

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES PADA SANTRIWATI BARU DI PONDOK PESANTREN AI-USYMMUNI PANDIAN TARATE SUMENEP

Oleh : Romlania

Stres berarti kondisi ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di pesantren, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada santriwati baru di pondok pesantren Al-Ussymuni Tarate Pandian Sumenep.

Design penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode analisis data menggunakan teknik analisis korelasi. Populasi nya adalah sebanyak 89 santriwati baru di pondok pesantren Al-Ussymuni Tarate Pandian Sumenep. jumlah sample sebanyak 73 santriwati baru dengan tehnik *simple random sampling*. Tektik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis dua prediktor dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for Windows 16.0*.

Hasil dari penelitian ini adalah; santriwati baru yang mendapatkan dukungan sosial kurang mengalami tingkat stres tinggi dengan persentase (6,8%). Santriwati baru dengan dukungan sosial cukup mengalami tingkat stres tinggi yaitu (4,1%), mengalami tingkat stres sedang sebesar (38,3%), dan mengalami tingkat stres ringan yaitu (23,2%). Sedangkan santriwati baru dengan dukungan sosial baik mengalami tingkat stres tinggi yaitu (1,3%), mengalami tingkat stres sedang (1,3%), dan mengalami tingkat stres ringan yaitu (24,6%).

Ada banyak faktor yang menyebabkan santriwati baru mengalami stres, salah satu faktor terbesarnya adalah tinggal di lingkungan baru dengan peraturan dan teman-teman baru. Hal tersebut tentu menjadi tekanan bagi santriwati baru yang tidak dapat beradaptasi dengan baik sehingga terjadi stres. Dukungan sosial merupakan *action* paling baik yang bisa di berikan kepada santriwati baru terutama oleh teman-teman yang ada di pesantren.

Kata kunci : Dukungan Sosial, Tingkat Stres