

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Magister Pendidikan Islam Angkatan 2024 di Universitas Islam Sultan Agung

Alif Irfan¹, Choeroni², Asmaji Muchtar³

¹Universitas Islam Sultan Agung; alifirfan888@gmail.com

²Universitas Islam Sultan Agung; choeroni@unissula.ac.id

³Universitas Islam Sultan Agung; asmajimochtar@yahoo.co.id

Article Info

Article history:

Received Maret, 2025

Revised Juni, 2025

Accepted Juni, 2025

Kata Kunci:

Dukungan Sosial, Stres Akademik, Siswa, Pendidikan Agama Islam, Korelasi

Keywords:

Social Support, Academic Stress, Students, Islamic Religious Education, Correlation

ABSTRAK

Mahasiswa Program Magister Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Sultan Agung (angkatan 2024) akan menjadi subjek penelitian ini, yang berupaya untuk membangun hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik. Metodologi kuantitatif berdasarkan korelasi digunakan. Seratus peserta disurvei menggunakan kuesioner tertutup. Nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 ditemukan dalam analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi Pearson. Hal ini menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan stres akademik berhubungan secara signifikan. Nilai korelasi sebesar 0,645, yang lebih tinggi dari nilai r tabel sebesar 0,256, menunjukkan hubungan yang kuat dan menguntungkan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres akademik mahasiswa berkorelasi positif dengan dukungan sosial mereka. Menurut temuan ini, dukungan sosial memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademis.

ABSTRACT

Students in the Islamic Religious Education Master's Program at Sultan Agung Islamic University (class of 2024) will be the subjects of this study, which seeks to establish a connection between social support and academic stress. A quantitative methodology based on correlation is utilized. One hundred participants were polled using a closed questionnaire. A significance value (2-tailed) of 0.000 was found in the data analysis conducted using the Pearson correlation test. This indicates that the variables of social support and academic stress are significantly related. A correlation value of 0.645, which is higher than the r table value of 0.256, suggests a strong and favorable link. Therefore, the results of this study indicate that students' academic stress is positively correlated with their social support. According to these findings, social support plays a crucial role in helping college students cope with academic strain.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Name: Alif Irfan S.Pd., M.M., M.Ling

Institution: Universitas Islam Sultan Agung

Email: alifirfan888@gmail.com**1. PENDAHULUAN**

Studi mengenai hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik di kalangan mahasiswa magister, khususnya pada program Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam Sultan Agung, merupakan topik yang sangat relevan dan penting untuk diteliti. Mahasiswa pascasarjana sering menghadapi berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, sehingga pemahaman yang lebih dalam mengenai peran dukungan sosial dalam meredakan stres akademik menjadi sangat penting. Dukungan sosial dikenal luas sebagai faktor utama yang dapat memengaruhi tingkat stres akademis pada berbagai kelompok mahasiswa. Sebagai contoh, sebuah penelitian oleh Rosyid dan Laili mengungkapkan bahwa dukungan sosial, bersama dengan kesejahteraan psikologis, merupakan faktor prediktif utama yang mempengaruhi stres akademik pada siswa sekolah menengah kejuruan. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan yang memberikan dukungan dapat membantu mengurangi stres dan memperbaiki mekanisme koping siswa dalam menghadapi tekanan akademis (Rosyid & Laili, 2024). Selain itu, penelitian oleh Zhang dkk. menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam memediasi hubungan antara stres akademis dan kelelahan regulasi diri, yang menandakan bahwa adanya jaringan dukungan sosial yang kuat dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan pendidikan (Zhang dkk., 2022). Penelitian oleh Wawrzynski dkk. juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial memegang peran yang sangat krusial dalam mengurangi stres dan memperkuat strategi koping. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan yang mendukung antar teman sebaya dapat meningkatkan kesejahteraan psikososial dalam lingkungan pendidikan yang penuh tekanan; meskipun demikian, studi tersebut lebih difokuskan pada saudara kandung anak-anak penderita kanker, yang mungkin memiliki konteks yang berbeda dengan situasi akademik (Wawrzynski dkk., 2021).

Penelitian terkait menunjukkan berbagai temuan yang kompleks mengenai hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres yang dirasakan. Sebuah studi oleh Gyamerah et al. menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dirasakan berhubungan erat dengan penurunan stres akademik, terutama di kalangan mahasiswa internasional yang menghadapi tantangan dan masalah yang berbeda dibandingkan dengan mahasiswa lokal (Gyamerah et al., 2024). Ye et al. juga menemukan bahwa kepuasan hidup berfungsi sebagai mediator antara dukungan sosial dan kelelahan akademik, yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasa mendapat dukungan lebih cenderung merasakan tingkat kepuasan yang lebih tinggi, yang pada gilirannya mengurangi tingkat kelelahan dan stres (Ye et al., 2021). Temuan ini sangat relevan untuk mahasiswa pascasarjana yang mendalami pendidikan agama Islam, di mana tuntutan akademik sering kali bertemu dengan keyakinan pribadi mereka.

Meskipun banyak penelitian yang menunjukkan manfaat dukungan sosial dalam mengurangi stres akademik, penting untuk dicatat bahwa tingkat stres yang tinggi masih dapat dialami oleh mahasiswa, meskipun mereka merasa didukung. Penelitian oleh Park dkk. menunjukkan bahwa mahasiswa pascasarjana sering mengalami ketidaknyamanan psikologis dan kelelahan, meskipun mereka menerima dukungan sosial yang cukup signifikan, hal ini menyoroti bahwa hubungan antara dukungan yang dirasakan dan stres akademik bersifat lebih kompleks daripada yang diperkirakan sebelumnya (Park dkk., 2021). Kompleksitas ini menunjukkan perlunya penelitian yang lebih mendalam mengenai cara dukungan sosial bekerja dalam konteks yang

berbeda, khususnya bagi mahasiswa magister dalam bidang pendidikan agama Islam, yang memiliki dinamika akademik dan personal yang khas.

Selain itu, memahami dinamika dukungan sosial sangat penting mengingat kendala yang terjadi selama epidemi COVID-19. Penelitian oleh Andrade dkk. menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dikaitkan dengan metode penanganan yang tidak adaptif pada siswa, sehingga memengaruhi keterlibatan akademis mereka (Andrade dkk., 2023). Hal ini menyoroti pentingnya lembaga pendidikan untuk menambah jaringan dukungan sosial, sehingga mendorong ketahanan dan mengurangi stres akademis. Hubungan antara dukungan sosial dan stres akademis merupakan masalah kompleks yang memerlukan penyelidikan berkelanjutan. Penelitian saat ini menekankan fungsi perlindungan dukungan sosial dalam mengurangi stres akademis, sekaligus mencatat komplikasi yang berasal dari perbedaan individu dan kontekstual, khususnya yang berkaitan dengan mahasiswa magister di Universitas Islam Sultan Agung.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Dorongan Sosial*

Dukungan sosial memainkan peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan individu dan kelompok di berbagai konteks. Menurut Nie et al., dalam masyarakat pedesaan Tiongkok, jaringan sosial yang kompleks berfungsi untuk memberikan dukungan bagi individu usia, membantu mengurangi risiko yang mereka hadapi terkait dukungan di usia tua (Nie et al., 2022). Selain itu, kualitas dukungan hubungan sosial erat dengan kesehatan fisik dan mental, di mana studi oleh Flores et al. menunjukkan bahwa individu dengan jaringan sosial yang lebih luas mengalami kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi (Flores et al., 2020). Selama masa krisis, seperti pandemi COVID-19, penelitian oleh Carlsen et al. menunjukkan bahwa jaringan sosial memainkan peran vital dalam mendistribusikan dukungan, membantu individu dalam mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan (Carlsen et al., 2020). Secara keseluruhan, dukungan sosial yang efektif memfasilitasi interaksi positif yang penting dalam memelihara kesehatan mental dan fisik, serta mengurangi dampak stres sosial, seperti dijelaskan oleh Davidson dan Zhou (Davidson & Zhou, 2020).

2.2 *Stres Akademik*

Stres akademik menjadi masalah yang signifikan di kalangan mahasiswa, terutama di masa pandemi dan saat menghadapi tuntutan akademik yang lebih tinggi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi positif dalam mengurangi stres akademik. Rahman dkk. menemukan bahwa peningkatan dukungan sosial dapat menurunkan tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa psikologi (Rahman et al., 2024). Demikian pula, Ayu dkk. memperhatikan bahwa siswa tingkat akhir di Jakarta mengalami stres akademik yang tinggi akibat harapan yang lebih besar dari sekitar mereka, dan dukungan sosial dapat menjadi mitigator yang penting (Ayu et al., 2023).

Jannah menyoroti bahwa selama pembelajaran jarak jauh akibat COVID-19, dukungan sosial berfungsi untuk mengurangi stres akademik yang meningkat (Jannah, 2021). Selain itu, penelitian oleh Saputro menyatakan bahwa rendahnya dukungan sosial berbanding lurus dengan tinggi tingkat stres akademik (Saputro, 2024). Dengan demikian, berbagai penelitian konsisten menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam mendukung siswa agar dapat mengelola stres akademik dengan lebih efektif (Ellis et al., 2023; Ansyah & Susanti, 2023; Başar et al., 2021).

2.3 *Hubungan Dorongan Sosial dan Stres Akademik*

Berbagai penelitian telah mengungkapkan hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres akademik, dengan banyak studi yang menunjukkan temuan yang serupa. Sebuah penelitian oleh Jannah (2021) menemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik, yang berarti semakin banyak dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami (Jannah, 2021). Hasil serupa juga ditemukan oleh Saputro (2024), yang mengemukakan bahwa kurangnya

dukungan sosial cenderung berhubungan dengan meningkatnya tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa (Saputro, 2024).

Lebih lanjut, Audina (2023) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dukungan sosial dapat bertindak sebagai penyangga atau pelindung yang efektif dalam menghadapi tekanan akademik yang sering dirasakan oleh mahasiswa (Audina, 2023). Di samping itu, Amira dan Muhid (2020) menyoroti bahwa dukungan sosial tidak hanya membantu mahasiswa mengelola stres, tetapi juga berperan dalam menciptakan pengalaman akademik yang lebih positif, yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (Amira & Muhid, 2020). Penelitian lain oleh Ansyah dan Susanti (2023) memperkuat hasil tersebut, dengan menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya memiliki peranan yang penting dalam mengurangi stres akademik di kalangan mahasiswa (Ansyah & Susanti, 2023).

Dari berbagai temuan ini, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor yang sangat penting dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik yang sering kali membawa stres tinggi. Dukungan sosial tidak hanya mengurangi tingkat stres akademik, tetapi juga meningkatkan kapasitas individu untuk menghadapi tekanan yang berasal dari tuntutan akademik yang berat.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pemilihan acak sederhana untuk fokus pada 100 mahasiswa yang terdaftar dalam program magister Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam Sultan Agung. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif, yang penting untuk pengujian hipotesis dan memperoleh kesimpulan statistik dari data survei, sebagaimana digambarkan oleh operasionalisasi konsep-konsep seperti kepuasan dan keterlibatan mahasiswa dalam lingkungan pendidikan melalui kuesioner dan protokol analitis yang ditentukan (Chanifah et al., 2021). Pendekatan kuesioner tertutup secara efektif mengumpulkan wawasan tentang pengalaman peserta dengan menilai secara statistik karakteristik yang terkait dengan pendapat mahasiswa tentang pendidikan mereka (Syukur, 2022).

Penerapan uji normalitas dan uji korelasi sangat penting dalam analisis data yang diperoleh. Uji normalitas memastikan terpenuhinya asumsi statistik fundamental, sehingga memudahkan analisis korelasi yang memperjelas hubungan antarvariabel, seperti motivasi belajar siswa dan efektivitas praktik pendidikan Islam, sebagaimana ditunjukkan dalam berbagai penelitian (Wahyuni & Bhattacharya, 2021; Komalasari & Yakubu, 2023; Sholeh, 2023). Dalam konteks pendidikan Islam, pemahaman tentang interaksi antara tradisi dan modifikasi pendidikan kontemporer berdampak signifikan terhadap respons siswa, yang relevan untuk menilai kemandirian berbagai pendekatan pedagogis (Sholeh, 2023; Gunawan & Lestari, 2021).

Uji korelasi penting karena mengidentifikasi hubungan potensial antara berbagai konstruk dalam pendidikan Islam, yang memungkinkan peneliti untuk menentukan bagaimana faktor-faktor seperti strategi pengajaran dan keterlibatan siswa memengaruhi hasil belajar (Ananda & Hayati, 2022; A'yun et al., 2022). Penelitian yang menunjukkan korelasi antara pendekatan pengajaran yang berhasil dan peningkatan kepuasan siswa memvalidasi signifikansi evaluasi kuantitatif dalam studi pendidikan, terutama dalam konteks pendidikan Islam (Batrisyia & Rivauzi, 2023). Ketelitian studi ini dapat meningkatkan desain kurikulum dan praktik pedagogis agar lebih sesuai dengan kebutuhan siswa dan tujuan pendidikan dalam pendidikan Islam (Hidayat & Janan, 2023; Syarnubi et al., 2021).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas adalah metode statistik yang digunakan untuk mengevaluasi apakah suatu kumpulan data mematuhi distribusi normal. Penilaian ini penting karena menentukan pemilihan metodologi statistik berikut; uji parametrik cocok untuk data yang didistribusikan secara normal, tetapi uji nonparametrik lebih disukai dalam kasus lain (Avram & Mărușteri, 2022). Penilaian

normalitas standar mencakup uji Shapiro-Wilk dan Kolmogorov-Smirnov, yang dapat menunjukkan kendala, terutama dengan ukuran sampel yang terbatas, yang berpotensi mengakibatkan kesalahan Tipe I atau Tipe II. Tsagris dan Pandis, 2021. Konsekuensi dari tidak mematuhi asumsi kenormalan dapat berdampak besar pada validitas analisis statistik, karena penyimpangan dari normalitas dapat menimbulkan bias dan kesalahan dalam statistik inferensial (Tsagris & Pandis, 2021). Pendekatan visual, seperti plot QQ, dapat meningkatkan uji statistik ini dengan menawarkan evaluasi intuitif terhadap kenormalan data (Počuča et al., 2023). Oleh karena itu, memahami dan menerapkan uji kenormalan sangat penting untuk analisis dan interpretasi data yang tepat dalam banyak disiplin akademis (Avram & Mărușteri, 2022; Tsagris & Pandis, 2021).

Tabel 1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	1,12118718
Most Extreme Differences	Absolute	0,079
	Positive	0,079
	Negative	-0,075
Test Statistic		0,079
Asymp. Sig. (2-tailed)		.128 ^c
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Sumber: Data Diolah (2025)

Nilai Asymp. Sig (2-tailed) ditetapkan sebesar 0,128 sebagai konsekuensi dari hasil uji normalitas. Dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh dari kuesioner terdistribusi normal, karena nilai ini melebihi batas signifikansi 0,05. Akibatnya, data tersebut sesuai untuk analisis statistik parametrik, karena asumsi normalitas terpenuhi. Distribusi normal data menunjukkan bahwa distribusi respons responden simetris dan masuk akal. Akibatnya, hasil analisis selanjutnya dapat dianggap valid dan representatif. Untuk menjamin bahwa temuan penelitian ini sangat andal, sangat penting untuk melakukan uji normalitas ini untuk memastikan bahwa metode statistik yang digunakan konsisten dengan karakteristik data. Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan dalam penyelidikan ini memenuhi kriteria normalitas dan cocok untuk digunakan sebagai dasar untuk penyelidikan tambahan ke dalam hubungan antara variabel yang diselidiki.

Uji multikolinearitas sangat penting dalam analisis regresi, yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengurangi korelasi yang berlebihan di antara variabel independen. Multikolinearitas mempersulit estimasi koefisien regresi dengan meningkatkan kesalahan standarnya dan menghasilkan estimasi koefisien yang tidak stabil, sehingga merusak kepercayaan model (Jaisankar & Victorseelan, 2024; Al-Essa et al., 2024; Etaga et al., 2021). Multikolinearitas mempersulit penilaian dampak yang berbeda dari variabel yang berkorelasi, yang sering kali mengakibatkan berkurangnya kekuatan statistik dan interpretasi yang bias (Shrestha, 2020; Etaga et al., 2021). Beberapa teknik tersedia untuk mengidentifikasi multikolinearitas, termasuk perhitungan Variance Inflation Factor (VIF) dan analisis nilai eigen dalam kerangka Principal Component Analysis (PCA) (Kyriazos & Poga, 2023; Nur et al., 2023). Selain itu, banyak strategi dapat digunakan untuk mengurangi dampaknya, seperti menghilangkan salah satu variabel yang berkorelasi dan menerapkan metode regularisasi seperti regresi Ridge, Lasso, atau Elastic Net (Nur et al., 2023;

Kılıçoğlu & Yerlikaya-Özkurt, 2024; Enwere et al., 2023). Memahami dan mengurangi multikolinearitas sangat penting untuk memperoleh hasil yang andal dan dapat diinterpretasikan dalam model regresi, terutama dalam disiplin ilmu yang menggunakan analisis multivariat yang komprehensif (Al-Essa et al., 2024; Abdelwahab et al., 2024).

Tabel 2. Uji Multikolenieritas

Coefficients ^a					
Model		t	Sig.	Collinearity Statistics	
				Tolerance	VIF
1	(Constant)	4,451	0,000		
	Dorongan Sosial	8,351	0,000	1,000	1,000
a. Dependent Variable: Stres Akademik					

Sumber: Data Diolah (2025)

Hasil uji multikolinearitas yang dilakukan menggunakan SPSS versi 25 menunjukkan bahwa Variance Inflation Factor (VIF) untuk variabel dorongan sosial adalah 1.000. Nilai ini berada jauh di bawah batas ambang yang ditetapkan, yaitu 10,00, yang mengindikasikan bahwa tidak ada masalah multikolinearitas yang signifikan. Selain itu, nilai toleransi untuk variabel dorongan sosial tercatat sebesar 1.000, yang juga lebih tinggi dari batas minimal yang disarankan, yaitu 0,10. Kedua indikator ini menunjukkan bahwa variabel dorongan sosial memiliki korelasi yang sangat rendah dengan variabel independen lainnya dalam model regresi yang digunakan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa variabel dorongan sosial tidak terpengaruh oleh multikolinearitas dalam analisis ini. Dengan demikian, variabel dorongan sosial dapat dipertimbangkan untuk digunakan secara independen dalam model regresi tanpa risiko menghasilkan bias atau distorsi dalam hasil analisis. Minimnya multikolinearitas ini juga memberikan dukungan terhadap validitas keseluruhan temuan penelitian, terutama dalam mengevaluasi hubungan antar variabel yang dianalisis.

Uji korelasi menilai derajat dan arah hubungan antara dua variabel atau lebih. Teknik korelasi yang banyak digunakan mencakup koefisien korelasi Pearson dan Spearman. Korelasi Pearson mengevaluasi hubungan linear dan berlaku untuk data kontinu yang terdistribusi normal, sedangkan korelasi Spearman berfungsi sebagai alternatif nonparametrik yang mengukur kekuatan hubungan antara variabel yang diberi peringkat, sehingga cocok untuk data ordinal atau yang terdistribusi tidak normal (Tyagi et al., 2022; Waszkiewicz & Taksás, 2023). Pentingnya pengujian ini terletak pada kapasitasnya untuk mengungkap hubungan yang dapat memandu penelitian atau aplikasi terapeutik berikutnya. Korelasi Spearman telah digunakan untuk memastikan korelasi antara indeks kesehatan dan berbagai parameter medis, termasuk indeks massa tubuh dan tingkat hipertensi (Irawati et al.).

Tabel 2. Uji Multikolenieritas

Correlations			
		Dorongan Sosial	Stres Akademik
Dorongan Sosial	Pearson Correlation	1	.645**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Stres Akademik	Pearson Correlation	.645**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Sumber: Data Diolah (2025)

Studi yang menggunakan uji signifikansi dua sisi menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk variabel dorongan sosial adalah 0,000. Bagan ini menggambarkan korelasi substansial antara dorongan sosial dan variabel Y, yaitu stres akademik. Nilai signifikansi, jauh lebih kecil dari 0,05, menunjukkan bahwa dorongan sosial memberikan dampak nyata pada stres akademik. Koefisien korelasi untuk variabel dorongan sosial adalah 0,645, di atas nilai r tabel sebesar 0,256. Ini adalah hubungan positif yang kuat antara dorongan sosial dan stres akademik. Peningkatan dorongan sosial berkorelasi dengan peningkatan jumlah stres akademik yang dialami oleh seorang individu. Korelasi sebesar 0,645 menunjukkan hubungan yang kuat, yang menandakan bahwa dorongan sosial berdampak signifikan terhadap stres akademik. Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa dorongan sosial berdampak signifikan terhadap stres akademik, yang menggarisbawahi peran penting dukungan sosial dalam mengelola stres tersebut.

Korelasi antara dukungan sosial dan stres akademik di kalangan mahasiswa magister pendidikan Islam di Universitas Islam Sultan Agung menjadi fokus penting dalam psikologi pendidikan. Hasilnya menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara dukungan sosial dan stres akademik, dengan koefisien korelasi sebesar 0,645. Ini adalah hubungan positif yang kuat, yang menyiratkan bahwa dukungan sosial yang meningkat berkorelasi dengan tingkat stres akademik yang lebih rendah. Pengamatan semacam itu khususnya relevan dalam konteks dinamika yang ada di lembaga pendidikan tinggi, di mana mahasiswa sering menghadapi harapan akademis yang substansial.

Dukungan sosial diakui dalam literatur akademis sebagai aspek penting yang memfasilitasi manajemen stres di kalangan mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial terdiri dari beberapa elemen, termasuk bantuan emosional, informasional, dan praktis. Masing-masing karakteristik ini sangat penting dalam membentuk pengalaman akademis mahasiswa, khususnya dalam mata kuliah yang sulit seperti pendidikan Islam. Dukungan emosional dapat menumbuhkan ketahanan terhadap masalah akademis, sehingga meningkatkan kesejahteraan umum dan prestasi akademis (Wulandari et al., 2022; Abbas & Sudika, 2023). Lembaga harus mengakui bahwa sistem dukungan sosial, termasuk jaringan sebaya dan bimbingan fakultas, merupakan sumber daya penting yang membantu meningkatkan ketahanan psikologis mahasiswa terhadap tantangan akademis.

Selain itu, literatur penelitian tentang subjek stres akademis mengungkap interaksi rumit antara banyak sistem pendukung dan hasil belajar siswa. Siswa yang merasakan dukungan sosial yang lebih besar dari teman sekelas dan pendidik umumnya merasakan tingkat stres terkait akademis yang lebih rendah. (Naima et al., 2024; Rahman, 2023). Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori dukungan sosial, yang menegaskan bahwa jaringan ikatan sosial yang kuat dapat secara substansial mengurangi perasaan terisolasi dan cemas selama masa-masa sulit di sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan sosial siswa meningkatkan motivasi dan menumbuhkan lingkungan belajar yang positif, sehingga mengurangi stres akademis (Suyadi et al., 2021; Naima et al., 2024).

Lebih jauh, pentingnya kemampuan sosial dan komunikasi dalam konteks pendidikan sangatlah penting. Sherayzina dan Chugunova menegaskan bahwa peningkatan keterampilan dan kompetensi sosial mendorong interaksi yang lebih baik di antara para siswa, sehingga mendorong terciptanya lingkungan akademis yang lebih kondusif yang mengurangi stres (Sherayzina & Chugunova, 2022). Dalam konteks ini, para siswa pendidikan Islam dapat memperoleh manfaat dari kegiatan keterlibatan yang terorganisir yang meningkatkan kapasitas mereka untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan para pendidik. Komunikasi yang efektif mendorong terjalinnya hubungan dan meningkatkan kerja sama akademis serta berbagi sumber daya, yang sangat penting selama masa-masa sulit.

Kegiatan pendidikan antikorupsi yang dirujuk dalam penelitian sebelumnya memberikan hubungan baru yang memanfaatkan keterlibatan sosial dalam lingkungan akademis. Terlibat dalam proyek kolaboratif yang mencakup isu-isu etika meningkatkan pemahaman akademis siswa dan menumbuhkan hubungan sosial, sehingga meningkatkan kesejahteraan emosional mereka (Suyadi

et al., 2021). Interaksi antara keterlibatan akademis dan sosial menyoroti pentingnya strategi pendidikan komprehensif yang memenuhi persyaratan kognitif dan psikososial.

Penggabungan teknologi secara signifikan meningkatkan dukungan sosial di antara para siswa dalam pendidikan Islam. Teknologi memungkinkan komunikasi dan jaringan di luar batasan geografis, sehingga membantu para siswa untuk membangun hubungan dengan teman sebaya dan memperoleh dukungan dengan lebih mudah (Wulandari et al., 2022; Sufyan et al., 2024). Platform digital ini dapat berfungsi sebagai tempat yang berguna untuk menyebarluaskan informasi dan bimbingan akademis, sehingga mengurangi isolasi yang terkadang dikaitkan dengan lingkungan akademis yang penuh tekanan. Dengan mendorong pemanfaatan teknologi secara aktif dalam membangun hubungan, lembaga pendidikan dapat secara signifikan meningkatkan sistem pendukung mereka.

Di samping dimensi emosional dan informasional dari dukungan sosial, bantuan praktis, termasuk sumber daya dan saran akademis, semakin memengaruhi hubungan antara dukungan sosial dan stres akademis. Siswa yang diberikan strategi praktis untuk mengelola perjalanan akademis mereka telah mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kinerja akademis (Saraya dkk., 2023; Nurpratiwi dkk., 2021). Bimbingan dari instruktur berpengalaman dapat memberikan kejelasan dan arahan, mengurangi ambiguitas, dan meningkatkan kapasitas siswa untuk mengatasi masalah secara efektif.

Selain itu, penting untuk meneliti kondisi psikososial yang lebih luas di mana mahasiswa pendidikan Islam berfungsi. Kekhawatiran atas identitas, kepemilikan, dan diskriminasi dalam lingkungan akademis dapat memengaruhi kesan siswa tentang dukungan dan kapasitas mereka untuk mengatasi stres. Penelitian menunjukkan bahwa siswa dari latar belakang yang kurang beruntung mungkin mengalami peningkatan stres akademis, mungkin disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial yang dirasakan (Badruzaman & Adiyono, 2023). Mengurangi kesenjangan ini melalui sistem dukungan yang terfokus sangat penting untuk membangun lingkungan pendidikan yang adil yang mendorong keberhasilan bagi semua anak. Menyadari pertimbangan ini, lembaga pendidikan seperti Universitas Islam Sultan Agung harus memprioritaskan pembentukan sistem dukungan sosial yang kuat bagi siswa. Inisiatif yang membina hubungan interpersonal, meningkatkan kemahiran komunikasi, dan mengintegrasikan teknologi dapat menjadi penting dalam mengurangi tekanan akademis. Selain itu, membangun program bimbingan sebaya dapat menawarkan platform strategis bagi siswa untuk bertukar pengalaman dan mekanisme penanggulangan. Untuk mengurangi stres akademis secara efektif melalui dukungan sosial, penting bagi institusi untuk membina hubungan yang baik antara dosen dan mahasiswa. Mempromosikan keterlibatan dosen dengan mahasiswa akan menumbuhkan iklim yang mendukung saling pengertian dan empati. Akibatnya, mahasiswa lebih cenderung mencari bantuan dan mengungkapkan kekhawatiran mereka terkait tuntutan akademis tanpa khawatir akan stigma (Rahman, 2023; Sutarto & Sari, 2022).

Sebagai kesimpulan, interaksi antara dukungan sosial dan stres akademis di kalangan mahasiswa magister pendidikan Islam menunjukkan bahwa menumbuhkan lingkungan akademis yang mendukung sangat penting untuk meningkatkan ketahanan dan kinerja mahasiswa. Strategi menyeluruh yang mencakup bantuan emosional, informasional, dan praktis akan memberdayakan mahasiswa untuk mengelola masalah yang mereka hadapi secara efektif, sehingga mengurangi stres akademis dan menumbuhkan pengalaman pendidikan yang menyenangkan. Akibatnya, penting bagi pemangku kepentingan pendidikan untuk berpartisipasi aktif dalam penciptaan dan pemeliharaan jaringan dukungan sosial yang memenuhi persyaratan khusus mahasiswa di lingkungan pendidikan Islam.

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 100 mahasiswa Program Magister Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam Sultan Agung menunjukkan adanya hubungan yang signifikan

antara dukungan sosial dan stres akademik. Temuan ini diperoleh melalui uji korelasi yang menghasilkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut. Nilai korelasi yang ditemukan sebesar 0,645, yang lebih besar dari nilai r tabel sebesar 0,256, menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dan kuat. Ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat stres akademik yang mereka alami. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memainkan peranan yang sangat penting dalam mempengaruhi tingkat stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- A'yun, Q., Sulastri, S., Wati, D., Sari, D., Ma'rufa, H., & Khafidhloh, F. (2022). Efektivitas penggunaan aplikasi kuiszz dalam pendidikan agama islam. *Jurnal Internasional Pendidikan Sains dan Kajian Budaya*, 1(1), 16-31. <https://doi.org/10.58291/ijsecs.v1i1.23>
- Abbas, M. dan Sudika, A. (2023). Peran guru pendidikan agama Islam dalam mengembangkan kepribadian siswa. *Jurnal Internasional Pendidikan Sains dan Agama Lanjutan*, 6(1), 14-24. <https://doi.org/10.33648/ijoaser.v6i1.294>
- Amira, R. dan Muhid, A. (2020). Pembelajaran mandiri, harga diri, dukungan sosial dan aliran akademik. *Penelitian Psikologi Indonesia*, 2(2), 65-74. <https://doi.org/10.29080/ipr.v2i2.393>
- Ananda, R. dan Hayati, F. (2022). Pengaruh strategi pembelajaran dan kemandirian belajar terhadap hasil belajar pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran (Jetl)*, 4(2), 140-149. <https://doi.org/10.51178/jetl.v4i2.599>
- Andrade, D., Ribeiro, Í., Prémusz, V., & Máté, O. (2023). Kelelahan akademis, fungsi keluarga, dukungan sosial yang dirasakan, dan cara mengatasi masalah di kalangan mahasiswa pascasarjana selama pandemi covid-19. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat*, 20(6), 4832. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064832>
- Ansyah, E. dan Susanti, P. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa universitas muhammadiyah sidoarjo. *Jurnal Konsulenza Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 6(2), 214-223. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v6i2.1996>
- Audina, M. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1183-1190. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1673>
- Avram, C. dan Mărușter, M. (2022). Penilaian normalitas, sedikit paradigma dan kasus penggunaan. *Revista Romana De Medicina De Laborator*, 30(3), 251-260. <https://doi.org/10.2478/rrlm-2022-0030>
- Ayu, B., Soegiarto, I., Mahendika, D., Winei, A., & Shofiah, S. (2023). Investigasi pengaruh stres akademik dan perhatian terhadap gangguan psikologis pada siswa tingkat akhir di jakarta. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 53-63. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.260>
- Badruzaman, A. dan Adiyono, A. (2023). Menafsirkan kembali identitas: pengaruh birokrasi, definisi situasi, diskriminasi, dan elit dalam pendidikan Islam. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(2), 157-175. <https://doi.org/10.30862/jri.v3i2.264>
- Başar, A., Zukhra, R., & Nopriadi, N. (2021). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pembelajaran berani pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 287-296. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.140>
- Batrisyia, T. dan Rivauzi, A. (2023). Peningkatan kontrol diri siswa SMA di Kota Padang (dilihat dari perspektif pendidikan agama Islam). *Jurnal Sains Multidisiplin Mikailalsys*, 1(2), 124-136. <https://doi.org/10.58578/mikailalsys.v1i2.1463>
- Carlsen, H., Toubøl, J., & Brincker, B. (2020). Tentang solidaritas dan kesukarelaan selama krisis covid-19 di Denmark: dampak jaringan sosial dan grup media sosial terhadap penyaluran dukungan. *European Societies*, 23(sup1), S122-S140. <https://doi.org/10.1080/14616696.2020.1818270>
- Chanifah, N., Hanafi, Y., Mahfud, C., & Samsudin, A. (2021). Merancang kerangka pendidikan Islam berbasis spiritualitas untuk generasi muda muslim: studi kasus dari dua universitas di Indonesia. *Pedagogi Pendidikan Tinggi*, 6(1), 195-211. <https://doi.org/10.1080/23752696.2021.1960879>
- Davidson, R. dan Zhou, E. (2020). Dukungan sosial, 1-7. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_2789-2
- Ellis, R., Sampe, P., Mahaly, S., & Makulua, I. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik siswa. *Pedagogika Jurnal Pedagogika Dan Dinamika Pendidikan*, 11(1), 102-110. <https://doi.org/10.30598/pedagogikavol11issue1page102-110>

- Flores, M., Ruiz, J., Goans, C., Butler, E., Uchino, B., Hirai, M., ... & Smith, T. (2020). Perbedaan ras-etnis dalam jaringan sosial dan dukungan yang dirasakan: pertimbangan pengukuran dan implikasi untuk penelitian disparitas.. *Psikologi Keragaman Budaya dan Etnis Minoritas*, 26(2), 189-199. <https://doi.org/10.1037/cdp0000283>
- Gunawan, G. dan Lestari, A. (2021). Pemikiran Al-Ghazali tentang pendidikan dan relevansinya dengan pendidikan Islam di era milenial. *Jurnal Studi Islam Ajis*, 6(1), 103-116. <https://doi.org/10.29240/ajis.v6i1.2091>
- Gyamerah, K., Osafo, P., Gyasi-Gyamerah, A., & Boadu, E. (2024). Meneliti stres akulturasi di kalangan mahasiswa internasional di Ghana menggunakan pendekatan fenomenologi interpretatif. Menguraikan sistem dukungan sosial. *Plos One*, 19(9), e0311123. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311123>
- Hidayat, M. dan Janan, M. (2023). Meningkatkan integritas moral: peran pendidikan Islam dalam menumbuhkan karakter unggul dalam manajemen pesantren. *Jurnal Manajemen Pendidikan Indonesia*, 5(2), 155-164. <https://doi.org/10.52627/managere.v5i2.334>
- Irawati, D., Hamdzi, M., & Kartikasari, I. (2022). Hubungan indeks massa tubuh dan riwayat merokok terhadap angka kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rendeng. *Magna Medica Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(2), 175. <https://doi.org/10.26714/magnamed.9.2.2022.175-182>
- Ismail, M., Noorani, M., Ismail, M., & Razak, F. (2022). Sinyal peringatan dini krisis keuangan menggunakan homologi persisten dan perlambatan kritis: bukti dari berbagai uji korelasi. *Frontiers in Applied Mathematics and Statistics*, 8. <https://doi.org/10.3389/fams.2022.940133>
- Jannah, S. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yang menjalani pembelajaran jarak jauh akibat covid-19. *Jurnal Empati*, 10(4), 255-259. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32580>
- Komalasari, M. dan Yakubu, A. (2023). Implementasi pembentukan karakter siswa melalui pendidikan agama Islam. *At-tadzkir*, 2(1), 52-64. <https://doi.org/10.59373/attadzkir.v2i1.16>
- Nie, J., Fan, R., Wu, Y., & Li, D. (2022). Berdasarkan jaringan internal atau jaringan eksternal?—studi tentang mekanisme jaringan sosial dalam mengurangi persepsi risiko dukungan hari tua pada lansia pedesaan di Tiongkok. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat*, 19(22), 15289. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215289>
- Nurpratiwi, S., Effendi, M., & Amaliyah, A. (2021). Peningkatan literasi agama melalui mata kuliah pendidikan agama Islam berbasis kelas terbalik. *Istawa Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 16. <https://doi.org/10.24269/ijpi.v6i1.3107>
- Park, K., Sibalis, A., & Jamieson, B. (2021). Kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa psikologi magister dan doktoral di universitas perkotaan Kanada. *Jurnal Internasional Studi Doktoral*, 16, 429-447. <https://doi.org/10.28945/4790>
- Počuča, N., Gallaugh, M., Clark, K., & McNicholas, P. (2023). Penilaian visual terhadap kenormalan matriks-variabel. *Jurnal Statistik Australia & Selandia Baru*, 65(2), 152-165. <https://doi.org/10.1111/anzs.12388>
- Rahman, A., Anjelina, A., Astuti, W., Syarif, F., Eriza, S., & Anggraini, T. (2024). Kontribusi dukungan sosial terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa psikologi bukittinggi. *Jurnal Empati*, 13(3), 53-60. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.44855>
- Rahman, F. (2023). Pendidik dalam perspektif pendidikan Islam. *fadlan*, 1(1), 1-6. <https://doi.org/10.61166/fadlan.v1i1.1>
- Rosyid, M. dan Laili, N. (2024). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis sebagai prediktor stres akademik pada siswa sekolah menengah kejuruan. <https://doi.org/10.4108/eai.18-7-2023.2343802>
- Şahin, M. (2020). Hubungan antara parameter kualitas udara dan covid-19 di Turki. *Penelitian Farmasi dan Biomedis*. [https://doi.org/10.18502/pbr.v6i\(s1\).4402](https://doi.org/10.18502/pbr.v6i(s1).4402)
- Saputro, A. (2024). Korelasi dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa pendidikan jasmani universitas PGRI Jombang di masa pandemi covid-19. *Jurnal Olah Raga (Rekreasi dan Latihan Organisasi Pendidikan Jasmani Olahraga)*, 8(1), 178-202. <https://doi.org/10.37058/sport.v8i1.10247>
- Saraya, A., Mardhatillah, A., Fitriani, E., & Adiyono, A. (2023). Peran guru pendidikan agama Islam: permasalahan dalam menilai hasil belajar siswa di sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Dharma (De_journal)*, 4(2), 565-572. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i2.1060>
- Sherayzina, R. dan Chugunova, T. (2022). Kondisi organisasi dan pedagogis untuk pengembangan kompetensi sosial dan komunikatif manajer pendidikan masa depan. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.220208.061>
- Sholeh, M. (2023). Evaluasi dan monitoring manajemen pembelajaran pendidikan Islam dalam upaya peningkatan mutu pendidikan. *communautaire*, 2(2), 108-117. <https://doi.org/10.61987/communautaire.v2i2.159>

- Sufyan, S., Jamali, J., & Juanda, A. (2024). Pendidikan kewirausahaan dan kemandirian santri Pondok Pesantren Progresif Ulfyah Segeran Kidul Juntinyuat Indramayu, Indonesia. *Jurnal Internasional Ilmu Sosial dan Penelitian Manusia*, 07(10). <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v7-i10-31>
- Sutarto, S. dan Sari, D. (2022). Strategi pembelajaran pendidikan agama Islam untuk membangun karakter religius yang inklusif bagi mahasiswa. *Al-Ishlah Jurnal Pendidikan*, 14(4), 7319-7330. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v14i4.2332>
- Suyadi, S., Nuryana, Z., & Asmorojati, A. (2021). Penyisipan pendidikan antikorupsi ke dalam pembelajaran pendidikan Islam berbasis neurosains. *Jurnal Internasional Evaluasi dan Penelitian Pendidikan (Ijere)*, 10(4), 1417. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i4.21881>
- Syarnubi, S., Mansir, F., Purnomo, M., Harto, K., & Hawi, A. (2021). Menerapkan pendidikan karakter di madrasah. *Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), 77-94. <https://doi.org/10.15575/jpi.v7i1.8449>
- Syukur, T. (2022). Kepuasan mahasiswa program studi pendidikan agama Islam terhadap proses pendidikan di STAI Alhikmah Jakarta. *Cbjis Cross-Border Journal of Islamic Studies*, 4(2), 77-83. <https://doi.org/10.37567/cbjis.v4i2.1462>
- Tsagris, M. dan Pandis, N. (2021). Uji normalitas: apakah benar-benar diperlukan?. *American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics*, 159(4), 548-549. <https://doi.org/10.1016/j.ajodo.2021.01.003>
- Tyagi, A., Salhotra, R., Agrawal, A., Vashist, I., & Malhotra, R. (2022). Penggunaan uji korelasi Pearson dan Spearman dalam jurnal anestesi India: audit. *Jurnal Anestesiologi Farmakologi Klinis*, 39(4), 550-556. https://doi.org/10.4103/joacp.joacp_13_22
- Wahyuni, S. dan Bhattacharya, S. (2021). Strategi guru pendidikan agama Islam dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Tafkir Interdisipliner Pendidikan Islam*, 2(2), 229-249. <https://doi.org/10.31538/tijie.v2i2.22>
- Waszkiewicz, G. dan Taksás, B. (2023). Pengeluaran militer di antara anggota NATO Eropa. Pentingnya faktor-faktor strategis setelah 2014. *Jurnal Masalah Keamanan dan Keberlanjutan*, 13(1), 53-63. <https://doi.org/10.47459/jssi.2023.13.5>
- Wawrzynski, S., Schaefer, M., Schvaneveldt, N., & Alderfer, M. (2021). Dukungan sosial dan saudara kandung anak penderita kanker: tinjauan cakupan. *Psycho-Oncology*, 30(8), 1232-1245. <https://doi.org/10.1002/pon.5689>
- Wulandari, V., Ramadhany, N., Lisa, M., Neem, C., Sari, W., & Mathew, I. (2022). Perspektif mahasiswa pendidikan Islam mengenai urgensi keterampilan teknologi dan kemampuan bahasa asing. *Jurnal Internasional Pendidikan Tinggi Studi Islam*, 1(2), 119-132. <https://doi.org/10.24036/insight.v1i2.135>
- Yaumi, M. dan Fitri, R. (2024). Implementasi pembelajaran pendidikan agama Islam dalam membangun sikap sosial siswa. *Jurnal Tafkir Interdisipliner Pendidikan Islam*, 5(1), 171-183. <https://doi.org/10.31538/tijie.v5i1.1052>
- Ye, Y., Huang, X., & Liu, Y. (2021). Dukungan sosial dan kelelahan akademis di kalangan mahasiswa: model mediasi yang dimoderasi. *Penelitian Psikologi dan Manajemen Perilaku*, Volume 14, 335-344. <https://doi.org/10.2147/prbm.s300797>
- Zhang, Y., Pengyue, Z., Chen, D., Qichao, N., Pang, D., Song, A., ... & Di, Z. (2022). Hubungan antara stres akademis, dukungan sosial, dan kelelahan regulasi diri di kalangan mahasiswa keperawatan: studi cross-sectional berdasarkan pendekatan pemodelan persamaan struktural. *BMC Medical Education*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03829-2>