

## **ABSTRAK**

**Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muslim Indonesia  
Skripsi, Februari 2026**

**Nurauliah Ramadhani Gafur  
14220220061**

**“Hubungan Dukungan Keluarga Dan Adaptasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqam Makassar”** dibimbing oleh Brajakson Siokal dan Suhermi.

Stres akademik merupakan masalah psikologis yang umum dialami remaja, khususnya santri yang menghadapi tuntutan belajar dan kehidupan berasrama. Dukungan keluarga dan kemampuan adaptasi diri diduga berperan dalam menurunkan tingkat stres akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan adaptasi diri dengan stres akademik pada santri SMP Pondok Pesantren Darul Arqam Makassar.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi berjumlah 258 santri dan sampel sebanyak 157 responden yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dukungan keluarga, adaptasi diri, dan stres akademik. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar santri memiliki dukungan keluarga yang cukup 86,0%, adaptasi diri pada santri mayoritas adaptasi diri kurang 93,6% dan stress akademik pada santri mayoritas stres akademik tinggi 61,1%. Hasil uji *Chi-Square* adanya hubungan dukungan keluarga dengan stres akademik dengan nilai  $p=0,001$ . Kemudian tidak ada hubungan adaptasi diri dengan stres akademik pada santri dengan nilai  $p=1,000$ .

Kesimpulan penelitian terdapat hubungan dukungan keluarga dengan stres akademik pada santri, sedangkan adaptasi diri tidak ada hubungan dengan stres akademik. Saran bagi responden diharapkan meningkatkan kontrol diri, manajemen waktu, pola pikir positif, dan kemampuan beradaptasi agar stres akademik dapat dikelola secara sehat.

**Daftar Pustaka: 63 (2020-2025)**

**Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Adaptasi Diri, Stres Akademik, Santri, Pesantren.**