

LAPORAN PENELITIAN



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA SANTRI WATI DI WILAYAH AZ – ZAINIYAH PONDOK PESANTREN NURUL JADID PAITON PROBOLINGGO

Disusun oleh:

Ketua Tim	:	Maulidiyah Junnatul Azizah Heru	NIDN. -
Anggota	:	Herawati	NIM. 1831800026
Anggota	:	Irma Faulandia	NIM. 1831800046

**LEMBAGA PENERBITAN, PENELITIAN, DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NURUL JADID
PAITON PROBOLINGGO
TAHUN 2021**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Santri Wati Di
Wilayah Az – Zainiyah Pondok Pesantran Nurul Jadid Paiton
Probolinggo

Bidang Fokus : Kesehatan

Ketua

a. Nama Lengkap : Maulidiyah Junnatul Azizah Heru

b. NIDN : -

c. Jabatan Fungsional : -

d. Fakultas : Kesehatan

Anggota 1

a. Nama : Herawati

b. NIM : 1831800026

c. Fakultas : Kesehatan

Anggota 2

a. Nama : Irma Faulandia

b. NIM : 1831800046

c. Fakultas : Kesehatan

Anggota 3

a. Nama : _____

b. NIM : _____

c. Fakultas : _____

Lamanya Penelitian : 8 Bulan

Total Biaya Pengabdian : Rp 10.000.000,00

Asal Biaya Pengabdian : Universitas Nurul Jadid

Disahkan pada 20 Juli 2021
Di Probolinggo

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan



Ns. Handono F.R., M.Kep., Sp.Kep.M.B.
NIDN. 0721068701

Ketua Peneliti

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, M.Kep.
NIDN.

Kepala LP3M



Achmad Fauaid, M.A., M.A.
NIDN. 2123098702



SURAT PERJANJIAN / KONTRAK PENELITIAN

Nomor : NJ-T06/25/A-7/017/03.2021

Nama Pekerjaan : Penyusunan Laporan Penelitian Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa Universitas Nurul Jadid Tahun 2021

Nama Program : Program Penelitian Universitas Nurul Jadid

Sumber Dana : Internal Universitas Nurul Jadid

Pada hari ini Senin tanggal 15 (lima belas) bulan Maret tahun 2021 (dua ribu dua puluh satu) di Paiton Probolinggo, yang bertanda tangan dibawah ini:

- 1. ACHMAD FAWAID, M.A., M.A.**, Kepala Lembaga Penerbitan, Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M) Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo, berkedudukan di Probolinggo, bertindak untuk dan atas nama Universitas Nurul Jadid Probolinggo beralamat di Pondok Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton Probolinggo, selanjutnya dalam Perjanjian Kerjasama ini disebut **PIHAK KESATU**.
- 2. Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, M.Kep.**, dosen pelaksana Penelitian Universitas Nurul Jadid Tahun 2021 selanjutnya dalam Perjanjian Kerjasama ini disebut **PIHAK KEDUA**.

Selanjutnya **PIHAK KESATU** dan **PIHAK KEDUA** secara bersama-sama disebut **PARA PIHAK**:

Berdasarkan Rencana Strategis Universitas Nurul Jadid Probolinggo, PARA PIHAK telah sepakat untuk mengadakan suatu Perjanjian Kerjasama/Kontrak, yang mengikat PARA PIHAK dengan cara kontrak Lumpsum untuk melaksanakan penelitian berjudul **Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Santri Wati Di Wilayah Az – Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo**, dengan ketentuan seperti dimaksud dalam pasal-pasal tersebut di bawah ini.

PASAL 1 TUGAS KERJA

- (1) PIHAK KESATU dalam kedudukannya seperti tersebut di atas, memberi tugas tersebut kepada PIHAK KEDUA, dan selanjutnya PIHAK KEDUA menerima tugas tersebut untuk melaksanakan pekerjaan Penelitian sesuai dengan Pedoman Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Nurul Jadid maupun petunjuk-petunjuk lainnya;
- (2) Luaran dari penelitian sebagaimana dimaksud pada ayat diatas, yaitu Laporan Penelitian;
- (3) Perjanjian Kerjasama / Kontrak ini mengikat PARA PIHAK dan dilakukan dengan cara kontrak Lumpsum yaitu bahwa penyelesaian seluruh pekerjaan

ini dilakukan dalam batas waktu tertentu dengan jumlah harga yang pasti dan tetap;

- (4) Kegiatan penelitian dilaksanakan sesuai dengan Rencana Strategis (Renstra) Program Studi homebase PIHAK KEDUA di tempat dan lokasi yang ditentukan bersama mahasiswa;
- (5) PIHAK KESATU menyediakan sarana prasarana dalam bentuk Sistem Informasi Manajemen (SIM), pelatihan dan pendampingan penulisan artikel jurnal, buku ajar, dan paper prosiding, Sentra Hak Kekayaan Intelektual, jurnal penelitian, serta Penerbit Pustaka Nurja (Anggoa IKAPI);
- (6) Biaya akomodasi dan transportasi dalam pelaksanaan penelitian ditanggung oleh PIHAK KEDUA;

PASAL 2

DASAR PELAKSANAAN PEKERJAAN

Pekerjaan-pekerjaan tersebut dalam Pasal 1 harus dilaksanakan oleh PIHAK KEDUA berdasarkan:

- a. Renstra penelitian dan pengabdian Universitas Nurul Jadid;
- b. Pedoman penelitian dan pengabdian Universitas Nurul Jadid;
- c. Rencana Pembelajaran Semester matakuliah Universitas Nurul Jadid.

PASAL 3

BIAYA PELAKSANAAN PEKERJAAN

- (1) PARA PIHAK telah sepakat dan setuju bahwa biaya penyusunan Laporan penelitian beserta dengan luarannya tahun 2021 adalah sebesar Rp 10.000.000,00 (sepuluh juta rupiah).
- (2) Biaya pelaksanaan pekerjaan seperti tersebut pada ayat (1) belum termasuk biaya publikasi yang timbul dari PARA PIHAK.

Pasal 4

HASIL PEKERJAAN

- a. Proposal penelitian
- b. Laporan kemajuan penelitian
- c. Laporan akhir penelitian

PASAL 5

ATURAN PEMBAYARAN

Pembayaran oleh PIHAK KESATU kepada PIHAK KEDUA dilakukan dalam dua tahap:

- a. Tahap 1 sebesar Rp 5.000.000,00 jika seluruh laporan kemajuan selesai dan disetujui oleh Fakultas dan LP3M;
- b. Tahap 2 sebesar Rp 5.000.000,00 jika laporan akhir penelitian selesai dan disetujui oleh Fakultas dan LP3M;

PASAL 6

JANGKA WAKTU PELAKSANAAN

- (1) Pelaksanaan penelitian sudah dimulai setelah ditandatanganinya kontrak ini.
- (2) Pekerjaan tersebut harus sudah selesai dilaksanakan dan dilakukan serah terima pekerjaan oleh PIHAK KEDUA kepada PIHAK KESATU sesuai dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Batas akhir pengumpulan proposal adalah 30 April 2021
 - b. Batas akhir pengumpulan laporan kemajuan adalah 30 Agustus 2021
 - c. Batas akhir pengumpulan laporan akhir adalah 30 Oktober 2021
- (3) Batas waktu tersebut pada ayat (2) dapat diperpanjang dengan persetujuan tertulis dari PIHAK KESATU berdasarkan usulan pertimbangan secara tertulis dengan mengemukakan alasan-alasan yang cukup kuat, di luar kewenangan dan kekuasaan PIHAK KEDUA antara lain seperti terjadi keterlambatan dalam publikasi luaran, terjadi pekerjaan tambahan, dan terjadi *force majeure*.
 - (4) PIHAK KEDUA dapat melakukan penyempurnaan dan konsultasi dalam penuntasan luaran penelitian dengan persetujuan dari PIHAK KESATU.

PASAL 7

SANKSI-SANKSI

- (1) Apabila PIHAK KEDUA tidak mengumpulkan proposal penelitian sampai pada 30 April 2021, maka PIHAK KESATU berhak membatalkan seluruh haknya dalam penelitian;
- (2) Apabila PIHAK KEDUA tidak mengumpulkan laporan kemajuan penelitian sampai pada 30 Agustus 2021, maka PIHAK KEDUA tidak berhak menerima insentif.;
- (3) Apabila PIHAK KEDUA tidak mengumpulkan laporan akhir penelitian sampai pada 30 Oktober 2021, maka PIHAK KEDUA tidak akan mendapatkan hibah penelitian di Tahun selanjutnya.

PASAL 8

FORCE MAJORE

- (1) PIHAK KEDUA dibebaskan dari sanksi-sanksi apabila keterlambatan penyelesaian pekerjaan disebabkan oleh terjadinya peristiwa-peristiwa di luar kekuasaan atau kemampuan PIHAK KEDUA yang dianggap *force majeure* yang disetujui PIHAK KESATU, misalnya:
 - a. Bencana alam, dan atau peperangan;
 - b. Kejadian-kejadian akibat kebijaksanaan Pemerintah dalam bidang penelitian dan yang telah ditetapkan oleh Pemerintah bahwa akibat kebijaksanaan tersebut dapat digolongkan sebagai *force majeure*.
- (2) Apabila terjadi peristiwa tersebut di atas, PIHAK KEDUA harus memberitahukan secara tertulis kepada PIHAK KESATU, dalam waktu paling lambat 7 (tujuh) hari setelah terjadi *force majeure*.
- (3) Atas Persetujuan PIHAK KESATU, dibuatkan Berita Acara dan selanjutnya batas waktu penyelesaian pekerjaan sebagaimana tercantum dalam Pasal 7 (tujuh) dapat diperpanjang yang dituangkan dalam Addendum Surat Perjanjian Kerjasama /Kontrak ini.

PASAL 9

PELAKSANAAN PEKERJAAN OLEH PIHAK LAIN

- (1) Pekerjaan tersebut, baik sebagian maupun seluruhnya dilarang diserahkan oleh PIHAK KEDUA kepada pihak lain tanpa persetujuan dari PIHAK KESATU.
- (2) Jika ternyata PIHAK KEDUA menyerahkan sebagian pekerjaan atau seluruhnya kepada pihak lain, dan peringatan-peringatan tertulis dari PIHAK KESATU

tidak diindahkan oleh PIHAK KEDUA, maka setelah mengadakan perhitungan, PIHAK KESATU berhak mernbatalkan Surat Perjanjian Kerjasama ini secara sepihak.

PASAL 10
PERSELISIHAN

- (1) Apabila terjadi perselisihan antara PIHAK KESATU dan PIHAK KEDUA, maka hal tersebut akan diselesaikan secara musyawarah untuk mufakat.
- (2) Jika tidak mendapatkan penyelesaian yang layak dan memuaskan kedua belah pihak, maka penyelesaian akan melibatkan Wakil Rektor terkait.

PASAL 11
PENUTUP

Surat Perjanjian Pelaksanaan Pekerjaan / Kontrak ini dibuat dan ditandatangani oleh kedua belah pihak dalam rangkap 2 (dua).

PIHAK KESATU

Kepala Lembaga Penerbitan, Penelitian, dan
Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Probolinggo
sejaku Pembuat Komitmen



ACHMAD FAWAID, M.A., M.A.

NIDN. 2123098702

PIHAK KEDUA

Dosen Pelaksana Penelitian
Universitas Nurul Jadid



Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, M.Kep.

NIDN.



YAYASAN NURUL JADID PAITON
**LEMBAGA PENERBITAN, PENELITIAN, &
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**
UNIVERSITAS NURUL JADID
PROBOLINGGO JAWA TIMUR

PP. Nurul Jadid
Karanganyar Paiton
Probolinggo 67291
☎ 0888-3077-077
e: lp3m@unuja.ac.id
w: <https://lp3m.unuja.ac.id>

**SURAT PERNYATAAN TANGGUNG JAWAB MUTLAK
KEGIATAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maulidiyah Junnatul Azizah Heru
Tempat Tanggal Lahir : Probolinggo, 23 Juni 1994
NIDN : -
Fakultas : Kesehatan

Dengan ini menyatakan sanggup dan bertanggungjawab mutlak atas pelaksanaan penelitian sebagaimana yang telah kami usulkan. Apabila terjadi pelanggaran terhadap aturan-aturan yang telah disepakati dalam Kontrak, maka menjadi tanggungjawab kami.

Paiton, 15 Maret 2021

Pelaksana,



(Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, M.Kep.)

ABSTRAK

Remaja rentan mengalami permasalahan dan stres karena remaja masih dalam keadaan labil dan emosi belum terbentuk secara matang. Ada banyak alasan yang melatarbelakangi keadaan stres antara lain tekanan yang ada di tempat mereka tinggal. Selain di lingkungan sekolah, di lingkungan Pesantren pun individu harus bergelut dengan berbagai tujuan dan agenda pembelajaran yang memaksakan anak untuk bisa beradaptasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Dukungan Sosial dengan Stress Pada Santriwati di wilayah Az-Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini desain jenis *cross sectional* analitik. Responden sebanyak 140 orang berdasarkan rumus penentuan besar sample sesuai dengan kriteria *Inklusi dan Eklusi*. Dengan menggunakan Uji Statistik *Spearman's Rho*. Berdasarkan hasil penelitian distribusi santriwati sebagian besar mengalami kategori stres ringan sejumlah 111 (90.7%) dan distribusi santriwati sebagian besar mendapatkan dukungan sosial tinggi sejumlah 127 (84.2%). Dengan hasil analisa data dengan uji *Spearman's rho* menunjukkan bahwa nilai *P. Value* sebesar $0,000 (< 0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Dukungan Sosial dengan Stress Pada Santriwati di wilayah Az-Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Stress pada Santriwati*

ABSTRACT

Teens prone to problems and stress for teenagers are still in a state of unstable and unformed emotions maturely. There are many reasons that the background state of stress include tension in which they live. In addition to the school environment, the environment of any individual boarding school must wrestle with different objectives and learning agenda that force a child to be able to adapt well. This study aims to determine the relationship with the Social Support Stress At female students in the area Az-Zainiyah Nurul Jadid Paiton, Probolinggo. The research design used in this study analytic *cross sectional* design types. Respondents as many as 140 people based on a large sample of formula determination in accordance with the criteria of *inclusion and exclusion*. By using *Spearman's Rho* test statistics. Based on the results of the distribution of most of the female students experienced mild stress with category number of 111 (90.7%) and the distribution of most the female students get social support high number of 127 (84.2%). with showed data analysis with Spearman's rho test showed that the *P. Value* of 0.000 (<0.05). It can be concluded that there is a relationship with the Social Support Stress At female students in the area Az-Zainiyah Nurul Jadid Paiton, Probolinggo.

Keywords: Social Support, Stress on female students

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERJANJIAN / KONTRAK PENELITIAN.....	iii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN TANGGUNG JAWAB MUTLAK KEGIATAN PENELITIAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
 BAB 2 METODE.....	 4
 BAB 3 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 6
 DAFTAR PUSTAKA.....	 14

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Karakteristik Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	6
Tabel 2 Karakteristik Frekuensi Berdasarkan Kelas	7
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan sosial pada santriwati di Wilayah Az-Zainiyah	7
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres pada Santri Wati	7
Tabel 5 Tabel Silang Dukungan Sosial dengan Stress pada santri Wati Wilayah Az-Zainiyah	8

BAB I

PENDAHULUAN

Setiap manusia dalam kehidupannya dapat mengalami masalah-masalah berupa tantangan, tuntutan dan tekanan-tekanan dari lingkungan sekitar.(Isni Agista, 2011) Dan setiap individu mempunyai kemampuan dan kebutuhan yang berbeda seperti perbedaan bentuk, fisik, bakat, dan cara bergaul. Oleh sebab itu, perbedaan inilah yang membuat suatu masalah dan setiap masalah pasti ada jalan keluarnya tergantung dari usaha seseorang tersebut. Sebagaimana yang telah di sebutkan dalam firman Allah SWT di bawah ini:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya : *Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nikmat atau nasib suatu kaum sampai kaum itu mengubahnya sendiri. (Q.S AR-Ra'ad : 3)*

Berbagai macam masalah di dunia dapat selalu terjadi dimanapun dan kapanpun bahkan variasinya berbeda sehingga setiap orang mengalami yang namanya stres. Segala macam bentuk stres pada dasarnya di sebabkan oleh ketidak mengertian manusia akan keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah yang akan menimbulkan frustrasi ataupun stres.

Dari hasil penelitian Fajrin Nurrahmi yang berjudul Hubungan Kematangan Sosial dengan Tingkat Stres pada Siswa Full Day School Al-Baitul Amien Didapatkan data bahwa 3 dari 10 siswa mengalami stres ringan, 3 dari 10 siswa mengalami stres sedang dan 4 lainnya dalam kondisi normal. Hasil penelitian tingkat stres siswa menunjukkan bahwa sebanyak 50,4% berada dalam kondisi stres ringan, 25,5% siswa dalam keadaan normal dan 24,4% siswa dalam kondisi stres sedang. (Fajrin Nurrahmi, 2013)

Dari hasil penelitian yang dilakukan Bahrul Ulumuddin bahwa yang dialami oleh mahasiswa adalah stres ringan dan stres sedang. Data yang diperoleh dari 34 responden (23,4%) mengalami stres ringan, 31 responden (21,4%) mengalami stres sedang, 3 responden (2,1%) mengalami stres berat dan 1 responden (0,7%) mengalami stres sangat berat. (Bahrul Ulumuddin, 2011)

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosio emosional. Menurut para ahli masa ini sering disebut dengan masa *pubertas*, selain istilah pubertas digunakan istilah *adolesan* yaitu perubahan yang lebih ditekankan pada perubahan psikososial atau kematangan yang menyertai masa *pubertas* yang relatif belum mencapai tahap kematangan mental dan sosial sehingga mereka harus menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial yang saling bertentangan. (Ichsan Budiharto, 2015)

Remaja rentan mengalami permasalahan dan stres karena remaja masih dalam keadaan labil dan emosi belum terbentuk secara matang.

Ada banyak alasan yang melatar belakangi keadaan stres antara lain tekanan yang ada di tempat mereka tinggal. Selain di lingkungan sekolah, di lingkungan Pesantren pun individu harus bergelut dengan berbagai tujuan dan agenda pembelajaran yang memaksakan anak untuk bisa beradaptasi dengan baik. (Ichsan Budiharto; 07)

Di lingkungan Pesantren Nurul Jadid, remaja atau santri dituntut untuk mematuhi dan melaksanakan semua kegiatan yang telah berlaku di Pesantren. Dan di Pesantren sangatlah banyak masalah-masalah yang dialami oleh santri seperti terpisahannya dengan orang tua dan teman di rumah, kurangnya dukungan dan perhatian lebih dari orang tua, kurangnya sikap kemandirian yang mereka miliki untuk beradaptasi di lingkungan Pesantren sehingga kehidupan di Pesantren membuat santri tidak nyaman, “tidak kerasan” dan juga bisa membuat stres.

Yang paling banyak mengalami stres adalah perempuan karena perempuan lebih menggunakan perasaan atau lebih emosional, jarang menggunakan logika atau rasio sehingga membuat wanita cenderung untuk mengatur emosi dalam menghadapi sumber stres sedangkan pada laki-laki lebih cenderung menggunakan rasio dan logika dalam menyelesaikan masalah. Dan juga karena Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah dan rasa takut. Laki-laki sering kali menikmati konflik dan persaingan, bahkan mereka menganggap bahwa konflik memberikan dorongan yang positif. Dapat disimpulkan ketika perempuan menghadapi konflik sering lebih sensitif terhadap respon psikologis sedangkan laki-laki lebih peka terhadap respon fisiologis, sehingga ketika perempuan mendapat tekanan, pada umumnya lebih mudah mengalami stres. (Ayu Fitriani, 2012)

Seseorang yang menderita stres secara langsung maupun tidak langsung membutuhkan suatu dukungan dari lingkungan untuk mengatasi tekanan yang di alaminya. Dukungan sosial yang diterima dari lingkungan, baik berupa dorongan, semangat, perhatian, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya di hargai dan dicintai oleh orang lain. (Fani kumalasari, 2012)

Dukungan tersebut bisa berasal dari keluarga, pasangan ataupun sahabat dan teman-teman. Dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stress melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang di perlukan seseorang untuk melakukan *coping* stress. (Putri Prayascitta, 2010)

Dengan dukungan sosial baik lingkungan maupun teman sebaya terhadap daya stres yang di alami oleh sebagian santri merupakan salah satu cara yang cepat dan tepat dalam penanganan untuk menurunkan tingkat stres yang dialami santri tersebut.

Berdasarkan data awal hasil studi pendahuluan pada bulan februari 2016 yang di lakukan melalui wawancara kepada 12 santri di Pondok Pesantren Nurul Jadid wilayah Az-Zainiyah bahwa dari 12 santri terdapat 8 santri yang mengalami stres ringan dan 4 santri mengalami stres sedang dan tidak ada santri yang mengalami stres berat. Yang disebabkan karena terpisahnya antara orang-orang terdekat seperti keluarga dan teman-teman di rumah, dan juga kurangnya sikap kemandirian yang mereka miliki untuk beradaptasi dengan teman-teman di lingkungan pesantren. Sehingga santri tersebut merasakan ketidaknyamanan atau “tidak nyaman” berada di Pondok Pesantren yang membuat santriwati merasa stres.

Berdasarkan fenomena yang tercantum diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Santriwati Wilayah Az-Zainiyah di Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo”.

BAB II

METODE

Desain penelitian adalah rancangan penelitian yang mana desain penelitian ini ditetapkan dengan tujuan agar penelitian dapat dilakukan dengan efektif dan efisien. (Sitiatava rizema putra, 2012) Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Korelasi Analitik* dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*, dimana desain tersebut adalah dengan cara menekankan waktu pengukuran observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada suatu saat. (Soekidjo notoatmodjo, 2012) Dalam hal ini populasi yang akan diteliti adalah santri putri wilayah Az-Zainiyah yang berada di Gang C dan Gang D sebanyak 236 responden. Sampel penelitian ini adalah santri putri wilayah Az-zainiyah yang berada di Gang C dan D yang di huni oleh santri tingkat SLTA. Besar sampel dalam populasi penelitian ini adalah sebanyak 140 responden. Teknik sampling pada penelitian ini dilakukan secara *non probability sampling* dengan menggunakan *purposive sampling*. Yaitu “pengambilan yang didasarkan pada pertimbangan peneliti. (Sitiatava rizema putra, 2012) Sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang sesuai dengan kriteria inklusi. Penelitian dilakukan pada santri putri di wilayah Az-zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan 01 April- 30 Mei 2021.

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dukungan sosial dan kuesioner Stres dengan menggunakan kuesioner tertutup, kuesioner tersebut berbentuk pernyataan yang terdiri dari 15 pernyataan tentang dukungan sosial yang dimodifikasi dari jurnal “Hubungan Dukungan Sosial dengan Coping Stress” dan 16 pernyataan tentang Stres dimodifikasi dari jurnal. Kuesioner sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian ini sudah melalui Uji *Validitas* dan *Reabilitas* data. Uji *validitas* dalam penelitian ini menggunakan rumus *Pearson Product Moment*, setelah itu di uji menggunakan uji *chi square* kemudian baru dilihat penafsiran indeks korelasinya.

Rumus *Pearson Product Moment*.

$$r_{hitung} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n.\sum X^2 - (\sum X)^2][n.\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{hitung}	: Koefisien Korelasi	$\sum X$: Jumlah skor item
$\sum Y$: Jumlah skor total (item)	n	: Jumlah responden

Uji *Reabilitas*, setelah mengukur reabilitas data, dalam penelitian menggunakan rumus *Sperman brown*.

$$r_i = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

r_i = koefisien reliabilitas;

r_b = koefisien korelasi antar kelompok

Pada penelitian ini peneliti menggunakan analisis *bivariate* yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi antara variabel *independent* dengan variabel *dependen* (Nursalam; 111). Dan selanjutnya untuk menguji signifikan antara kedua variabel, maka dapat diuji dengan statistik uji korelasi dengan *Sperman Rank (Rho)* dengan menggunakan program SPSS, karena Uji Korelasi dari *sperman Rank (Rho)* digunakan untuk mengukur tingkat atau eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal, yaitu hubungan Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Santri.

BAB III

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam hasil penelitian ini peneliti akan memaparkan seluruh data yang didapatkan di tempat penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 10 Mei 2021 sampai 23 Juni 2021 di Wilayah Az-Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Responden pada penelitian adalah para santri wati MANJ/SMANJ di Wilayah Az-Zainiyah yang memenuhi kriteria *inklusi* dan *eksklusi* sebanyak 140 Responden.

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Tempat Penelitian

Pondok Pesantren Nurul Jadid didirikan oleh almarhum KH. Zaini Mun'im pada tahun 1950. Berlokasi di Desa Karanganyar Kecamatan Paiton Kabupaten Probolinggo Jawa Timur. Pondok Pesantren Nurul Jadid adalah salah satu pesantren yang di tinjau jumla santrinya banyak maupun kelengkapan lembaganya termasuk pondok Pesantren yang besar.

Az-Zainiyah merupakan salah satu wilayah dari beberapa wilayah yang ada dipondok Pesantren Nurul Jadid, di dalam wilayah Az-Zainiyah terdapat beberapa asrama pesantren yang menjadi acuan bagi penulis untuk melakukan penelitian. Adapun asrama yang dimaksud diantaranya asrama A,B,C,D,E,F,G,H dan asrama I. Dari kesembilan asrama tersebut penulis mendapat hasil dari penelitiannya sebagai mana yang akan di jelaskan pada lembaran berikutnya.

2. Data Umum

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1 Karakteristik Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Umur Responden	Frekuensi	Persentase
17	66	47.1%
18	54	38.5%
19	20	14.2%
Total	140	100%

Sumber: data primer angket penelitian 2021

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui dari 140 responden, mayoritas Usia 17 Tahun berjumlah 66 Santri Wati (47.1%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 2 Karakteristik Frekuensi Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase
X	60	40%
XI	80	60%
Total	140	100%

Sumber: data primer angket penelitian 2021

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwasanya tingkat pendidikan responden SLTA kelas X sebanyak 60 Santriwati (40%), SLTA kelas X sebanyak 80 Santri Wati (60%).

3. Data Khusus

a. Dukungan sosial pada Santri Wati di Wilayah Az-Zainiyah

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan sosial pada santriwati di Wilayah Az-Zainiyah.

Dukungan sosial	Frekuensi	Persentase
Tinggi	127	90.7%
Sedang	9	6.4%
Rendah	4	2.8%
Total	140	100%

Sumber: data primer angket penelitian 2021

Dari data tabel di atas, diketahui bahwa mayoritas responden mendapatkan Dukungan sosial tinggi yang berjumlah 127 Santri Wati (90.7%) sedangkan responden yang mendapatkan Dukungan sosial sedang berjumlah 9 Santriwati (6.4%) dan responden yang mendapatkan Dukungan sosial rendah berjumlah 4 Santri Wati (2.8%).

b. Stres pada Santriwati

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres pada Santri Wati

Stress	Frekuensi	Persentase
Tidak Stres	0	0%
Stres Ringan	118	84.2%
Stres Sedang	21	15%
Stres Berat	1	0.7%
Total	140	100%

Sumber: data primer angket penelitian 2021

Berdasarkan data tabel di atas, diketahui responden yang mengalami stres di Wilayah Az-Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid dapat diketahui bahwa

responden mayoritas banyak mengalami stres ringan dibandingkan stres sedang yaitu stres ringan sejumlah 118 Santri Wati (84.2%). Dan responden yang mengalami stres berat ketika responden mendapatkan dukungan sosial yang rendah di Wilayah Az-Zainiyah.

c. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stress pada santri Wati

Tabel 5 Tabel Silang Dukungan Sosial dengan Stress pada santri Wati Wilayah Az-Zainiyah

Variabel	Stress								r	P Valeu
Dukungan sosial	Tidak Stress		Ringan		Sedang		Berat			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%		
Tinggi	0	0	111	79.3	16	11.4	0	0		
Sedang	0	0	4	2.9	5	3.6	0	0	0.335	0.000
Rendah	0	0	2	1.4	1	0.7	1	0.7		

Sumber: data primer angket penelitian 2021

Setelah dilakukan analisa data menggunakan uji korelasi *Sperman Rank* (*Rho*) tentang hubungan korelasi antara dukungan sosial dengan stres pada Santri wati didapatkan signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.05$), maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada santri wati. Dan diketahui bahwa hasil dari crosstab antara dukungan sosial tinggi dengan stress ringan berjumlah 111(79.3%) dan stress sedang berjumlah 16 (11.4), dukungan sosial sedang berjumlah 4 (2.9%), dan stress sedang 5 (3.6%), dukungan sosial ringan dengan stress ringan 2 (1.4%), stress sedang 1 (0.7%) dan stress berat 1 (0.7)

Jadi H1 diterima, sehingga terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada Santri Wati Wilayah Az-Zainiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo.

B. PEMBAHASAN

1. Dukungan Sosial pada santri di wilayah Az-Zainiyah

Pada tabel 3 di atas di jelaskan bahwa hasil dari responden 140 mayoritas dukungan sosialnya tinggi yaitu berjumlah 127 Santri Wati (90.7%). Dari hasil tersebut mengartikan bahwa santri Nurul Jadid memiliki dukungan sosial yang tinggi dari orang tua, teman sebaya maupun pengurusnya. Dan juga berarti santri mampu

mengubah persepsi individual mengenai masalah yang di hadapi sehingga santri mampu mengoptimalkan kemampuannya.

Menurut smet (1994) Dukungan sosial dapat berupa kesempatan untuk bercerita, memberi pertimbangan, bantuan, nasehat atau bahkan mendengarkan keluhan. Bagaimana dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada individu dapat dilihat dari bagaimana dukungan sosial mempengaruhi suatu masalah yg di hadapi. (Desi Nurwidawati, 2015)

Sebagaimana yang di kemukakan House bahwa Dukungan sosial dapat berupa Dukungan Emosional (*Emotional Support*), yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan, *Appraisal Suport* (Dukungan penghargaan), yang meliputi Dorongan maju atau persetujuan dengan perasaan individu dan perbandingan positif antara orang tersebut dengan orang lain, bantuan orang lain untuk menilai dan mengembangkan kesadaran akan masalah yang dihadapi, termasuk usaha-usaha untuk mengklarifikasi hakikat masalah tersebut, dan memberikan umpan balik tentang hikmah dibalik masalah tersebut, *Instrumental Support* (Dukungan Instrumental), yaitu mencakup bantuan langsung untuk mempermudah perilaku yang secara langsung menolong individu. Misalnya bantuan materi, benda, pekerjaan, dan waktu, *Informational Support* (Dukungan Informatif), yang meliputi nasihat tentang bagaimana mengatasi atau memecahkan masalah. (Farid Mashudi, 2012)

Dengan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang tinggi dapat menjadi dorongan bagi santri untuk menambah semangat dalam menjalankan suatu hal apapun.

2. Stres pada Santri Wati di wilayah Az-Zainiyah

Dari hasil tabel 4 yang di paparkan di atas diketahui bahwa stres yang di alami santri mayoritas adalah stres ringan berjumlah 118 Santri Wati (84.2%) .

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Mayyane 2011, siswi asrama sebagian besar mengalami stres tingkat sedang, dimana kelas X 40 responden (69%), XI 41 responden (87%), dan XII 28 responden (72%). Banyaknya siswi yang mengalami stress tingkat sedang menurut peneliti disebabkan oleh aktivitas siswi yang di Asrama sangat padat, ini dapat dilihat dari kegiatan siswi sehari-hari yang diawali dengan shalat Subuh sampai Isya berjama'ah. (Mayyane, 2011)

Penelitian Oki Tri Handono juga mengatakan “siswa baru yang ingin belajar pada suatu Pondok Pesantren tidak hanya terbatas pada lingkungan sekitar, tetapi dapat juga dari siswa diluar daerah tempat Pondok Pesantren. Siswa yang berasal dari luar kota

biasanya membutuhkan waktu untuk dapat menempatkan dirinya di lingkungannya, sehingga dalam proses tersebut sangat rentan siswa mengalami kejenuhan, kebisingan, dan tidak berdaya, serta muncul perilaku stres. (Oki Tri Handono, 2010)

Perubahan fisik pada remaja sangatlah cepat dari perubahan biologis, kognitif dan sosio emosional. Pada masa remaja ini juga bisa disebut masa pubertas yaitu perubahan yang lebih ditekankan pada psikososial dan kematangan mentalnya sehingga mereka harus menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial yang paling bertentangan. Salah satu sumber utama stres pada remaja adalah hubungan dengan orang tua, karena remaja merasa bahwa mereka ingin mandiri dan bebas, tapi di lain pihak mereka juga ingin di perhatikan. (Indri Kemala Nasution, 2007)

Hager mengatakan stres sangat bersifat individual dan pada dasarnya bersifat merusak bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan mental individu dengan beban yang dirasakannya. Namun, berhadapan dengan suatu stressor tidak selalu mengakibatkan gangguan secara psikologis maupun fisiologis. Terganggu atau tidaknya individu, tergantung pada persepsinya terhadap peristiwa yang dialaminya. (Oki Tri Handono, 2010)

Sehingga menurut peneliti tentang stres yang dialami oleh siswa merupakan salah satu yang harus diperhatikan. Seseorang yang berpersepsi baik terhadap keadaan yang ada akan menimbulkan stres yang baik juga. Stres yang baik akan membantu kita lebih baik dari yang sebelumnya, akan tetapi stres yang buruk akan merugikan seseorang bahkan akan membuat orang depresi. Oleh karena itu sebaiknya para pendidik memperhatikan anak didik dalam memberikan hukuman agar anak didik tidak mengalami trauma terhadap pendidikan, menjadi agresif, dan terganggu psikologisnya. (Oki Tri Handono, 2010)

Berdasarkan uraian diatas bahwa stres itu bisa dialami oleh semua orang, apalagi stres tersebut dialami oleh santri yang berada di lingkungan pesantren. Itu artinya stres itu berasal dari penyebab yang berada dalam lingkungan itu sendiri seperti waktu yang terlalu lama untuk belajar, lingkungan pesantren yang kurang nyaman, atau bahkan seringnya santri bermasalah antar teman kamar. Hal ini menandakan bahwa stres tidak mengenal usia, umur, jenis kelamin, kelas. Semua santri bisa mengalami stres sehingga perlu adanya penanganan yang tepat dalam menanggulangi stres.

3. Hubungan dukungan sosial dengan stres pada santri di wilayah Az-Zainiyah pondok pesantren nurul jadid paiton probolinggo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada santriwati di wilayah Az-Zainiyah dengan nilai signifikan 0.000 (>0.05). Di lingkungan pesantren ini mayoritas santri mendapatkan dukungan sosial yang tinggi.

Penelitian ini sejalan dengan Hasil penelitian yang dilakukan oleh Desi Nurwidawati (2015) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stress dengan nilai signifikan pada variabel dukungan sosial sebesar 0,028(>0.05). (Desi Nurwidawati, 2015)

Dukungan sosial yang diterima oleh setiap individu berbeda-beda. Terkadang terdapat individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, dan ada pula individu yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitar. Individu yang menerima dukungan sosial yang tinggi dari lingkungannya, akan mampu mempersepsikan segala sesuatu untuk dapat menjadi lebih mudah ketika mengalami kejadian-kejadian yang menegangkan, sehingga ia mampu mereduksi stres yang ia alami. Smet juga mengemukakan bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi akan cenderung mengalami kondisi penuh tekanan (stres) yang lebih sedikit dari pada individu yang memiliki dukungan sosial rendah. (Desi Nurwidawati, 2015)

Adanya dukungan sosial juga berhubungan dengan pengurangan stres individu yang disebabkan oleh berbagai stresor. Stres akan cenderung semakin berkurang ketika individu tersebut merasa didukung dan menerima dukungan sosial dengan baik dari lingkungan. Stres akan cenderung semakin tinggi ketika individu tersebut kurang menerima dukungan sosial dari lingkungan disekitarnya. (Desi Nurwidawati, 2015)

Individu dengan dukungan sosial yang tinggi, akan mengubah respon mereka terhadap sumber stressor dikarenakan mereka tahu bahwa nantinya ada orang-orang terdekat disekitarnya yang dapat membantu mereka. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi, dapat memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi, yang membuat mereka tidak begitu mudah diserang stres. (Desi Nurwidawati, 2015)

Dari hasil yang di paparkan di atas Permasalahan yang tidak dapat teratasi dengan baik oleh seseorang akan menjadi suatu tekanan yang akhirnya berdampak pada stres. Pada saat seseorang mengalami stres, maka seseorang tersebut membutuhkan kehadiran orang-orang yang terdekat seperti orang tua, guru, dan teman agar mereka merasa bahwa dirinya diperhatikan dan didukung sehingga akhirnya dukungan yang diterima diharapkan dapat mengurangi stres yang dialami oleh mereka. Sehingga dapat

di simpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang di dapatkan oleh seseorang maka stres yang di alami seseorang tersebut semakin rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'anul Karim *Surat AR-Ra'ad Ayat 3*

Agista, Isni. 2011. *Penanganan Kasus Stres Dalam Menghadapi Aktivitas Kuliyah Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Pengelolaan Diri Pada Mahasiswa Jurusan Seni Rupa FBS UNNES*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang

Andharini, Alifah Jessica. 2015. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres pada Siswa Akselerasi*. jurnal Character. Volume 03 Nomor 2

Budiharto, Ichsan. 2015. *Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Tingkat Stres Santri Kelas VII Pondok Pesantren Darunnasyi'in Kalimantan Barat*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pontianak

Edward P, Sarafino dkk. 2011. *Healt Psychologi : Biopsycososial Int eractions*, New Jersey. : John Willey & Sons, Inc

Desi Nurwidawati, 2015, *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres pada Siswa Akselerasi*, Character. Volume 03 Nomor 2

Fitriani, Ayu. 2012. *kepekaan humor dengan depresi pada remaja ditinjau dari jenis kelamin*. Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta. jurnal Humanitas. Volume . IX

Kumalasari, Fani. 2012. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan*. Jurnal Psikologi Pituturi. Volume 1 No 1, Juni

Mashudi, Farid. 2012. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: Ircisod.

Maslihah, Sri. 2011. *Study tentang Hubungan Dukungan Sosial, penyesuaian sosial Di lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik siswa SMPIT ASSYIFA boarding school Subang Jawa Barat* : jurnal psikologi Undip. Vol.10, no.2

Mayyane. 2011. *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Padang Panjang*, Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

Nasir A., dan Ahmad M., 2011, *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa Pengantar Dan Teori*, Jakarta: Salemba Medika.

Nasution, Indri Kemala, 2007, *Stres Pada Remaja*, Skripsi, Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara Meedan

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan.*, Jakarta: Reneka Cipta

Notoatmodjo. (2006). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta

Nursalam, 2013. *konsep dan penerapann metodologi penelitian ilmu keperawatan*. jakarta selatan: salemba medika

- Nurrahmi, Fajrin. 2013. *Hubungan Kematangan Sosial dengan Tingkat Stres pada Siswa Full Day School Al-BAitul Amien*. Skripsi. Prodi Keperawatan Universitas Jember
- Nurmalasari, Yanni. 2007. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Remaja Penderita penyakit Lupus.*: jurnal psikologi Universitas Gunadarma
- Oki Tri Handono.2010. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta
- Putra, Sitiatava Rizema. 2012. *panduan Riset keperawatan dan Penulisan Ilmiah*. Jogjakarta: D-Medika
- Prayascitta, Putri. 2010. *Hubungan Antara Coping Stress dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai*, Skripsi. Fakultas Kedokteran. Surakarta
- Rasmun. 2009. *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto
- Robert, Albert R. 2009. *Buku Pintar Pekerja Sosial*. Jakarta: Gunung mulia
- Ulumuddin, Bahrul. 2011. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro*. Skripsi. Universitas Diponegoro
- Yosep, Iyus. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT Refika Aditma