

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI POLA ASUH OTORITER DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA-SISWI MAN 1 KOTA SEMARANG

Nanda Eka Aprilia¹, Dinie Ratri Desiningrum¹
15000122120031

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: nandaaprilia2737@gmail.com

ABSTRAK

Berbagai beban dan tuntutan yang dirasakan siswa Madrasah Aliyah berpotensi memicu timbulnya stres akademik. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan stres akademik yaitu persepsi terhadap pola asuh otoriter yang diterapkan oleh orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang yang berasal dari kelas X dan XI. Sampel yang digunakan berjumlah 273 siswa yang diperoleh dengan menggunakan metode *cluster random sampling*. Metode kuantitatif digunakan pada penelitian ini, sedangkan metode pengumpulan data menggunakan Skala Persepsi Pola Asuh Otoriter (30 aitem, $\alpha=0,947$) dan Skala Stres Akademik (33 aitem, $\alpha=0,917$). Analisis regresi sederhana menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,270$ dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima atau terdapat hubungan positif antara persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang. Semakin tinggi tingkat persepsi pola asuh otoriter, maka semakin tinggi juga tingkat stres akademik yang dirasakan oleh siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang, begitu pun sebaliknya. Penelitian ini menunjukkan pentingnya kolaborasi antara orang tua dan pihak sekolah dalam memberikan pengasuhan yang sesuai serta pembekalan keterampilan pengelolaan stres untuk siswa guna menghadapi tuntutan akademik.

Kata kunci: persepsi pola asuh otoriter; stres akademik; siswa-siswi; madrasah aliyah

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTIONS OF AUTHORITARIAN
PARENTING STYLE AND ACADEMIC STRESS AMONG STUDENTS OF
MAN 1 KOTA SEMARANG**

Nanda Eka Aprilia¹, Dinie Ratri Desiningrum¹
15000122120031

¹*Faculty of Psychology Diponegoro University*
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: nandaaprilia2737@gmail.com

ABSTRACT

The various burdens and demands experienced by Islamic Senior High School students have the potential to trigger academic stress. One factor suspected to be associated with academic stress is the perception of authoritarian parenting style employed by parents. This study aimed to identify the relationship between the perception of authoritarian parenting style and academic stress among students at MAN 1 Kota Semarang. The study population consisted of students in grades X and XI at MAN 1 Kota Semarang. A sample of 273 students was selected using the cluster random sampling method. A quantitative approach was employed, utilizing the Perception of Authoritarian Parenting Scale (30 items, $\alpha=0.947$) and the Academic Stress Scale (33 items, $\alpha=0.917$) for data collection. Simple regression analysis revealed a correlation coefficient of $r = 0.270$ with a p -value of 0.001 ($p<0.05$). These results indicate that the research hypothesis was accepted; there is a positive relationship between the perception of authoritarian parenting style and academic stress among MAN 1 Kota Semarang students. Higher levels of perceived authoritarian parenting correspond to higher levels of academic stress experienced by the students, and vice versa. This study highlights the importance of collaboration between parents and the school in providing appropriate parenting and equipping students with stress management skills to cope with academic demands.

Keywords: *authoritarian parenting style; academic stress; students; islamic senior high school*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja dapat dipahami sebagai periode transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja akan dihadapkan dengan banyaknya tantangan serta beragam perubahan yang terjadi, baik secara fisik, kognitif, emosional, maupun sosial (Santrock, 2012). Selain itu, tuntutan-tuntutan remaja juga semakin kompleks, baik dalam pendidikan, hubungan sosial, maupun identitas diri (Branje dkk, 2021). Hal tersebut dapat meningkatkan kerentanan remaja terhadap masalah kesehatan mental. Berdasarkan laman Kemenkes, program cek kesehatan gratis yang dilakukan pada periode 2025-2026 mendapati hampir 10% anak-anak di Indonesia memiliki gejala kesehatan mental yang mencakup gejala kecemasan serta depresi.

Kerentanan remaja terhadap risiko kesehatan mental tersebut dapat berkaitan dengan lingkungan sekolah. Sekolah tidak hanya sebagai tempat untuk mengembangkan kemampuan akademik dan sosial, tetapi juga berpotensi menjadi sumber *stressor* (Kaczmarek & Oleszak, 2021). Stres di lingkungan sekolah dapat muncul dari tekanan akademik, *deadline* tugas yang terlalu singkat, minimnya arahan dalam menyelesaikan tugas, serta kondisi kelas yang kurang kondusif (Suriani dkk, 2025). Ketika tuntutan tersebut telah melebihi batas kemampuan kognitif dan coping remaja, maka akan menyebabkan stres akademik (Gao, 2023). Penelitian Khilma & Utami

(2024) pada siswa SMA di Yogyakarta menunjukkan bahwa sebanyak 70% siswa ada pada kategori stres akademik tinggi, sementara 13,6% berada pada kategori stres akademik sedang, dan 16,4% lainnya termasuk dalam tingkat stres akademik rendah.

Situasi tersebut semakin kompleks bagi remaja yang bersekolah di sekolah berbasis agama, khususnya Madrasah Aliyah (MA). Madrasah Aliyah memiliki perbedaan dengan SMA pada umumnya, baik dari segi kurikulum, mata pelajaran hingga jam pembelajaran. Selain dihadapkan pada kurikulum umum, siswa Madrasah Aliyah juga belajar dengan kurikulum keagamaan yang dapat memicu timbulnya beban akademik ganda (Rizky dkk, 2026). Adanya kurikulum ganda ini juga menyebabkan fokus belajar siswa menjadi terpecah (Irawati dkk, 2025). Selain itu, jadwal pelajaran yang padat menyebabkan siswa merasa tertekan, sehingga menimbulkan stres dan tidak konsentrasi dalam belajar (Kusuma dkk, 2018). Sama seperti siswa SMA umum, siswa Madrasah Aliyah juga berpotensi mengalami stres akademik. Penelitian yang dilakukan Ferdianto & Muhid (2020) pada dua Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Jawa Timur menunjukkan bahwa sebagian besar atau 45,6% siswa mengalami stres akademik tinggi, diikuti dengan kategori sedang sebanyak 31,4 % siswa, dan kategori rendah sebanyak 23% siswa.

Stres pada siswa sekolah berpotensi memberikan efek atau dampak positif sekaligus negatif. Stres berdampak positif jika situasi yang terjadi dapat memberikan semangat atau memunculkan motivasi dalam diri dan

dapat berdampak negatif jika hal tersebut menciptakan keadaan yang merugikan serta mempengaruhi aspek fisiologi, fisik, kognitif, dan perilaku (Indriani, 2021). Walaupun stres dapat berdampak positif, nyatanya siswa justru lebih sering merasakan dampak negatif. Stres akademik dapat menimbulkan pengaruh buruk pada kesehatan mental atau psikis siswa. Dampak stres akademik yang dapat dialami siswa salah satunya yaitu depresi (Chen dkk, 2024). Siswa yang merasakan stres atau lebih khususnya stres akademik juga mengalami masalah pada kualitas tidur yang buruk dan terganggunya pola tidur (Ghafoor dkk, 2025).

Dalam penelitian Sari (2024), stres akademik dapat berdampak pada kesehatan mental individu yang mencakup aspek emosional, fisik, dan sosial. Pada aspek emosional ditandai dengan munculnya kecemasan, depresi, dan perasaan frustrasi. Dari sisi aspek fisik, stres akademik dapat memunculkan gejala psikosomatis seperti nyeri pada perut, kepala terasa pusing, hingga otot tegang. Sedangkan pada aspek sosial, stres dapat berdampak pada kehidupan sosial seperti merasa enggan bergaul dan bersosialisasi dengan orang-orang sekitar, menyendiri, serta membatasi diri dalam berinteraksi. Bahkan yang lebih ekstrim lagi, peningkatan stres akademik dapat memunculkan ide bunuh diri (Okechukwu dkk, 2022).

Dampak-dampak stres akademik tersebut muncul karena siswa belum mampu mengatasi situasi stres yang mereka alami. Larkin (dalam Zulaikha, 2021) mengatakan bahwa individu yang dihadapkan pada situasi yang menekan dan memiliki keterampilan strategi koping yang minim lebih

mungkin mengalami tingkat stres yang tinggi. Namun sebaliknya, jika individu tersebut dihadapkan pada situasi dengan tekanan yang rendah serta memiliki mekanisme koping dan manajemen stres yang baik, maka individu tersebut akan merasakan tingkat stres sedang atau bahkan rendah. Semakin sering penggunaan strategi koping yang aktif dan memfokuskan diri pada masalah yang ada, maka semakin ringan juga gejala depresi yang dirasakan (Chou dkk, 2011).

Anisanti (2020) menyebutkan ciri-ciri siswa yang mengalami stres akademik dilihat dari aspek psikologis dan aspek fisik. Ciri yang terlihat dari aspek psikologis, diantaranya: kesulitan untuk berkonsentrasi, prestasi menurun, merasakan kejenuhan dalam belajar, merasa dirinya tidak mampu, merasa terabaikan, susah untuk fokus, kehilangan kepercayaan diri, mudah lupa, merasa pesimis dan kehilangan motivasi. Sementara itu, ciri yang terlihat dari aspek fisik, seperti jantung berdebar, mengalami sakit kepala, tangan terasa dingin, berkeringat banyak, merasa tegang, gugup, sering menunda pekerjaan sekolah, malas untuk belajar, tidur saat pelajaran, menarik diri dari lingkungan, menyalahkan orang lain, dan berbuat kegaduhan.

Menurut Sarafino dan Smith (2011) terdapat beberapa aspek dalam stres akademik diantaranya: aspek fisiologis yang berkaitan dengan reaksi fisik atau tubuh, serta aspek psikologis yang mencakup psikologis emosi (perasaan), psikologis kognitif (pikiran), dan psikologis perilaku (sikap atau tindakan).

Berbagai faktor dapat memicu timbulnya stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah. Berdasarkan penelitian Yusuf & Yusuf (2020), stres akademik pada siswa dapat dipicu oleh beberapa faktor, baik yang bersifat internal seperti kepribadian *hardiness*, optimisme, *self-efficacy* atau efikasi diri, prokrastinasi, dan motivasi berprestasi, maupun faktor yang bersumber dari luar siswa, yaitu dukungan sosial yang berasal dari orang tua. Dari faktor eksternal tersebut menunjukkan bahwa lingkungan keluarga menjadi faktor yang perlu diperhatikan dalam memahami stres akademik pada siswa.

Persepsi terhadap pola asuh otoriter orang tua diduga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi stres akademik siswa Madrasah Aliyah. Dalam teori Baumrind (1966), pola asuh otoriter merupakan bentuk pengasuhan yang berupaya mengendalikan, menerapkan kontrol ketat, standar yang tinggi, dan menuntut kepatuhan anak. Menurut Hurlock (dalam Amanullah & Kharisma, 2022), pola asuh otoriter dicirikan dengan orang tua yang memaksakan kehendak, terlalu mengontrol tingkah laku, memberi hukuman fisik, dan kehendak anak selalu diatur orang tua.

Dalam konteks akademik, tuntutan dan kontrol, standar tinggi, serta kehendak yang dipaksakan dapat menjadi tekanan bagi siswa yang disisi lain juga dihadapkan pada tuntutan akademik. Kulakow dkk (2021) menyebutkan bahwa tekanan dari orang tua yang disertai ekspektasi tinggi terhadap akademik merupakan sumber *stressor* bagi siswa. Penelitian Mawardi dkk (2023) juga menunjukkan bahwa tekanan dari orang tua terhadap nilai sekolah memiliki korelasi dengan tingkat stres. Hal tersebut

mengindikasikan adanya keterkaitan antara persepsi siswa terhadap pola asuh orang tua dengan stres akademik.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara pola asuh otoriter dengan stres akademik. Dalam penelitian Ayunda & Affandi (2023) pada siswa SMK Sepuluh Nopember Sidoarjo didapatkan hasil bahwa pola asuh otoriter orang tua memiliki korelasi dengan kecenderungan siswa merasakan stres akademik. Penelitian di SMA Negeri 1 Boja yang dilakukan oleh Hidayanti dkk (2023) juga menunjukkan hasil serupa bahwa terdapat hubungan yang kuat antara pola asuh otoriter dengan tingkat stres pada siswa. Namun, penelitian Tin dkk (2024) justru menunjukkan hasil sebaliknya, yaitu tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pola asuh keluarga dengan stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa temuan dalam riset-riset sebelumnya tidak selalu menunjukkan hasil yang konsisten. Ketidakkonsistenan tersebut menunjukkan bahwa topik terkait pola asuh dan stres akademik ini masih perlu dikaji lebih lanjut.

Kemudian dalam konteks sekolah berbasis agama atau Madrasah Aliyah, topik terkait stres akademik pernah diteliti oleh (Utari & Hamid, 2021) pada siswa kelas XII MAN Jakarta Timur yang dikaitkan dengan pola asuh dan spiritualitas. Penelitian lainnya mengenai stres akademik pada siswa MA juga dikaji dengan faktor lain, seperti efikasi diri (Utami, 2015) dan dukungan sosial (Rizqullah & Ansyah, 2024). Sedangkan untuk persepsi pola asuh otoriter pernah diteliti dengan variabel lokus kendali

internal dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA (Satrio & Nurhadianti, 2024).

Penelitian ini berfokus pada siswa Madrasah Aliyah yang memiliki lingkungan pendidikan berbeda dengan SMA pada umumnya. Siswa MAN 1 Kota Semarang berpotensi mengalami stres akademik karena perbedaan pada kurikulum pendidikan. Selain belajar kurikulum umum, siswa juga mendapat tambahan pelajaran agama, seperti Al-Qur'an Hadits, Fikih, Akidah Akhlak, Sejarah Kebudayaan Islam (SKI), dan Bahasa Arab. Belum lagi mata pelajaran peminatan yang berbeda setiap jurusan atau peminatan. Selain itu, MAN 1 Kota Semarang menerapkan aturan enam hari sekolah. Hal ini berakibat pada jam pembelajaran yang diterima siswa menjadi lebih panjang. Penelitian Conwi dkk (2026) menunjukkan bahwa jam sekolah yang diperpanjang berkontribusi terhadap stres siswa.

Riset-riset terkait topik stres akademik dalam konteks Madrasah Aliyah sudah pernah dilakukan sebelumnya dengan mengkaji faktor seperti efikasi diri dan dukungan sosial. Namun, riset yang menempatkan persepsi siswa terhadap pola asuh otoriter orang tua sebagai variabel yang berkaitan dengan stres akademik siswa Madrasah Aliyah masih terbatas. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebenarnya masih terdapat ruang untuk mengembangkan kajian terkait persepsi pola asuh otoriter sebagai faktor yang berkaitan dengan stres akademik siswa Madrasah Aliyah. Selain itu, penelitian-penelitian terdahulu belum menunjukkan hasil yang konsisten. Ketidakkonsistenan tersebut menjadi dasar untuk melakukan pengujian

lebih lanjut mengenai hubungan persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah.

Berdasarkan uraian di atas, stres akademik pada siswa menjadi permasalahan yang menuntut perhatian serius. Masalah stres akademik tidak hanya berkaitan dengan proses belajar siswa, akan tetapi dapat berdampak secara psikis, fisik, bahkan aspek sosial siswa. Kemudian, adanya inkonsistensi hasil temuan pada penelitian-penelitian terdahulu perlu diperjelas. Dengan demikian, penelitian ini berfokus untuk mengkaji serta mendalami hubungan antara persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa, khususnya dalam konteks sekolah berbasis agama (Madrasah Aliyah).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang ada pada latar belakang, terdapat rumusan masalah sebagai berikut, yaitu “Apakah terdapat hubungan antara persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang telah disebutkan sebelumnya, maka dari itu tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara persepsi pola asuh otoriter dengan stres akademik pada siswa-siswi MAN 1 Kota Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memperkaya sumbangan literatur ilmiah serta pengetahuan terkait dinamika pengasuhan, khususnya persepsi anak terhadap pola asuh otoriter orang tua, serta kondisi stres akademik siswa yang menempuh pendidikan di lembaga berbasis keagamaan, khususnya Madrasah Aliyah. Selain itu, hasil yang diperoleh pada studi ini dapat berfungsi sebagai referensi pembandingan bagi peneliti selanjutnya yang berminat mengangkat topik serupa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi

Hasil temuan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan masukan untuk pihak sekolah dalam menyusun program-program preventif untuk masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental atau stres akademik pada siswa, seperti program konseling maupun seminar edukasi.

b. Bagi Subjek

Membantu siswa mengenali persepsi mereka terhadap pola asuh otoriter orang tua, serta membantu mengembangkan strategi coping yang tepat ketika dihadapkan pada tuntutan akademik dan

lebih berani menyampaikan kendala akademik kepada orang tua maupun guru.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi, acuan, dan sumber data untuk peneliti yang berminat meneliti dan mengembangkan topik tentang persepsi pola asuh otoriter dan stres akademik pada siswa.