

**PERAN GAYA PENGASUHAN, KONTROL DIRI, DAN
KEMAMPUAN ADAPTASI, TERHADAP TINGKAT STRES
AKADEMIK SISWA SMA SELAMA PEMBELAJARAN *ONLINE***

AYU WANDA YUSTIKA HARTONO



**DEPARTEMEN ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2021**

@Hak cipta milik IPB University

IPBUniver





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Peran Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, dan Kemampuan Adaptasi terhadap Tingkat Stres Akademik Siswa SMA Selama Pembelajaran *Online*” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2021

Ayu Wanda Yustika Hartono
NIM I24170074

@Hak cipta milik IPB University

IPBUiver



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.



ABSTRAK

AYU WANDA YUSTIKA HARTONO. Peran Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, dan Kemampuan Adaptasi terhadap Tingkat Stres Akademik Siswa SMA selama Pembelajaran *Online*. Dibimbing oleh MELLY LATIFAH.

Pandemi Covid-19 memaksa pemerintah mengeluarkan kebijakan pembelajaran *online* yang berdampak pada meningkatnya stres akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran gaya pengasuhan, kontrol diri, dan kemampuan adaptasi terhadap tingkat stres akademik siswa selama pembelajaran *online*. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan melibatkan 136 siswa SMA Negeri di Kabupaten Banyuwangi yang diambil dengan menggunakan teknik *voluntary sampling*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan positif antara jenis kelamin, gaya pengasuhan otoritatif, dan kontrol diri dengan kemampuan adaptasi. Selain itu, kontrol diri dan kemampuan adaptasi juga berhubungan signifikan negatif dengan tingkat stres akademik. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi berpengaruh signifikan negatif terhadap tingkat stres akademik siswa. Untuk itu, siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan adaptasi selama pembelajaran *online*.

Kata kunci: gaya pengasuhan, kemampuan adaptasi, kontrol diri, pembelajaran *online*, tingkat stres akademik

ABSTRACT

AYU WANDA YUSTIKA HARTONO. The Role of Parenting Style, Self-Control, and Student Adjustment to Students Academic Stress Levels During the *Online* Learning. Supervised by MELLY LATIFAH.

The Covid-19 pandemic forced the government to issue an *online* learning policy that impacted on the increasing academic stress of students. This study aims to analyze the role of parenting style, self-control, and adaptability to students' academic stress levels during the *online* learning. This study used descriptive quantitative design involving 136 public high school students in Banyuwangi regency that was taken using voluntary sampling techniques. The results showed a significant positive relationship between gender, authoritative parenting style, and self-control with adaptability. In addition, self-control and adaptability are also significantly negatively related to academic stress levels. The results of the regression test showed that adaptability had a significant negative effect on students' academic stress levels. Therefore, students are expected to improve adaptation skills during *online* learning.

Keywords: academic stress level, *online* learning, parenting style, self-control, student adjustment



© Hak Cipta milik IPB, tahun 2021¹
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.

**PERAN GAYA PENGASUHAN, KONTROL DIRI, DAN
KEMAMPUAN ADAPTASI, TERHADAP TINGKAT STRES
AKADEMIK SISWA SMA SELAMA PEMBELAJARAN *ONLINE***

AYU WANDA YUSTIKA HARTONO

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**DEPARTEMEN ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2021**

@Hak cipta milik IPB University

IPBUniver





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

- 1 Dr. Ir. Dwi Hastuti, M.Sc.
- 2 Dr. Ir. Lilik Noor Yuliati, M.FSA



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.

Judul Skripsi : Peran Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, dan Kemampuan Adaptasi terhadap Tingkat Stres Akademik Siswa SMA selama Pembelajaran *Online*
Nama : Ayu Wanda Yustika Hartono
NIM : I24170074

Disetujui oleh

Pembimbing 1:
Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si.



Diketahui oleh

Ketua Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen:
Dr. Tin Herawati, S.P., M.Si.
NIP 19720482006042007



Tanggal Ujian: 24 Agustus 2021

Tanggal Lulus:

@Hak cipta milik IPB University

IPBUniver

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.





PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peran Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, dan Kemampuan Adaptasi terhadap Tingkat Stres Akademik Siswa SMA selama Pembelajaran *Online*”. Penulisan skripsi ini tentu mendapatkan bantuan dan dukungan baik langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk membantu dan membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ir. Moh. Djemdjem Djamaludin, M.Sc. selaku dosen pembimbing akademik. Orang tua, Bapak Yoyok Budi Hartono, Ibu Susiana, dan Ibu Dini Istibana, saudara penulis Imelda Yustika Hartono, serta suami terkasih Syafik Ashar untuk segala cinta dan kasih sayang, motivasi, pengorbanan, dukungan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Disamping itu, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Nabilah, Insiyroh, Farah, Eka, dan Inde sebagai teman satu bimbingan serta teman-teman Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen 54 yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, sehingga kritik dan saran yang membangun sangay penulis harapkan. Akhir kata, penulis berharap penulisan skripsi ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2021

Ayu Wanda Yustika Hartono

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Siswa SMA	6
2.2 Tingkat Stres Akademik	7
2.3 Gaya Pengasuhan	8
2.4 Kontrol Diri	8
2.5 Kemampuan Adaptasi	9
2.6 Hubungan Karakteristik Remaja dan Keluarga dengan Kontrol Diri	10
2.7 Hubungan Karakteristik Remaja dan Keluarga dengan Gaya Pengasuhan	10
2.8 Hubungan Karakteristik Remaja dengan Adaptasi	11
2.9 Hubungan Karakteristik Remaja dengan Stres Akademik	11
2.10 Hubungan Kontrol Diri dan Gaya Pengasuhan dengan Adaptasi	12
2.11 Hubungan Kontrol Diri dan Gaya Pengasuhan dengan Stres Akademik	12
2.12 Hubungan Adaptasi dengan Stres Akademik	13
2.13 Kerangka Pemikiran	13
III METODE	16
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	16
3.2 Teknik Pengambilan Contoh	16
3.3 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	16
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	19
3.5 Definisi Operasional	19
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
4.1 Hasil	21
4.1.1 Karakteristik Remaja dan Keluarga	21
4.1.2 Tingkat Stres Akademik	212
4.1.3 Gaya Pengasuhan	213
4.1.4 Kemampuan Adaptasi	213
4.1.5 Kontrol Diri	214
4.1.6 Hubungan Antar Variabel Karakteristik Remaja, Karakteristik Keluarga, Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, Kemampuan Adaptasi, dan Tingkat Stres Akademik	214
4.1.7 Pengaruh Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, dan Kemampuan Adaptasi terhadap Tingkat Stres Akademik	215



4.1.8	Pengaruh Gaya Pengasuhan dan Kontrol Diri terhadap Kemampuan Adaptasi	26
4.2	Pembahasan	26
V	SIMPULAN DAN SARAN	28
5.1	Simpulan	28
5.2	Saran	28
	DAFTAR PUSTAKA	29
	LAMPIRAN	35
	RIWAYAT HIDUP	45

@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.

DAFTAR TABEL

1	Tabel Jenis variabel, tipe skala, dan kategori data	15
2	Tabel Sebaran contoh tingkat stres akademik	22
3	Tabel Sebaran contoh gaya pengasuhan	23
4	Tabel Sebaran contoh kemampuan adaptasi	23
5	Tabel Hubungan karakteristik siswa, karakteristik keluarga, gaya pengasuhan, kontrol diri, kemampuan adaptasi, dan tingkat stres akademik	24
6	Tabel Pengaruh gaya pengasuhan, kontrol diri, dan kemampuan adaptasi terhadap tingkat stres akademik	25
7	Tabel Pengaruh gaya pengasuhan dan kontrol diri terhadap kemampuan adaptasi	25

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pemikiran mengenai kontrol diri, gaya pengasuhan, kemampuan adaptasi dan tingkat stres akademik	14
2	Sebaran contoh siswa berdasarkan urutan kelahiran	21
3	Sebaran contoh siswa berdasarkan usia orang tua	21
4	Sebaran contoh siswa berdasarkan pendidikan orang tua	22

DAFTAR LAMPIRAN

1	Lampiran 1 Sebaran jawaban responden pada tingkat stres akademik	35
2	Lampiran 2 Sebaran jawaban responden pada gaya pengasuhan	35
3	Lampiran 3 Sebaran jawaban responden pada kontrol diri	36
4	Lampiran 4 Sebaran jawaban responden pada kemampuan adaptasi	36
5	Lampiran 5 Uji validitas dan reliabilitas	37
6	Lampiran 6 Uji asumsi klasik	39



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPBUniversity.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPBUniversity.