

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penelitian ini menjelaskan tentang fenomena kesehatan mental remaja yang merujuk pada pengaruh yang diberikan dari kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap kemampuan remaja dalam menghadapi *stress* di bidang akademik. Usia remaja merupakan usia yang memasuki masa dimana segala macam bentuk *stress*, frustrasi, penderitaan dan konflik menjadi satu dan bercampur aduk, berangkat dari kondisi demikian peneliti hendak meneliti lebih lanjut bagaimana pengaruh yang diberikan dari adanya kualitas komunikasi keluarga terhadap cara anak remaja mengatasi *stress* di bidang akademik yang terjadi dalam diri mereka, remaja yang terganggu jiwanya akan memunculkan dampak yang signifikan dalam proses perkembangannya seperti ketika melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang berkurang, konsentrasi dan kefokusannya berpikir menjadi berkurang serta prestasi juga dapat berkurang karena hal tersebut, maka dari itu sangat penting sekali untuk menjaga kestabilan kondisi kesehatan mental yang dialami oleh anak remaja.

Kesehatan mental itu sendiri memiliki pengertian yaitu kondisi dimana seorang individu mampu menyadari kemampuan apa yang dimiliki oleh dirinya, dapat mengatasi *stress* yang terjadi dalam hidup mereka dengan baik serta dapat bekerja secara produktif dan memberikan kontribusi kepada komunitas sosial mereka. Kesehatan mental seseorang telah diatur dalam peraturan perundangan yang berlaku di Indonesia yaitu pada UU Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa, dimana negara menjamin setiap orang hidup sejahtera lahir dan batin serta memperoleh pelayanan kesehatan yang merupakan amanat Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yang mana pada pasal 3 tertulis bahwa upaya kesehatan jiwa bertujuan untuk menjamin setiap orang dapat mencapai kualitas hidup yang baik, menikmati kehidupan kejiwaan yang sehat, bebas dari ketakutan, tekanan dan gangguan lain yang dapat mengganggu kesehatan jiwa. Dengan adanya peraturan perundangan resmi yang diberlakukan di Indonesia maka kesehatan

mental seseorang bukanlah hal yang biasa namun merupakan hal yang serius yang perlu diberikan tanggapan secara nyata.

Stress sendiri dapat didefinisikan secara umum merujuk kepada *negative feeling* seperti *anxiety*, kemarahan dan kesedihan, termasuk juga perasaan malu, bersalah dan bosan juga termasuk kedalam reaksi dari adanya *stress*. *Stress* juga dapat diartikan sebagai gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan perubahan dan tuntutan kehidupan (Vincent Cornelli, 2017) atau secara garis besar *stress* dapat didefinisikan sebagai sebuah kondisi ketidakmampuan diri mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia yang pada akhirnya dapat berakibat fatal pada keberlangsungan hidup, kondisi *stress* yang terus menerus tidak diberikan penanganan dapat berubah menjadi kondisi *stress* akut dan *stress* kronis. Gejala *stress* sendiri dibedakan menjadi tiga yaitu ringan, sedang dan berat gejala ringan biasanya akan muncul ketika kemacetan lalu lintas tiba, adanya kritikan dari atasan dan kurang tidur gejala *stress* ringan berlangsung dalam beberapa menit hingga jam saja, sedangkan gejala *stress* sedang adalah kelanjutan dari munculnya gejala *stress* ringan yang tidak kunjung mendapat penyelesaian sehingga kondisi "tidak enak" tersebut akan berlangsung jauh lebih lama hingga dapat berakibat pada kondisi fisik seperti sakit perut, otot menjadi tegang, pusing dan mual-mual dan yang terakhir gejala *stress* berat yang ditandai dengan adanya situasi "tidak enak" yang dialami oleh seseorang dalam jangka waktu yang sangat lama dan tidak kunjung selesai seperti kesulitan dalam bidang ekonomi, perselisihan dengan anggota keluarga, pasangan, teman dan rekan kerja, kegagalan dalam mencapai sesuatu (jabatan, kesempurnaan akademik, dan kekayaan dalam jumlah tertentu). Menurut (Rubiyanti, 2008) setiap individu cenderung akan selalu mencari dukungan terhadap dirinya terkait sesuatu hal yang sedang dialaminya, termasuk pada kondisi menekan seperti *stress*. Penelitian ini merujuk kepada bagaimana cara seorang remaja yang telah menerima pengaruh dari kualitas komunikasi keluarga terhadap cara dan kemampuan nya dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik yang dialami.

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia dan Universitas Padjajaran (*Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18(8), 4046) dengan jumlah responden sebanyak 393, pada remaja yang berusia 19-24 tahun ditemukan sebuah hasil dimana

pada kisaran usia tersebut remaja mengalami krisis kesehatan mental yang dapat memberikan pengaruh kepada kehidupan sosial mereka, selain itu jawaban dari responden juga menunjukkan bahwa sebanyak 95,4% pernah mengalami gejala kecemasan (*anxiety*) dan sebanyak 88% pernah mengalami gejala depresi, dan yang paling utama hampir dari keseluruhan responden yaitu sebanyak 96,4% menyatakan kurang memahami cara mengatasi stress yang mereka alami.

Usia remaja merupakan usia transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal, remaja selalu identik dengan kondisi emosional yang tidak stabil dan kecenderungan melakukan pemberontakan pada sesuatu hal yang tidak disukai dengan cara yang cenderung negatif. Berangkat dari kondisi emosional yang cenderung kurang stabil, hampir seluruh remaja yang berada di Indonesia mengalami *stress* , sebanyak 6,2% dari seluruh jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 1 juta orang yang berada di Indonesia mengalami kecenderungan gangguan mental emosional pada usia yang berkisar antara lima belas hingga dua puluh empat (15-24) tahun data ini di ungkap oleh Riset Kesehatan Dasar tahun 2018.

Hal yang menjadi penyebab *stress* yang paling utama yang terjadi pada remaja di Indonesia adalah karena masalah akademik, sebuah penelitian yang dilakukan oleh dr Nova Riyanti Yusuf, SpKJ (*health.detik.com*) pada kurang lebih 941 siswa di Jakarta memaparkan bahwa anak usia remaja mengalami *stress* dikarenakan takut tidak naik kelas, selain itu melansir berita yang dimuat pada (*republika.co.id*) memaparkan bahwa “*Inflasi akademik*” sedang berada pada puncaknya sehingga menyebabkan remaja mengalami *stress*, selain itu alasan lainnya adalah karena terdapat ketidaksesuaian antara perubahan global (era disrupsi) dengan model akademik. Pada kasus lain penelitian yang dilakukan oleh psikolog Hellen Damayanti (*republika.co.id*) menyatakan bahwa hampir 44% remaja mengalami *stress* dikarenakan takut menghadapi ujian pada bidang akademik. Selain itu beberapa kasus bunuh diri ditemukan di Indonesia pada akhir tahun 2021 hal tersebut diungkap oleh beberapa media yang melakukan pemberitaan di Indonesia yang disebabkan oleh PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) yang diterapkan selama pandemi Covid-19 berlangsung hal tersebut ditemukan melalui mesin pencarian *Google.com*.



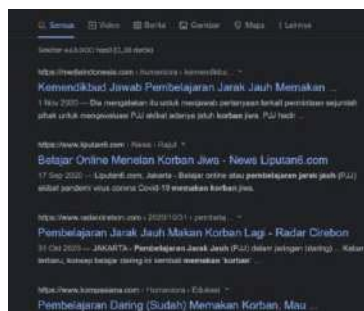
Gambar 1.1 Pemberitaan Remaja *stress* di bidang akademik

Sumber: Republika.co.id



Gambar 1.2 Pemberitaan mengenai Inflasi akademik

Sumber: *Republika.co.id*



Gambar 1.3 Pemberitaan mengenai PJJ

Sumber: *Google.com*



Gambar 1.4 Pemberitaan mengenai PJJ

Sumber: Google.com



Gambar 1.5 Pemberitaan mengenai *stress* akibat tuntutan akademik

Sumber: CNNIndonesia.com

Data yang dimuat oleh *Quipper Campus.com* pada tahun 2020 menyatakan bahwa kurang lebih 9.666 siswa yang mengikuti tes “Faktor Penyebab Stress Akademik” tercatat sebanyak hampir 36.9% siswa yang mengalami stress, sedangkan pada level berat mencapai angka 10.6% dan kategori sangat berat mencapai pada angka 0.8% yang mana penyebab dari siswa-siswi tersebut mengalami stress dalam bidang akademik yaitu karena beratnya beban sekolah sebanyak 42.2%, perasaan khawatir terhadap masa depan sebanyak 38.9%, faktor tekanan yang berasal dari keluarga sebanyak 9.7% dan interaksi dengan teman sebaya sebanyak 7.9%. Kondisi *stress* yang dialami remaja diperburuk dengan tidak adanya dukungan dari lingkungan sekitar baik itu keluarga sebagai kelompok sosial terdekat, maupun teman sebaya atau seusiaanya yang juga tidak dapat memberikan dukungan terhadap kondisi yang sedang dialami (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Dengan demikian maka hasil dari banyak penelitian-penelitian tersebut menyatakan bahwa penyebab remaja mengalami stress

yang paling utama dikarenakan oleh masalah akademik, terlebih sistem akademik yang berubah dimasa pandemi Covid-19.

Stress akademik dapat terjadi pada remaja dikarenakan adanya keinginan mencapai kondisi kesempurnaan pada bidang akademik yang tinggi, kegagalan dalam mencapai kesempurnaan tersebut dapat memberikan dampak pada kondisi mental remaja. Kesempurnaan akademik menjadi sebuah tuntutan wajib pada masa kini, yang mana kurikulum akademik yang kian meningkat. Kesempurnaan tersebut berupa ekspektasi atau gambaran yang tinggi terhadap pencapaian pada prestasi akademik didalamnya timbul rasa takut bagaimana jika tidak dapat mencapai ekspektasi tersebut, yang kedua yaitu adanya beban akademik yang tinggi yang berasal dari institusi maupun sekolah dan yang terakhir yaitu kurangnya kelompok pertemanan yang menyebabkan remaja memendam semua hal “tidak enak” tersebut sendirian.

Dalam sebuah keluarga orang tua memiliki peranan penting bagi anak, sejak kecil hingga dewasa anak tidak dapat terlepas dari hubungan dengan orang tua mereka, terlebih dalam hal hal yang sensitif dan emosional yang dialami oleh anak orang tua perlu mengetahui dan mengambil tindakan akan hal tersebut. Interaksi yang terjadi sedari kecil antara orang tua dengan anak akan membentuk sebuah hubungan interpersonal antara keduanya, hal tersebut akan membangun kedekatan dan intensitas yang lebih antara orang tua dengan anak sehingga dengan demikian dalam proses tumbuh kembang anak orang tua dapat lebih mengenal dan mengerti apa yang menjadi keinginan mereka. Seorang anak yang sedari kecil sudah memiliki hubungan interpersonal yang intens dan dekat dengan orang tua mereka diyakini ketika memasuki usia remaja mereka lebih mudah mereduksi *stress* yang dialami hal tersebut diungkap oleh Psikolog Vera Itabilian Hadwidjojo pada sebuah artikel yang dimuat pada 2 Mei 2019 (*Cantika.com*) menyebutkan bahwa kerekatan (*bonding*) yang terbangun antara orang tua dengan anak jika dilakukan sejak anak berusia balita akan mempengaruhi tumbuh kembang anak hingga usia dewasa dalam aspek fisik dan psikologisnya. Hubungan yang terjalin antara orang tua dengan anak dapat berupa komunikasi yang terjalin, perhatian yang diberikan dan lain-lain. Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian dan mengkaji lebih lanjut terkait bagaimana hubungan antara orang tua dan anak pada aspek komunikasi yang terjalin didalamnya sehingga akan diukur suatu kualitas komunikasi yang terjalin dalam sebuah keluarga antara

orang tua dengan anak usia remaja terhadap bagaimana cara anak usia remaja itu menghadapi *stress* dalam bidang akademik yang dialami.

Kualitas komunikasi sendiri menurut DeVito (2011: 285-291) dapat diukur melalui lima aspek dengan menggunakan pendekatan humanistik yaitu keterbukaan, empati dan sikap pendukung yang termasuk kedalam bentuk dukungan emosional dan informasional, serta sikap positif dan kesetaraan yang masuk kedalam dukungan dalam bentuk pemberian penghargaan. Semakin sering komunikasi interpersonal itu dilakukan oleh orang tua dengan anak tidak menjamin bahwa kualitas komunikasi tersebut baik, maka dari itu poin utama dan penting dalam hal ini adalah bagaimana komunikasi tersebut dilakukan sehingga melalui hal tersebut kualitas komunikasi keluarga dapat diukur yang dalam penelitian ini dikaitkan pada kondisi remaja, yang dijadikan sebagai tolak ukur dalam melihat pengaruh sebuah kualitas komunikasi dalam keluarga antara orang tua dengan anak remaja terhadap cara mereka menghadapi *stress* pada bidang akademik. Pada penelitian ini peneliti mengukur suatu kualitas komunikasi keluarga yang hanya melihat pada empat aspek saja yaitu keterbukaan, empati, sikap pendukung dan kesetaraan. Hal tersebut dikarenakan adanya kemiripan dalam menafsirkan pengertian dari sikap pendukung dan sikap positif sehingga peneliti memutuskan untuk membahasnya dalam satu kajian saja yaitu pada bagian sikap pendukung saja yang mana ketika dukungan tersebut berlangsung antara orang tua dan anak diperlukan juga sikap positif dalam melaksanakannya jika tidak ada sikap positif maka suatu dukungan tidak dapat terealisasi dengan baik sehingga keduanya memiliki keselarasan satu dengan yang lainnya.

Keterbukaan diri remaja terhadap orang tuanya bergantung pada seberapa dalam penetrasi sosial yang telah dilakukan oleh mereka pada anak usia remaja. Seseorang dapat menjadi terbuka untuk membagikan banyak informasi pribadi kepada orang lain, jika seseorang tersebut telah nyaman dan merasa aman dengan mereka, maka keterbukaan dapat terjadi dalam hal ini. Maka dari itu seorang anak remaja akan terbuka kepada orang tuanya jika mereka mendapat rasa nyaman dan merasa aman sehingga pada akhirnya anak remaja tersebut dapat sampai pada tahap terakhir keterbukaan yang seutuhnya dengan orang tua mereka. Keterbukaan seseorang dapat diukur dan dilihat melalui gambaran sebuah bawang dalam teori penetrasi sosial,

dimana pada tahap awal seseorang harus melalui empat aspek yang berada pada bagian luar yaitu klise, fakta, opini dan perasaan. Keterbukaan paling dalam akan dicapai seseorang ketika, seseorang tersebut dapat berbagi perasaan yang mereka alami dalam penelitian ini merujuk kepada keterbukaan pada bagian perasaann antara orang tua dan anak. Ukuran yang digunakan dalam melihat keterbukaan antara orang tua dan anak hanya dilihat pada tahap terdalam yaitu perasaan karena menurut psikolog Vera Itabilian Hadwidjojo bonding antara orang tua dan anak sudah terjalin sejak anak usia balita sehingga proses keterbukaan yang diukur hanya pada bagian terdalam yaitu keterbukaan perasaan.

Kehidupan manusia seolah tidak dapat dipisahkan dari praktik empati dalam kehidupan sehari-hari, ketika manusia hidup tanpa rasa empati maka manusia tersebut tidak dapat memahami perasaan dan pemikiran orang lain. Dalam hidup berkeluarga antar anggota keluarga pun perlu memiliki rasa empati satu dengan yang lain yang dalam penelitian ini merujuk langsung kepada orang tua dan anak remaja, hubungan mereka akan sampai ditahap hubungan yang berkualitas ketika aspek-aspek dalam tolak ukur dari kualitas komunikasi keluarga terpenuhi satu per-satu termasuk aspek empati yang mana antara orang tua dan anak remaja harus dapat memahami perasaan yang dimiliki satu sama lain, sehingga aspek empati dapat terpenuhi. Pemahaman dapat berupa adanya pemikiran seolah orang tua menempatkan diri mereka pada posisi yang sedang dialami oleh anak seperti ketika anak sedang mengalami hal senang, hal sedih dan kondisi *stress* yang dialami.

Keluarga merupakan kelompok sosial pertama yang dikenal oleh manusia dalam kehidupan sosial, pengetahuan pertama dalam kehidupan yang diterima oleh manusia berasal dari keluarga, maka dari itu setiap keluarga memiliki hubungan yang erat antara anggota didalamnya baik itu dengan orang tua, kerabat, dan saudara kandung. Bentuk hubungan erat itu dapat berupa sebuah sikap dukungan yang diberikan pada masing masing anggota keluarga ketika berada pada kondisi terpuruk atau tertekan. Selain diperlukan sebuah sikap pendukung, diperlukan juga sebuah sikap positif dari keluarga terhadap anggota keluarganya seperti ketika orang tua memberikan dukungan kepada anaknya untuk terus semangat dalam belajar namun dukungan tersebut bersifat negatif seperti menyelipkan kata pembandingan antara diri anak dengan orang lain yang mana seharusnya sebuah dukungan akan selaras dan

berjalan dengan baik ketika ada sikap positif didalamnya, ketika dukungan yang muncul bersifat negatif maka anak akan cenderung merasa terpuruk dan tertekan yang akan mengakibatkan kondisi diri mereka berada pada tingkat *stress* yang lebih tinggi dan yang terakhir dalam sebuah komunikasi keluarga diperlukan juga adanya kesetaraan di dalamnya yang mana kesetaraan itu sendiri memiliki pengertian pengakuan antara kedua belah pihak bahwa mereka saling menghargai yang mana dimaksudkan ketika anak remaja tersebut bercerita kepada orang tua mereka, orang tua dapat bersikap memberikan penghargaan yang baik tidak menyepelekan atau menganggap remeh apa yang dialami oleh anak remaja mereka.

Kesehatan mental pada saat ini seolah menjadi *trending* topik utama selama tiga tahun belakangan, topik ini menjadi semakin sering dibahas semenjak pandemi Covid-19 terjadi di dunia, salah satu bentuk gangguan dalam kesehatan mental yang terjadi ialah kondisi *stress* yang dialami baik itu dalam bidang sosial, finansial maupun akademik/akademik. Kondisi *stress* yang terjadi dalam tubuh seseorang dapat memberikan berbagai macam dampak negatif pada tubuh, maka dari itu kondisi *stress* perlu diatasi dengan beberapa tindakan yang disesuaikan dengan penyebab seseorang tersebut mengalami *stress* misalnya *stress* dalam bidang akademik dapat diatasi dengan melakukan perileksan diri dengan pergi bersama teman/ keluarga, bercerita kepada teman/ keluarga tentang hal sulit yang dialami, melakukan *me time* seperti menonton film sambil menyalakan aromatherapy yang dapat membantu tubuh berada pada kondisi yang rileks, tentunya hal-hal tersebut dapat dilakukan oleh seseorang ketika seseorang tersebut berada pada kondisi lingkungan yang bersifat positif dan mendukung seseorang tersebut melakukan hal-hal yang dapat mengatasi kondisi *stress* yang dialami. Dukungan yang dimaksud ialah dapat berupa dukungan dari keluarga atau teman, pada penelitian ini dukungan yang di fokuskan akan dilihat melalui dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada anak remaja terhadap cara anak remaja tersebut menghadapi *stress* yang dialami pada bidang akademik. Dukungan keluarga merupakan sub-bagian dari suatu kualitas komunikasi keluarga.

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah usia 10-24 tahun dan belum menikah. Pada penelitian ini usia anak remaja yang dipilih ialah anak remaja berusia lima belas hingga dua puluh dua (15-22) tahun yang berdasarkan pada alasan dan pertimbangan peneliti atas beberapa hal

yaitu karena rentang usia tersebut adalah rentang usia anak remaja yang sedang duduk di bangku sekolah hingga universitas yang mana sesuai dengan beberapa data dan berita yang telah dipaparkan sebelumnya. Pada situs (p2ptm.kemkes.go.id) mengungkapkan bahwa usia anak remaja adalah usia yang rentan sekali mengalami *stress* terutama karena masalah akademik/ akademik, masalah dengan teman dekat/ pacar, masalah hubungan dengan orang tua, masalah persaingan dengan saudara, dan masalah dengan teman.

Dari kelima poin tersebut dipaparkan bahwa tuntutan akademik menjadi penyebab nomor satu anak remaja mengalami *stress*, anak remaja yang terganggu jiwanya akan memunculkan dampak yang signifikan dalam proses perkembangannya seperti ketika melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang berkurang, konsentrasi dan kefokusannya berpikir menjadi berkurang serta prestasi juga dapat berkurang karena hal tersebut, maka dari itu sangat penting sekali untuk menjaga kestabilan kondisi jiwa yang dialami oleh anak remaja.

Komunikasi menurut Everett M Rogers dan Lawrence Kincaid dalam buku *Communication Network Toward A New Paradigm for Research* (1981) menyebutkan bahwa komunikasi adalah proses dimana dua orang atau lebih membentuk atau melakukan pertukaran informasi antara satu sama lain yang pada gilirannya terjadi saling pengertian yang mendalam, sedangkan kualitas secara umum memiliki pengertian adalah tingkat baik atau buruknya suatu hal yang dapat merujuk kepada mutu sesuatu, dengan demikian pengertian kualitas komunikasi keluarga dapat diartikan sebagai tingkatan yang mengukur bagaimana komunikasi yang terjadi dalam keluarga tersebut mencapai taraf yang baik atau buruk dengan merujuk kepada proses pengertian yang terjadi dalam sebuah komunikasi itu sendiri serta pengaruh yang diberikan dari adanya kegiatan komunikasi itu.

Sebuah pertemuan keluarga yang berlangsung akan memberikan pengaruh terhadap kualitas komunikasi antara anak dengan orang tua yang dapat diukur dan dilihat dalam kehidupan sehari-hari, jika kedua belah pihak memiliki hubungan timbal balik yang baik seperti dapat memahami satu dengan yang lain, saling menyayangi, saling memberikan perhatian maka kualitas dari hubungan orang tua dan anak tersebut dapat dikatakan baik jika sebaliknya, maka kualitas hubungan mereka dianggap kurang (Hopson dan Hopson, 2002). Dalam proses penelitiannya,

peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh yang diberikan dari kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak pada cara anak remaja menghadapi *stress* pada bidang akademik. Dalam penelitian ini peneliti juga menggunakan pendekatan korelasional dan pendekatan kuantitatif sebagai penunjang kajian ilmu, peneliti menggunakan keluarga sebagai media utama dalam studi kasus terkait fenomena yang hendak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan data yang dimuat oleh (*Kemkes.go.id*) dalam Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas*) tahun 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk yang berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk yang berusia lebih dari 15 tahun juga mengalami depresi, dengan demikian dapat diartikan bahwa masalah kesehatan mental di Indonesia menjadi masalah serius yang perlu diberikan respon, saat ini Indonesia memiliki potensi sekitar 20% masyarakatnya mengalami gangguan jiwa hal tersebut bermula dari *stress* ringan yang tidak kunjung diberikan penanganan dan berlanjut hingga *stress* berat. Hal ini juga diperburuk dengan kurangnya kesadaran serta dukungan dari masyarakat Indonesia terhadap pentingnya kesehatan mental.

Manusia memiliki motivasi untuk bertindak sesuai dengan apa yang mereka terima dari orang lain dalam hal ini merujuk kepada pemaknaan terhadap benda dan kejadian, sehingga dengan demikian menurut pengertian tadi maka dapat diartikan bahwa sebuah keluarga yang menjalin sebuah komunikasi berarti melakukan hubungan timbal balik dan juga saling memberikan pengaruh satu dengan yang lainnya serta juga terjalin proses pemberian makna pada setiap hal yang diucapkan maupun dilakukan sehingga hal tersebut dapat memberikan pengaruh tersendiri terhadap berbagai hal.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori komunikasi keluarga pada sub-kategori pembahasan yang akan fokus pada bagian kualitas komunikasi keluarga yang akan digunakan sebagai dasar teori. Penelitian ini merujuk kepada bagaimana cara seorang anak remaja mengatasi *stress* pada bidang akademik yang dialami setelah menerima pengaruh dari kualitas komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak. Hal itu diukur dengan melihat bagaimana pengaruh dari kualitas komunikasi keluarga

antara orang tua dengan anak remaja tersebut terhadap cara seorang anak remaja dalam menghadapi *stress* pada bidang akademik.

Berdasarkan hal diatas maka penelitian ini merupakan urgensi yang perlu untuk segera diteliti agar dapat diketahui bagaimana pengaruh dari adanya kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap cara remaja mengatasi *stress* dalam bidang akademik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan atas latar belakang fenomena yang akan dikaji yaitu pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dengan anak terhadap cara anak remaja dalam menghadapi *stress* pada bidang akademik maka rumusan masalah nya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak remaja terhadap cara menghadapi *stress* akademik yang dialami?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah berikut, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap cara remaja menghadapi *stress* akademik.
2. Untuk mendeskripsikan pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap cara remaja dalam menghadapi *stress* akademik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, referensi, dan pengetahuan pembaca mengenai pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap kemampuan anak usia remaja dalam mengatasi *stress* bidang akademik. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memunculkan ide, gagasan

dan pertanyaan mengenai tema dan fenomena ini kepada peneliti selanjutnya yang akan melakukan atau melanjutkan riset penelitian dibidang yang sama.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, referensi dan pengetahuan dalam melakukan riset serta kajian yang mendalam untuk mengetahui bagaimana pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap kemampuan anak usia remaja tersebut dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik yang dialami.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan kontribusi bagi para peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema dan fenomena serupa serta dapat juga digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan teori atau pengetahuan yang sudah ada.

1.5 Landasan Teori

1.5.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian pertama adalah penelitian milik Linda Juwita Paususeke, Hendro Bidjuni dan Jill J S Lolong yang melakukan penelitian mengenai “*Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado*” yang berasal dari *ejournal Keperawatan (e-Kp)* Universtas Sam Ratulangi Manado Vol 3 No.2 pada Mei tahun 2015. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui apakah sebuah dukungan keluarga memberikan pengaruh terhadap *stress* yang dialami oleh mahasiswa ketika melakukan penyusunan skripsi. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *Retrospective Study* yang memiliki 83 responden dengan menggunakan kuesioner yang disebar. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa sebagian besar mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan

UNSRAT mengalami stress dikarenakan kurangnya dukungan yang diberikan oleh keluarga pada proses penulisan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa/i tersebut.

Penelitian yang kedua adalah penelitian milik Shiva Nur Azizah, Elly Purnamasari, dan Dini Dwi Suryani yang meneliti tentang “ *Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Siswa SMK Kesehatan X*” yang dimuat pada Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang Vol 6 No.1 pada tahun 2021. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui apakah hubungan dukungan keluarga dengan tingkat *stress* pada siswa SMK Kesehatan X, jenis penelitian yang dilakukan ialah penelitian kuantitatif dengan studi penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross-sectional* , sampel dalam penelitian ini diambil secara random dengan jumlah sampel sebanyak 106 orang. Penelitian yang telah dilakukan ini menemukan sebuah hasil yaitu dengan adanya dukungan keluarga yang diterima oleh anak, *stress* yang sedang dialami oleh siswa SMK Kesehatan X dapat berkurang sehingga siswa SMK Kesehatan X dapat menyelesaikan tuntutan akademik dengan lebih baik.

Penelitian ketiga adalah penelitian milik Funsu Andirarna dan Esti Kusumawati yang melakukan penelitian mengenai “*Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stress Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19*” pada Jurnal Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Vol 16 No 2 pada Desember tahun 2020. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik mahasiswa selama pandemic Covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian jenis *observasional analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan terhadap seluruh mahasiswa S-1 di Pulau Jawa dengan jumlah 285 responden. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa pembelajaran dengan sistem daring memberikan pengaruh terhadap terjadinya stress akademik pada mahasiswa dimana hal tersebut terjadi dikarenakan adanya perubahan proses pembelajaran dari tatap muka menuju proses pembelajaran secara daring yang mana hal tersebut membutuhkan sebuah waktu untuk beradaptasi.

Penelitian keempat adalah penelitian milik Reka Adesty Rahayu, Sulisworo Kusdiyati dan Ihsana Sabriani Borualogo yang melakukan penelitian mengenai “*Pengaruh Stress Akademik terhadap Resiliensi Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19*” yang dimuat pada Prosiding Psikologi Universitas Islam Bandung pada tahun 2021. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran

pengaruh stress akademik terhadap resiliensi remaja di masa pandemic Covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausalitas yang dilakukan terhadap seluruh anak remaja di wilayah Indonesia yang berusia 12-18 tahun sebanyak 2930 remaja. Hasil dari penelitian ini mengungkap bahwa jenis kelamin memberikan kontribusi yang signifikan terhadap bagaimana para remaja tersebut menghadapi *stress* dan juga stress akademik memberikan pengaruh signifikan yang negative terhadap resiliensi remaja di masa pandemi Covid-19.

Penelitian kelima adalah penelitian milik Taufik, Ifidl dan Zadrian Ardi yang melakukan penelitian mengenai “*Kondisi Stress Akademik Siswa SMA Negeri Di Kota Padang*” pada Jurnal Konseling dan Pendidikan Ikatan Konselor Indonesia (IKI) Vol 1 No2 pada tahun 2013. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengungkap bagaimana tingkat stress akademik siswa SMA Negeri Kota Padang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif yang menggunakan populasi siswa SMA Negeri di Kota Padang yang ada di Kota Padang. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa stress akademik yang dialami oleh siswa SMA Negeri di Kota Padang berada pada tingkat sedang dan tinggi

Tabel 1.1 Penelitian terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Analisis
1.	Linda Juita Paususeke, Hendro Bidjuni dan Jill J S Lolong , 2015. (<i>ejournal Keperawatan (e-Kp) Universtas Sam Ratulangi Manado Vol 3 No.2 pada Mei tahun 2015</i>)	<i>Hubungan Dukungan keluarga dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Manado</i>	Mahasiswa/ mahasiswi Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Manado mengalami <i>stress</i> ketika proses penyusunan skripsi berlangsung karena kurangnya dukungan yang diberikan oleh pihak keluarga
2.	Shieva Nur Azizah, Elly Purnamasari, Dini Dwi Suryani , 2021. (<i>Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang Vol 6 No.1 pada tahun 2021</i>)	<i>Dukungan Keluarga dengan tingkat stress pada siswa SMK Kesehatan X</i>	Dukungan keluarga yang diterima oleh siswa SMK Kesehatan X memberikan pengaruh kepada

			tingkat <i>stress</i> yang dialami sehingga siswa SMK Kesehatan X dapat menyelesaikan tuntutan akademik dengan lebih baik
3.	Funsu Andirarna dan Esti Kusumawati, 2020. (<i>Jurnal Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Vol 16 No 2 pada Desember tahun 2020</i>)	<i>Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stress Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19</i>	Pembelajaran dengan sistem daring memberikan pengaruh terhadap terjadinya stress akademik pada mahasiswa dimana hal tersebut terjadi dikarenakan adanya perubahan proses pembelajaran tatap muka menuju daring.
4	Reka Adesty Rahayu, Sulisworo Kusdiyanti dan Ihsana Sabriani Borualogo. (<i>Prosiding Psikologi Universitas Islam Bandung pada tahun 2021</i>)	<i>Pengaruh Stress Akademik terhadap Resiliensi pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19</i>	Jenis kelamin memberikan kontribusi yang signifikan terhadap bagaimana para remaja tersebut menghadapi stress dan juga stress akademik memberikan pengaruh yang negative terhadap resiliensi remaja di masa pandemi Covid-19.
5	Taufik, Ifidl, dan Zadrian Ardi. (<i>Jurnal Konseling dan Pendidikan Ikatan Konselor Indonesia (IKI) Vol 1 No2 pada tahun 2013</i>)	<i>Kondisi Stress Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang</i>	Stress akademik yang dialami oleh siswa SMA Negeri di Kota Padang berada pada tingkat sedang dan tinggi.

Sumber: Hasil Olahan Peneliti

Penelitian- penelitian diatas memberikan kontribusi kepada peneliti dalam penelitian yang akan dilakukan, kontribusi yang diberikan ialah membantu peneliti untuk lebih mengetahui bagaimana pengaruh yang diberikan dari keluarga sebagai objek yang utama kepada kemampuan anak remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik, yang kerap kali terjadi di rentang usia tersebut. Pengaruh yang dilihat oleh peneliti ialah pengaruh dari adanya dukungan keluarga yang secara nyata memberikan pengaruh secara signifikan terhadap tingkatan *stress* pada bidang akademik yang dialami oleh remaja, dan juga pada lima penelitian terdahulu yang telah dilakukan menunjukan sebuah hasil bahwa usia remaja ialah usia yang sangat rentan mengalami *stress* terutama pada bidang akademik. Penelitian- penelitian diatas juga memberikan sebuah hasil pengetahuan secara luas bahwa sebuah dukungan keluarga dibutuhkan oleh remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini adalah terletak pada poin pembahasan yang lebih spesifik menuju kepada kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan remaja dan bukan hanya sekedar pembahasan mengenai dukungan keluarga tetapi kualitas komunikasi keluarga yang termasuk kedalam bagian dari dukungan keluarga yang telah dibahas pada penelitian sebelumnya.

Penelitian ini mengacu kepada penelitian milik Shiva Nur Azizah, Elly Purnamasari, dan Dini Dwi Suryani yang meneliti tentang “ *Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Siswa SMK Kesehatan X*” yang memfokuskan pembahasan kepada dukungan yang diberikan oleh keluarga yang memberikan pengaruh pada tingkat *stress* yang dihadapi oleh siswa SMK Kesehatan X, maka dari itu dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui bagaimana suatu kualitas komunikasi keluarga yang terjalin antara orang tua dengan anak remaja yang memberikan pengaruh terhadap bagaimana kemampuan seorang anak remaja menghadapi *stress* pada bidang akademik yang dialami.

1.5.2 Komunikasi Keluarga dan Kualitas Komunikasi antara Orang Tua dan Anak.

Komunikasi keluarga adalah kajian ilmu yang mempelajari bagaimana proses penyampaian dan pemaknaan pesan yang terjadi antara anggota keluarga yaitu

antara ayah,ibu, anak dan saudara yang mana kegiatan tersebut memiliki tujuan untuk mencapai suatu bentuk sikap yang diharapkan dan disepakati bersama oleh keluarga tersebut. Pada pemahaman lebih lanjut komunikasi dalam keluarga terbagi menjadi beberapa bagian komunikasi yang disesuaikan dengan hubungan yang ada pada anggota keluarga itu sendiri seperti komunikasi antara suami- istri, komunikasi orang tua dan anak, komunikasi ayah dan anak, komunikasi ibu dan anak serta komunikasi antara anak dengan anak yang lain atau dengan saudara kandung sendiri. Dalam penelitian ini komunikasi keluarga yang diteliti lebih lanjut ialah komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak yang memiliki pengertian dimana orang tua dan anak memiliki satu ikatan yang sama dalam sebuah keluarga dimana orang tua bertanggung jawab penuh dalam mendidik anak, begitu pula sebaliknya, hubungan antara orang tua dan anak juga didasarkan pada suatu keterbukaan dan kenyamanan yang ada dimana nantinya orang tua dan anak dapat bertukar pikiran, perasaan dan informasi dengan baik sehingga dengan demikian hubungan yang terjalin antara keduanya menjadi menyenangkan dan memberikan pengaruh yang baik pada diri anak pengaruh tersebut dapat berupa pengaruh secara fisik dan psikis.

Pada penelitian ini fokus dalam penggunaan teori komunikasi keluarga difokuskan pada sub-hubungan komunikasi antara orang tua dengan anak yang mana dalam penelitian ini menggunakan teori kualitas komunikasi keluarga. Kualitas komunikasi menurut (Laswell & Laswell,1987) merupakan suatu derajat baik atau buruknya interaksi sosial, kontak sosial antara kedua belah pihak yang melakukan komunikasi baik itu dari pihak pengirim maupun penerima dan kemampuan dalam memelihara informasi yang telah dipertukarkan, lebih lanjutnya kualitas komunikasi itu sendiri akan menggambarkan bagaimana interaksi sosial itu terbentuk, jika interaksi sosial itu terbentuk dengan baik maka kualitas komunikasi yang terdapat didalamnya juga baik, jika interaksi sosial yang terbentuk itu buruk maka kualitas komunikasi nya juga buruk.

Selain itu tolak ukur dalam mengukur kualitas komunikasi keluarga menurut Devito (2006) adalah dengan mengukur keefektifan komunikasi antar pribadi yang dalam hal ini merujuk pada komunikasi yang terjalin antara orang tua dengan anak usia remaja yaitu :

- Keterbukaan

Openness atau keterbukaan merupakan suatu tindakan yang dijabarkan dengan dua aspek yaitu aspek mau terbuka ketika berinteraksi dan kemauan dalam memberikan respon secara jujur ketika komunikasi sedang berlangsung. Menurut (Wood,2010) keterbukaan diri berkaitan dengan berbagi informasi pribadi yang tidak diungkap kepada orang-orang tertentu namun tidak diketahui orang lain. Keterbukaan diri seorang menurut Adler dan Proctor (2011) juga dapat diukur melalui sejauh mana informasi pribadi yang diungkapkan yang mana hal ini merujuk kepada dasar dari teori keterbukaan sendiri yaitu teori penetrasi sosial yang ada didalamnya.

Keterbukaan digambarkan menjadi empat bagian yaitu ada klise, fakta, opini dan perasaan. Hal ini digambarkan bagaikan sebuah lingkaran yang memiliki empat bagian yang dapat diimajinasikan bagaikan sebuah bawang yang dimulai dari bagian terluar hingga bagian terdalam. Pada tahap awal klise biasa dikenal sebagai bagian tidak terlalu penting atau bagian yang paling umum karena belum mengungkapkan bagian sepenuhnya dari pengenalan diri akan orang tersebut dimana pada bagian ini topik komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak cenderung membicarakan hal-hal yang santai atau biasa dikenal dengan *basa basi*, kemudian pada bagian fakta seseorang yang mulai merasa nyaman akan terbuka pada hal-hal yang dianggap penting dan hal yang tidak diketahui oleh banyak orang dimana pada bagian selanjutnya yaitu opini seseorang yang memasuki tahap ini akan mulai berbagi dan bertukar pikiran tentang hal yang mereka pikirkan karena melalui cara berpikir inilah seseorang dapat dianggap terbuka dan pada bagian yang paling dalam dan terakhir yaitu perasaan seseorang dimana ketika seseorang sudah sampai pada tahap keterbukaan ini maka orang tersebut akan membagikan apa yang mereka rasakan dengan orang lain dengan jelas dan rinci.

Pada penelitian ini bagian keterbukaan yang akan digunakan oleh peneliti hanyalah bagian keterbukaan pada tahap akhir atau bagian keterbukaan perasaan, hal tersebut dikarenakan pertimbangan peneliti

terkait realita dimana komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak, sudah terjalin sejak anak usia balita dan alasan lain karena keluarga adalah kelompok sosial pertama yang dikenal oleh anak sehingga komunikasi yang terjalin antara orang tua dengan anak berbeda dengan komunikasi yang terjalin antar teman yang perlu melalui tahapan-tahapan awal dari keterbukaan. Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti hanya akan menggunakan dan mengukur keterbukaan perasaan antara orang tua dengan anak remaja, hal tersebut dapat dilihat apakah remaja membagikan perasaan yang mereka rasakan terkait hal yang mereka rasakan misalnya seperti kondisi *stress* yang menghampiri, persoalan asmara dengan lawan jenis, kehidupan sosial dengan teman sebaya.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa seorang anak remaja akan sampai pada tahap keterbukaan terhadap orang tua mereka jika mereka berbagi perasaan terkait apa yang dirasakan mereka kepada orang tua mereka dan juga seberapa nyaman kenyamanan yang diberikan orang tua mereka kepada masing-masing dari mereka.

- Empati

Empati merupakan sikap dimana kita dapat memposisikan diri merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Komunikasi yang terjalin antar pribadi dapat menjadi berkualitas ketika komunikator menunjukkan empati kepada komunikan. Empati merupakan awal dari pembangunan hubungan yang berkualitas, dimana ketika empati dapat berjalan maka komunikasi yang berlangsung antara komunikator dan komunikan dapat berkembang ke arah saling mengerti dan menerima. Pada bagian ini praktik empati dapat terjadi ketika seorang anak remaja telah berhasil melewati tahap keterbukaan yang paling dalam yaitu perasaan maka dari itu setelah melewatinya rasa empati akan tumbuh pada orang tua yang mana disini berperan sebagai lawan bicara dalam komunikasi keluarga antara orang tua dan anak.

Menurut tokoh Alfred Adler empati ialah penerimaan terhadap perasaan orang lain yang kemudian kita dapat menempatkan diri kita di posisi orang tersebut, selain itu menurut Byrne & Baron (2005) empati didefinisikan sebagai kemampuan dalam merasakan dan memahami kondisi emosional seseorang.

- Sikap pendukung

Dukungan merupakan sebuah sikap terbuka yang bertujuan membantu jalannya sebuah proses komunikasi menjadi berkualitas. Dalam proses komunikasi antar pribadi diperlukan sikap saling mendukung antara komunikator dan komunikan agar komunikasi antar pribadi yang terjalin menjadi berkualitas. Menurut Gottlieb (2002) dukungan keluarga merupakan sebuah pemberian informasi atau nasehat baik itu secara verbal dan non verbal, pemberian bantuan secara nyata, dan tindakan yang mereka berikan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima dukungan tersebut dan juga dalam sebuah keluarga dukungan secara emosional dan informasional juga dibutuhkan, dukungan secara emosional dapat berupa pemberian semangat dan kasih sayang secara penuh sedangkan dukungan informasional dapat berupa memberikan sebuah nasihat kepada anak dan memberikan sebuah solusi. Maka dari itu dalam sebuah dukungan keluarga sangat diperlukan adanya sebuah sikap positif yang mana sebuah dukungan memberikan manfaat secara emosional pada sisi penerima dukungan. Sikap positif merupakan sebuah sikap dimana suasana komunikasi terjalin baik antara komunikator dan komunikan sehingga interaksi yang terjadi dalam sebuah komunikasi menjadi berkualitas. Ramadhani (2008) mengungkapkan bahwa sikap positif dalam komunikasi keluarga dapat berupa komunikasi yang memberikan dukungan untuk masing-masing pribadi agar dapat berkembang secara optimal dimasa depan baik itu secara fisik maupun psikis atau dengan kata lain dapat diartikan bahwa komunikasi keluarga yang bersifat positif ialah komunikasi yang mengarahkan perkembangan ke arah yang

lebih baik pada masing-masing anggota keluarganya termasuk antara orang tua dengan remaja

- Kesetaraan

Menurut De Vito (1997) Kesetaraan sendiri dalam komunikasi dapat dicapai ketika komunikan atau komunikator memiliki pengetahuan, informasi dan pengalaman yang dimiliki karena dengan memiliki pengetahuan, informasi dan pengalaman yang sama, proses komunikasi akan berlangsung dengan baik dan berkualitas yang mana dapat hal itu dapat diwujudkan dalam percakapan yang memberikan penghargaan satu dengan yang lain, maka dari itu dapat diartikan bahwa penyeteraan atau kesetaraan dalam komunikasi memiliki pengertian yaitu pelaku komunikasi yang terlibat didalamnya memiliki sikap saling menghargai satu dengan yang lain yang mana dalam hal ini ialah komunikasi antara orang tua dan anak remaja dimana ketika anak remaja mengkomunikasikan sesuatu hal terkait dirinya, orang tua diharuskan memberikan penghargaan yang sama dimana tidak menganggap remeh pembicaraan yang di bicarakan oleh anak remaja begitu juga sebaliknya.

1.5.3 *Stress Akademik dan Cara Mengatasi Stress*

Stress itu sendiri dapat diartikan secara umum sebagai suatu kondisi tubuh yang mengalami tekanan terlalu berat sehingga memberikan dampak kepada tubuh baik itu secara fisik maupun psikis , yang mana orang *stress* biasanya digambarkan dengan fisik yang kurus, pucat, kulit kemerah-merahan, rambut rontok, dan lain sebagainya sedangkan secara psikis seorang yang sedang mengalami *stress* akan merasa kesulitan tidur, nafsu makan berkurang dan tingkat halusinasi yang cukup tinggi. Menurut Hans Selye (1876) dalam Riggio (2013) menjelaskan bahwa *stress* merupakan reaksi fisiologis terhadap peristiwa yang ada di lingkungan yang jika dihayati secara terus menerus dapat mengancam diri secara pribadi, tokoh Morse & Furst mendefinisikan *stress* adalah suatu keadaan mental atau emosional yang dapat merusak atau menghancurkan yang dalam hal ini kerusakan merujuk kepada kondisi fisik maupun psikis seorang.

Stress yang dialami remaja banyak menimbulkan dampak negatif seperti salah satunya yaitu bunuh diri, penyebab *stress* itu sendiri yang dialami banyak remaja ialah karena tuntutan yang tinggi dalam bidang akademik yang membuat remaja merasa tertekan dan akhirnya melakukan hal-hal negatif. Sesuai dengan data yang dimuat oleh *World Population Review* disebutkan bahwa remaja yang berada di Amerika dan Korea Selatan sebagian besar pernah mengalami *stress* pada bidang akademik dengan tingkat tinggi karena mendapat tuntutan tinggi dan secara menekan diri mereka secara terus menerus. Keluarga juga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya *stress* pada bidang tersebut karena memberikan tuntutan yang tinggi pada bidang akademik.

Stress akademik ialah *stress* yang disebabkan oleh adanya sebuah tekanan yang mengarah pada suatu kesempurnaan dalam bidang akademik, kesempurnaan itu dapat berupa mendapat nilai tinggi dalam mata kuliah/ pelajaran, keaktifan yang tinggi dalam kegiatan belajar mengajar dan kecepatan penangkapan setiap materi yang diajarkan ketika seorang remaja tidak mampu mencapai salah satu dari kesempurnaan akademik tersebut maka remaja tersebut akan merasa tertekan dan terpuruk yang kemudian dengan kata lain remaja itu mengalami *stress* dalam bidang akademik karena merasa tidak mampu mencapai kesempurnaan tersebut. Dalam Jurnal Konseling dan Pendidikan (*jurnal.konselingindonesia.com Vol 5 no 3, 2017*) disebutkan bahwa *stress* akademik merupakan sebuah tekanan yang terjadi didalam diri siswa yang disebabkan adanya persaingan ataupun tuntutan akademik yang tinggi.

Menghadapi *stress* diperlukan sebuah cara pengelolaan secara obyektif agar *stress* dapat diatasi dengan mudah. Pengelolaan *stress* itu sendiri diartikan sebagai sebuah spektrum teknik yang luas dalam psikoterapi yang ditujukan untuk mengendalikan tingkat stress seseorang, terutama kondisi *stress* kronis yang dapat mempengaruhi kegiatan sehari hari yang mengacu pada *stress* dengan konsekuensi yang negatif. Menurut Huxley (*Jurnal Kesehatan, Vol 6 No2 Agustus 2012*) terdapat enam cara dalam mengatasi *stress* melalui pengelolaan *stress* secara umum yaitu:

1. Peka terhadap kondisi tubuh yang memberikan sinyal bahwa kondisi *stress* telah menghampiri, sinyal tersebut dapat berupa kondisi fisik dan psikis yang mengalami kemunduran secara fungsional.
2. Menghindar sejenak dari apa yang menjadi pusat *stress*.
3. Memberikan perhatian yang lebih kepada tubuh atau *self-care. self-love*.
4. Melakukan pengelolaan waktu agar *stress* dapat dipecahkan.
5. Bertukar pikiran dengan lingkungan sekitar (kerabat, teman dekat dan keluarga) dan kelompok diluar lingkungan sekitar (psikater/psikolog/ pemuka agama tertentu) dengan tujuan memecahkan penyebab dari *stress* yang diatasi.
6. Mencari dukungan dari lingkungan terdekat/dukungan yang bersifat non-profesional (kerabat, teman dekat dan keluarga) dan dukungan di luar dari lingkungan terdekat/ dukungan yang bersifat profesional (psikater/ psikolog dan pemuka agama tertentu).

Maka dari itu peneliti merangkum keenam poin tersebut kedalam aspek-aspek yang sesuai dengan kajian ilmu komunikasi mengenai cara dalam mengatasi *stress* di bidang akademik yang dapat dilakukan dengan cara yaitu:

- Komunikasi Intrapersonal :

Komunikasi Intrapersonal menurut Notoatmodjo (2005) ialah proses komunikasi yang terjadi dalam diri sendiri atau saat seseorang tersebut akan memutuskan suatu keputusan. Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak dapat terlepas dari praktik komunikasi intrapersonal, seperti ketika bangun tidur manusia akan langsung berpikir apa yang hendak dilakukan pada hari tersebut hal ini termasuk dalam bentuk komunikasi intrapersonal atau komunikasi yang dilakukan dengan diri sendiri, selain itu ketika menghadapi suatu masalah manusia juga cenderung akan melakukan intropeksi diri atau bertanya pada diri mereka masing-masing apa yang menyebabkan suatu permasalahan tersebut terjadi. Proses berpikir dan memutuskan sesuatu hal termasuk aspek dalam komunikasi intrapersonal karena manusia tersebut hanya berdialog dengan diri dan jiwa nya sendiri yang mana jawaban dari dialog tersebut juga akan di dapatkan melalui dirinya sendiri.

Melalui cara pengatasan *stress* yang dicetuskan oleh Huxley pada poin pertama hingga ke empat yaitu cara yang meliputi seperti peka terhadap tanda yang muncul pada tubuh ketika menghadapi *stress*, menghindar sejenak dari hal yang menyebabkan terjadinya *stress*, melakukan pengelolaan waktu yang baik agar dapat memecahkan kondisi *stress* yang dialami, serta menjalani *self-love* dan *self-care* hal ini termasuk ke dalam proses komunikasi intrapersonal dimana remaja yang mengalami *stress* melakukan pengenalan akan tanda-tanda yang dikeluarkan oleh tubuh ketika kondisi *stress* menghampiri. Proses pengenalan tanda-tanda yang dialami tubuh ketika *stress* ini dapat juga dikatakan sebagai bentuk refleksi terhadap diri sendiri sehingga dapat mudah menemukan akar dari hal yang menyebabkan terjadi nya sebuah *stress*. Refleksi diri dapat berupa kegiatan yang dilakukan mengarah kepada *self-love* atau *self-care* seperti berolahraga, tidur cukup, meditasi dan berdoa(Komunikasi Transandental), setelah melakukan perefleksian terhadap diri, remaja yang mengalami *stress* tersebut diharapkan dapat pulih kembali dan beraktivitas seperti sedia kala.

Pada jurnal *Analytica Islamica Vol.11 No 1 tahun 2022* disebutkan bahwa komunikasi intrapersonal memiliki beberapa fungsi yang cocok dalam mengatasi *stress* khususnya pada bidang akademik yaitu :

- a) Kesadaran Diri dengan melakukan komunikasi intrapersonal remaja yang mengalami *stress* dalam bidang akademik dapat menyadari semua aspek yang terjadi didalam diri mereka sehingga dapat sadar dengan apa yang menjadi penyebab dari *stress* akademik itu sendiri.
 - b) Manajemen Diri dengan melakukan komunikasi intrapersonal remaja dapat mengetahui kelebihan dan kelemahannya sehingga dengan demikian setelah mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki remaja dapat lebih mudah mengatasi *stress* yang dialami melalui aspek kelebihan yang dapat dilakukan lebih sering untuk menutupi aspek kelemahan yang ada dalam diri.
- Komunikasi Interpersonal:

Setelah melewati proses komunikasi dengan diri sendiri, remaja yang mengalami *stress* dapat berbagi terkait hal yang sedang dialami dengan lingkungan

yang berada disekitar baik itu dengan kerabat, teman dekat dan keluarga yang termasuk kedalam jenis bantuan yang didapat berasal dari tenaga *non-professional* dan juga komunikasi interpersonal dapat dilakukan dengan tenaga *professional* seperti psiakter atau psikolog yang ahli pada bidang tersebut. Dalam kajian ilmu komunikasi cara ini disebut dengan komunikasi interpersonal, menurut Mulyana(2013) komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang dilakukan dengan orang yang dilakukan secara tatap muka yang mana dalam proses tersebut pihak yang menjadi lawan komunikasi dapat menangkap dan memberikan reaksi satu sama lain secara langsung baik itu secara verbal ataupun non-verbal selain itu pengertian lain tentang komunikasi interpersonal yaitu berkomunikasi dengan orang-orang yang berada disekitar diyakini dapat membantu manusia untuk lebih tenang dalam menghadapi suatu masalah yang mana sesuai dengan kodrat manusia ialah makhluk sosial dimana manusia selalu membutuhkan manusia lain dalam keberlangsung hidup.

Komunikasi interpersonal dipilih oleh peneliti sebagai cara yang tepat dalam menghadapi sebuah *stress*, khususnya *stress* pada bidang akademik karena praktik komunikasi interpersonal ini menurut (De Vito, 2006:12-14) bertujuan untuk :

- To Discover

Komunikasi interpersonal membantu manusia menemukan konsep diri mereka yang mana dalam hal ini akan membantu remaja menemukan akar dari kondisi yang sedang dialami. Dengan melakukan komunikasi interpersonal remaja juga dapat mendengar cerita atau hal yang dialami oleh orang lain sehingga nantinya remaja akan menemukan konsep diri mereka.

- To Relate

Dengan melakukan komunikasi interpersonal manusia dapat memelihara hubungan dengan orang lain karena secara kodrati manusia hidup sebagai makhluk sosial sehingga sepanjang hidupnya manusia akan selalu membutuhkan bantuan orang lain.

- To Help

Komunikasi interpersonal memberikan bantuan kepada manusia untuk menyelesaikan sebuah masalah dalam hal ini remaja diharapkan dapat menemukan dan menyelesaikan hal apa yang menjadi sumber masalah yang dihadapi ketika *stress* akademik hadir dengan berbagi bersama orang lain yaitu teman atau keluarga.

- To Persuade

Komunikasi interpersonal memberikan pengaruh satu dengan yang lain mempersuasi seseorang terhadap suatu hal yang mana dalam hal ini diharapkan ketika remaja melakukan praktik ini bisa mendapat sebuah dukungan dari orang lain sehingga mempengaruhi remaja untuk tidak terus berada pada kondisi *stress* yang dialami namun perlahan bangkit dari keterpurukan tersebut.

- To Play

Komunikasi interpersonal memberikan relaksasi serta melepaskan sebuah ketegangan yang terjadi dimana dalam hal ini secara kodrati manusia adalah makhluk sosial yang akan selalu membutuhkan manusia lain dalam hidup mereka sehingga dengan melakukan komunikasi interpersonal diharapkan remaja dapat melapas kondisi *stress* yang dialami dengan orang lain dan mendapat *entertaining* dari jalannya komunikasi tersebut.

Melalui lima tujuan dari komunikasi interpersonal ini diharapkan remaja dapat merasakan dampak dan manfaat yang dialami setelah melakukan komunikasi interpersonal baik itu dengan teman ataupun keluarga, diharapkan juga melalui praktik ini remaja menjadi lebih mudah mengetahui bagaimana cara mengatasi *stress* pada bidang akademik dengan lebih baik dimasa yang akan datang.

- Komunikasi Transendental:

Komunikasi transendental ialah komunikasi yang terjalin antara manusia dengan Tuhan Yang Maha Esa. Dalam sebuah karya ilmiah tahun 2010 milik Susie Perbawasari dijelaskan bahwa komunikasi transendental merupakan jenis komunikasi yang partsipannya hanya manusia dengan Tuhan, yang dalam jangka waktu tertentu jika manusia semakin sering berkomunikasi dengan Tuhan Yang Maha Esa maka hal

tersebut akan memberikan pengaruh kepada peningkatan kepekaan hati dan juga tanda-tanda serta lambang dari kebesaran Tuhan Yang Maha Esa pada hidup manusia. Komunikasi jenis ini juga termasuk kedalam bagian dari komunikasi Intrapersona yang mana didalam praktik komunikasi dengan diri sendiri ada salah satu praktik yang bernama *self-love/self-care* yang didalamnya terdapat kegiatan meditasi/berdoa, karena diyakini melalui hal ini manusia dapat mendapat ketenangan sehingga pada akhirnya tujuannya ialah menemukan akar dari kondisi yang sedang dialami dan kondisi yang dialami tersebut dapat teratasi dengan baik. Maka dari itu praktik dari komunikasi transendental ini juga dapat dilakukan oleh remaja guna mengatasi kondisi *stress* yang dialami, dimana dengan melakukan komunikasi dengan Tuhan Yang Maha Esa remaja dapat mendapat pengalaman spritual serta jalan keluar dari kondisi *stress* yang dialami.

1.6 Hipotesis

Dari Tinjauan teoritis diatas dapat ditarik kesimpulan sementara dari kerangka pemikiran yang menjadi dasar permasalahan yang diungkapkan dengan model konsep sebagai berikut :

Ho: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari adanya kualitas komunikasi keluarga yang diterima oleh remaja terhadap cara remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik yang terjadi.

H1: Terdapat pengaruh yang signifikan dari adanya kualitas komunikasi keluarga yang diterima oleh remaja terhadap cara remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik yang terjadi.

1.7 Metodologi Penelitian

1.7.1 Pendekatan dan Fokus Penelitian

Peneliti menggunakan dua pendekatan dalam penelitian ini yaitu pendekatan korelasional dan pendekatan kuantitatif, kedua pendekatan itu dipilih sebagai dasar kajian dalam penelitian ini, pendekatan korelasional sendiri yaitu pendekatan yang berfungsi untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu variabel penelitian berhubungan dengan variasi-variasi pada suatu atau lebih variabel itu tidak bersifat sebab akibat (Aslichati,2010), sedangkan pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang telah memenuhi kaidah ilmiah yaitu

objektif, terukur, empiris/konkrit, akurat, rasional dan sistematis (Sugiyono,2003). Fokus penelitian ini akan merujuk kepada bagaimana pengaruh yang timbul dari adanya kualitas komunikasi keluarga terhadap cara anak remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik.

1.7.2 Tipe Penelitian

Pada penelitian ini penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tipe penelitian eksplanatif. Menurut (Kriyantono,2006) penelitian dengan tipe eksplanatif ialah penelitian yang membahas mengenai hubungan sebab-akibat antara dua atau lebih fenomena. Tipe penelitian ini dipilih oleh peneliti karena peneliti ingin menjabarkan hubungan antara pengaruh dari kualitas komunikasi keluarga terhadap cara remaja dalam menghadapi *stress* akademik. Penelitian ini akan menjelaskan bagaimana pengaruh kualitas komunikasi keluarga antara orang tua dan anak terhadap cara remaja menghadapi *stress* akademik.

1.7.3 Metode Penelitian

Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian survei. Metode survei adalah sebuah metode yang digunakan untuk mendapatkan data dengan cara menyebar kuesioner yang bertujuan untuk mendapatkan data yang diinginkan menurut Neuman W Lawrence dalam Sugiyono (2018) . Dalam penelitian ini peneliti memilih metode penelitian survei agar memudahkan peneliti dalam mencari data dan mengolahnya dikemudian hari. Metode Survei ini nantinya akan dilakukan oleh peneliti dengan menyebarkan sebuah Kuisisioner Online melalui Google Form setelah responden mengisi kuesioner tersebut peneliti akan menemukan data yang dicari sehingga dapat mengkorelasikan data tersebut dengan landasan teori yang digunakan, sehingga akan ditemukan sebuah hasil dari penelitian ini.

1.7.4 Operasionalisasi Konsep

Menurut Sugiyono (2015) definisi operasionalisasi konsep adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.

1. **Variabel (X)** Variabel ini merupakan variabel utama atau yang biasa disebut sebagai variabel independen, variabel yang menjadi penyebab terjadinya suatu fenomena yang

hendak diteliti atau menjadi variabel yang dapat memberikan pengaruh kepada variabel lain. Dalam penelitian ini variabel independen nya adalah Kualitas Komunikasi Keluarga, untuk mengukur variabel kualitas komunikasi keluarga akan digunakan sebuah teori milik DeVito (2006) yaitu dengan mengukur ke empat aspek ini:

- Keterbukaan Perasaan
- Empati
- Sikap pendukung dan Sikap Positif
- Kesetaraan

Melalui ke empat aspek tersebut suatu komunikasi keluarga dapat diukur kualitasnya, apabila ke empat aspek tersebut telah terpenuhi maka dapat diartikan bahwa komunikasi yang terjadi memiliki kualitas yang baik, jika tidak maka sebaliknya. Ke empat aspek tersebut juga akan digunakan sebagai sub-variabel dari kualitas komunikasi keluarga.

Tabel 1.2. Operasionalisasi Konsep Variabel X

Variabel	Konsep Variabel	Sub Variabel	Indikator	Pengukuran
Kualitas Komunikasi Keluarga	Ukuran dalam mengukur kualitas komunikasi keluarga mengacu pada keluarga yang merupakan kelompok sosial terdekat dengan remaja, keluarga dalam hal ini adalah kedua orang tua remaja yaitu Ayah dan Ibu, yang mana kualitas komunikasi diukur melalui empat aspek yaitu keterbukaan perasaan, empati, sikap	Keterbukaan Perasaan	● Remaja dapat membagikan perasaan senang. ● Remaja dapat membagikan perasaan sedih. ● Remaja dapat membagikan perasaan <i>stress</i> akademik yang dialami.	Menggunakan Skala Likert : Pilihan Jawaban: 1) Sangat Setuju (SS) 2) Setuju (S) 3) Tidak Setuju (TS) 4) Sangat Tidak Setuju (STS)
		Empati	● Orang tua dapat memahami kondisi senang yang dialami oleh remaja. ● Orang tua dapat memahami kondisi sedih yang dialami oleh remaja.	

	pendukung dan kesetaraan.		• Orang tua dapat memahami kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami oleh remaja.	
		Sikap Pendukung	• Orang tua memberikan dukungan emosional pada remaja • Orang tua memberikan dukungan secara informasional pada remaja. • Orang tua memberikan dukungan secara positif pada remaja untuk dapat berkembang dimasa depan.	
		Kesetaraan	• Orang tua memahami hal yang sedang dialami oleh remaja. • Orang tua tidak menganggap remeh apa yang terjadi pada remaja. • Orang tua tidak membandingkan hal yang dialami remaja dengan anggota keluarga lain.	

Sumber: Hasil Olahan Data Peneliti

2.Variabel (Y) . Variabel ini merupakan variabel dependen, yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel lainnya. Variabel dependen pada penelitian ini adalah cara anak

remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik. Pada variabel ini akan dilihat bagaimana cara remaja mengatasi *stress* pada bidang akademik setelah mendapat pengaruh dari kualitas komunikasi antara orang tua dengan anak remaja berdasarkan pada teori yang telah dirangkum oleh peneliti sesuai dengan perspektif dalam kajian ilmu komunikasi yang dibagi menjadi tiga yaitu :

1. Komunikasi Intrapersonal
2. Komunikasi Interpersonal
3. Komunikasi Transendental

Ketiga poin tersebut akan digunakan sebagai sub-variabel dari cara anak remaja dalam mengatasi *stress* pada bidang akademik setelah mendapat pengaruh dari kualitas komunikasi antara orang tua dan anak remaja.

Tabel 1.3. Operasionalisasi Konsep Variabel Y

Variabel	Konsep Variabel	Sub Variabel	Indikator	Pengukuran
Cara anak remaja mengatasi <i>stress</i> dalam bidang akademik.	Pengatasan <i>stress</i> pada bidang akademik dapat dilakukan dengan tiga cara yaitu: a) Komunikasi Intrapersonal b) Komunikasi Interpersonal c) Komunikasi Transendental.	Komunikasi Intrapersonal	• Remaja dapat tidak memikirkan komentar orang lain terhadap dirinya sebagai bentuk <i>self-love</i>. • Remaja dapat menanamkan pemikiran bahwa dirinya makhluk yang istimewa dan berharga sebagai bentuk <i>self-love</i>. • Remaja merasa bersyukur terhadap kemampuan akademik yang dimiliki sebagai bentuk <i>self-love</i>. • Remaja dapat melakukan <i>refreshing</i>	Menggunakan Skala Likert : Pilihan Jawaban: 1) Sangat Setuju (SS) 2) Setuju (S) 3) Tidak Setuju (TS) 4) Sangat Tidak Setuju (STS)

			sebagai bentuk <i>self-care</i>. • Remaja dapat memenuhi kebutuhan tidur normal manusia sebagai bentuk <i>self-care</i>. • Remaja mengonsumsi makanan dan minuman favorit mereka sebagai bentuk <i>self-care</i>. • Remaja dapat melakukan pengolahan waktu yang baik untuk memecahkan penyebab dari <i>stress</i> akademik.	
		Komunikasi Interpersonal	• Remaja dapat melakukan komunikasi dengan kerabat yaitu saudara kandung, saudara sepupu dan saudara jauh terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. • Remaja dapat melakukan komunikasi dengan teman dekat sebagai tenaga <i>non professional</i> terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. • Remaja dapat melakukan komunikasi dengan orang tua yaitu ayah dan ibu sebagai	

			tenaga <i>non professional</i> terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. • Remaja dapat melakukan komunikasi dengan tenaga <i>professional</i> (psikiater dan psikolog) terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami.	
		Komunikasi Transendental	• Remaja dapat melakukan komunikasi dengan Tuhan Yang Maha Esa. • Remaja mengunjungi tempat peribadatan. • Remaja menemui pemuka agama.	

Sumber: *Hasil Olahan Data Peneliti*

Berikut gambaran operasionalisasi Konsep Variabel X dan Y pada tabel

Tabel 1.4. Operasionalisasi Konsep Variabel X dan Variabel Y

Indikator Variabel X	Indikator Variabel Y	Pengukuran
----------------------	----------------------	------------

● Keterbukaan : a) Remaja dapat membagikan perasaan senang. b) Remaja dapat membagikan perasaan sedih. c) Remaja dapat membagikan perasaan <i>stress</i> akademik yang dialami. ● Empati a) Orang tua dapat memahami kondisi senang yang dialami oleh remaja. b) Orang tua dapat memahami kondisi sedih yang dialami oleh remaja. c) Orang tua dapat memahami kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami oleh remaja ● Sikap Pendukung a) Orang tua memberikan dukungan emosional pada remaja b) Orang tua memberikan dukungan secara informasional pada remaja. c) Orang tua memberikan dukungan secara positif pada remaja untuk dapat berkembang dimasa depan. ● Kesetaraan:	● Komunikasi Intrapersonal: a) Remaja dapat tidak memikirkan komentar orang lain terhadap dirinya sebagai bentuk <i>self-love</i>. b) Remaja dapat menanamkan pemikiran bahwa dirinya makhluk yang istimewa dan berharga sebagai bentuk <i>self-love</i>. c) Remaja merasa bersyukur terhadap kemampuan akademik yang dimiliki sebagai bentuk <i>self-love</i>. d) Remaja dapat melakukan <i>refreshing</i> sebagai bentuk <i>self-care</i>. e) Remaja dapat memenuhi kebutuhan tidur normal manusia sebagai bentuk <i>self-care</i>. f) Remaja mengonsumsi makanan dan minuman favorit mereka sebagai bentuk <i>self-care</i>. g) Remaja dapat melakukan pengolahan waktu yang baik untuk memecahkan penyebab dari <i>stress</i> akademik. ● Komunikasi Interpersonal: a) Remaja dapat melakukan komunikasi dengan kerabat	Menggunakan Skala Likert : Pilihan Jawaban: 1) Sangat Setuju (SS) 2) Setuju (S) 3) Tidak Setuju (TS) 4) Sangat Tidak Setuju (STS)
--	--	---

a) Orang tua memahami hal yang sedang dialami oleh remaja. b) Orang tua tidak menganggap remeh apa yang terjadi pada remaja. c) Orang tua tidak membandingkan hal yang dialami remaja dengan anggota keluarga lain	yaitu saudara kandung, saudara sepupu dan saudara jauh terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. b) Remaja dapat melakukan komunikasi dengan teman dekat sebagai tenaga <i>non professional</i> terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. c) Remaja dapat melakukan komunikasi dengan orang tua yaitu ayah dan ibu sebagai tenaga <i>non professional</i> terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. d) Remaja dapat melakukan komunikasi dengan tenaga <i>professional</i> (psikiater dan psikolog) terkait kondisi <i>stress</i> akademik yang dialami. • Komunikasi Transendental: a) Remaja dapat melakukan komunikasi dengan Tuhan Yang Maha Esa. b) Remaja mengunjungi	
---	--	--

	tempat peribadatan. c) Remaja menemui pemuka agama.	
--	--	--

Sumber: *Hasil Olahan Data Peneliti*

Berdasarkan indikator-indikator yang sudah ditentukan kemudian akan diturunkan menjadi beberapa pertanyaan dalam bentuk kuisisioner yang nantinya akan diisi oleh calon responden guna mencari tahu apakah ada pengaruh yang diberikan dari kualitas komunikasi keluarga terhadap cara anak usia remaja mengatasi *stress* pada bidang akademik. Peneliti menghilangkan pilihan jawaban ragu- ragu dikarenakan dapat memunculkan pemaknaan ganda terhadap pertanyaan yang telah diturunkan dalam kuesioner, tujuan lainnya agar pemaknaan yang dibentuk oleh peneliti ketika mendapatkan data dari kuesioner yang telah diisi oleh responden dapat lebih mudah dan tidak rancu.

1.7.5 Lokasi Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti tidak memberikan batasan lokasi penelitian karena penelitian ini tidak bersifat khusus pada satu wilayah tertentu melainkan responden dari seluruh

wilayah Indonesia yang sesuai dengan kriteria dapat ikut berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden.

1.7.6 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian menurut Sugiyono ialah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, sedangkan menurut Hadari Nawawi populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang mempunyai karakteristik tertentu dalam suatu penelitian yang dilakukan.

Populasi penelitian yang diambil dalam penelitian ini adalah usia remaja yang berusia 15-22 tahun yang pernah mengalami *stress* dalam bidang akademik dan juga sering berkomunikasi dengan kedua orang tua mereka. Peneliti memilih rentang usia tersebut dikarenakan usia anak remaja sendiri dibagi menjadi tiga kelompok yang menurut (Hurlock,2003) usia anak remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu usia remaja awal dua belas hingga lima belas (12-15) tahun , usia remaja pertengahan lima belas tahun hingga delapan belas (15-18) tahun dan usia remaja akhir delapan belas hingga dua puluh dua tahun (18-22) tahun. Peneliti melakukan pemilihan rentang usia tersebut dikarenakan sebuah alasan dan pertimbangan yaitu usia anak remaja ialah remaja memasuki fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik serta pada usia tersebut remaja mulai memiliki kapasitas baik dalam pertumbuhannya yang dapat digunakan untuk mendapatkan banyak pengetahuan karena fungsi otak telah mencapai kesempurnaan, sehingga nantinya ketika kuesioner dibagikan responden dapat menjawab dengan baik.

Sampel menurut Sugiyono didefinisikan sebagai bagian dari keseluruhan serta karakteristik yang dimiliki oleh sebuah populasi, sedangkan Arikunto berpendapat bahwa sampel adalah sebagian wakil populasi yang akan diteliti. Pada penelitian ini sampel penelitiannya adalah *non probability sampling* yang mana sampel yang akan diambil akan lebih mudah untuk didapatkan, selain itu jika menggunakan *non probability sampling* hasil yang didapatkan dari penelitian ini akan lebih akurat karena dapat mewakili hasil dari keseluruhan populasi. Sebagai acuan dalam menentukan jumlah sampel yang tidak diketahui jumlah populasinya, peneliti menggunakan Rumus Lemeshow untuk menentukannya. Rumus Lemeshow (1997) adalah sebagai berikut:

$$n = z^2 \cdot P(1-P) / d^2$$

Keterangan:

n= Jumlah Sampel

z=Nilai Standar= 1.96

p= Maksimal estimasi=50%=0.5

d=alpha (0,10) atau *sampling error*= 10%

Maka dari itu dapat dilakukan perhitungan operasional guna mendapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu :

$$n=(1.96)^2 \cdot 0,5(1-0,5)/ (0,10)^2$$

$$n=96.04$$

Setelah melakukan perhitungan operasional ditemukan angka sebesar 96.04 yang dapat dibulatkan menjadi 100, maka dari itu dalam penelitian ini jumlah sampel yang akan digunakan ialah sebanyak 100 sampel / responden.

1.7.7 Pengujian Validitas dan Reliabilitas

1.7.7.1 Uji Validitas

Uji Validitas merupakan sebuah metode yang digunakan untuk menguji apakah kuisioner yang di ukur valid atau tidak. Menurut Sugiharto dan Sitinjak (2006) validitas dalam sebuah penelitian dapat menunjukkan ketepatan indikator penelitian. Dalam suatu penelitian indikator pertanyaan dikatakan valid jika $r_{tabel} > r_{hitung}$ yang mana dalam uji validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan alat hitung bernama SPSS, uji validitas pada penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu uji validitas untuk variabel X dan uji validitas untuk variabel Y, yang mana kedua uji validitas tersebut menggunakan masing-masing responden sebanyak 30 sebagai n dalam uji validitas, jika n dalam uji validitas yang dilakukan berjumlah 30 maka nilai r_{tabel} nya adalah 0.361(terlampir pada bagian lampiran)

Tabel 1.5 Uji Validitas Variabel X

		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	TOTAL
X1	Pearson Correlation	1	.164	.112	.168	.094	.019	.336	.334	.304	.339	.344	1.000**	.390**
	Sig. (2-tailed)		.388	.556	.375	.621	.919	.070	.071	.102	.067	.063	.000	.033
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2	Pearson Correlation	.164	1	.809**	.483**	.479**	.520**	.352	.366*	.506**	.210	.333	.164	.666**
	Sig. (2-tailed)	.388		.000	.007	.007	.003	.056	.047	.004	.264	.072	.388	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X3	Pearson Correlation	.112	.809**	1	.583**	.490**	.469**	.226	.193	.423*	.304	.393*	.112	.690**
	Sig. (2-tailed)	.556	.000		.001	.006	.009	.229	.307	.019	.102	.032	.556	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X4	Pearson Correlation	.168	.483**	.583**	1	.690**	.469**	.464**	.168	.622**	.084	.371*	.168	.676**
	Sig. (2-tailed)	.375	.007	.001		.000	.009	.010	.376	.000	.659	.044	.375	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X5	Pearson Correlation	.094	.479**	.490**	.690**	1	.791**	.615**	.354	.658**	.323	.696**	.094	.827**
	Sig. (2-tailed)	.621	.007	.006	.000		.000	.000	.055	.000	.082	.000	.621	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X6	Pearson Correlation	.019	.520**	.469**	.469**	.791**	1	.654**	.418*	.595**	.340	.657**	.019	.755**
	Sig. (2-tailed)	.919	.003	.009	.009	.000		.000	.022	.001	.066	.000	.919	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X7	Pearson Correlation	.336	.352	.226	.464**	.615**	.654**	1	.396*	.622**	.144	.508**	.336	.676**
	Sig. (2-tailed)	.070	.047	.229	.009	.000	.000		.038	.000	.440	.004	.070	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

	Sig. (2-tailed)	.070	.056	.229	.010	.000	.000		.030	.000	.448	.004	.070	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X8	Pearson Correlation	.334	.366*	.193	.168	.354	.418*	.396*	1	.475**	.379*	.424*	.334	.554**
	Sig. (2-tailed)	.071	.047	.307	.376	.055	.022	.030		.008	.039	.020	.071	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X9	Pearson Correlation	.304	.506**	.427*	.622**	.658**	.595**	.622**	.475**	1	.117	.408*	.304	.661**
	Sig. (2-tailed)	.102	.004	.019	.000	.000	.001	.000	.009		.536	.025	.102	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X10	Pearson Correlation	.339	.210	.304	.084	.323	.340	.144	.379*	.117	1	.590**	.339	.566**
	Sig. (2-tailed)	.067	.264	.102	.659	.082	.066	.448	.039	.536		.001	.067	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X11	Pearson Correlation	.344	.333	.393*	.371*	.696**	.657**	.508*	.424*	.408*	.590**	1	.344	.798**
	Sig. (2-tailed)	.063	.072	.032	.044	.000	.000	.004	.020	.025	.001		.063	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X12	Pearson Correlation	1.000**	.164	.112	.168	.094	.019	.336	.334	.304	.339	.344	1	.390*
	Sig. (2-tailed)	.000	.388	.556	.375	.621	.919	.070	.071	.102	.067	.063		.033
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.390*	.566**	.690**	.676**	.827**	.755**	.676**	.554**	.661**	.566**	.798**	.390*	1
	Sig. (2-tailed)	.033	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.001	.000	.000	.033	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sumber: IBM Spps Versi 25

Pada uji validitas yang dilakukan pada variabel x sebuah indikator pertanyaan akan dikatakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ ang mana diketahui r_{tabel} sebesar 0.361 sehingga jika dilihat pada tabel seluruh indikator pertanyaan pada variabel X r_{hitung} menunjukan hasil secara keseluruhan diatas >0.361 , maka dari itu sebanyak dua belas pertanyaan yang terdapat pada kuisioner menunjukan kevalidan.

Tabel 1.6 Uji Validitas Variabel Y

		Correlations																		
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	TOTAL
Y1	Pearson Correlation	1	-.095	.706**	.551**	.426*	-.095	-.139	.426*	.196	.139	.246	.277	.246	.247	.402*	.402*	.238	.409**	.406**
	Sig. (2-tailed)		.816	.000	.002	.019	.616	.464	.019	.299	.405	.184	.138	.192	.189	.012	.010	.210	.006	.006
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y2	Pearson Correlation	-.095	1	.095	-.064	.334	1.000**	.538**	.334	.410*	.675**	.224	.278	.419*	.338	.023	-.150	-.045	-.012	.463**
	Sig. (2-tailed)	.816		.816	.726	.071	.000	.002	.071	.024	.000	.235	.127	.021	.075	.902	.427	.913	.961	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y3	Pearson Correlation	.706**	.095	1	.826**	.204	.095	.000	.204	.227	.416*	.446*	.416*	.409*	.575**	.565**	.565**	.354	.550**	.708**
	Sig. (2-tailed)	.000	.816		.000	.129	.616	1.000	.129	.078	.022	.013	.022	.025	.001	.001	.001	.055	.002	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y4	Pearson Correlation	.551**	-.064	.826**	1	.100	-.064	-.051	.100	.148	.280	.293	.216	.155	.322	.329	.638**	.346	.482**	.470**
	Sig. (2-tailed)	.002	.726	.000		.600	.726	.799	.600	.426	.124	.117	.251	.413	.073	.067	.000	.061	.007	.009
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y5	Pearson Correlation	.426*	.334	.204	.100	1	.334	.256	1.000**	.795**	.581**	.332	.659**	.380*	.432*	.385*	.141	.268	.158	.646**
	Sig. (2-tailed)	.019	.071	.129	.600		.071	.171	.000	.000	.001	.073	.000	.033	.017	.031	.467	.153	.410	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y6	Pearson Correlation	-.095	1.000**	.095	-.064	.334	1	.538**	.334	.410*	.675**	.224	.278	.419*	.338	.023	-.150	-.045	-.012	.463**
	Sig. (2-tailed)	.816	.000	.816	.726	.071		.002	.071	.024	.000	.235	.127	.021	.075	.902	.427	.913	.961	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y7	Pearson Correlation	-.139	.538*	.000	-.051	.256	.538*	1	.256	.332	.463*	-.003	.164	.382*	.423*	.027	-.243	.159	-.229	.424*
	Sig. (2-tailed)	.464	.002	1.000	.789	.171	.002		.171	.073	.012	.988	.387	.032	.020	.885	.196	.483	.223	.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y8	Pearson Correlation	.426*	.334	.204	.100	1.000**	.334	.256	1	.795**	.581**	.332	.659**	.380*	.432*	.385*	.141	.268	.158	.646**
	Sig. (2-tailed)	.019	.071	.129	.600	.000	.071	.171		.000	.001	.073	.000	.033	.017	.031	.467	.153	.410	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y9	Pearson Correlation	.196	.410*	.327	.148	.795**	.410*	.332	.795**	1	.617**	.382*	.708**	.464**	.409*	.393*	.105	.159	.058	.823**
	Sig. (2-tailed)	.290	.024	.078	.435	.000	.024	.073	.000		.000	.050	.000	.009	.025	.022	.580	.465	.706	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y10	Pearson Correlation	.139	.575**	.416*	.280	.561**	.675**	.463*	.561**	.617**	1	.304	.567**	.329	.502**	.329	.121	.186	.136	.640**
	Sig. (2-tailed)	.465	.000	.022	.134	.001	.000	.012	.001	.000		.102	.001	.076	.069	.076	.634	.299	.475	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

	N	20	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y11	Pearson Correlation	.340	.224	.440 ^{**}	.293	.332	.224	-.083	.332	.382 [*]	.304	1	.477 ^{**}	.542 ^{**}	.278	.644 ^{**}	.548 ^{**}	.340	.483 ^{**}	.685 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.184	.226	.013	.117	.073	.235	.888	.073	.050	.102		.000	.002	.136	.000	.002	.061	.006	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y12	Pearson Correlation	.277	.278	.418 [*]	.218	.859 ^{**}	.278	.164	.859 ^{**}	.709 ^{**}	.567 ^{**}	.477 ^{**}	1	.385 [*]	.582 ^{**}	.485 ^{**}	.335	.219	.305	.724 [*]
	Sig. (2-tailed)	.138	.127	.022	.251	.000	.127	.387	.000	.000	.001	.000		.025	.005	.007	.070	.095	.101	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y13	Pearson Correlation	.246	.419	.404 [*]	.155	.290 [*]	.419	.392	.290 [*]	.469 ^{**}	.329	.542 ^{**}	.385 [*]	1	.591 ^{**}	.429 [*]	.241	.135	.210	.688 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.192	.021	.025	.413	.033	.021	.032	.033	.009	.078	.003	.035		.001	.019	.290	.477	.386	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y14	Pearson Correlation	.347	.330	.575 ^{**}	.332	.402 [*]	.330	.402 [*]	.402 [*]	.409 [*]	.502 ^{**}	.278	.502 ^{**}	.591 ^{**}	1	.426 [*]	.181	.087	.060	.706 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.189	.075	.001	.073	.017	.075	.020	.017	.025	.005	.136	.005	.001		.018	.584	.647	.752	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y15	Pearson Correlation	.462 [*]	.023	.565 ^{**}	.339	.395 [*]	.023	.027	.395 [*]	.383 [*]	.329	.844 ^{**}	.485 ^{**}	.429 [*]	.436 [*]	1	.863 ^{**}	.479 ^{**}	.480 ^{**}	.893 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.012	.902	.001	.087	.021	.902	.885	.021	.022	.078	.000	.007	.019	.018		.000	.007	.020	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y16	Pearson Correlation	.483 [*]	-.150	.565 ^{**}	.838 ^{**}	.141	-.150	-.243	.141	.105	.121	.548 ^{**}	.335	.241	.101	.863 ^{**}	1	.883 ^{**}	.678 ^{**}	.499 [*]
	Sig. (2-tailed)	.010	.427	.001	.000	.487	.427	.196	.487	.590	.524	.003	.079	.200	.594	.000		.001	.000	.011
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y17	Pearson Correlation	.338	-.045	.354	.348	.268	-.045	.139	.388	.139	.185	.348	.318	.135	.087	.479 ^{**}	.587 ^{**}	1	.542 ^{**}	.482 [*]
	Sig. (2-tailed)	.119	.813	.055	.081	.153	.813	.463	.153	.405	.299	.081	.080	.477	.642	.007	.001		.002	.006
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y18	Pearson Correlation	.489 ^{**}	.012	.550 ^{**}	.402 [*]	.155	-.012	-.229	.155	.058	.138	.483 ^{**}	.385 [*]	.210	.080	.480 ^{**}	.878 ^{**}	.547 ^{**}	1	.472 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.006	.951	.002	.007	.410	.951	.223	.410	.789	.475	.000	.101	.286	.752	.020	.000	.002		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.490 [*]	.462 [*]	.708 ^{**}	.478 ^{**}	.545 ^{**}	.462 [*]	.424	.545 ^{**}	.523 [*]	.640 ^{**}	.588 ^{**}	.724 ^{**}	.888 ^{**}	.708 ^{**}	.893 ^{**}	.459 [*]	.482 [*]	.472 [*]	1
	Sig. (2-tailed)	.006	.012	.000	.009	.000	.012	.019	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.011	.006	.008	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sumber: IBM Spss Versi 25

Pada uji validitas yang dilakukan pada variabel Y sebuah indikator pertanyaan akan dikatakan valid jika $r_{tabel} > r_{hitung}$ yang mana diketahui r_{tabel} sebesar 0.361 sehingga jika dilihat pada tabel seluruh indikator pertanyaan pada variabel Y r_{hitung} menunjukkan hasil secara keseluruhan diatas >0.361 , maka dari itu sebanyak delapan belas pertanyaan yang terdapat pada kuesioner menunjukkan kevalidan.

1.7.7.2 Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas merupakan sebuah metode pengujian yang digunakan untuk mengukur suatu kuisioner yang mana merujuk kepada suatu akurasi dan konsistensi dari kuisioner itu sendiri. Menurut Sugiharto dan Sijuntak (2006) dikatakan bahwa realibilitas menunjukkan suatu pengertian bahwa indikator-indikator yang digunakan dalam sebuah penelitian dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data dan menampilkan informasi realita yang sedang terjadi. Pada penelitian ini uji realibilitas dilakukan menggunakan alat hitung bernama IBM SPSS Versi 25. Suatu kuisioner dikatakan reliabel ketika alpha berada diantara angka 0.70-0.90.

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.805	12

Gambar 1.6 Uji Validitas Variabel X
Sumber: IBM Spps Versi 25

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.820	18

Gambar 1.7 Uji Validitas Variabel Y.
Sumber: IBM Spps Versi 25

Pada uji realibilitas yang dilakukan pada variabel X dan Y, sebuah kuisoner dikatakan reliabel jika alpha berada pada kisaran angka 0.70-0.90 yang mana diketahui pada kedua tabel variabel X dan variabel Y menunjukkan hasil masing-masing sebesar 0.805 untuk variabel X dan 0.820 untuk variabel Y sehingga dengan demikian baik variabel X dan variabel Y keduanya sama sama reliabel.

1.7.8 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Peneliti mendapatkan data primer dari kuesioner online berupa *G-Form* yang disebar kepada responden yang telah memenuhi kriteria dengan menjawab pertanyaan berdasarkan skala likert yang telah ditentukan. Selain itu peneliti juga akan mengumpulkan data sekunder yang berasal dari bahan kajian lain seperti bahan kajian yang berasal dari buku, jurnal, artikel atau kajian apapun yang dapat menunjang data primer yang ditemukan melalui sebaran kuesioner. Menurut Sugiyono (2010) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai suatu fenomena sosial.

1.7.9 Teknik Pengolahan Data

Menurut Hasan (2006) pengolahan data merupakan suatu proses yang dipergunakan untuk memperoleh data ringkasan dengan menggunakan cara-cara tertentu. Penelitian ini akan menggunakan pengolahan data dengan beberapa langkah berikut yaitu pertama dengan menggunakan proses pemeriksaan data (*editing*), melakukan (*pra-coding*), melakukan pembuatan kode (*coding*), melakukan klasifikasi jawaban ke dalam tabel frekuensi yang kemudian data-data tersebut akan dianalisis.

1.7.10 Teknik Analisis Data

Untuk mengolah data dari hasil kuisioner akan digunakan analisis kuantitatif berdasarkan skala likert yang didapat melalui hasil kuisioner menggunakan skala interval. Maka dari itu jawaban pada penelitian ini akan diberi skor sebagai berikut:

Pilihan Jawaban	Skor
Sangat Setuju	4
Setuju	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

Sumber: *Hasil Olahan Peneliti*

Dalam menentukan kategori nilai jawaban responden pada setiap item pertanyaan pada masing-masing variabel akan ditentukan rata-rata dengan menambah hasil jawaban berdasarkan skornya lalu dikali dengan jumlah skor maksimal lalu dibagi dengan total jumlah skor maka akan didapatkan rata-rata jawaban responden dalam penelitian tersebut. Setelah mendapatkan rata-rata tersebut, akan dilihat hasilnya masuk pada kategori nilai yang mana. Sebelumnya peneliti akan menentukan kategori golongan jawaban tinggi dan rendah dengan menentukan kelas intervalnya terlebih dahulu, maka dari itu rumus interval yang digunakan adalah sebagai berikut:

Rumus Interval

$I = 100 / \text{Jumlah Skor (Likert)}$

$= 100 / 4$

$= 25$

Ditemukan hasil dari perhitungan rumus interval yaitu sebesar 25, maka dalam penelitian ini jarak dalam skala likert ialah 25 yang dimulai dari yang terendah 0% hingga tertinggi 100%, sehingga dapat diketahui kategori jawaban responden masing-masing variabel melalui tabel berikut:

Batas	Kategori Skor
75%-100%	Sangat Tinggi
50%-74,99%	Tinggi
25%-49,9%	Rendah
0%-24,99%	Sangat Rendah

Sumber: *Hasil Olahan Peneliti*

Pada penelitian ini akan digunakan Uji Korelasi Sederhana dan Uji Regresi Linear Sederhana dalam mengukur bagaimana sebuah pengaruh sebab akibat yang berasal dari variabel X sebagai variabel independen yaitu variabel yang memberikan pengaruh kepada variabel Y sebagai variabel dependen atau variabel yang menerima pengaruh. Uji Korelasi merupakan suatu proses yang dilakukan untuk menguji suatu variabel atau yang biasa disebut variabel bebas untuk mengetahui bagaimana tingkat keeratan hubungan variabel bebas dengan variabel lain, sedangkan Uji Regresi Linear Sederhana merupakan salah satu metode regresi yang dipakai sebagai alat untuk menentukan pengaruh sebuah variabel bebas(independen) terhadap variabel terikat (dependen), sebelum melakukan Uji Regresi Linear sederhana diperlukan Uji Normalitas dan Uji Linearitas sebagai syarat wajib dalam melakukan Uji Regresi Linear Sederhana. Kedua uji yang akan dilakukan pada penelitian ini akan menggunakan aplikasi hitung *IBM SPSS Versi 25* untuk membantu peneliti dalam menghasilkan sebuah hasil hitungan.