KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Sains Student Research (JSSR)
Vol.4, No.6 Desember 2026
e-ISSN: 3025-9851, p-ISSN : 3025-986X, Hal 1115-1122
DOI : https://doi.org/10.61722/jssr.v4i6.13236

Hubungan Keterlibatan Orang Tua Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas 12 Sekolah Menengah Atas SMA YPR 1 Jakarta

Rara Septiani[1], Ahmad Rizal[2], Irma Herliana[3]
[1, 2, 3] Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju, Jl. Harapan, No.50, Lenteng Agung, Jakarta Selatan, Indonesia
*Penulis Korespondensi: rrasptniiiii09@gmail.com

Abstract. *Academic stress among senior high school students is an issue that may affect psychological well-being and academic achievement. Parental involvement is considered an important factor in reducing student's academic stress levels. This study aimed to analyze the relationship between parental involvement and academic stress among twelfth grade students at SMA YPR 1 Jakarta. This research used a quantitative design with a cross sectional approach. A total of 104 students were selected using a stratified random sampling. Data were collected using validated and reliable parental involvement and academic stress questionnaires. Data analysis was conducted using the Spearman correlation test. The result showed a significant relationship between parental involvement and academic stres with a p value of <0,001 and a correlation coefficient of -0,690, indicating a strong negative relationship. Higher parental involvement was associated with lower levels of academic stress among students. These findings higlight the important role of parents in supporting students' psychological well-being and academic success. Therefore, collaboration between schools and families is necessary to enchance parental involvement in the educational process.*

Keywords: *Academic Stress, Parental Involvement, Senior High School Students, Family Support*

Abstrak. Stres akademik pada siswa sekolah menengah atas merupakan masalah yang dapat berdampak pada kesehatan psikologis dan pencapaian akademik. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam menurunkan tingkat stres akademik adalah keterlibatan orangtua dalam proses pendidikan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan orangtua dengan stres akademik pada siswa kelas XII SMA YPR 1 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 104 siswa yang dipilih menggunakan teknik strtatified random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner keterlibatan orangtua dan kuesioner stres akademik yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan orangtua dengan stres akademik dengan nilai p sebesar <0,001 dan koefisien sebesar -0,690 yang menunjukkan hubungan negatif kuat. Semakin tinggi keterlibatan orangtua, maka semakin rendah tingkat stres akademik siswa. Temuan ini menegaskan pentingnya peran orangtua dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan keberhasilan akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara sekolah dan keluarga untuk meningkatkan keterlibatan orangtua dalam proses pendidikan.

Kata kunci: Stres Akademik, Keterlibatan Orang Tua, Siswa SMA, Dukungan Keluarga

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja (10–19 tahun) merupakan fase perkembangan yang ditandai perubahan biologis, kognitif, dan psikososial yang signifikan sebagaimana diklasifikasikan oleh World Health Organization. Perubahan tersebut meningkatkan kerentanan remaja terhadap tekanan lingkungan, termasuk tuntutan akademik. Dalam

Naskah Masuk:15 Oktober 2026; Revisi: 16 Oktober 2026; Diterima: 17 Oktober 2026; Terbit: 30 Oktober 2026

konteks pendidikan, stres akademik muncul ketika beban tugas, target pencapaian nilai, serta ekspektasi guru dan orangtua melebihi kemampuan adaptasi siswa. Kondisi ini berpotensi menurunkan motivasi belajar, konsentrasi, prestasi akademik, serta berdampak pada kesehatan mental.

Laporan UNICEF dan World Health Organization menunjukkan bahwa gangguan mental pada remaja menjadi isu global, dengan tekanan akademik sebagai salah satu faktor pemicu. Di Indonesia, berbagai penelitian juga melaporkan proporsi stres akademik siswa SMA berada pada kategori sedang hingga tinggi. Fenomena ini menegaskan bahwa stres akademik bukan sekadar persoalan individual, tetapi telah berkembang menjadi isu pendidikan dan kesehatan masyarakat.

Secara teoretis, keterlibatan orangtua dipandang sebagai faktor protektif yang dapat memperkuat resiliensi remaja. Keterlibatan tersebut mencakup dukungan emosional, komunikasi yang efektif, pengawasan akademik, serta penciptaan lingkungan belajar yang kondusif. Sejumlah studi internasional dan nasional menunjukkan adanya hubungan antara keterlibatan orangtua dan tingkat stres akademik. Namun, pada jenjang SMA, peningkatan kemandirian remaja sering diikuti dengan penurunan intensitas pendampingan orangtua. Kondisi ini berpotensi melemahkan fungsi protektif keluarga terhadap tekanan akademik.

Meskipun penelitian mengenai keterlibatan orangtua dan stres akademik telah banyak dilakukan, kajian kontekstual pada sekolah menengah atas di lingkungan perkotaan dengan karakteristik sosial tertentu masih terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang menyoroti siswa kelas akhir yang menghadapi tekanan akademik menjelang transisi pendidikan tinggi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan orangtua dan stres akademik pada siswa SMA YPR 1 Jakarta Tahun 2025. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkuat bukti empiris mengenai peran keluarga sebagai faktor protektif dalam mendukung kesehatan mental dan keberhasilan akademik remaja.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian dilaksanakan di SMA YPR 1 Jakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah

seluruh siswa SMA YPR 1 Jakarta, dengan jumlah sampel sebanyak 104 siswa yang dipilih menggunakan teknik total sampling.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen, yaitu Parental Involvement Rating Scale (PIRS) untuk mengukur keterlibatan orangtua dan Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) untuk mengukur tingkat stres akademik. Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel, serta analisis bivariat untuk menguji hubungan antara keterlibatan orangtua dan stres akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keterlibatan orangtua dengan stres akademik pada siswa/i SMA YPR 1 Jakarta tahun 2025. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2026 dengan jumlah responden sebanyak 104 siswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin			
No	**Jenis Kelamin**	**Frekuensi (f)**	**Persentase (%)**
1	Laki-Laki	52	50,0%
2	Perempuan	52	50,0%
	Total	104	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

USIA			
No	**Usia**	**Frekuensi (f)**	**Persentase (%)**
1	17	57	54,8%
2	18	45	43,3%
3	19	1	1,0%
4	20	1	1,0%
	Total	104	100%

Penelitian ini melibatkan 104 siswa kelas XII SMA YPR 1 Jakarta dengan distribusi jenis kelamin seimbang (50% laki-laki dan 50% perempuan). Mayoritas responden berusia 17–18 tahun (98,1%), sesuai dengan karakteristik siswa tingkat akhir sekolah menengah.

Tabel 3. Analisis Univariat Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Keterlibatan Orangtua

Keterlibatan Orangtua	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	52	50,0%
Sedang	39	37,5%
Tinggi	13	12,5%
Total	**104**	**100%**

Analisis univariat menunjukkan bahwa keterlibatan orangtua cenderung berada pada kategori rendah (50,0%), diikuti kategori sedang (37,5%) dan tinggi (12,5%). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum memperoleh dukungan orangtua secara optimal dalam aspek akademik maupun emosional.

Tabel 4. Analisis Univariat Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Stres Akademik

Stres Akademik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sedang Stres	50	48,1%
Tinggi Stres	54	51,9%
Total	**104**	**100%**

Pada variabel stres akademik, lebih dari separuh responden berada pada kategori tinggi (51,9%), sementara 48,1% berada pada kategori sedang. Tidak terdapat responden dengan tingkat stres rendah, yang menunjukkan bahwa tekanan akademik merupakan fenomena dominan pada siswa kelas XII.

Tabel 5. Analisa Bivariat Hubungan Keterlibatan Orangtua dengan Stres Akademik pada Siswa/I SMA YPR 1 Jakarta

Hubungan Variabel	r hitung	p-value	Keputusan

Keterlibatan orangtua dengan stres akademik	-0,690	<0,001	H0 ditolak

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,690 dengan $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, kuat, dan negatif antara keterlibatan orangtua dan stres akademik. Artinya, semakin tinggi keterlibatan orangtua, semakin rendah tingkat stres akademik siswa.

Signifikansi temuan ini terletak pada konteks siswa kelas akhir sekolah menengah, yaitu fase transisi menuju pendidikan tinggi yang identik dengan peningkatan tuntutan prestasi. Dalam situasi ini, dukungan emosional, komunikasi yang suportif, dan keterlibatan orangtua dalam proses belajar menjadi sumber regulasi eksternal yang membantu siswa menjaga stabilitas psikologis. Tanpa dukungan tersebut, tekanan akademik berpotensi berkembang menjadi stres yang lebih intens.

Hasil ini juga menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan dukungan siswa dan tingkat keterlibatan orangtua yang relatif rendah. Kondisi tersebut dapat mencerminkan perubahan pola relasi pada masa remaja akhir, di mana kemandirian anak sering diartikan sebagai berkurangnya kebutuhan pendampingan. Padahal, secara psikologis, kebutuhan akan dukungan emosional tetap tinggi meskipun bentuk keterlibatan dapat berubah.

Dari perspektif praktis, temuan ini memiliki implikasi langsung terhadap strategi pencegahan stres akademik di sekolah. Upaya intervensi tidak cukup hanya difokuskan pada pengelolaan kurikulum atau layanan konseling internal, tetapi perlu melibatkan keluarga sebagai mitra aktif. Program peningkatan komunikasi orangtua–anak dan edukasi mengenai bentuk keterlibatan yang adaptif pada masa remaja dapat menjadi langkah preventif yang relevan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa keterlibatan orangtua merupakan variabel kunci dalam konteks kesehatan psikologis siswa sekolah menengah. Temuan ini memperkuat pentingnya pendekatan kolaboratif antara sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan belajar yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga kesejahteraan mental siswa.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan keterlibatan orangtua dengan stres akademik pada siswa/I SMA YPR 1 Jakarta Tahun 2025, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat keterlibatan orangtua pada siswa/i SMA YPR 1 Jakarta sebagian besar berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa keterlibatan orangtua dalam mendukung aktivitas akademik siswa belum sepenuhnya optimal
2. Tingkat stres akademik pada siswa/i SMA YPR 1 Jakarta sebagian besar berada pada kategori tinggi, yang mengindikasikan bahwa siswa mengalami tekanan akademik yang cukup signifikan dalam proses pembelajaran.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif antara keterlibatan orangtua dengan stres akademik pada siswa/i SMA YPR 1 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan orangtua, maka tingkat stres akademik siswa cenderung semakin rendah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, serta seluruh siswa SMA YPR 1 Jakarta yang telah memberikan izin, dukungan, dan partisipasi aktif dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan ilmiah, serta dukungan akademik selama proses penyusunan dan penyelesaian penelitian. Penghargaan turut diberikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam proses pengumpulan data, pengolahan data, serta penyempurnaan naskah, baik dalam bentuk dukungan teknis maupun administratif. Semoga kontribusi dan bantuan yang diberikan menjadi amal kebaikan dan memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan.

DAFTAR REFERENSI

(Artikel)

Aminati Kuni, Rokhmaniyah, C. M. (2022). Pengaruh keterlibatan orang tua dalam belajar terhadap prestasi akademik siswa kelas V sekolah dasar negeri se-kecamatan

Buluspesantren tahun ajaran 2020/2021. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, *10*(1), 1–7. https://jurnal.uns.ac.id/jkc/article/view/55033/36541

Anjum, A., Hossain, S., Hasan, M. T., Christopher, E., Uddin, M. E., & Sikder, M. T. (2022). Stress symptoms and associated factors among adolescents in Dhaka, Bangladesh: findings from a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, *22*(1), 1–11. https://doi.org/10.1186/s12888-022-04340-0

Aprilia, A., Sandra, V. N., Puriani, R. A., & Putri, R. M. (2024). Faktor penyebab terjadinya stress akademik pada siswa sekolah menengah atas (SMA) : Literature Review. *Journal of Learning and Teaching*, *2*(3), 86–91. https://ejournal.reysha.org/index.php/jlt/index

Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, *4*(1), 40–47. https://doi.org/10.29210/120182136

Barseli, M., & Ifdil, ifdil. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *5*(3), 143–148. https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/viewFile/198/209

Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, *5*(2), 95–99. https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005

Beauchamp, T., Childress, J., & Beauchamp, T. (2019). *Principles of Biomedical Ethics : Marking Its Fortieth Anniversary Principles of Biomedical Ethics : Marking Its Fortieth Anniversary*. *5161*. https://doi.org/10.1080/15265161.2019.1665402

Dewi, D. K., Agindaris, A. L., Susanto, A. R. A., & Wardani, F. D. (2025). Confirmatory factor analysis of the Perception of Academic Stress Scale. *Indonesia Journal of Sport and Health Psychology*, *1*(01), 26–37. https://doi.org/10.37517/978-1-74286-697-0-06

Gautam, B., & Sharma, V. (2024). Effect of parental involvement on academic stress adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, *12*(4), 1–6. https://doi.org/10.25215/1204.001

Hidayah Fauziyah Efendi, & Nurmina. (2025). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap stres akademik pada siswa SMA Negeri 1 Padang. *Journal of Psychology*, *2*(3), 331–337. https://doi.org/10.62260/causalita.v2i3.391

Kaisar Gusti, R., Saputera, M. D., & Chris, A. (2023). Gambaran stres secara umum pada siswa/i SMA di Jakarta. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, *3*(1), 22–29. https://doi.org/10.24912/jmmpk.v3i1.24810

Kaur, K., & Billing, D. H. (2022). A critical review on parental involvement, academic procrastination, and academic Stress. *International Journal of Research Publication and Reviews*, *3*(2), 137–141.

Khalda, A., Herlina, H., & Ihsan, H. (2023). Pengaruh keterlibatan orang tua dan grit terhadap stres akademik pada siswa sekolah menengah atas (SMA) di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*, *7*(1), 39–52. https://doi.org/10.17509/insight.v7i1.64739

Kim, E. J., Lee, S. J., & Shin, H. S. (2019). The Relationship among Parental Learning Involvement, Family Strengths, and Academic Stress of Adolescents. *Korean Home Economics Education Association*, *31*(1), 59–75. https://doi.org/10.19031/jkheea.2019.03.31.1.59

Mawakhira Yusuf, N., & Ma'wa Yusuf, J. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche 165 Journal*, *13*(02), 235–239. https://jpsy165.org/ojs/index.php/jpsy165/article/view/84

Mocho, H., Martins, C., Marcelo, B., Ferreira Cunha, F., & Nunes, C. (2024). Parental involvement in school and quality of life: a longitudinal study with Portuguese parents during the COVID-19 pandemic period. *Journal Childern*, *11*(2), 163–177. https://doi.org/10.1080/20590776.2024.2363191

Moustaka, E., Bacopoulou, F., Manousou, K., Kanaka-Gantenbein, C., Chrousos, G. P., & Darviri, C. (2023). Educational stress among greek adolescents: associations between individual, study and school-related factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(6), 1–11. https://doi.org/10.3390/ijerph20064692

Muhid, A., & Ferdiyanto, F. (2020). Stres akademik pada siswa: menguji peranan iklim kelas dan school well-being. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *9*(1), 140–156. https://doi.org/10.30996/persona.v9i1.3523

Naseema, C., & Gafoor, K. A. (2001). *Parental Involvement Rating Scale (PIRS)*.

Neuman, W, L. (2014). *Social Research Metods Qualitative and Quantitative Approaches* (Seventh).

Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, *25*(1), 104–112. https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823

Pérez-Jorge, D., Boutaba-Alehyan, M., González-Contreras, A. I., & Pérez-Pérez, I. (2025). Examining the effects of academic stress on student well-being in higher education. *Humanities and Social Sciences Communications*, *12*(1), 1–13. https://doi.org/10.1057/s41599-025-04698-y

(Buku)

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Kelimabela). PT RINEKA CIPTA.

Creswell, J. W. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (Third). SAGE Publications, Inc.

Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif. In H. Abadi (Ed.), *Revista Brasileira de Linguística Aplicada* (1st ed., Vol. 5, Issue 1). CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.

Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (A. Suslia (ed.)). Salemba Medika.

Nugraha, J. P., Irawan, B., Suryawan, R. F., Damanik, D., Wahyani, W., Rahmi, E., Utami, A. R., Febrian, W. D., Harto, B., Seto, A. A., Sulistiyo, H., Sani, I., Firdaus, A., & Suartini, S. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN UNTUK BISNIS* (R. Ristiyana (ed.); Pertama). PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.