



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN  
SEBAYA DENGAN STRES LINGKUNGAN PADA SANTRI  
PUTRI BARU DI PONDOK PESANTREN**

**Skripsi**

**Untuk Memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Disusun Oleh :

**Ajeng Della Desinta  
30901900013**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG  
2023**



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA  
DENGAN STRES LINGKUNGAN PADA SANTRI PUTRI BARU DI  
PONDOK PESANTREN**



**Skripsi**

Oleh :

**Ajeng Della Desinta**

**NIM: 30901900013**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini Saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarisme. Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang 31 Januari 2023

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

Peneliti



(Ns.Sri Wahyuni,M.Kep,Sp.Kep.Mat)



Ajeng Della Desinta

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN STRES LINGKUNGAN PADA SANTRI PUTRI BARU DI PONDOK PESANTREN

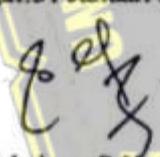
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ajeng Della Desinta  
NIM : 30901900013

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada:

Pembimbing I  
Tanggal: 31 Januari 2023

Pembimbing II  
Tanggal: 31 Januari 2023

  
Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 06.2302.8802

  
Wahyu Endang Setyowati, SKM.,  
M.Kep NIDN. 06.1207.7404

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA  
DENGAN STRES LINGKUNGAN PADA SANTRI PUTRI BARU  
DI PONDOK PESANTREN**

Disusun oleh:

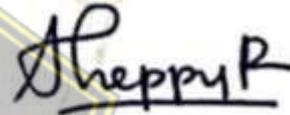
Nama : Ajeng Della Desinta

NIM : 3090.19.00013

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 13 Februari 2023  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep., Sp.Kep.J  
NIDN. 06.1408.7702



Penguji II,

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 06.2303.8802



Penguji III,

Wahyu Endang Setyowati, SKM., M.Kep  
NIDN. 06.1207.7404



Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Arifan, SKM., M.Kep  
NIDN. 06.2208.7403

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

**Skripsi, Januari 2023**

51 halaman + 5 tabel + 2 gambar + 14 lampiran

**ABSTRAK**

Ajeng Della Desinta

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA  
DENGAN STRES LINGKUNGAN PADA SANTRI PUTRI BARU DI  
PONDOK PESANTREN**

**Latar Belakang:** Dukungan emosional teman sebaya merupakan dukungan yang melibatkan ekspresi, rasa empati, dan perhatian terhadap seseorang, dapat memahami sehingga dapat membuat mereka merasa lebih baik dan memperoleh kembali rasa dicintai saat sedang merasa stres. Stres lingkungan merupakan pengalaman subjektif seseorang berdasarkan persepsi mereka tentang situasi lingkungan menekan yang mereka hadapi.

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru pondok pesantren.

**Metode:** Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain penelitian observasional analitik menggunakan studi *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah santri putri baru. Teknik yang digunakan adalah *total sampling* dengan sampel 60 responden. Uji yang digunakan adalah uji *Chi Square*.

**Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan emosional teman sebaya baik sejumlah 26 orang (43,3%). Penelitian ini menunjukkan nilai *p value* yaitu 0,000 (*p value* <0,05), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan.

**Simpulan:** Hasil analisis menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan dengan *p value* 0,000 < 0,05.

**Kata Kunci:** Dukungan emosional teman sebaya, stres lingkungan.

**Daftar Pustaka:** 27 (2010-2022)

**NURSING STUDY PROGRAM**  
**FACULTY OF NURSING SCIENCES**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**  
*Thesis, January 2023*  
*51 pages + 5 tables + 2 pictures + 14 attachments*

**ABSTRACT**

*Ajeng Della Desinta*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER EMOTIONAL SUPPORT AND ENVIRONMENTAL STRESS IN NEW STUDENTS IN ISLAMIC BOARDING SCHOOL**

**Background:** *Peer emotional support is support that involves expression, empathy, and concern for someone, being able to understand so that it can make them feel better and regain a sense of being loved when they are feeling stressed. Environmental stress is a person's subjective experience based on their perception of the stressful environmental situations they face.*

**Objective:** *To determine the relationship between peer emotional support and environmental stress on new female students at the Islamic boarding school.*

**Method:** *This type of research is a quantitative research. Analytical observational research design using a cross sectional study. The sample used was new female students. The technique used is total sampling with a sample of 60 respondents. The test used is the Chi Square test.*

**Results:** *This study showed that the majority of respondents received emotional support from good peers, 26 people (43.3%). This study showed a p value of 0.000 ( $p$  value  $<0.05$ ), this shows that there is a significant relationship between peer emotional support and environmental stress.*

**Conclusion:** *The results of the analysis show that there is a significant relationship between peer emotional support and environmental stress with a p value of  $0.000 <0.05$ .*

**Keywords:** *Peer emotional support, environmental stress.*

**Bibliography:** *27 (2010-2022)*

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Stres Lingkungan Pada Santri Putri Baru Di Pondok Pesantren”** dengan sebaik – baiknya. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Dalam penyusunan proposal penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak, sehingga penyusunan proposal skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang telah penulis rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. Bapak Iwan Ardian, S.KM, M.Kep, selaku dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Ibu Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep, Sp.Kep.AN selaku Kaprodi S1 Keperawatan fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Ibu Ns. Betie Febriana, M.Kep selaku pembimbing pertama yang telah sabar meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga.

4. Ibu Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep selaku pembimbing kedua yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga.
5. Kedua orang tua saya, kakek nenek, dan adik-adik saya yang telah banyak memberikan bantuan doa, dorongan semangat, serta memberikan perhatian kepada saya.
6. Pasangan saya Bagas Febrian yang telah banyak memberikan bantuan doa, semangat, serta selalu memberikan dorongan dan perhatian kepada saya.
7. Teman-teman departemen jiwa yang selalu memberi dukungan untuk berjuang bersama.
8. Teman-teman S1 Fakultas Ilmu Keperawatan 2019 yang saling mendoakan, mendukung, menyemangati serta tidak lelah untuk berjuang bersama
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas segala dukungan, semangat, ilmu dan pengalaman yang diberikan.

Penulis menyadari bahwa didalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi penulis pada khususnya dan dapat menambah wawasan pembaca pada umumnya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang , 11 September 2022  
Penulis,

Ajeng Della Desinta  
NIM. 30901900013

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Dukungan Emosional Teman Sebaya .....	6
2. Stres Lingkungan.....	10
B. Kerangka Teori .....	18
C. Hipotesis .....	19
BAB III METODE PENELITIAN .....	20
A. Konsep – konsep penelitian .....	20
B. Variabel penelitian .....	20
C. Jenis dan desain penelitian.....	21
D. Populasi dan sampel .....	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel.....	22
E. Tempat dan waktu penelitian .....	22
F. Definisi Operasional.....	23

G.	Instrument atau Alat Pengumpulan Data.....	23
1.	Instrument Penelitian .....	23
2.	Uji Instrumen Penelitian.....	25
H.	Metode Pengumpulan Data.....	26
I.	Rencana Analisis Data.....	28
J.	Etika Penelitian .....	30
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
A.	Pengantar Bab .....	32
B.	Data Univariat.....	32
1.	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Kota Asal.....	32
2.	Frekuensi Dukungan Emosional Teman Sebaya .....	33
3.	Frekuensi Stres Lingkungan .....	34
C.	Analisis Bivariat.....	34
1.	Uji Chi-Square.....	34
<b>BAB V</b>	<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
A.	Pengantar Bab .....	35
B.	Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	35
1.	Karakteristik Responden .....	35
C.	Keterbatasan Penelitian .....	43
D.	Implikasi Keperawatan.....	43
<b>BAB VI</b>	<b>PENUTUP .....</b>	<b>45</b>
A.	Kesimpulan.....	45
B.	Saran.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN</b>	<b>.....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional .....	23
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia dan kota asal di Pondok Pesantren Kauman Lasem (N=60) .....	32
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi dukungan emosional teman sebaya di Pondok Pesantren Kauman Lasem (N=60) .....	33
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Stres Lingkungan di Pondok Pesantren Kauman Lasem (N=60) .....	34
Tabel 4.4 Hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan di Pondok Pesantren Kauman Lasem .....	34



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Skema Kerangka Teori .....	18
Gambar 3.1. Kerangka konsep .....	20



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Survei
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Pengantar Uji Etik
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5. Surat Izin dari Ponpes Kauman Lasem
- Lampiran 6. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Permohonan izin mengadopsi kuesioner
- Lampiran 9. Data Demografi
- Lampiran 10. Petunjuk dan Kuesioner Penelitian
- Lampiran 11. Uji Univariat dan Bivariat
- Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13. Catatan Hasil Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pondok pesantren merupakan sekolah yang berbeda dengan sekolah umumnya, karena di pondok pesantren pelajaran atau pendidikannya lebih kompleks, salah satunya yaitu anak di tempatkan di asrama dengan beberapa tanggung jawab seperti hafalan dan pelajaran yang cukup padat, sehingga dapat menyebabkan terjadinya stress lingkungan (Rositah, 2020). Stres lingkungan merupakan pengalaman subjektif seseorang berdasarkan persepsi mereka tentang situasi dan kondisi lingkungan menekan yang mereka hadapi. Kondisi ini dapat menyebabkan terganggunya mental seseorang karena kondisi mental setiap orang berbeda-beda (Hastuti & Baiti, 2019). Hal lain juga dijelaskan oleh Hardjana (2013, dalam Suryani, 2020) bahwa beberapa penyebab stres lingkungan di pondok pesantren merupakan berubahnya lingkungan, dari lingkungan rumah menjadi lingkungan asrama atau pesantren, lingkungan pesantren yang belum pernah di kenal sebelumnya dan masalah-masalah yang harus di hadapi sendiri tanpa adanya orang tua, serta tekanan-tekanan lingkungan yang ada seperti tingkat senioritas yang tinggi. Penyebab stres ini sering dirasakan oleh para santri, lebih-lebih pada santri baru.

Santri yang stres dan tidak dapat menyesuaikan diri akan berdampak mereka dapat melakukan perilaku yang tidak biasa, seperti malas belajar, tidak mau mentaati peraturan yang ada, kabur-kaburan dari pondok pesantren,

dan dapat melakukan hal negative yang lain (Fitriani et al., 2020). Dalam hal ini santri baru harus dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi, baik dalam mengikuti aktivitas pembelajaran pondok yang padat, peraturan yang ketat, aktivitas yang banyak, hafalan yang perlu di kuasai, lingkungan yang berbeda dengan lingkungan rumah, serta banyak beban tuntutan lain yang harus dicapai (Irwansyah et al., 2021). Menurut (Bau et al., 2022) prevalensi kejadian stres pada santri pondok pesantren di Indonesia dalam proses penyesuaian diri didapatkan 5-10%. Hasil penelitian Livia (2020) bahwa tingkat stres remaja yang ada di pondok pesantren kebanyakan dengan tingkat stres berat sebanyak 54 responden (60,7%). Hasil ini menjelaskan ada hubungan bermakna antara tingkat stress remaja dengan kemampuan ber adaptasi terhadap lingkungan di pondok pesantren (Fitriani et al., 2020).

Dari stres lingkungan ini santri baru juga memiliki teman sebaya yang dapat memberikan dukungan kepada mereka. Menurut Sarafino (2007) berbagai macam bentuk dukungan sosial, salah satunya adalah dukungan emosional teman sebaya. Dukungan emosional penting untuk diberikan karena dukungan emosional dapat memberikan kenyamanan dan perasaan dicintai untuk orang yang mendapatkan (M. R. Fakhur, 2018). Dukungan emosional teman sebaya adalah dukungan yang melibatkan rasa empati, ekspresi, dan perhatian kepada individu, percaya terhadap apa yang dikeluhkan, dapat memahami sehingga dapat membuat mereka merasa lebih baik dan mendapatkan kembali rasa dimiliki serta dicintai saat sedang stres

(M. R. Fakhur, 2018). Dengan dukungan emosional dari teman sebaya maka santri putri baru akan merasa lebih berharga, dicintai dan perasaan nyaman karena mendapat perhatian dan dukungan dari teman sebaya (Nisak, 2017).

Hasil penelitian Evi Rositah (2020) menunjukkan bahwa dukungan emosional teman sebaya memiliki skor rata-rata 19,42 (dari 48) dan stres lingkungan memiliki skor rata-rata 40,10 (dari 72). Hasil ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dan stress lingkungan pada santri tahun pertama yang ada di pondok pesantren.

Hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan kepada 10 santri putri baru di pondok pesantren Kauman Lasem, didapatkan data sebanyak 6 dari 10 santri putri baru mengatakan, saat stres karena beberapa permasalahan di pondok, mereka memilih bercerita pada temannya, karena mereka merasa terbantu, membuat perasaan lebih tenang dan merasa lebih lega. Sedangkan 4 santri putri lain, mereka lebih tenang dan merasa lebih baik jika tidak diceritakan ke teman.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Emosional Teman Sebaya dengan Stres Lingkungan Pada Santri Putri Baru Di Pondok Pesantren”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan diatas dapat dirumuskan masalah dan diangkat ke penelitian ini yaitu untuk mengetahui

hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Guna mengetahui hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru pondok pesantren.

#### 2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik santri di pondok pesantren
- b. Mengidentifikasi dukungan emosional teman sebaya di pondok pesantren.
- c. Mengidentifikasi stress lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.
- d. Menganalisa hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stress lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini di harapkan bisa menambah ilmu serta wawasan untuk pembaca khususnya untuk departemen keperawatan jiwa serta memberikan informasi ilmiah tentang hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stress lingkungan pada santri putri baru pondok pesantren.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Responden

Akan mendapatkan informasi tentang hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri baru di pondok pesantren, serta mendapatkan solusi terhadap penegndalian stress lingkungan pada santri baru di pondok pesantren.

### b. Bagi Pondok Pesantren

Pondok pesantren akan mendapatkan informasi mengenai dukungan emosional teman sebaya dengan stress lingkungan pada santri baru dan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam usaha untuk peningkatan kesehatan psikologis santri, sehingga santri memiliki dukungan emosional teman sebaya yang baik saat menghadapi stress lingkungan di pondok pesantren.

### c. Bagi Masyarakat

Dari hasil penelitian ini, di harapkan mampu menambah pengetahuan dikalangan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa oleh tenaga kesehatan khususnya perawat, dan dapat menambah ilmu penegtahuan khususnya orang tua mengenai dukungan teman sebaya dan stres lingkungan pada santri baru di pondok pesantren, agar orang tua dapat lebih aktif dalam berkomunikasi dengan anaknya saat pulang dari pondok pesantren.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Dukungan Emosional Teman Sebaya**

###### **a. Pengertian Dukungan Emosional Teman Sebaya**

Stuart (2007, dalam Ambarwati, 2013) menyatakan salah satu faktor yang menyebabkan berkurangnya stres adalah dukungan emosional. Menurut (Butcher et al., 2018) dukungan emosional ialah penyediaan kepastian, penerimaan, dan dorongan selama masa stres. Dukungan emosional adalah dukungan yang diberikan guna memberi rasa nyaman, perasaan disayangi dalam bentuk semangat, dan empati yang didapatkan remaja melalui berhubungan dengan orang lain dalam lingkungan sosial, dan bisa berasal dari siapa saja, baik anggota keluarga maupun teman, maupun penyedia layanan kesehatan (Friedman & Bowden, 2010; Levula et al., 2017). Dukungan emosional teman sebaya adalah ungkapan rasa empati, kepedulian, dan perhatian teman sebaya terhadap seseorang, misalnya seperti pengadaan waktu untuk didengarkan dan mendengarkan, rasa cinta dan kasih sayang merupakan bentuk kelanjutan dari rasa empati, dan penghargaan dalam bentuk verbal, non verbal dan material (Widiantoro et al., 2019).

Dukungan emosional teman sebaya ialah dukungan yang diberikan teman sebaya dalam bentuk rasa percaya, suatu dukungan contohnya rasa empati misalnya dengan cara mendengarkan, bersikap terbuka, membuktikan dengan sikap percaya dengan apa yang menjadi masalah, mencoba memahami, memberikan perhatian, dan dianggap sebuah pesan bahwa individu tersebut di sayangi (Rosalina & Apsari, 2020).

b. Aspek-Aspek Dukungan Emosional Teman Sebaya

Menurut Sarafino (2007, dalam Nadhiroh, 2016) dukungan emosional dapat dibagi menjadi lima aspek, antara lain :

1) *Emphaty*/Empati

Merupakan perasaan individu yang merasakan apa yang sedang dirasakan orang lain, sehingga dapat merasakan hal yang sama. Perasaan empati ini hanya merasakan perasaan yang sama tanpa ada tindak lanjut untuk mengurangi beban.

2) *Concern*/Perhatian

Sikap positif yang berfokus pada diri orang lain. Sikap ini seperti memberi perhatian kepada individu yang mengalami masalah.

3) *Caring*/Peduli

Suatu sifat untuk menghargai apa yang diinginkan oleh orang lain. Hal ini secara langsung seseorang akan memberikan tindakan kepada individu yang sedang mengalami problematika.

4) *Positive Regard*/Penghargaan positif

Adalah penghargaan positif yaitu meliputi kehangatan, penerimaan, dan merasa dicintai oleh orang lain. Sikap ini misalnya memberikan kasih sayang, pujian, serta kecewa apabila menerima hinaan dan kurang mendapat kasih sayang.

5) *Encouregement Toward The Person*/Dorongan kepada orang lain

Sikap mendorong, memfokuskan orang lain untuk mewujudkan suatu tujuannya sehingga individu yang menghadapi permasalahan akan merasa lebih nyaman dan terbantu.

c. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Emosional Teman Sebaya

(Chairun, 2017) menjelaskan faktor yang dapat mempengaruhi dukungan emosional terdapat tiga faktor, antara lain yaitu:

1) Keintiman

Dukungan emosional adalah bagian dari dukungan sosial didapatkan dari keintiman pada bagian lain pada saat melakukan interaksi sosial, jika individu semaikin intim atau semkain dekat, maka dukungan sosial yang didapatkan makin besar.

2) Harga Diri

Orang dengan harga diri menilai bahwa pertolongan dari orang lain yaitu bentuk turunnya harga diri, karena pada saat individu mendapatkan bantuan, orang lain menganggap bahwa seseorang yang berkaitan tidak dapat berusaha kembali.

### 3) Keterampilan sosial

Seseorang yang mudah bergaul dapat mempunyai kemampuan sosial yang tinggi, sehingga akan lebih mudah mendapatkan lingkup sosial yang luas juga. Sedangkan seseorang yang mempunyai lingkup sosial yang tidak luas mempunyai kemampuan sosial rendah.

#### d. Faktor yang Memengaruhi Keefektifan Dukungan Teman Sebaya

Menurut Cohen dan Syne (dalam, M. R. Fakhur, 2018)

terdapat 6 faktor yang mempengaruhi keefektifan dukungan teman sebaya, yaitu:

- 1) Jenis dukungan, yang berguna dan sesuai dengan kondisi yang ada akan berarti untuk individu yang menerima dukungan
- 2) Pemberian dukungan, merupakan orang-orang dekat yang memiliki makna penting dalam kehidupan seseorang.
- 3) Permasalahan yang di hadapi, berkaitan dengan jenis dukungan yang di berikan, yang diharapkan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.
- 4) Penerimaan dukungan, berkaitan dengan karakteristik penerima dukungan emosional akan menentukan keefektifan pemberi dukungan.
- 5) Lama pemberian dukungan, bergantung pada kemampuan individu dalam memberikan dukungan kepada orang lain

- 6) Waktu pemberian dukungan, akan optimal dalam keadaan tertentu.

## 2. Stres Lingkungan

### a. Pengertian Stres Lingkungan

Lazarus dan Folkman (1984, dalam Townsend & Morgan, 2015) mendefinisikan stres lingkungan sebagai fenomena psikologis dimana hubungan antara individu dan lingkungan di nilai orang tersebut sebagai sesuatu yang membebani sumber dayanya dan mengancam kesejahteraannya. Stres lingkungan ialah suatu kondisi yang muncul ketika orang berhadapan dengan masalah dari lingkungan barunya yang meminta dia untuk berusaha beradaptasi sesuai dengan tuntutan yang ada (Fitriani et al., 2020).

Stress lingkungan pada umumnya adalah aplikasi teori stress pada lingkungan. Stressor adalah sumber yang dapat membahayakan kesejahteraan individu, misalnya suara bising, panas, atau kepadatan tinggi. Respon stress ialah respon yang melibatkan faktor emosional, pikiran, fisiologik, serta perilaku. (Handono & Bashori, 2013).

### b. Ciri- ciri Individu yang mengalami Stres Lingkungan

Menurut (Rositah, 2020) menyatakan bahwa seseorang yang mengalami stress lingkungan mempunyai ciri sebagai berikut, yaitu:

- 1) Gejala Fisikal, adalah adanya tanda-tanda stress yang berhubungan dengan keadaan dan fungsi badan individu.

- 2) Gejala Emosional, ialah tanda-tanda stress berhubungan dengan kondisi psikologi/mental individu.
- 3) Gejala Intelektual, ialah tanda-tanda stress yang berhubungan dengan cara berfikir individu.
- 4) Gejala Inter personal, adalah tanda-tanda stress yang berpengaruh terhadap hubungan dengan individu lain, baik didalam maupun diluar rumah.

Lazarus (2004, dalam R. L. Hidayat, 2018) menjelaskan stress akan terjadi apabila individu mengalami suatu tuntutan yang melebihi kemampuan yang dimiliki saat sedang melakukan adaptasi, dalam artian bahwa kondisi stress akan muncul apabila mengalami ketidakseimbangan terhadap suatu tuntutan dengan kemampuan individu. Tuntutan merupakan suatu hal yang apabila tidak dapat terpenuhi akan mengakibatkan konsekuensi yang buruk bagi seseorang. Tuntutan ini dapat dibedakan menjadi dua, yaitu:

- 1) Tuntutan Internal, Tuntutan ini terjadi secara biologis, seperti berupa kebutuhan, nilai-nilai, & kepuasan dalam diri individu tersebut.
- 2) Tuntutan Eksternal, terjadi secara fisik dan sosial. Tuntutan ini bisa memberikan refleksi dari aspek yang berbeda terkait dengan kegiatan manusia, misalnya tugas yang telah dipasrahkan dan bagaimana cara untuk membereskan tugas

tersebut, lingkungan fisik, lingkungan psiko sosial, serta kegiatan lainnya.

c. Sumber-Sumber Stress Lingkungan

Maramis (2004, dalam Handono & Bashori, 2013) menyatakan bahwa sumber stress lingkungan itu bisa:

1) Frustrasi

Frustrasi adalah keadaan dimana emosional individu yang timbul ketika terjadi hambatan saat sedang melakukan usaha untuk mewujudkan suatu harapan, kebutuhan, tujuan hidup dan keinginan. Frustrasi akan terjadi jika usaha yang telah dilakukan oleh individu mengalami kegagalan dan hambatan, hal ini dapat disebabkan faktor dari lingkungan maupun dari diri orang tersebut

Ada beberapa ciri-ciri seseorang saat mengalami frustrasi, yaitu:

- a) Merasa keberatan dengan semua hal hingga sering mengeluh dan serba salah dimatanya.
- b) Mudah terpancing emosi disertai dengan perilaku yang agresif.
- c) Kegagalan terjadi dianggap karena sosok yang lain.
- d) Sering menyendiri tanpa melakukan apapun, hanya berdiam diri.

## 2) Konflik

Konflik merupakan suatu kondisi dimana yang memiliki dua atau lebih kebutuhan, keinginan, dan tujuan yang sama dalam keadaan yang tidak diharapkan. Dalam hal ini individu membuat keputusan dengan cara membuat pilihan seperti hal yang harus dan yang tidak harus dilakukan.

Konflik dibagi menjadi dua, yaitu:

### a) Konflik internal

Merupakan terjadi dari dalam diri individu sendiri, umumnya diakibatkan karena adanya beberapa tujuan yang saling bertentangan.

### b) Konflik eksternal

Konflik eksternal merupakan konflik yang diakibatkan dari luar diri individu sendiri, penetapan keputusan atau 2 pilihan, namun tidak menyangkut pautkan perasaan yang dalam.

## 3) Tekanan

Tekanan merupakan suatu keadaan yang dirasakan menjadi beban untuk seseorang. Seseorang merasa terpaksa untuk melakukan suatu tindakan atau yang tidak diinginkan. Tekanan ini muncul dari luar diri sendiri maupun dari dalam diri sendiri. Tekanan dari dalam dapat disebabkan karena seseorang memiliki keinginan yang besar kepada diri sendiri tetapi tidak di

sesuaikan dengan kemampuan yang ada diri sendiri, takut atau bahkan terlalu bertanggungjawab pada sesuatu namun di lakukan secara berlebihan. Tuntutan dari luar, misal: banyaknya hafalan yang harus disetorkan oleh santri kepada guru atau ustadz.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Lingkungan

Terdapat 3 faktor yang dapat memengaruhi stress lingkungan, ialah:

1) Faktor perilaku

Disaat seseorang berhadapan dengan stressor dalam lingkungan, ada 3 karakter dari stressor tersebut yang bisa memengaruhi reaksiseseorang, adalah sebagai berikut:

a) Durasi. Yaitu lama seseorang dalam berhadapan dengan stres, dapat berpengaruh pada efek stresss yang dimunculkan. Makin lama individu mengalamia stress, maka akan makin banyak pula efek negative yang dirasakan dan mungkin terjadinya stress akan makin besar.

b) Dapat diramalkan. Suatu masalah penting yang mempunyai hubungan dengan stressor dan mungkin untuk meramalkan. Beberapa penyebab stress dapat kita ketahui saat seseorang dapat memprediksi stressor, sehingga nantinya bisa memikirkan strategi apa yang bisa membantu untuk berkurang masalahs emosional akibat stress. Makin individu

mampu memprediksi stress, maka akan makin siap pula individu untuk smenghadapi stress.

## 2) Faktor psikologi

Terdapat 3 faktor psikologi yang dapat memberikan pengaruh, yaitu:

- a) Kontrol yang dirasakan (*perceived control*) merupakan keyakinan bahwa individu mampu mengendalikan stresor. Orang dengan pusat kendali internal (*internal locus of control*) akan cenderung lebih dapat menguasai stressor dan mengatasi stress dari pada seseorang dengan pusat kendali eksternal (*external locus of control*). Seseorang mempercayai bahwa situasi yang terjadi merupakan hasil dari tindakan dan bukan tergantung pada nasib, keberuntungan, dan kesempatan sehingga tidak gampang putus dan terkena stress.
- b) Ketidakberdayaan yang di pelajari (*learned helplessness*) merupakan respon ketidak berdayaan individu karena sering mengalami kejadian di luar kendali dirinya. Semakin sering seseorang mengalami kondisi stress, maka akan makin besar pula resiko stress akan terjadi. Respon ini berupa berkurangnya motivasi (*motivational deficit*), disimpulkan bahwa semua usaha percuma, secara kognitif berkurang merupakan kesusahan dalam mempelajari reaksi yang dapat

membawa hal positive dan secara emosional berkurang, yang merupakan pearasaan tertekan karena mengetahui mereka tidak bisa berbuat apa” dan kondisinya sudah tidak dapat dkendalikan kembali.

c) Kepribadian tabah (*hardiness*) merupakan keberanian dan ketangguhan individu dalam menghadapi kondisi sstres berupa:

- (1) Keyakinan dapat mamendalikan suatu hal,
- (2) Komitmen, keikutsertaan dan arti dari suatu hal yang dilakukan,
- (3) Fleksibel untuk menyesuaikan diri dengan perubahan, seolah perubahan adalah tantangan usntuk pertumbuhan dan perkembangannya. Makin mereka kuat & berani, maka mereka akan makin mampu dalam menghadapi stress.

3) Faktor sosial

Peristiwa-peristiwa penting dalam hidup seperti *bullying* dapat menjadi salah satu penyebab stress dan merupakan stressor sosial. Selain itu tugas rutin sehari-hari juga dapat memberikan pengaruh pada kesehatan mental, seperti ansietas dan depresi. Makin banyak perubahan pada hidup, maka akan makin gampang pula seseorang terkena masalah fisik dan psikologis atau mentalnya (Rositah, 2020).

e. Dampak Stres Lingkungan

Menurut Priyono (2014) dampak stress lingkungan dibedakan menjadi empat, yaitu:

1) Dampak Fisiologik

- a) Masalah pada organ tubuh dalam salah satu sistem tubuh, seperti gangguan pada sistem pencernaan contohnya maag, gerd, dll.
- b) Masalah pada sistem reproduksi, misal amenorhea (tertahannya menstruasi), kegagalan ovulasi pada wanita, impoten pada pria, dll.
- c) Masalah lain, yaitu migrane, ketegangan otot, merasa bosan, dll.

2) Dampak Psikologik

- a) Kewalahan atau keletihan emosional.
- b) Pencapaian diri turun, sehingga mengakibatkan menurunnya rasa kompeten.

3) Dampak perilaku

- a) Saat stres menjadi distres, prestasi belajar menurun dan sering terjadi perilaku yang tidak diterima oleh masyarakat.
- b) Level stress lingkungan yang cukup tinggi dapat memberi dampak negatif pada kemampuan mengingat pelajaran, mengambil keputusan, dan mengambil pilihan yang benar.
- c) Stress yang berat dapat menyebabksn banyak membolos atau tidak aktif mengikuti pembelajaran dan pelajaran di sekolah.

## B. Kerangka Teori



**Gambar 2.1. Skema Kerangka Teori**

Sumber: (Sarafino, 2007; Coleman, 2007; Priyono, 2014; Nisak, 2017)

### C. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini ialah:

Ha : Ada hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stress lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.

Ho : Tidak ada hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stress lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.



### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Konsep – konsep penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah arahan dan gambaran mengenai variabel” yang akan di diteliti atau mempunyai arti lain sebagai kerangka yang menghubungkan antara variabel independent dengan variabel dependent (A. A. Hidayat, 2015).



Gambar 3.1. Kerangka konsep

#### B. Variabel penelitian

##### 1. Variabel bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas ialah variabel yang dapat memberikan pengaruh/yang menjadi sebab berubahnya atau munculnya variabel dependent (Eksandy, 2017). Variabel bebas (*Independent*) pada penelitian ini ialah Dukungan Emosional Teman Sebaya.

##### 2. Variabel terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat ialah variabel yang di pengaruhi atau variabel yang mendapatkan pengaruh dari variabel bebas atau variabel

independen (Padmayanti et al., 2019). Variabel terikat pada penelitian ini ialah Stres Lingkungan.

### C. Jenis dan desain penelitian

Desain penelitian ialah acuan dalam melaksanakan proses penelitian, diantaranya dalam menentukan instrumen dalam pengambilan data, menentukan sampel, pengumpulan data maupun analisis data (Afrianto, 2018). Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif. Design penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan atau studi *cross sectional* merupakan suatu pendekatan dimana variabel independent atau faktor penyebab dan variabel dependent atau faktor akibat yang dikumpulkan pada waktu bersamaan (Adiputra et al., 2021). Di dalam penelitian ini dapat diketahui hubungan antar dukungan emosionalteman sebaya dengan stress lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.

### D. Populasi dan sampel

#### 1. Populasi

Populasi disebut juga sebagai kawasan generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek (misalnya: manusia) yang mempunyai kualitas dan karakter khusus yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu dapat ditarik kesimpulan (Imron, 2019). Berdasarkan pengertian populasi tersebut, maka yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini ialah santri putri baru di pondok pesantren Kauman Lasem dengan jumlah populasi yaitu 60 santri putri.

## 2. Sampel

Bagian dari karakteristik dan jumlah yang dimiliki populasi dan menjadi subyek dalam penelitian ialah sampel (Umiyati, 2020). Pada penelitian ini jumlah sampel sebanyak 60 siswa, penentuan sampel penelitian ini berdasarkan metode pada metode *total sampling* yang ialah teknik pengambilan sample dari semua jumlah populasi yang ada, karena jumlah populas dalam penelitian ini kurang dari 100 responden.

Kriteria dalam penentuan sampel penelitian ini yaitu:

### a. Kriteria Inklusi

- 1) Santri putri baru di pondok pesantren Kauman Lasem.

## E. Tempat dan waktu penelitian

Lokasi penelitian ini berada di pondok pesantren Kauman Lasem, Desa Karang Turi, Kecamatan Lasem, Kabupaten Rembang. Dengan responden santri putri baru. Penelitian ini dilakukan bulan Oktober hingga November 2022.

## F. Definisi Operasional

**Tabel 3.1. Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Dukungan Emosional Teman Sebaya	Dukungan emosional teman sebaya ialah ungkapan rasa empati, kepedulian, dan caring teman sebaya terhadap individu, misalnya seperti pengadaaan waktu untuk didengarkan dan mendengarkan, rasa cinta dan kasih sayang	Skor penilaian dari kuesioner menggunakan skala likert 1-4 4= selalu 3= sering 2= kadang-kadang 1= tidak pernah	Nilai minimal: 12 Nilai maksimal: 48 Hasil akhir: 1. Baik= > 36 2. Cukup= 24-36 3. Kurang= <24	Interval
Stres Lingkungan	Stres lingkungan merupakan suatu situasi yang muncul disaat orang berhadapan dengan tuntutan dari lingkungan barunya yang memintanya untuk berusaha menyesuaikan diri sesuai dengan tuntutan yang ada.	Skor penilaian kuesioner stress lingkungan yaitu menggunakan skala likert 1-4 (SS) 4= sangat setuju (SS) 3= setuju (S) 2= tidak setuju (TS) 1= sangat tidak setuju (STS)	Nilai minimal: 18 Nilai maksimal: 72 Hasil akhir: 1. Tinggi= >54 2. Sedang= 36-54 3. Rendah= <36	Interval

## G. Instrument atau Alat Pengumpulan Data

### 1. Instrument Penelitian

Instrument penelitian ialah alat yang dipakai seorang peneliti untuk melakukan penelitian berupa pengukuran, observasi, ataupun untuk melakukan suatu penilaian terhadap suatu variabel yang akan diteliti (Nursalam, 2016). Peneliti mengumpulkan data dari responden dengan minta jawaban lewat pertanyaan yang dilakukan secara tertulis pada kuesioner. Instrument kuesioner yang dikenakan dalam penelitian adalah:

- a. Data responden yang terdiri dari usia, inisial nama dan kelas
- b. Kuesioner Dukungan Emosional Teman Sebaya

Kuesioner pada penelitian ini disusun sesuai dengan Sarafino (2007) yang memiliki beberapa aspek mengenai dukungan emosional diantaranya *empathy, caring, concern, positive regard* dan *encouragement toward the person*. Instrumen ini mempunyai 12 pertanyaan yang favorable. Instrumen ini dikembangkan oleh Santrock (2005) dan Nurul Hikmah (2012) lalu dimodifikasi dan diuji validitas dan reabilitas kembali oleh Nisak (2017). Dalam penilaian kuesioner ini yaitu menggunakan skala likert yang terdiri dari 4 skala jawaban yaitu tidak pernah, kadang-kadang, sering dan selalu. Pertanyaan bersifat favorable masing-masing diberi skor berturut 4, 3, 2, dan 1.

- c. Kuesioner Stres Lingkungan

Instrumen dalam penelitian disusun berdasarkan teori Coleman (2007), dikembangkan dari Veitch & Arkkelin (1995) berfokus pada peran fisiologis, kognitif serta emosi dalam usaha individu berinteraksi dengan lingkungannya, terdapat 3 aspek dalam kategoristres lingkungan yang terdiri dari frustrasi, konflik dan tekanan. Instrumen ini dimodifikasi kembali oleh Hidayat (2018) dengan jumlah 18 item yang terdiri 16 item favourable dan 2 item unfavourable. Penilaian instrumen ini terdiri 4 skala jawabanyaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Jika

masing-masing pertanyaan favourable maka masing-masing menggunakan skor dengan urutan 4, 3, 2, dan 1. Sedangkan pertanyaan unfavourable akan menggunakan skor dengan urutan 1, 2, 3, dan 4.

## 2. Uji Instrumen Penelitian

### a. Uji validitas

Uji validitas ialah uji untuk mengetahui sebuah keaslian dari suatu instrumen penelitian. Instrumen dikatakan valid ketika sebuah alat ukur dapat mengukur suatu data yang diteliti secara tepat (Nursalam, 2016). Di dalam penelitian ini kuesioner dukungan emosional teman sebaya sudah dilakukan uji validitas oleh Chairun Nisak (2017). Uji validitas ini dilakukan dengan cara mengisi kuesioner oleh responden dengan usia remaja yang menempuh sekolah menengah atas dengan jumlah 25 responden. Kuesioner dukungan emosional teman sebaya memiliki 13 item pertanyaan, namun setelah diujikan terdapat 1 pertanyaan yang dinyatakan tidak valid sehingga jumlah seluruh item yang valid adalah 12 pertanyaan. Hasil uji validitas yang dilakukan Chairun Nisak (2017) yaitu didapatkan nilai  $r$  tabel = 0,396. Sedangkan kuesioner stres lingkungan telah diuji coba skalanya oleh hidayat (2018), dalam kuesioner stres lingkungan memiliki 18 pertanyaan yang terdapat beberapa aspek yaitu aspek frustrasi terdiri dari 10 pertanyaan, aspek konflik terdapat dari 2 pertanyaan, dan aspek tekanan terdiri 6 item pertanyaan.

#### b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dipakai untuk instrumen penelitian agar bisa dipakai dan dipercaya dalam sebuah pengumpulan data. Instrumen dapat dikatakan reliabel apabila dapat mengetahui besar kemampuan dan mengukur secara tepat sasaran yang akan diukur (Nursalam, 2016). Pengukuran reliabilitas yakni menggunakan *Cronbach Alpha* dan jika instrumen dinyatakan reliabel maka nilai *Cronbach Alpha* > 0,6.

Hasil uji reliability pada kuesioner dukungan emosional teman sebaya oleh Chairun Nisak (2017) didapatkan nilai *Cronbach Alpha* = 0,837, hal ini menunjukkan bahwa kuesioner dukungan emosional teman sebaya bersifat reliabel. Sedangkan hasil uji pada kuesioner stres lingkungan yang dilakukan oleh Hidayat (2018) memiliki hasil uji reliability dengan nilai *Cronbach Alpha* = 0,736 yang memiliki arti bahwa kuesioner stres lingkungan reliabel, sehingga tidak perlu dilakukan uji reliabilitas.

#### H. Metode Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data penting yang diperoleh langsung dari responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner (Alhamid, 2019). Dalam penelitian ini ada beberapa proses dalam pengumpulan data, yaitu:

1. Tahap awal penelitian, peneliti meminta surat pengantar dari Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang untuk perizinan melakukan penelitian.
2. Setelah mendapat surat izin dari Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, kemudian peneliti mengajukan surat penelitian ke Pengasuh pondok pesantren Kauman Lasem. Lalu akan mendapatkan persetujuan dan mendapat surat balasan dari pengasuh pondok pesantren untuk melakukan penelitian.
3. Peneliti meminta izin kepada pengasuh pondok pesantren Kauman Lasem untuk mendapatkan daftar nama santri putri agar dapat mengisi kuesioner.
4. Santri putri yang akan menjadi responden diberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian.
5. Kemudian, setelah santri putri paham dan setuju, responden diminta untuk tanda tangan pada lembar persetujuan dalam keikutsertaan dalam penelitian ini.
6. Kemudian, peneliti menjelaskan bagaimana teknis pengisian kuesioner penelitian kepada responden.
7. Setelah itu, peneliti mendapatkan data melalui pengisian kuesioner dari setiap santri putri baru di pondok pesantren Kauman Lasem.
8. Setelah semua item terisi oleh responden, kuesioner di kumpulkan kembali untuk selanjutnya dilakukan analisis data.

## I. Rencana Analisis Data

1. Teknik pengolahan data dilakukan sesuai dilakukan sesuai..dengan proses pengolahan data yang terdiri dari:

- a. *Scoring* ialah memberikan nilai pada jawaban yang membutuhkan nilai. Di penelitian ini *scoring* digunakan pada kuesioner dukungan emosional teman sebaya dan stress lingkungan.
- b. *Coding* merupakan memberi kode pada setiap kuesioner yang termasuk dalam kategori yang akan diteliti, yang bertujuan agar mempermudah dalam melakukan memasukkan dan analisis data.
- c. *Tabulating* merupakan memasukkan atau menginput data yang telah di kumpulkan secara statistik sesuai kriteria yang telah di tuliskan sesuai pengkodean dalam suatu tabel untuk mempermudah dalam melakukan tabulasi data.
- d. *Entry* adalah menginput data-data hasil tabulasi yang sudah di lakukan ke dalam program komputer.

2. Analisa Data

Data yang telah di peroleh kemudian di teliti kembali sebelum dilakukan pengolahan data. Analisis data dalam tahap ini dilakukan menggunakan 2 tahap, yaitu:

a. Analisis Univariet

Bertujuan untuk mendeskripsikan sifat dari masing-masing variabel yang akan diteliti, yaitu karakteristik responden, mendeskripsikan sikap, mendeskripsikan karakteristik santri putri.

Fungsi analisis univariat ini ialah untuk mendapat gambaran distribusi frekuensi dan presentase dari subyek penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Notoadmojo, 2018). Data analisa dukungan emosional teman sebaya dan stres lingkungan keduanya masing-masing berskala interval.

b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis data yang digunakan untuk menguji variabel bebas dan variabel terikat dan untuk mengetahui ada hubungan atau tidak diantara kedua variabel. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan skala ordinal dan ordinal (kategorik dengan kategorik) maka digunakan uji *Chi Square* dengan derajat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 5% dengan tingkat kepercayaan 95% digunakan untuk menguji perbedaan proporsi atau persentase antara beberapa kelompok data dan untuk mengetahui hubungan antara variabel kategorik dengan kategorik (Hastono, 2007). Apabila  $p\text{ value} < 0,05$  maka dapat dikatakan ada hubungan yang bermakna antara dua variabel, sedangkan apabila  $p\text{ value} > \alpha$  yaitu 0,05, maka tidak ada hubungan yang bermakna. Hasil  $\alpha > (0,05)$ , menandakan bahwa  $H_a$  ditolak. Sebaliknya, bila  $H_a$  diterima berarti  $\alpha < (0,05)$  maka ada hubungan yang bermakna antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren.

## J. Etika Penelitian

Etika Penelitian yaitu acuan atau pedoman moral bagi seorang peneliti dalam melakukan penelitian yang menggu akan subjek manusia harus memperhatikan dan memahmasi hak asasi manusia (Ardiana et al., 2021). Etika penelitian yang harus di pertimbangkan dalam penelitian keperawatan ialah sebagai berikut:

### 1. Surat Persetujuan (*Informed Conccent*)

Peneliti memberikan surat persetujuan untuk responden dengan tujuan supaya responden mengerti apa tujuan dan maksud dalam penelitian. Responden diminta untuk tanda tangan pada surat persetujuan bila bersedia menjadi responden dalam penelitian. Sebaliknya bila responden menolak terlibat dalam penelitian, maka responden tidak akan dipaksa oleh peneliti.

### 2. Tanpa Nama (*Anonimity*)

Kerahasiaan identitas dari responden sangat dijaga oleh peneliti karena untuk menjaga privacy responden selama penelitian. Oleh karena itu, yang akan dicantumkan peneliti hanya inisial nama dari responden yang bersedia dan tidak menuliskan namanya dengan nama terang dalam kuesioner.

### 3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti akan menjamin kerahasiaan data dari responden, data responden tidak akan disebar. Penyajian hasil riset hanya terbatas kepada kelompok tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian.

4. Manfaat (*Beneficience*)

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan dampak positif untuk responden dan meminimalkan dampak negatif untuk responden. Dalam penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk responden untuk mengurangi stres lingkungan pada santri putri dengan dukungan emosional dari teman sebaya.

5. Keamanan (*Nonmaleficience*)

Penelitian ini memakai alat dengan langkah mengisi lembar kuesioner tanpa adanya kegiatan yang membahayakan.

6. Kejujuran (*Veracity*)

Dalam penelitian ini peneliti memberikan informasi jujur tentang pengisian kuesioner dan manfaat penelitian. Peneliti akan memberikan penjelasan mengenai informasi penelitian yang akan dilanjutkan, karena penelitian ini menyangkut diri responden.

7. Keadilan (*Justice*)

Peneliti memberi perlakuan yang sama kepada tiap responden tanpa ada yang dibeda-bedakan oleh siapapun.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Pengantar Bab**

Lokasi penelitian ini bertempat di Pondok Pesantren Kauman Lasem. Penelitian ini dilakukan pada bulan November - Desember 2022 dengan jumlah 60 responden. Pengambilan data sesuai menurut kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan oleh peneliti. Hasil dari penelitian ini terdiri atas Analisa bivariat dan univariat. Analisa univariat terdiri dari usia, asal, jenis kelamin, frekuensi dukungan sosial teman sebaya dan frekuensi stres lingkungan. untuk Analisa bivariat yaitu dengan pengujian hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru di Pondok Pesantren Kauman Lasem.

#### **B. Data Univariat**

##### **1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Kota Asal**

**Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia dan kota asal di Pondok Pesantren (N=60)**

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	16 tahun	17	28.3
	17 tahun	24	40.0
	18 tahun	19	31.7
Kota asal	Rembang	49	81.7
	Luar kota	11	18.3
	Total	60	100.0

Tabel 4.1 Menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun sejumlah 24 orang (40,0%), responden berusia 18 tahun 19 orang (31,7%), responden berusia 16 tahun sejumlah 17 orang (28,3%). Sedangkan dilihat dari kota asal sebanyak 49 responden (81,3%) berasal dari kota Rembang dan sebanyak 11 (18,3%) responden berasal dari luar kota.

## 2. Frekuensi Dukungan Emosional Teman Sebaya

**Tabel 4.2 Distribusi frekuensi dukungan emosional teman sebaya di Pondok Pesantren (N=60)**

Dukungan Emosional teman sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	26	43.3
Cukup	19	31.7
Kurang	15	25.0
Total	60	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa responden yang mendapatkan dukungan emosional teman sebaya paling banyak adalah dukungan emosional teman sebaya baik sebanyak 26 orang (43,3%), diikuti dukungan emosional teman sebaya cukup yaitu sebanyak 19 orang (31,7%). Kemudian dari data tersebut dapat dilihat bahwa kota asal yang mempunyai frekuensi terbanyak adalah responden yang berasal dari kota Rembang yaitu 49 responden (81,7%), diikuti dengan santri yang berasal dari luar kota Rembang yaitu sebanyak 11 responden (18,3%).

### 3. Frekuensi Stres Lingkungan

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Stres Lingkungan di Pondok Pesantren (N=60)**

Stres lingkungan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	17	28.3
Sedang	22	36.7
Rendah	21	35.0
Total	60	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres lingkungan paling banyak adalah stres lingkungan sedang yaitu sebanyak 22 orang (36,7%), diikuti dengan stres lingkungan kategori rendah sebanyak 21 orang (35,0%).

### C. Analisis Bivariat

#### 1. Uji Chi-Square

**Tabel 4.4 Hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan di Pondok Pesantren**

		Stres Lingkungan			Total	<i>P value</i>
		Tinggi	Sedang	Rendah		
Dukungan Emosional Teman Sebaya	Baik	1	8	17	26	0.000
	Cukup	7	8	4	19	
	Kurang	9	6	0	15	
Total		17	22	21	60	

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan hasil analisis uji *Chi-Square* didapatkan data bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan dengan melihat hasil nilai *p value* yaitu 0,000 atau  $p\ value < (0,05)$ .

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengantar Bab**

Pada pengantar bab ini peneliti akan membahas hasil penelitian yang berjudul hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren kauman Lasem angkatan 2021. Sampel yang diambil sebanyak 60 responden. Proses pengumpulan data tersebut dengan menyebar kuesioner secara langsung pada santri putri baru di pondok pesantren kauman Lasem yang bersedia menjadi responden. Pada hasil yang tertera telah menguraikan tentang masing-masing karakteristik responden yang terdiri atas usia, sedangkan analisa univariat dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan, serta analisa bivariat yang menguraikan hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan. Adapun hasil pembahasannya sebagai berikut:

#### **B. Interpretasi dan Diskusi Hasil**

##### **1. Karakteristik Responden**

###### **a. Usia**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah dari kelompok usia 17 tahun yang mencapai 24 orang (40,0%).

Pada usia remaja pertengahan perkembangan kognitif yang terjadi seperti kebingungan antara ideal dan kondisi nyata, dimana

remaja dituntut beradaptasi untuk mengatasi perubahan dan masalah yang terus terjadi. Tuntutan untuk selalu berperilaku adaptif tersebut dapat menimbulkan stres (Sari & Lubis, 2017).

Dukungan yang diberikan oleh seseorang dipengaruhi oleh usia, orang yang masih muda cenderung untuk lebih tidak bisa merasakan atau mengenali kebutuhan orang lain dan juga lebih egosentris dibanding orang yang lebih tua (Dini & Iswanto, 2019).

Interaksi teman sebaya yang memiliki usia yang sama memainkan peran khusus dalam perkembangan sosioemosional remaja. Peneliti berasumsi bahwa salah satu fungsi yang paling penting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga. Hubungan baik dengan teman sebaya merupakan peran yang mungkin penting agar perkembangan anak atau remaja menjadi normal.

#### **b. Kota Asal**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah berasal dari Kota Rembang yaitu sebanyak 49 orang (81,7%), dan yang berasal dari luar kota Rembang sebanyak 11 orang (18,3%).

Banyaknya jumlah santri yang dimiliki oleh Pondok Pesantren Kauman Lasem menyebabkan adanya keberagaman budaya, sifat dan karakter yang dimiliki santri tersebut. Hal ini dikarenakan santri yang ada di pesantren tersebut tidak hanya berasal dari wilayah Rembang

saja, melainkan banyak yang berasal dari wilayah luar Rembang bahkan wilayah luar Jawa Tengah yang tentunya mempunyai kebudayaan sesuai dengan daerah asal masing-masing santri (Habib, 2019).

Dari berbagai karakter dan dari berbagai daerah asal, dengan keberagaman tersebut santri akan sering menemui beberapa permasalahan antar sesama. Daerah asal santri yang cukup jauh juga dapat menjadikan santri kurang mendapatkan dukungan dan perhatian dari orang tua. Orang tua yang tinggal cukup jauh dari pondok pesantren tidak memungkinkan untuk selalu datang menjenguk santri untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada santri, selain itu keterbatasan komunikasi di pondok pesantren juga membuat santri tidak dapat menjalin komunikasi yang intensif dengan keluarga sehingga santri kurang menerima bimbingan dan arahan dari keluarga untuk melewati masa sulit saat remaja, oleh sebab itu santri perlu mendapatkan dukungan lain dari teman sebaya maupun dari gurunya (Fitriani et al., 2020).

### **c. Dukungan Emosional Teman Sebaya**

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang memiliki dukungan emosional teman sebaya baik merupakan proporsi yang paling besar yaitu mencapai 26 orang atau (43,3%). Hasil yang sedikit berbeda diperoleh dalam penelitian sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan (Nisak, 2017) yang mendapatkan bahwa sebagian besar

santri putri baru mendapatkan dukungan emosional teman sebaya dalam kategori cukup mencapai 39 orang (54,9%).

Dukungan emosional teman sebaya yang diberikan merupakan ekspresi empati dan perhatian yang diberikan teman sebaya terhadap individu. Dukungan emosional terdiri dari perhatian berupa penyediaan waktu, empati berupa rasa ikut merasakan apa yang dirasakan individu lain, rasa cinta dan kasih sayang, dan penghargaan serta kebersamaan dengan individu di lingkungan sosialnya (Widiantoro et al., 2019).

Dukungan emosional teman sebaya secara umum yang memiliki pengaruh penting terhadap penyesuaian diri pada santri putri baru. Dukungan emosional teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi santri putri baru dalam beradaptasi di lingkungan pondok pesantren, karena dukungan emosional teman sebaya merupakan faktor penting bagi santri untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan saat menghadapi berbagai macam perubahan yang dapat memicu timbulnya stres.

Menurut peneliti dukungan emosional teman sebaya sangat berpengaruh signifikan pada stres lingkungan yang dialami santri baru. Dukungan emosional teman sebaya sangat penting karena sebagai pengganti *support* sistem yang sebelumnya santri putri baru dapat dari keluarga mereka. Dengan adanya dukungan emosional yang diberikan teman sebayanya dapat mengurangi stresor akibat

permasalahan-permasalahan yang dialami santri putri baru sehingga meminimalkan terjadinya kejadian stres pada santri putri baru.

#### **d. Stres Lingkungan**

Hasil penelitian mendapatkan bahwa responden yang memiliki stres lingkungan kategori sedang merupakan proporsi yang paling besar yang mencapai 22 orang (36,7%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zacky Maulana (2021) yang menunjukkan hasil stres lingkungan pada kategori sedang sebanyak 41 orang (74,5%), dan penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2018) yang mendapatkan hasil stres lingkungan pada tingkat sedang dengan 23 orang (57,5%).

Lingkungan baru tidak selalu dapat dijalani dengan baik oleh santri baru, faktanya banyak dari santri baru tersebut mengalami kendala dalam berbagai hal. Menghadapi tantangan seperti ini para santri selayaknya bisa menyesuaikan diri dengan baik dimana penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Banyak individu yang tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat pada umumnya, dimana hal tersebut dapat menimbulkan stres (Arr, 2022).

Stres lingkungan terjadi ketika seseorang mengalami tuntutan yang melampaui sumber daya yang dimilikinya untuk melakukan

penyesuaian diri terhadap lingkungan, hal ini berarti bahwa kondisi stres terjadi jika ketika terdapat kesenjangan atau ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan. Tuntutan adalah sesuatu yang jika tidak dipenuhi akan menimbulkan konsekuensi yang tidak menyenangkan bagi individu. Jadi stres lingkungan tidak hanya tergantung pada kondisi eksternal individu, melainkan juga tergantung pada mekanisme penyesuaian individu terhadap kondisi lingkungan yang dihadapi (Lazarus, 1976 dalam R. L. Hidayat, 2018).

## **2. Hubungan antara Dukungan Emosional Teman Sebaya dengan Stres Lingkungan di Pondok Pesantren**

Analisis bivariat yaitu hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan. Hasil analisis uji *Chi-Square* didapatkan data bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan dengan melihat hasil nilai *p value* yaitu 0,000 atau *p value* < (0,05). Hal ini menunjukkan ada hubungan yang kuat antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan, semakin baik dukungan emosional teman sebaya maka semakin rendah juga stres lingkungan yang dialami santri baru.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Evi Rositah (2020) di Pondok Al Qodiri Jember menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santriwati tahun pertama di Pondok Pesantren Al-Qodiri Jember dengan nilai *p value* 0,027 atau *p value* <0,05.

Hubungan dukungan emosional dengan stres lingkungan pada santri baru juga dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan Livia (2020) yang mendukung penelitian hasil ini bahwa ada hubungan antara dukungan emosional dengan stres lingkungan pada santri baru, dengan tingkat stres  $p$  value 0,002 atau  $p$  value  $< 0,05$  yakni tingkat stres pada santri baru rendah dengan dukungan emosional yang tinggi, dukungan emosional santri baru diterima dari sesama teman maupun pengajar yang berada di pondok pesantren.

Beberapa penelitian menjelaskan kaitan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan adalah dukungan emosional dapat menjadi dorongan bagi santri baru untuk menambah semangat dalam melaksanakan tugasnya sebagai santri. Dukungan emosional ini dapat diperoleh dari orang tua, saudara teman, bahkan pengajar di pondok pesantrennya. Peran teman sebaya dalam bagi santri juga sangat berpengaruh dalam memberikan dukungan emosional bagi sesamanya, misalnya dengan mengadakan diskusi kelompok bersama atau berdiskusi tentang tugas di pondok pesantren (Hastuti & Baiti, 2019).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan dilihat dari teori terkait serta penelitian-penelitian sebelumnya, dapat diuraikan bahwa pada penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan emosional teman sebaya maka semakin

rendah juga stres lingkungan yang dirasakan santri putri baru, sehingga dapat meminimalkan terjadinya stres.

Hasil penelitian terdapat data yang cukup menarik didalam hasil analisa bivariat, yang mana dukungan emosional teman sebaya baik dan dukungan emosional teman sebaya cukup dengan stres lingkungan sedang didapatkan data yang sama yaitu 8 orang. Hasil tersebut juga dapat dianalisis bahwa ternyata yang mendapat dukungan emosional teman sebaya baik pun masih memiliki stres lingkungan tinggi yaitu 1 orang.

Hasil tersebut dapat peneliti asumsikan bahwa stres yang dialami oleh santri tersebut kemungkinan bukan hanya stres yang disebabkan dari pondok pesantren, namun stres lain yang bisa disebabkan karena kurangnya kemampuan dalam beradaptasi, prestasi dan nilai di sekolah yang menurun, dan lain sebagainya. Pernyataan ini didukung oleh Maulana (2022) yang menyatakan bahwa santri yang sudah mendapatkan dukungan emosional baik masih dapat mengalami stres lingkungan yang cukup tinggi karena kondisi stres terhadap lingkungan tersebut berbeda-beda pada setiap santri. Sehingga walaupun santri yang bersangkutan sudah mendapatkan dukungan emosional baik dari teman sebayanya, tetapi tetap memiliki kemungkinan mengalami stres lingkungan yang cukup tinggi karena disebabkan oleh stresor lain diluar lingkungan pondok pesantren.

### C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini ialah, dalam penelitian ini data yang dihasilkan hanya dari instrumen kuesioner yang didasarkan pada persepsi jawaban responden, sehingga kesimpulan yang diambil hanya berdasarkan data yang dikumpulkan melalui penggunaan instrumen kuesioner secara tertulis tanpa dilengkapi dengan wawancara dan interview.

### D. Implikasi Keperawatan

Hasil penelitian mengenai hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru di pondok pesantren kauman Lasem didapatkan data bahwa terdapat hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru.

#### 1. Profesi

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan para pembaca khususnya keperawatan jiwa untuk dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan.

#### 2. Institusi

Penelitian ini menjadi informasi untuk universitas atau institusi pendidikan terkait hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan. Selain itu untuk fakultas ilmu keperawatan dapat menjadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

### 3. Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi informasi tentang dukungan emosional teman sebaya dan stres lingkungan kepada masyarakat luas, terutama pada santri.



## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab terdahulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pada karakteristik usia, responden yang paling banyak berumur 17 tahun yaitu sebesar 40,0%, sedangkan sebagian besar responden berasal dari kota Rembang dengan presentase sebesar 81,7%.
2. Sebagian besar responden memiliki dukungan emosional teman sebaya kategori baik yaitu sebesar 43,3%.
3. Sebagian besar responden memiliki stres lingkungan pada kategori sedang yaitu sebesar 36,7%.
4. Hasil analisa menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan dengan *p value*  $0,000 < 0,05$ .

#### **B. Saran**

Adapun saran peneliti yang dapat disampaikan kepada beberapa pihak antara lain :

1. Saran bagi keperawatan

Penelitian ini dapat diaplikasikan oleh pelayanan keperawatan kesehatan masyarakat (PERKESMAS) yaitu sebagai edukator dengan cara memberikan informasi informasi kepada remaja dalam meningkatkan pengetahuan. Peran perawat sebagai edukator diharapkan

dapat digunakan sebagai tempat berkeluh kesah mengenai masalah yang terjadi pada remaja mengenai stres lingkungan, dan perawat diharapkan mampu memberikan solusi terbaik untuk mengatasi masalah yang dihadapi remaja seperti memberikan solusi terbaik untuk mengatasi masalah yang dihadapi remaja seperti memberikan pemahaman tentang pentingnya memberikan dukungan emosional teman sebaya.

## 2. Saran bagi Pondok Pesantren

Pihak pondok pesantren dapat melakukan deteksi dini dan menangani adanya gejala stres lingkungan yang dialami oleh santri sangat penting dilakukan guna meningkatkan derajat kesehatan remaja. Hal tersebut dapat dilakukan dengan memberikan fasilitas bimbingan konseling yang lebih intensif kepada seluruh santri baru, sehingga santri dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

## 3. Saran bagi peneliti

Penelitian ini memerlukan penelitian lebih lanjut untuk menelaah lebih jauh tentang hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan stres lingkungan pada santri putri baru. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu referensi bagi penelitian selanjutnya dalam melakukan penelitian dengan tema yang terkait :

- a. Menelaah faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi stres lingkungan pada santri putri baru
- b. Menelaah sumber dukungan lain, seperti dukungan dari guru dan keluarga

- c. Menelaah bentuk dukungan sosial lain selain dukungan emosional pada santri putri baru yang berpengaruh pada kehidupan di pondok pesantren.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., & Tania, P. O. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Ambarwati, B. (2013). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pada Keluarga Pasien Yang Dirawat Di Ruang Intensive Care Unit (Icu) Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–14.
- Arr, M. (2022). *Hubungan penyesuaian diri dengan stres lingkungan pada santri baru tahun ajaran 2021 di Pondok Modern Darul Hikmah Tulungagung*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Bau, N. A., Kadir, L., & Abudi, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Remaja Dengan Kemampuan Beradaptasi Di Asrama Pondok Pesantren Sabrun Jamil. *Jambura Journal of Epidemiology*, 1(1), 29–37.
- Butcher, H. K., Bulechek, G. M., Dochterman, J. M., & Wagner, C. M. (2018). Nursing interventions classification (NIC) seventh edition. *Elsevier*, 8 Pt 2, 1368.
- Dini, P. R., & Iswanto, A. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 10(2).
- Eksandy, A. (2017). Pengaruh komisararis independen, komite audit, dan kualitas audit terhadap penghindaran pajak (tax avoidance)(studi empiris pada sektor industri barang konsumsi yang terdaftar di Bursa Efek Indonesia periode 2010-2014). *Competitive Jurnal Akuntansi Dan Keuangan*, 1(1), 1–20.
- Fitriani, L., Perdani, Z. P., & Riyantini, Y. (2020). Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kemampuan Beradaptasi di Pondok Pesantren Kota Tangerang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 2(1), 125–128.
- Friedman, M. M., & Bowden, V. R. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga*.
- Habib, F. (2019). *HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA KABUPATEN JEMBER*. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). *Hubungan antara penyesuaian diri dan*

*dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru.* Universitas Ahmad Dahlan.

Hastuti, R. Y., & Baiti, E. N. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stress pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 84–93.

Hidayat, A. A. (2015). *Metode penelitian kesehatan paradigma kuantitatif.* Health Books Publishing.

Hidayat, R. L. (2018). *Hubungan penyesuaian diri terhadap stres lingkungan pada santri baru di Pondok Pesantren Ma'had Al-Muqoddasah Litalhidzil Qur'an Ponorogo.* Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Imron, I. (2019). Analisa pengaruh kualitas produk terhadap kepuasan konsumen menggunakan metode kuantitatif pada CV. Meubele Berkah Tangerang. *Indonesian Journal on Software Engineering (IJSE)*, 5(1), 19–28.

Irwansyah, M., Andayani, S. A., & Khotimah, H. (2021). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRESS SANTRI PONDOK PESANTREN NURUL JADID PAITON PROBOLINGGO. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 189–197.

Levula, A., Harré, M., & Wilson, A. (2017). Social network factors as mediators of mental health and psychological distress. *International Journal of Social Psychiatry*, 63(3), 235–243.

Nadhiroh, S. (2016). Hubungan antara dukungan emosional orangtua dengan resiliensi pada remaja yang menikah akibat kehamilan diluar nikah. *Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.*

Nursalam, N. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Salimba Medika.

Padmayanti, N. P. E. W., Suryandari, N. N. A., & Munidewi, I. A. B. (2019). Pengaruh Kinerja Keuangan Terhadap Nilai Perusahaan Dengan Dewan Komisaris Independen Sebagai Variabel Pemoderasi Pada Perusahaan Manufaktur Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia. *Jurnal Riset Akuntansi (JUARA)*, 9(1), 62–72.

Rosalina, T. A., & Apsari, N. C. (2020). Dukungan Sosial bagi Orang dengan Disabilitas Netra dalam Pencapaian Prestasi di Sekolah Luar Biasa. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 414–424.

ROSITAH, E. (2020). *Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Stres Lingkungan Pada Santriwati Pertama DI Pondok Pesantren Al-Qodiri Jember.* Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

ROZY, M. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Emosional Teman Sebaya*

*Dengan Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember.*

- Sari, M. P., & Lubis, E. E. (2017). *Fenomena penggunaan media sosial instagram sebagai komunikasi pembelajaran agama islam oleh mahasiswa fisip universitas riau*. Riau University.
- Suryani, S. (2018). Pelatihan Manajemen Stres untuk Menurunkan Stres Pada Santri Pesantren ArRaudhatul Hasanah Medan. *INDONESIAN COUNSELING AND PSYCHOLOGY*, 1(1), 1–7.
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2015). Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-Based Practice Fifth Edition. *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice.*, 267–271.
- Umiyati, H., & Sandi, J. D. I. (2017). *Populasi dan teknik sampel*.
- Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–14.

