

**HUBUNGAN KELEKATAN ORANG TUA DENGAN STRES AKADEMIK  
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI  
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**



**PROPOSAL SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora**

**Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta**

**Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun oleh:**

**Nabillah Sava Amanda**

**NIM 21107010037**

**Dosen Pembimbing:**

**Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2025**

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2690/Un.02/DSH/PP.00.9/07/2025

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NABILLAH SAVA AMANDA  
Nomor Induk Mahasiswa : 21107010037  
Telah diujikan pada : Rabu, 11 Juni 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6864d7247f2f1

Ketua Sidang

Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.  
SIGNED



Valid ID: 6862798590bba

Penguji I

Dr. Zidni Immanan Muslimin, S.Psi., M.Si  
SIGNED



Valid ID: 6856931fcf5a5

Penguji II

Lisnawati, S.Psi., M.Psi  
SIGNED



Valid ID: 6865f1cc4341f

Yogyakarta, 11 Juni 2025

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN**

### **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Nabillah Sava Amanda  
NIM : 21107010037  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta” adalah hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah dicantumkan dalam teks daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, terima kasih.

Yogyakarta, 22 Mei 2025

Yang menyatakan,



Nabillah Sava Amanda

NIM. 21107010037

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Nabillah Sava Amanda

NIM : 21107010037

Judul Skripsi : Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 26 Mei 2025

Pembimbing

**Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res**

NIP. 19900407 201903 2 014

## MOTTO

“Mustahil Allah SWT membawamu sejauh ini hanya untuk gagal”

(Anonim)

“ Kalau langkah kaki semut saja Allah dengar, apalagi doa-doamu yang terus kamu ulang”

(Anonim)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji kami limpahkan atas bentuk rasa syukur beserta kenikmatan yang tak henti-hentinya kami rasakan. Atas sifat rahman dan rahim-Nya, saya diberikan kekuatan, ketabahan, serta kesehatan jasmani dan rohani untuk dapat melewati seluruh proses ini hingga mencapai tahap akhir. Saya meyakini bahwa tanpa campur tangan dan kehendak-Nya, saya tidak akan mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Saya persembahkan skripsi ini untuk program studi psikologi UIN Sunan Kalijaga yang telah menjadi wadah bagi saya bertumbuh dan menjadi jalan untuk mengenal lebih dalam tentang diri, manusia, serta kehidupan.

Selain itu, saya persembahkan skripsi ini untuk keluarga tercinta saya: Papa, Mama, dan Ade Zoya yang selalu menjadi alasan terbesar bagi saya untuk terus bertahan dan melangkah maju, meskipun dalam situasi yang penuh tantangan sekalipun.

Kemudian, saya juga mempersembahkan skripsi ini untuk diri saya sendiri yang telah berjuang sejauh ini, melewati berbagai keraguan, lelah, dan air mata. Terima kasih telah memilih untuk tetap melangkah, meski jalan sering terasa berat.

Harapan saya, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yang nyata serta keberkahan bagi setiap pihak yang telah terlibat, mendukung, maupun berkontribusi dalam proses penyusunannya, baik secara langsung maupun tidak langsung.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah Rabbil 'Alamin*, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas rahmat, karunia, petunjuk dan kasih sayang-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis sangat menghargai setiap masukan dan saran yang membangun sebagai bahan perbaikan di masa mendatang. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, serta doa kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Rasa terima kasih ini penulis persembahkan kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Dr. Erika Setyani Kusumaputri, S.Psi., M.Si. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah sabar, penuh perhatian, dan sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, baik melalui bimbingan, masukan, maupun motivasi yang diberikan selama proses penelitian berlangsung.
4. Bapak Muslim Hidayat, M.A., Selaku Dosen Pembimbing Akademik, atas ilmu dan arahannya selama masa perkuliahan.
5. Bapak Dr. Zidni Immawan Muslimin, S.Psi., M.Si. Selaku dosen penguji satu, yang telah memberkenan memberikan arahan, masukan, serta membantu menyediakan alat ukur yang sangat berarti dalam proses penelitian ini.
6. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi. Selaku dosen penguji dua, yang telah memberikan masukan kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan proses penyelesaian skripsi dengan baik.

7. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Sosial Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, khususnya Program Studi Psikologi, atas bantuan, pelayanan, dan dukungan yang ramah selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
8. Responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang sangat berarti dalam penelitian ini.
9. Keluarga tercinta, khususnya Papa sayang, Mama sayang, dan Ade zoya sayang yang telah menjadi sumber semangat bagi penulis. Terima kasih atas cinta yang tak bersyarat dan doa yang tidak ada hentinya disetiap langkah penulis. Terima kasih juga untuk papa sayang dan mama sayang untuk semua usaha yang kalian berikan demi dapat memberikan dukungan finansial kepada penulis sehingga penulis dapat fokus menyelesaikan kuliah dengan baik tanpa khawatir apapun. Tanpa dukungan dan doa dari kalian, penyusunan skripsi ini tidak akan mungkin terselesaikan dengan baik. Semoga papa sayang, mama sayang, dan ade zoya selalu diberikan kebahagiaan dan kesehatan selalu agar senantiasa dapat menemani penulis di langkah-langkah selanjutnya.
10. Nurul Hikmah, terima kasih telah kebersamai penulis dari awal perkuliahan hingga masa akhir perkuliahan dan selalu berusaha menjadi rumah bagi penulis selama diperantauan.
11. Anggota grup “Puss Puss” yang terdiri dari Siti Nurkhasanah dan Andina Putrifa Arif yang selalu ada jika penulis membutuhkan bantuan dan selalu bersedia direpotkan penulis untuk menginap selama masa-masa perkuliahan.
12. Dicky Widya Angga Kusuma, S.Kom., terima kasih atas segala dukungan, semangat yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini dan selalu memastikan keadaan penulis baik baik saja selama proses yang tidak mudah ini. Serta terima kasih telat menjadi seseorang yang bisa diandalkan penulis selama satu tahun terakhir ini.
13. Teman-teman Program studi Psikologi Kelas A yang telah memberikan dukungan selama perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi. Terima

kasih atas kebersamaan dan bantuannya selama ini, semoga kita semua bisa mencapai tujuan masing-masing dan sukses bersama.

14. Teman-teman KKN 170 Sukamukti yang telah memberikan kesan yang tak terlupakan.
15. Kepada semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, telah bersedia memberikan dukungan kepada peneliti
16. Kepada diri saya sendiri, Nabillah Sava Amanda, yang telah berjuang sejauh ini, semoga semua jalanmu selalu diberikan keberuntungan dan keberkahan oleh Allah SWT.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan tersebut dengan keberkahan yang melimpah, kesehatan, dan kebahagiaan dalam setiap langkah kehidupan. Semoga setiap kebaikan yang telah diberikan menjadi amal jariyah yang tak terputus, dan dibalas dengan rahmat serta ridha-Nya di dunia maupun di akhirat. Aamiin ya Rabbal 'aalamiin.



## DAFTAR ISI

HUBUNGAN KELEKATAN ORANG TUA DENGAN STRES .....	i
PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
INTISARI.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	8
C. Manfaat Penelitian .....	8
D. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II.....	23
DASAR TEORI .....	23
A. Stres Akademik .....	23
1. Pengertian stres akademik.....	23
2. Aspek-aspek Stres Akademik.....	27
3. Faktor – faktor Stres Akademik .....	31
B. Kelekatan Orang Tua.....	35
1. Pengertian kelekatan orang tua .....	35
2. Aspek-aspek kelekatan orang tua.....	38
3. Macam-macam kelekatan orang tua.....	39
C. Dinamika Kelekatan Orang Tua terhadap Stres Akademik.....	42
D. Hipotesis.....	46
BAB III .....	47

METODE PENELITIAN .....	47
A. Desain Penelitian.....	47
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	48
C. Definisi Operasional.....	48
D. Populasi, Sampel dan Sampling.....	50
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	52
F. Validitas, Seleksi Item, dan Reliabilitas Alat Ukur .....	56
G. Metode Analisis Data .....	58
BAB IV .....	63
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	63
A. Orientasi Kancan.....	63
B. Persiapan Penelitian .....	63
1. Persiapan administrasi.....	64
2. Persiapan alat ukur .....	64
3. Pelaksanaan uji coba item .....	66
4. Hasil Uji Coba Item .....	66
C. Pelaksanaan Penelitian.....	73
D. Hasil Penelitian .....	75
1. Deskripsi Partisipan Penelitian .....	75
2. Deskripsi Statistik .....	81
3. Uji Asumsi.....	84
4. Uji Hipotesis .....	88
5. Analisis Tambahan .....	90
E. Pembahasan.....	97
BAB V .....	109
KESIMPULAN DAN SARAN.....	109
A. Kesimpulan .....	109
B. Saran.....	110
1. Bagi subjek penelitian.....	110
2. Bagi peneliti selanjutnya .....	110
3. Bagi orang tua .....	110

DAFTAR PUSTAKA .....	111
LAMPIRAN .....	121



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sebaran Item Skala Stres Akademik Mahasiswa Tingkat .....	53
Tabel 2. Sebaran Item Skala Kelekatan Orang Tua.....	55
Tabel 3. Distribusi Item Skala Stres Akademik .....	67
Tabel 4. Distribusi Item Skala Stres Akademik Setelah Digugurkan.....	68
Tabel 5. Distribusi Item Skala Kelekatan orang tua.....	69
Tabel 6. Distribusi Item Skala Kelekatan Orang Tua Setelah .....	71
Tabel 7. Reliabilitas Skala.....	73
Tabel 8. Data Demografi Penelitian .....	75
Tabel 9. Data Demografi Partisipan Berdasarkan Universitas.....	77
Tabel 10. Data Demografi Berdasarkan Gaji Orang Tua .....	80
Tabel 11. Deskriptif Statistik.....	82
Tabel 12. Kategorisasi Stres Akademik .....	83
Tabel 13. Kategorisasi Kelekatan Orang Tua.....	84
Tabel 14. Uji Outlier .....	86
Tabel 15. Uji Independensi .....	87
Tabel 16. Uji Hipotesis.....	88
Tabel 17. model coefficients .....	89
Tabel 18. Model Coefficients .....	90
Tabel 19. Perbedaan Stres Akademik berdasarkan Variabel Tambahan.....	92

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Q-Q Plot .....	85
Gambar 2. Grafik Residual Plot .....	86
Gambar 3. Uji Heteroskedastisitas .....	88



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Terjemahan Item Alat Ukur dari Penerjemah Tersumpah .....	122
Lampiran 2. Lembar Kesediaan Validator .....	125
Lampiran 3. Validitas Skala Penelitian .....	126
Lampiran 4. Lembar Keterbacaan.....	137
Lampiran 5. Alat Ukur Uji Coba.....	159
Lampiran 6. Tabulasi Data Try Out.....	162
Lampiran 7. Seleksi Item dan Reliabilitas Try Out.....	172
Lampiran 8. Tabulasi data Penelitian .....	179
Lampiran 9. Uji Asumsi .....	219
Lampiran 10. Uji Hipotesis .....	220
Lampiran 11. Kategorisasi Subjek .....	227
Lampiran 12. Informed Consents.....	227



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# **Hubungan Kelekatan Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta**

Nabillah Sava Amanda

21107010037

## **INTISARI**

Stres akademik merupakan salah satu tantangan yang umum dialami oleh mahasiswa, terutama saat menghadapi tuntutan akademik yang tinggi. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat stres akademik adalah kelekatan orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di DIY. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa/i aktif S1 Universitas di DIY yang sedang menyusun skripsi dan sampel penelitian sebanyak 226 mahasiswa dari beberapa universitas di DIY. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Stres Akademik dan Skala Kelekatan Orang Tua. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang negatif signifikan antara kelekatan orang tua dan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di DIY. Artinya semakin tinggi kelekatan orang tua pada mahasiswa di DIY, maka semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami. Adapun sumbangan variabel kelekatan terhadap stres akademik sebanyak 11,7%. Sehingga dapat dikatakan sebanyak 11,7% variasi stres akademik dipengaruhi oleh kelekatan pada orang tua. kemudian, berdasarkan hasil analisis tambahan menunjukkan tidak terdapat perbedaan stres akademik berdasarkan data demografi, yaitu usia, jenis kelamin, semester, status pernikahan orang tua, status kelengkapan orang tua, penghasilan orang tua, dan status tempat tinggal. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami peran kelekatan orang tua terhadap stres akademik mahasiswa di DIY.

Kata kunci: stres akademik, kelekatan orang tua, mahasiswa

# **The Relationship between Parental Attachment and Academic Stress in Students Who Are Completing Thesis in Special Region of Yogyakarta**

Nabillah Sava Amanda

21107010037

## **ABSTRACT**

Academic stress is one of the common challenges faced by students, especially when dealing with high academic demands. One factor that can influence the level of academic stress is parental attachment. This study aims to determine the relationship between parental attachment and academic stress among students writing their theses in DIY. The population used in this study consists of active undergraduate students at universities in DIY who are currently writing their theses, with a sample size of 226 students from several universities in DIY. The sampling technique used was accidental sampling. The measurement tools used were the Academic Stress Scale and the Parental Attachment Scale. The analysis technique employed was simple linear regression analysis. The results of the hypothesis test showed a significant negative relationship between parental attachment and academic stress among students writing theses in DIY. This means that the higher the level of parental attachment among students in DIY, the lower the level of academic stress they experience. The contribution of the parental attachment variable to academic stress was 11.7%. Thus, it can be said that 11.7% of the variation in academic stress is influenced by parental attachment. Furthermore, based on additional analysis results, there were no differences in academic stress based on demographic data, such as age, gender, semester, parental marital status, parental completeness status, parental income, and residential status. This study is expected to contribute to the development of psychology, particularly in understanding the role of parental attachment on academic stress among students in DIY.

**Keywords:** *academic stress, parental attachment, university students*

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Skripsi merupakan sebuah tanggung jawab akademis yang wajib diselesaikan oleh mahasiswa demi mendapatkan gelar sarjana (Julianti *et al.*, 2015). Skripsi merupakan sebuah karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa sarjana yang menganalisis sebuah pokok bahasan atau suatu disiplin tertentu, berdasar pada hasil tinjauan pustaka, riset di lapangan, atau hasil pengembangan dari suatu eksperimen (Suprihatiningsih *et al.*, 2023). Skripsi atau skripsi merupakan sebuah kewajiban yang harus diselesaikan oleh mahasiswa yang sedang menempuh program studi sarjana dalam waktu yang sesegera mungkin dan sering kali dianggap sebagai beban berat oleh mahasiswa, sehingga membuat skripsi menjadi momok bagi mahasiswa, dalam proses penyusunan skripsi tidak hanya membutuhkan banyak tenaga, pikiran, emosi, waktu, dan biaya (Kinasih, 2011).

Mahasiswa program sarjana S1 diharapkan mampu menyelesaikan studi sarjana dalam kurun waktu antara 3,5 hingga 4 tahun. Namun, ada beberapa program studi yang memerlukan waktu lebih lama untuk diselesaikan, berdasarkan Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020, batas maksimal mahasiswa menyelesaikan program pendidikan sarjana adalah 14 semester atau 7 tahun. Berdasarkan edaran tersebut, kampus-kampus di Indonesia pun membuat aturan turunan untuk diterjemahkan di instansi

masing-masing. Seperti, lama masa studi mahasiswa UNY yaitu selama 7-8 semester atau 3,5 tahun hingga 4 tahun (Wangid & Sugiyanto, 2013).

Sedangkan, lama studi mahasiswa UGM tergantung pada program studi yang diambil, namun untuk program sarjana di DTETI adalah selama 8 semester atau 4 tahun (Ali *et al.*, 2021). Sedangkan pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga program sarjana biasanya dalam kurun waktu 8 semester atau 4 tahun (Syahputra *et al.*, 2021).

Menurut Rusmawan (2019) menyatakan skripsi adalah sebuah karya ilmiah yang berbentuk tulisan hasil dari mahasiswa studi sarjana (S1), yang meneliti topik atau fenomena tertentu dalam bidang keilmuan, dengan mengikuti prinsip-prinsip ilmiah yang berlaku. Idealnya dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa harus dapat menyusun paling lambat pada akhir semester tujuh, dan penyusunan skripsi harus diselesaikan dalam waktu satu tahun (Wangid & Sugiyanto, 2013).

Meskipun mahasiswa diharapkan mampu menuntaskan skripsi tepat waktu sesuai target akademik yang telah ditentukan, tuntutan ini didasarkan pada fakta bahwa mahasiswa berada di tahap dewasa awal, dimana semakin bertambahnya usia seseorang dikorelasikan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi dalam diri seseorang, di mana semakin tinggi usia pada seseorang, maka semakin optimal kemampuannya dalam meregulasi emosi (Rusmaladewi *et al.*, 2020). Regulasi emosi yang baik memungkinkan mahasiswa agar selalu tenang selama dihadapkan pada beban akademik yang kemudian mencegah timbulnya stres akademik yang

berlebihan, hingga dapat memfokuskan diri pada usaha penyelesaian tugas. Meskipun demikian, kemampuan regulasi emosi tersebut tidak langsung terbentuk secara otomatis, melainkan sebuah hasil dari proses perkembangan yang panjang. Salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap perkembangan regulasi emosi yakni pengalaman relasi dengan orang tua sejak tahap awal kehidupan. Hubungan kelekatan yang aman, yang diidentifikasi dengan adanya kepercayaan, komunikasi yang baik, dan rendahnya perasaan keterasingan, akan memberikan kesempatan kepada individu dalam upaya mengelola emosinya secara adaptif (Priyatna & Sanjaya, 2021). Hal ini relevan dengan konsep *internal working model* yang menjelaskan bahwa peristiwa pengalaman pada kelekatan awal membentuk pola kognitif serta emosional individu dalam menginterpretasi informasi di kemudian hari.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, tingkat stres di seluruh dunia memiliki prevalensi yang sangat tinggi. Hampir 350 juta orang dilaporkan mengalami kondisi ini, menempatkan stres sebagai penyakit dengan peringkat ke-4 tertinggi di dunia berdasarkan *World Health Organization* (WHO) (Ambarwati *et al.*, 2019). Data prevalensi pada mahasiswa yang mengalami stres dalam proses penyusunan skripsi yakni berkisar antara 38% s/d 71% di dunia. Di kawasan Asia, angka ini sedikit lebih tinggi, yaitu mencapai 39,6% s/d 61,3%, sedangkan di Negara Indonesia, tercatat sebesar 36,7 s/d 71,6% data prevalensi mahasiswa yang mengalami kondisi stres. Sementara itu, data menunjukkan

bahwa prevalensi stres akademik mahasiswa di Indonesia cukup tinggi, dengan persentase yang berada di rentang 35,7% s/d 71,6%. Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS), mahasiswa tingkat akhir di Indonesia mengalami stres yang signifikan berkisar lebih dari setengah yaitu 61,3% akibat dari proses penyusunan skripsi pada tahun 2019.

Setiap individu pasti pernah merasakan stres, stres adalah suatu kondisi dimana individu merasakan tekanan yang cukup besar, dari segi fisik maupun dari psikologis (Ardani, 2007). Stres merupakan sebuah tekanan yang bersumber akibat ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan, terjadi ketika terdapat tekanan dari luar yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya, yang berpotensi menimbulkan bahaya, ketidaknyamanan, intimidasi, serta menjadi tidak terkontrol atau melebihi kemampuan seseorang untuk dapat melakukan *coping* (Barseli *et al.*, 2017). Berdasarkan tinjauan dari beberapa referensi, diambil kesimpulan bahwa stres merupakan sebuah keadaan saat seseorang mengalami tekanan fisik maupun psikologis yang cukup signifikan yang dipengaruhi oleh tuntutan internal, yaitu dari diri sendiri maupun faktor eksternal.

Kondisi stres yang dialami oleh mahasiswa dikategorikan sebagai stres akademik, dalam konteks akademik, stres yang dialami selama penyusunan skripsi dikategorikan sebagai stres akademik. Stres yang timbul akibat tuntutan dan tekanan dalam dunia pendidikan dikategorikan dengan sebagai stres akademik. Hal ini menimbulkan berbagai tuntutan berlebihan

yang melampaui batas kemampuan individu dan menyebabkan reaksi fisik serta psikis sesuai dengan kondisi tersebut. Menurut Ernawati dan Rusmawati (2015) stres akademik adalah respons fisik dan psikologis yang dimanifestasikan melalui tanda-tanda biologis, emosi, kognitif, serta perilaku sosial, yang dipicu oleh tekanan yang terus menerus meningkat dalam lingkungan akademik, dan akhirnya menyebabkan semakin tertekan oleh tuntutan.

Berikut terdapat data mengenai stres akademik mahasiswa akibat skripsi di beberapa universitas di kota Yogyakarta. Studi ini diadakan di STIKes Surya Global Yogyakarta oleh Riyadi *et al.* (2023) penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa semester akhir di tahun 2023 mengalami sebagian besar mengalami stres dalam klasifikasi sedang, yakni dengan partisipan sebanyak 39 (66.1%) dan sejumlah 2 mahasiswa (3.6%) masuk ke dalam kategori berat. Penelitian kedua, dilakukan di Universitas Sanata Dharma oleh Sipayung (2016), peneliti menyatakan bahwa terdapat 62% mahasiswa yang mengalami tingkat stres kategori tinggi saat mengerjakan skripsi, dan terdapat 38% yang mengalami stres kategori ringan. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan di STIKes Yogyakarta oleh Rosyad (2019) yang menemukan bahwa terdapat 40,7% orang mahasiswa yang mengidap stres, mulai dari stres kategori ringan, sedang hingga berat.

Dampak yang ditimbulkan oleh stres akademik sangat beragam, seperti dapat mempengaruhi performa akademik serta kesejahteraan psikologis seseorang. Berdasarkan hasil tinjauan pustaka, penelitian yang

telah dilakukan oleh Shkulaku (2015) menjelaskan bahwa terdapat beberapa dampak dari stres akademik hingga menyebabkan penurunan dari performa akademik seseorang, seperti menyebabkan kelelahan emosional, berkurangnya produktivitas dalam menyelesaikan kewajiban, absensi yang meningkat, sampai dengan memicu gangguan kesehatan seperti tekanan darah tinggi, penyakit fisik hingga mental lainnya. Ramadan dan Yushita (2022) menyatakan bahwa stress akademik ikut berperan terhadap menurunnya performa akademik seperti rendahnya motivasi belajar mahasiswa.

Beberapa faktor seperti fisik, keluarga, pendidikan, dan sosial merupakan beberapa elemen yang mempengaruhi stres akademis (Andiarna & Kusumawati, 2020). Hubungan internal di keluarga dipandang menjadi faktor penting, karena kelekatan orang tua yang memiliki dampak paling signifikan terhadap tingkatan stres. Purwati dan Rahmandani (2018) menyatakan bahwa variabel internal dan eksternal dapat berkontribusi terhadap stres. Seperti interaksi sosial dengan teman, keluarga, dan dosen merupakan pengaruh eksternal yang dapat memengaruhi stres akademik. Selaras dengan Andiarna dan Kusumawati (2020) stres akademik merupakan keadaan psikologis yang memberikan perasaan kurang nyaman dipengaruhi oleh adanya ekspektasi akademik yang diberikan orang tua, guru serta dosen, anggota keluarga lainnya bahkan hingga teman sebaya. Mahasiswa tingkat akhir menerima harapan tinggi dari kedua orang tua terhadap penyelesaian skripsi untuk penyelesaian studi tepat pada waktunya

sehingga mengakibatkan stres akademik. Kedua orang tua mempunyai relasi yang substansial dengan tingkatan stres akademik yang dialami oleh individu, sebab peran dari orang tua dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan mental individu, sehingga kelekatan dari anak dan orang tua berkembang menjadi elemen fundamental dalam perkembangan anak.

Menurut Pradipta *et al.* (2014) keterhubungan emosional yang erat di antara seorang anak dengan seseorang yang memainkan penting di dalam hidupnya dikenal sebagai kelekatan. Saat anak serta orang tua memiliki sebuah kelekatan yang dekat, seorang anak akan merasa seperti menjadi bagian dari keluarga yang penuh kasih sayang, sehingga anak akan lebih terbuka untuk menyampaikan keluhan yang dirasakan (Sari *et al.*, 2018). Anak yang memiliki kelekatan aman dapat berperilaku dengan baik serta menunjukkan kemampuan adaptasi yang cepat saat menghadapi situasi yang menimbulkan stres. Sementara itu, kelekatan yang tidak aman pada anak lebih rentan terhadap emosi negatif seperti distress dan ketidakstabilan emosi (Papalia & Feldman, 2014). Stres akademik dapat berkurang karena orang tua dan anak mengembangkan kelekatan yang kuat sehingga dapat mempermudah mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan di bidang akademik. Namun, karena kelekatan dengan orang tua tidak selalu bersifat positif, sehingga hal ini dapat berperan pada tingkat stres mahasiswa.

Penelitian terkait kelekatan orang tua dan stres akademik sudah banyak diteliti, seperti pada penelitian yang pernah dilakukan oleh Prifti dan Rapti (2018), Abia *et al.* (2022), Hussain *et al.* (2021), Brar (2013), serta

Shyan dan Arshat (2019), hasil dari kelima penelitian tersebut mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif dan substansial dari kelekatan orang tua dan anak terhadap stres akademik yang dirasakan oleh anak. Oleh karena itu, dengan menggunakan instrumen pengukuran dan melibatkan populasi yang berbeda, peneliti akan melakukan penelitian terkait variabel stres akademik dan kelekatan orang tua.

Berdasarkan penjelasan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu adakah hubungan antara kelekatan orang tua dan stres akademik dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Daerah Istimewa Yogyakarta.

## **B. Tujuan Penelitian**

Peneliti melaksanakan riset yang memiliki tujuan untuk mengkaji hubungan antara kelekatan orang tua dengan stres akademik selama proses penyusunan skripsi pada mahasiswa yang saat ini sedang menempuh tahun terakhir di Daerah Istimewa Yogyakarta.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai sumber informasi dan memberikan kontribusi bagi kemajuan studi dalam bidang psikologi pendidikan dan perkembangan serta bidang lain yang berhubungan dengan kesehatan mental.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi peneliti

Mendapatkan lebih banyak informasi untuk menambah wawasan dan dapat membantu memberikan sumbangsih pemikiran sebagai sumber rujukan bagi peneliti lain.

### b. Bagi Mahasiswa

sebagai pengetahuan tambahan untuk membantu mahasiswa memahami bagaimana kelekatan orang tua terhadap anak mempengaruhi stres akademik yang dialami oleh mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

### c. Bagi Orang Tua

Sebagai dasar informasi untuk memahami bagaimana kelekatan antara mereka dan anak-anak mereka memengaruhi tingkat stres akademis saat sedang menulis tesisnya, sehingga mereka dapat memberikan dukungan yang lebih efektif untuk anak mereka.

## D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini terkait dengan beberapa proyek penelitian sebelumnya yang memiliki tema kajian serupa tetapi berbeda dalam beberapa aspek lainnya. Penelitian ilmiah dari peneliti sebelumnya yang memperkuat keaslian penelitian ini adalah jurnal dengan judul *The Relationship between Attachment, Stress and Academic Success in Albanian Students* oleh Prifti dan Rapti (2018). Penelitian ini membahas mengenai

hubungan antara *attachment*, stres, dan prestasi akademik mahasiswa di Albania, subjek pada penelitian ini terdiri dari 1502 mahasiswa di 6 perguruan tinggi negeri di Albania. Teori yang digunakan pada penelitian ini merupakan teori kelekatan John Bowlby yakni teori stres akademik, dan teori prestasi belajar. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif, menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data dari partisipan, serta analisis data menggunakan uji statistik seperti regresi linier, *chi-square*, ANOVA untuk menganalisis hubungan dan perbedaan antar variabel. Alat ukur yang digunakan adalah *Attachment Style Questionnaire* oleh Feeney untuk mengukur gaya kelekatan, *Academic Stress Scale* oleh Rabani untuk mengukur tingkat stres akademik, dan rekap nilai rata-rata mahasiswa semester pertama sebagai ukuran prestasi. Hasil analisis regresi linier menunjukkan bahwa adanya efek statistik signifikan dari stres terhadap rata-rata hasil belajar. Nilai koefisien regresi untuk stres adalah -0,111, yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan stres akan menyebabkan penurunan rata-rata hasil belajar.

Penelitian kedua berjudul *Relationships between Parental Attachment, Peer Attachment and Stress among School-going Adolescents in Akwa Ibom State Nigeria* oleh Abia *et al.* (2022). Penelitian ini membahas hubungan dan pengaruh keterikatan antara orang tua dan teman sebaya, pada stres yang dirasakan oleh remaja sekolah di Akwa Ibom, Nigeria. Populasi pada penelitian ini adalah remaja dari usia 10-19 tahun yang telah terdaftar sebagai siswa yang bersekolah di Negara Bagian Akwa

Ibom, Nigeria. Jumlah responden yang terlibat di dalam penelitian sebanyak 372 orang remaja. Teori yang diterapkan sebagai dasar pada penelitian ini merupakan teori kelekatan (*Attachment Theory*) karya John Bowlby. Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan *stratified random sampling* sebagai teknik sampling, serta analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif, korelasi, dan regresi linear berganda untuk menguji hubungan dan pengaruh antar variabel penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala IPPA yang merupakan sebuah alat untuk mengukur kelekatan yang diciptakan oleh Armsden dan Greenberg (1987), dan DASS-21 yang dikembangkan oleh Lovibond (1995) untuk mengukur stres. Keterikatan orang tua memiliki koefisien regresi sebesar -0,107 dan tingkat signifikansi sebesar  $p < 0,05$ . Sehingga hal ini menyatakan bahwa tingkat stres serta keterikatan orang tua mempunyai hubungan negatif yang substansial. Sementara itu, keterikatan sebaya memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,190 dengan nilai signifikansi sebesar  $p < 0,01$ . Sehingga hal ini menyatakan bahwa keterikatan seseorang terhadap teman sebaya memiliki hubungan negatif yang lebih kuat serta signifikan terhadap stres yang dirasakan oleh seseorang dibandingkan dengan keterikatan orang tua. Sehingga hasil dari penelitian tersebut ditemukan adanya hubungan negatif antara kelekatan orang tua dan teman sebaya terhadap tingkat stres. Dengan demikian, semakin kuat keterikatan antara remaja dengan teman sebaya dan orang tua, maka akan semakin rendah stres yang dirasakan remaja.

Penelitian ketiga adalah penelitian yang berjudul *Effect of Parental relationships on stress levels of students in a medical college* oleh Hussain *et al.* (2021). Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat stres yang dirasakan mahasiswa kedokteran di Shifa College Medicine, Islamabad, Pakistan dan hubungannya dengan kualitas relasi mahasiswa dengan orang tua. Subjek penelitian ini adalah 315 mahasiswa kedokteran di Shifa College of Medicine, Islamabad, Pakistan. Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan *cross sectional study* untuk jenis penelitian yang digunakan, metode pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data dari responden, serta menggunakan analisis deskriptif, uji korelasi, dan frekuensi untuk analisis data penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan sebagian besar item kuesioner diadaptasi dari Inventori Stres Kehidupan Mahasiswa (ISKM). Temuan analisis menyatakan ada hubungan positif antara keterikatan orang tua dan berbagai bentuk stres, dengan nilai signifikan  $p < 0,05$ . Sehingga hasil akhir dari penelitian menunjukkan bahwa ada keterlibatan orang tua yang positif berpotensi meringankan sebagian tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa, Ini artinya mahasiswa akan menghadapi tingkat stres yang lebih tinggi apabila kualitas hubungan antara mahasiswa dengan orang tuanya buruk.

Penelitian keempat adalah penelitian yang berjudul *Coping Strategies and Parental Attachment as Predictors of Academic Stress in Adolescents* yang ditulis oleh Brar (2013). Penelitian ini membahas

mengenai hubungan antara stres akademik, strategi *coping*, dan keterikatan orang tua pada remaja. Subjek penelitian ini adalah 700 remaja berusia 17-18 tahun yang meliputi 345 orang berjenis kelamin laki-laki dan 355 orang yang berjenis kelamin perempuan. Pada penelitian ini teori yang digunakan adalah teori *coping* oleh Lazarus dan Folkman serta teori keterikatan oleh Bowlby. Metode survei dengan deskriptif merupakan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. *Stratified sampling* dan *random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini, serta analisis data menggunakan *product moment correlations* dan regresi berganda. Instrumen alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Bisht Battery of Stress Scales* oleh Bisht, untuk mengukur stres akademik dan *Ways of Coping Strategies* oleh Folkman and Lazarus, untuk mengukur strategi *coping*, dan *Inventory of Parent and Peer Attachment* oleh Armsden dan Greenberg untuk menilai persepsi keterikatan remaja dengan orang tua mereka. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara keterikatan orang tua dan *coping stress* atau cara mengatasi stres akademik pada remaja.

Penelitian kelima adalah penelitian yang berjudul *Parental Attachment, Smartphone Addiction and Stress Among Undergraduate Students* oleh Shyan dan Arshat (2019). Penelitian ini membahas mengenai hubungan antara keterikatan orang tua, kecanduan smartphone dengan stres pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan mahasiswa Universitas Putra Malaysia (UPM) sebanyak 400 orang sebagai subjek, yang mana terdiri dari

268 orang yang berjenis kelamin perempuan dan 132 orang yang berjenis kelamin laki-laki. *Attachment theory* serta *Behavioral Addiction Theory* adalah teori yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian menggunakan survei dengan kuesioner dalam mengumpulkan data. Penelitian ini menggunakan statistik deskriptif, korelasi, uji *t* independen, dan regresi ganda (*multiple regression*) untuk melakukan analisis data. IPPS-R, SAS-SV, dan PSS-10 merupakan alat ukur yang digunakan pada penelitian ini, IPPA-R untuk mengukur attachment orang tua, SAS-SV untuk menguji kecanduan smartphone, dan PSS-10 untuk mengukur tingkat stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang substansial antara kelekatan ibu ( $r = -0,23$ ,  $p < 0,01$ ) dan kelekatan ayah ( $r = -0,48$ ,  $p < 0,01$ ) dengan stres. Demikian pula, terdapat hubungan yang substansial antara kecanduan ponsel pintar dan stres ( $r = 0,54$ ,  $p < 0,01$ ). Artinya studi ini menyatakan tingkat stres mahasiswa dipengaruhi secara signifikan oleh keterikatan orang tua dan kecanduan telepon pintar. Pada penelitian ini juga dijumpai adanya hubungan antara keterikatan orang tua dengan stres pada mahasiswa. Semakin rendah keterikatan orang tua, maka akan semakin tinggi stress yang dirasakan mahasiswa.

Penelitian keenam adalah penelitian yang berjudul Hubungan *Hardiness* dengan Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi selama Pandemi COVID 19 oleh Azizah dan Satwika (2021). Penelitian ini membahas mengenai hubungan antara variabel *hardiness* dengan stres

akademik yang dirasakan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi selama COVID-19. Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 80 orang mahasiswa yang sedang dalam proses penyelesaian skripsi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Penelitian ini menggunakan *stratified random sampling* untuk teknik pengambilan sampel dan *product moment pearson* untuk menganalisis data. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah Skala *Hardines* yang telah disusun berdasarkan pada teori dari Kobasa serta menggunakan Skala Stres Akademik yang telah diadaptasi berdasarkan dari teori Gadzella. Berdasarkan Hasil analisis korelasi mengungkapkan adanya hubungan negatif signifikan dari variabel *hardiness* dan stres akademik terhadap mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi semasa pandemi COVID-19 dengan nilai signifikansi 0,000 dan koefisiensi korelasi sebesar -0,617, yang maknanya semakin bertambah tinggi tingkat *hardiness* pada mahasiswa berakibat pada semakin rendahnya stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa. Sehingga pada penelitian menyatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel *hardiness* dan stres akademik terhadap mahasiswa akhir yang tengah menyelesaikan skripsi semasa pandemi COVID-19.

Penelitian ketujuh adalah penelitian yang berjudul Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua dengan Stres Akademik pada Siswa SD N Srandol Wetan 02 Semarang dengan Sistem Pembelajaran *Full Day School* oleh Mahmudah dan Rusmawati (2018). Penelitian ini membahas mengenai

hubungan antara kelekatan anak-orang tua dengan stres akademik pada siswa SD dengan sistem pembelajaran *full day school*. Penelitian ini menggunakan siswa kelas IV dan V Sronol Wetan 02 Semarang sebagai subjek dengan jumlah keseluruhan sebanyak 168 siswa namun jumlah sampel yang digunakan hanya sebanyak 115 siswa. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, serta menggunakan teknik *cluster random sampling* sebagai teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel, pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana untuk analisis data. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah Skala Stres Akademik dan Skala Kelekatan Anak-orang tua. Hubungan antara keterikatan anak-orang tua dengan stres akademik siswa sekolah dasar dalam sistem pembelajaran sekolah sehari penuh atau *full day school* memiliki korelasi R kuadrat ( $R^2$ ) sebesar 0,247, yang memperlihatkan bahwa variabel stres akademik secara efektif dipengaruhi oleh keterikatan pada tingkat 24,7%. Hal ini menyatakan variabel keterikatan memengaruhi stres akademik sebesar 24,7%, sedangkan aspek lainnya yang tidak terdapat di dalam penelitian ini menyumbang sebesar 75,3%. Berdasarkan pada penelitian, Ada hubungan negatif yang substansial antara stres akademis dan ikatan anak-orang tua di SDN Sronol Wetan 02 Semarang yang menggunakan sistem pembelajaran sekolah sehari penuh atau *full day school*. Hal ini menunjukkan stres akademik pada siswa akan menurun seiring dengan meningkatnya

keterikatan anak-orang tua dan meningkat seiring dengan menurunnya keterikatan anak-orang tua.

Penelitian kedelapan adalah penelitian yang berjudul *The Influence of Parents Attachment on Young People's Stress during the COVID-19 Pandemic in Indonesia* oleh Purnamaningrum *et al.* (2022). Penelitian ini membahas mengenai Pengaruh kelekatan orang tua terhadap tingkat stres remaja selama pandemi COVID-19 di Indonesia. Subjek pada penelitian ini yaitu remaja di Indonesia yang tinggal bersama orang tua dan memiliki rentang usia 10-21 tahun, jumlah total responden sebanyak 392. Penelitian ini adalah sebuah penelitian kuantitatif dengan menggunakan teori kelekatan (*attachment theory*) sebagai teori utama. Penelitian ini menggunakan *accidental sampling* untuk teknik pengambilan sampel dan menggunakan analisis univariat, analisis bivariat dan analisis multivariat untuk menganalisis data. Penelitian ini menggunakan Skala Stres yang diadaptasi dari Bunda (2018) untuk mengukur stres dan menggunakan *Inventory Parent and Peer Attachment* (IPPA) untuk mengukur kelekatan orang tua. Nilai  $R^2$  adalah 0,059 yang berarti *attachment* orang tua dapat menentukan 5,9% variabel stres. Sisanya 94,1% dipengaruhi faktor lain, dan nilai  $R$  adalah -0,243 yang menunjukkan Stres dan kelekatan orang tua mempunyai hubungan negatif, artinya semakin kuat kelekatan orang tua dan anak, maka akan semakin rendah stres yang anak alami.

Penelitian kesembilan adalah penelitian yang berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat

Akhir di Universitas Negeri Padang oleh Hariani dan Guspa (2024). Mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik yang dialami mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Padang. subjek pada penelitian ini merupakan mahasiswa berjumlah 330 orang. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasi, menggunakan prosedur *simple random sampling* menggunakan skala likert untuk pengambilan sampel, pada penelitian ini menggunakan uji *product moment* untuk menganalisis data. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala dukungan sosial yaitu *the multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Student Life Stress Inventory* (SLSI) sebagai skala stres akademik. Hasil penelitian menyatakan tingkat dukungan sosial yang diterima mahasiswa tingkat akhir yang menempuh studi di Universitas Negeri Padang ada di klasifikasi tinggi sedangkan variabel stres akademik ada di klasifikasi rendah. Selanjutnya, telah diketahui bahwa ditemukan adanya hubungan yang negatif antara variabel dukungan sosial dan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang dengan nilai korelasi sebesar  $-0,698$ ,  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), maknanya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka akan semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa dan jika semakin rendah dukungan sosialnya maka tingkat stres akademiknya semakin tinggi.

Penelitian kesepuluh adalah penelitian yang berjudul Hubungan Antara Kelekatan teman sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro Semarang

oleh Purwati dan Rahmandani (2018). Penelitian ini membahas mengenai hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota (PWK) Universitas Diponegoro. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Teknik PWK Universitas Diponegoro, dengan jumlah total populasi 357 mahasiswa dan kemudian ditentukan 190 orang sebagai sampel. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teori kelekatan dari Armsden dan Greenberg, (1987) sebagai kerangka teorinya, serta teori stres akademik dari Sarafino dan Smith (2011). Penelitian ini menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data yang digunakan dan menggunakan teknik *stratified cluster random sampling* untuk pengambilan sampel. Penelitian ini menggunakan analisis data regresi sederhana untuk melihat hubungan dari dua variabel. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala kelekatan pada teman sebaya yang disusun berdasarkan aspek-aspek Armsden dan Greenberg (1987), serta Skala Stres Akademik dikembangkan oleh Sarafino dan Smith (2011) menggunakan aspek-aspek stres umum, yang kemudian dimodifikasi untuk lingkungan akademis. Aspek-aspek ini meliputi aspek biologis, kognitif, emosional, dan perilaku sosial. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa Teknik PWK. Koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,402 dengan nilai  $p < 0,001$  yang berarti semakin tinggi kelekatan pada teman sebaya, semakin rendah pula stres akademik.

Berdasarkan hasil kajian literatur berikut adalah beberapa poin keaslian penelitian yang telah dirumuskan oleh peneliti:

#### 1. Keaslian Topik

Dari penelitian di atas diketahui bahwa selama ini problem stres akademik banyak dikaitkan dengan kelekatan orang tua, seperti pada penelitian Prifti dan Rapti (2018), Abia *et al.* (2022), Brar (2013), Shyan dan Arshat (2019), Mahmudah dan Rusmawati (2018), Purnamaningrum *et al.* (2022). Selain kelekatan orang tua, stres akademik juga banyak dikaitkan dengan dukungan sosial seperti pada penelitian Hariani dan Guspa (2024), *Hardiness* seperti pada penelitian Azizah dan Satwika (2021) dan variabel kelekatan teman sebaya sebagai mana penelitian yang dilakukan oleh Abia *et al.* (2022) dan Purwati dan Rahmandani (2018).

Penelitian ini memiliki kesamaan variabel bebas dan variabel tergantung dengan peneliti sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Abia *et al.* (2022), Brar (2013), Mahmudah dan Rusmawati (2018) dan Shyan dan Arshat (2019). Kelekatan orang tua merupakan variabel bebas dalam keempat penelitian, sedangkan Stres akademik merupakan variabel terikatnya. Karena adanya kesamaan antara variabel bebas dan terikatnya, maka keaslian topik dalam penelitian ini tidaklah terdapat keaslian.

## 2. Keaslian Teori

Variabel tergantung pada penelitian ini berupa stres akademik pada penelitian ini menggunakan teori Robotham (2008). Variabel bebas berupa kelekatan orang tua pada penelitian ini juga menggunakan teori John Bowlby sama seperti peneliti yang dilakukan oleh Prifti dan Rapti (2018), Abia *et al.* (2022), Brar (2013), Mahmudah dan Rusmawati (2018). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat keaslian pada teori yang digunakan oleh peneliti.

## 3. Keaslian Alat Ukur

Dari penelitian di atas diketahui bahwa stres akademis dapat diukur menggunakan berbagai alat, dan Skala IPPA adalah alat yang paling populer untuk mengukur kelekatan orang tua. seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Abia *et al.* (2022), Brar (2013), Purnamaningrum *et al.* (2022), dan Purwati dan Rahmandani (2018).

Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel tergantung berupa stres akademik adalah *Academic Stress Scale* yang dikembangkan berdasarkan empat komponen stres akademik menurut Robotham (2008) oleh Sodiq *et al.* (2023).

Sedangkan pada Variabel bebas kelekatan orang tua yaitu menggunakan Skala Kelekatan Orang Tua oleh Muslimin *et al.* (2023) berdasarkan tiga aspek menurut Armsden dan Greenberg (1987). dengan demikian

dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat keaslian alat ukur yang digunakan oleh peneliti.

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Berdasarkan penelitian di atas populasi subjek yang paling banyak dalam penelitian ini adalah mahasiswa seperti dalam penelitian Prifti dan Rapti (2018), Hussain *et al.* (2021), Shyan dan Arshat (2019), Azizah dan Satwika (2021), Hariani dan Guspa (2024), serta Purwati dan Rahmandani (2018).

Dalam penelitian ini populasi subjek juga mahasiswa namun lebih spesifik yaitu mahasiswa tingkat akhir di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan penelitian sebelumnya, tidak pernah ada penelitian mengenai hubungan antara kelekatan orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa tahun akhir di Daerah Istimewa Yogyakarta. Dengan demikian, dapat diasumsikan bahwa terdapat keaslian pada subjek penelitian (mahasiswa tingkat akhir Daerah Istimewa Yogyakarta) yang digunakan oleh peneliti.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kelekatan orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta. Adapun sumbangan variabel kelekatan terhadap stres akademik sebanyak 11,7%. Sehingga dapat dikatakan sebanyak 11,7% variasi stres akademik dipengaruhi oleh kelekatan pada orang tua.

Kemudian, berdasarkan hasil analisis tambahan yang dilakukan terhadap tabel demografi responden, dapat diketahui sebagai berikut:

1. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang berusia 20 sampai 25 tahun.
2. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.
3. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang sedang menempuh semester 8, dan 10.
4. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang orang tuanya masih menikah, cerai hidup, maupun cerai mati.
5. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang hanya memiliki ayah, hanya memiliki ibu, atau mahasiswa yang memiliki ayah dan ibu.

6. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa berdasarkan kategori penghasilan orang tua.
7. Tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa yang tinggal bersama orang tua maupun tinggal sendiri.

## **B. Saran**

### **1. Bagi subjek penelitian**

Mahasiswa disarankan untuk menjaga komunikasi yang terbuka dan positif dengan orang tua, serta menumbuhkan hubungan yang dapat mendukung secara emosional. Karena dukungan emosional dari orang tua yang menyebabkan kelelahan aman turut berperan dalam menurunkan tingkat stres akademik, terutama di masa-masa kritis seperti penyusunan skripsi.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi variabel lain yang memiliki kemungkinan berpengaruh terhadap stres akademik, seperti dukungan sosial dari teman, peran dosen pembimbing, atau faktor individu seperti kecemasan atau gaya belajar.

### **3. Bagi orang tua**

Orang tua diharapkan dapat terus mempertahankan pola dukungan emosional, komunikasi terbuka, dan pemberian kepercayaan yang selama ini telah membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abia, E. M., Hasbullah, M., & Daud, M. N. (2022). Relationships between parental attachment, peer attachment and stress among school-going adolescents in Akwa Ibom State Nigeria. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(1), Pages 2127-2137. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v12-i1/12171>
- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: the case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4(2). <https://doi.org/10.5897/ERR2009.017-1>
- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49–67.
- Ali, R. H., Utomo, D. R., Cahyadi, A. I., Bejo, A., Ardiyanto, I., Hantono, B. S., Persada, A. G., Alfarozi, S. A. I., Pratama, A. R., Putra, G. D., Sidik, Y. F., & Fauzan, N. H. (2021). *Buku panduan akademik PS-DTETI 2023*. DTETI FT UGM.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>
- Ardani, T. A. (2007). Psikologi klinis (1st ed.). Graha Ilmu.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Astuti, M. F. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri terhadap hasil belajar mata kuliah tata rias pengantin Indonesia Tengah pada mahasiswa pendidikan tata rias Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Tata Rias*, 8.

- Augesti, G., Lisiswanti, R., Saputra, O., & Nisa, K. (2015). Differences in stress level between first year and last year medical students in medical faculty of Lampung University. *Journal majority*, 4(4), 50–56.
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1). <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.16792>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Pustaka Pelajar.
- Azzahara, A., & Adetya, S. (2024). Hubungan regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa akhir. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 2868–2875. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.6960>
- Babullah, R. (2022). Teori perkembangan kognitif Jean Piaget dan penerapannya dalam pembelajaran. *Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(2), 131–152. <https://doi.org/10.70287/epistemic.v1i2.10>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic stress among undergraduate students: the case of education faculty at King Saud University. *International Interdisciplinary Journal of Education*, 2(1), 82–88. <https://doi.org/10.12816/0002919>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss. I: attachment* (2. ed). Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Brar, R. (2013). Coping strategies and parental attachment as predictors of academic stress in adolescents. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(10).

- Budiati, D., Wilandari, Y., & Suparti. (2014). *Analisis hubungan antara lama studi, jalur masuk Dan indeks prestasi kumulatif (IPK) menggunakan model log linier*. 3(1).
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363–383. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Creswell, J. (2015). *Riset pendidikan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi riset kualitatif & kuantitatif* (5th ed.). Pustaka Belajar.
- Dewi, E. T. K., Agoestanto, A., & Sunarmi. (2016). *Metode least trimmed square (Lts) dan mm-estimation untuk mengestimasi parameter regresi ketika terdapat outlier*. *Jurnal Matematika*, 5(1). <https://doi.org/10.26877/jitek.v4i1.2403>
- Dewi, K. S., & Soekandar, A. (2019). Kesejahteraan anak dan remaja pada keluarga bercerai di Indonesia: rewiu naratif. *Jurnal Wacana*, 11. <https://doi.org/10.13057/wacana.v11i1.135>
- Diananda, A. (2020). Kelekatan anak pada orang tua dalam meningkatkan perkembangan kognitif dan harga diri. *journal Istighna*, 3(2), 141–157. <https://doi.org/10.33853/istighna.v3i2.47>
- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa SMK yang menggunakan kurikulum 2013. *Jurnal Empati*, 4(4).
- Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1).
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Field, A. (2017). *Discovering statistics using IBM SPSS* (5th Edition). SAGE Publications Ltd.

- Gabriella, L. (2024). *Analisis faktor-faktor keruangan yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa Itenas*.  
<https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/ftsp/article/view/3647>
- Gadzella, B. M., & Baloglu, M. (2001). *Confirmatory factor analysis and internal consistency of the student-life stress inventory*. *Journal of Instructional Psychology*, 28(2), 84–94.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American Journal Of Psychological Research*, 1(1).
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*.
- Handayani, D. S., Kirana, W., & Karlistiyaningsih, B. (2024). *Hubungan family attachment: kepercayaan, komunikasi, keterasingan orang tua terhadap perilaku bullying remaja di sekolah menengah pertama negeri (SMPN) Kota Pontianak*.
- Hariani, F., & Guspa, A. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswi tingkat akhir di Universitas Negeri Padang. *Journal Of Social Science Research*, 4(3), 17422–17430. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.12633>
- Hasbi, A. Z. E., Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). *Penelitian korelasional. (metodologi penelitian pendidikan)*. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 2(6), 784–839. <https://doi.org/10.30872/al-furqan.v2i6.771>
- Hussain, A., Khan, H. M., Ahmer, H., Zafar, S., Altaf, S. B., Ahmed, S., & Awais, S. (2021). Effect of parental relationships on stress levels of students in a medical college. *Journal of Shifa Tameer-e-Millat University*, 4(1), 39–43. <https://doi.org/10.32593/jstmu/Vol4.Iss1.131>
- Idriyani, N. (2020). *Adaptasi alat ukur kelekatan dengan orang tua*.

- Julianti, R., Yulia, A., & Padang, Stik. M. (2015). Hubungan komunikasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa S1 keperawatan Stikes ranah minang tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*.  
<https://doi.org/10.24036/pedagogi.v15i2.5830>
- Junaidin, & Hartono, R. (2020). Pola komunikasi interpersonal orang tua terhadap perkembangan kognitif anak. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 11(1), 46.  
<https://doi.org/10.24036/rapun.v11i1.108494>
- Kinasih, A. K. (2011). *Skripsi kelar dalam 30 Hari*. Galmas Publisher.
- Lase, A. (2016). Hubungan antara motivasi belajar dengan disiplin belajar. *Jurnal Ilmiah Warta Dharmawangsa*, 48, 172-187.
- Mahmudah, H., & Rusmawati, D. (2018). *Hubungan antara kelekatan anak-orang tua dengan stres akademik pada siswa SDN Sronдол Wetan 02 Semarang dengan sistem pembelajaran*. 7.
- Maniaci, M. R., & Rogge, R. D. (2014). Caring about carelessness: participant inattention and its effects on research. *Journal of Research in Personality*, 48, 61–83. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.09.008>
- Maria, L., & Maulidia, R. (2023). Hubungan komunikasi efektif orang tua dengan kemandirian anak usia prasekolah selama pandemic covid-19. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 47–51.  
<https://doi.org/10.47575/jpkm.v4i1.469>
- Maulana, H. A., & Iswari, R. D. (2020). *Analisis tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring pada mata kuliah statistik bisnis di pendidikan vokasi*. 1.
- Merry, & Mamahit, H. C. (2020). Stres akademik mahasiswa aktif angkatan 2018 dan 2019 universitas swasta di DKI Jakarta. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 6–13. <https://doi.org/10.21067/jki.v6i1.4935>

- Muslimin, Z. I., Sirait, S., & Bashori, K. (2023). Communication and example of parents as mediators in the relationship between attachment and students' character tolerance. *Asian Journal of Engineering, Social and Health*, 2(12), 1549–1560. <https://doi.org/10.46799/ajesh.v2i12.189>
- Nababan, A. S., & Nasution, F. Z. (2022). *Peran orang tua dalam membangun kepercayaan diri anak sejak dini*. 5.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia* (12 buku 1). Salemba Humanika.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Kencana.
- Prabu, S. (2015). A study on academic stress among higher secondary students. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 4(10), 63–68.
- Pradipta, D. A., Hamiyati, H., & Muhariati, M. (2014). Hubungan kelekatan orang tua dengan interaksi sosial antar teman sebaya pada remaja laki-laki di SMPN 6 Jakarta. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 1(2), 78–84. <https://doi.org/10.21009/JKKP.012.04>
- Prifti, L., & Rapti, E. (2018). The relationship between attachment, stress and academic success in albanian students. *Journal of Educational and Social Research*, 8(2), 53–60. <https://doi.org/10.2478/jesr-2018-0016>
- Prijatna, K., & Sanjaya, E. L. (2021). Regulasi emosi remaja ditinjau dari kelekatan ayah, ibu, teman dan kepribadian (hardiness). *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 5(2), 81–91. <http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v5i2.1108>
- Purnamaningrum, Y. E., Kusmiyati, Y., Estiwidani, D., Widyasih, H., Santi, M. Y., Hafid, F., & Fatiasari, N. (2022). The influence of parents' attachment on young people's stress during the covid-19 pandemic in indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1060–1066. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9076>

- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2018). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 456–466. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21664>
- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stres akademik mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester akhir: studi komparatif dalam situasi pembelajaran daring. *Jurnal Psikologi*, 20.
- Qatrunada, A., Lathifah, M., & Sutijono. (2019). Stres akademik mahasiswa dalam perkuliahan daring selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Nusantara of Research*, 6(2), 68–77.
- Qirtas, M. M., Zafeiridi, E., White, E. B., & Pesch, D. (2023). The relationship between loneliness and depression among college students: mining data derived from passive sensing. *Digital health*, 9, 20552076231211104. <https://doi.org/10.1177/20552076231211104>
- Rabbani, M., Kasmaienezhadfar, S., & Pourrajab, M. (2014). *The relationship between parental attachment and stress: a review of literatures related to stress among students. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 4(12), 123–135.
- Ramadan, M., & Yushita, A. N. (2022). Pengaruh stres akademik, fasilitas belajar, dan lingkungan belajar terhadap motivasi belajar daring mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 20(1), 52–66. <https://doi.org/10.21831/jpai.v20i1.48530>
- Riyadi, M. E., Wiguna, A., Kusumasari, Rr. V., & Kurniati, F. D. (2023). Spiritualitas berhubungan dengan stres pada mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 7(2), 52–57. <https://doi.org/10.33655/mak.v7i2.161>
- Robotham, D. (2008). Stress among higher education students: towards a research agenda. *Higher Education*, 56(6), 735–746. <https://doi.org/10.1007/s10734-008-9137-1>
- Rosyad, Y. S. (2019). *Tingkat Stres mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan Yogyakarta dalam menyusun skripsi tahun akademik 2018/2019. Cahaya Pendidikan*, 5(1), 56–63. <https://doi.org/10.33373/chypend.v5i1.1872>

- Rusmaladewi, Indah, D. R., Kamala, I., & Anggraini, H. (2020). Regulasi emosi pada mahasiswa selama proses pembelajaran daring di program studi pg-paud FKIP upr. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati*, 16(2).
- Rusmawan, U. (2019). *Teknik penulisan tugas akhir dan skripsi pemrograman*. PT Elex Media Komputindo.
- Saifudin, M., Adawiyah, S. R., & Mukhaira, I. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi s1 keperawatan non reguler. 12(2).
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja jilid 2* (11th ed.). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development perkembangan masa hidup jilid 1 edisi 13*. Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (seventh edition). Wiley.
- Sari, S. L., Devianti, R., & Safitri, N. (2018). *Kelekatan orang tua untuk pembentukan karakter anak*. 1(1). <http://dx.doi.org/10.24014/egcdj.v1i1.4947>
- Sepriana, L., N, Z., & Chairilsyah, D. (2023). Hubungan antara komunikasi orang tua dengan kecerdasan emosional anak usia 5-6 tahun di RAPN al-hidayah Kecamatan Ujung Batu Kabupaten Rokan Hulu. 3. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/1477/1227/2451>
- Shkulaku, R. (2015). Student's stress in higher education institutions: a critical review of foreign literatures and the ones in Albania. *European Scientific Journal*, 11 (13), 123-135.
- Shyan, T. P., & Arshat, Z. (2019). Parental attachment, smartphone addiction and stress among undergraduate students. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(32), 149–163. <https://doi.org/10.35631/IJEPC.4320015>

Sintia, I., Pasarella, M. D., & Nohe, D. A. (2022). *Perbandingan tingkat konsistensi uji distribusi normalitas pada kasus tingkat pengangguran di Jawa. Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Statistika*, 2.

Sipayung, N. (2016). *Coping stres penulis skripsi*.

Sekarwati, L. (2023). Hubungan antara perceived peer pressure dan konformitas pada mahasiswa di media sosial [Skripsi tidak dipublikasikan]. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Sodiq, F., Husna, A. N., & Hermahayu. (2023). *Academic stress scale: contruction and psychometric analysis*. 3(1).

Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z., & Uka, V. (2018). BCES Conference Book. *Emotional intelligence, test anxiety and academic stress among university students. BCES Conference Books*, 16, 157–164.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R dan D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta.

Sujarweni, W. (2016). *SPSS untuk penelitian*. Pustaka Baru Press.

Sukmawati, S., Tarma, T., & Hasanah, U. (2018). Pengaruh kelekatan orang tua terhadap stres coping pada mahasiswa yang menyusun skripsi di prodi rumpun IKK, UNJ. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 5(1), 65–69. <https://doi.org/10.21009/JKKP.051.06>

Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>

Suprihatiningsih, T., Dewi, D. K., & Saputra, B. D. (2023). Hubungan pola tidur dan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1

keperawatan yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 16. (1), 1–8. <https://doi.org/10.36760/jka.v16i1.268>

Sutjiato, M., Kandou, G. D., & Tucunan, A. A. T. (2015). *Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*.

Syahputra, I., Rahmatullah, M., Ubaidillah, Mustofa, Hadi, S., Munip, A., Zuhri, Uyun, S., Sulistyaningsih, Ardiansyah, M., Husein, M. F., Khaerani, N. M., Supandi, E. D., Nuruzzaman, T., Labibah, Rifa'i, A. F., Suefrizal, Suparti, Pamuji, ... Utari, D. D. (2021). *Buku pedoman akademik universitas program sarjana UIN Sunan Kalijaga*.

Tantri, S. N., & Roseline, C. N. (2021). Hubungan jenis kelamin, stress, dan kepuasan mahasiswa akuntansi terhadap pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *E-Jurnal Akuntansi*, 31(7), 1783. <https://doi.org/10.24843/EJA.2021.v31.i07.p14>

Veriza, E., Razi, P., Roza, E., & Triana, W. (2023). Journaling technique to form positive behaviors in adolescents. *Faletehan Health Journal*, 10(01), 85–89. <https://doi.org/10.33746/fhj.v10i01.503>

Wangid, M. N., & Sugiyanto. (2013). *Identifikasi hambatan strukturan dan kultural mahasiswa dalam menyelekasikan tugas akhir*. 6.

Yikealo, D., Yemane, B., & Karvinen, I. (2018). The level of academic and environmental stress among college students: a case in the college of education. *Open Journal of Social Sciences*, 06(11), 40–57. <https://doi.org/10.4236/jss.2018.611004>

Yusuf, S. L. (2009). *Program bimbingan dan konseling di sekolah*. Rizqi Press.