringati, dan hpnya harus dibawa pulang, jika tetap membawa maka hp tersebut akan dirampas oleh keamanan dan dihancurkan



## Lampiran 22

## Kartu Konsultasi Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KHAS JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos : 68136  
Website : http://uin.jember.cjb.net – e-mail : fdakwah@uin-jember.ac.id

## KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : MURAIMI  
NIM : D20195016  
Jurusan : Labellah Dakwah  
Program Studi : Psikolog Islam  
Judul Skripsi : Pengaruh Penguasaan Diri dan Dukungan Sosial <sup>gugah</sup> terhadap <sup>gugah</sup> Adaptasi Pada Situasi Baru <sup>gugah</sup> pada Pembat Pesantren Umar Kholidin <sup>gugah</sup>  
AL-Hasyimiyah Beulah Sidubonoh

## Dosen Pembimbing:

NO	TANGGAL	POKOK BAHASAN	TTD. DOSEN PEMBIMBING
1	8-02-2023	membenarkan surat tugas	[Signature]
2	2-03-2023	konsultasi revisi judul	[Signature]
3	16-03-2023	konsultasi revisi judul	[Signature]
4	30-03-2022	Revisi jawaban dan masalah	[Signature]
5	8-04-2023	Bimbingan BAB I	[Signature]
6	25-05-2023	Revisi BAB I	[Signature]
7	08-06-2023	Bimbingan BAB 2 & BAB 3	[Signature]
8	16-06-2023	Bimbingan revisi BAB 2 & BAB 3	[Signature]
9	07-07-2023	Bimbingan revisi Bab 2 & Bab 3	[Signature]
10	13-07-2023	Bimbingan revisi Bab 3	[Signature]
11	24-08-2023	Revisi Sampul	[Signature]
12	18-09-2023	konsultasi keabsahan	[Signature]
13	25-09-2023	konsultasi keabsahan	[Signature]
14	3-11-2023	Bimbingan BAB 4 & 5	[Signature]
15	16-11-2023	Bimbingan revisi BAB 4 & 5	[Signature]
16	23-11-2023	ACC Skripsi	[Signature]

Mengetahui,  
Kajur. PSIKOLOGI ISLAM

(MULHAWAR, Nurul Anis, S.Psi., M.A.,)  
NIP. 197807192 009 121 005

## Lampiran 23

## Daftar Hadir Mengikuti Seminar Proposal



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KHAS JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos : 68136  
Website : <http://uin.jember.cjb.net> – e-mail : [fdakwah@uin-jember.ac.id](mailto:fdakwah@uin-jember.ac.id)

## DAFTAR HADIR MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Nama : NURAINI  
NIM : D20195016  
Jurusan : PSIKOLOGI ISLAM  
Prodi : \_\_\_\_\_

No	Hari/ Tanggal	Nama Mahasiswa Seminar Proposal	Judul Proposal Skripsi	Nama & Ttd. Dosen Penguji
1	Kamis, 12-Januari- 2023	Rahmatul Azizah	Persepsi dan kehadiran pengabdian lingkungan sekitar Cibitungan Di SLS Khas Jember	
2	Jumat, 3-02-2023	Rodrigus Rehmani	Keberhasilan hidup mahasiswa yang mengalami some relationship di UIN KHAS JEMBER	
3	Senin 6-02-2023	Musdalifah	Peran konselor dalam menangani kasus ketahanan dalam penerapan langka & nilai pelaksanaan keharusan	
4	Rabu, 1-02-2023	Samsiyah	Analisis perkembangan kognitif pada suplemen melalui media laga anak usia 5-6 tahun di STK	
5	Jamis 2-02-2023	Raka aryani	Hubungan guttungan sosial dengan persepsi diri pada orang tua (p) muslim arab jsk	
6	Jamis 2-02-2023	Hilisa Fidi Nasirah Rini	Hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar pada anak penerapan alqab alqab sana dan di UIN KHAS JEMBER	
7	20-02-2023	Dani manila	Hubungan antara stereotipe gender dengan need for achievement pada remaja putri di SCS Jember	
8				
9				
10				

Mengetahui,  
Kajur. PSIKOLOGI ISLAM.....

MUHAMMAD MUHAMMAD ALWI S.Pd, M.A.  
NIP. 197807192809121005

**Lampiran 24**  
**Biodata Penulis.**

**BIODATA PENULIS**



Nama : Nuraini

NIM : D20195016

Tempat/Tanggal Lahir : Situbondo, 12 September 2001

Alamat : Kp. Krajan, Desa Widoropayung, Kecamatan Besuki,  
Kabupaten Situbondo

Fakultas : Dakwah

Prodi : Psikologi Islam

Riwayat Pendidikan : 1. SDN 3 Widoropayung (2007-2013)  
2. SMP Negeri 1 Besuki (2013-2016)  
3. MAN 1 Situbondo (2016-2019)  
4. UIN KHAS Jember (2019-2023)