

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Stres akademik merupakan salah satu permasalahan psikologis yang umum dialami oleh siswa, terutama pada jenjang pendidikan menengah. Stres akademik merupakan suatu kondisi dimana terdapat tuntutan akademik yang melebihi sumber daya yang tersedia (Gadzella & Masten, 2005). Barseli dkk. (2017) menegaskan bahwa stres akademik muncul sebagai respons terhadap bagaimana siswa memaknai dan merespons tekanan tersebut secara emosional, fisik, dan perilaku. Siswa yang merasa tertekan terhadap tuntutan akademik cenderung menunjukkan gejala stres yang beragam, tergantung pada persepsi terhadap kemampuan diri dan dukungan lingkungan (Sriwahyuningsih & Barseli, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Khaira (2023) menunjukkan bahwa stres akademik yang berlebihan menyebabkan siswa tersebut kesulitan mengelola tugas, sehingga memicu stres yang ditandai dengan kelelahan, kesulitan konsentrasi, penurunan motivasi belajar, serta perilaku negatif seperti membolos dan berbohong.

Stres akademik dipicu oleh berbagai sumber stres yang dialami siswa dalam proses pembelajaran (Desmita, 2010). Sumber-sumber tersebut meliputi tekanan untuk naik kelas, durasi belajar yang panjang, banyaknya tugas, tekanan untuk mendapat nilai ulangan yang bagus, keputusan menentukan jurusan atau karir, kecemasan menghadapi ujian, serta kesulitan dalam mengatur waktu (Rahmawati, 2016). Sejalan dengan Sun dkk. (2015), stres akademik dapat dipahami melalui lima aspek utama yang merepresentasikan sumber tekanan yang dialami oleh siswa dalam konteks pendidikan. Kelima aspek tersebut meliputi tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran tentang nilai, ekspektasi diri, serta perasaan putus asa.

Kelima aspek tersebut berkontribusi secara signifikan terhadap munculnya stres akademik, terutama ketika tuntutan yang dihadapi siswa melebihi kapasitas adaptif dan dukungan yang tersedia. Harahap dan Lubis (2024) menekankan bahwa beban tugas yang berat dapat menimbulkan tekanan belajar yang berdampak pada stres akademik. Marshanda (2025) menambahkan bahwa tekanan untuk meraih nilai tinggi memang dapat menjadi motivasi, namun juga berpotensi memicu stres dan gangguan emosional jika tidak diimbangi dengan kemampuan adaptasi yang baik.

Selain itu, ekspektasi diri yang terlalu tinggi juga berperan dalam meningkatkan risiko stres akademik. Pradiri dkk. (2021) menunjukkan bahwa siswa yang menetapkan standar tinggi terhadap diri mereka sendiri cenderung lebih rentan terhadap stres, terutama ketika hasil belajar tidak sesuai harapan. Ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan ini dapat menimbulkan rasa kecewa, frustrasi, dan bahkan keputusan. Lalu, Della (2019) turut menyoroti bahwa tekanan untuk menunjukkan prestasi akademik semakin meningkat dalam sistem pembelajaran yang intensif seperti *full-day school*, sehingga memperbesar potensi munculnya stres akademik pada siswa.

Sistem *full-day school* merupakan model pendidikan yang menerapkan pembelajaran sepanjang hari dengan kurikulum dan aktivitas yang terintegrasi (Takwin, 2021). Berbeda dengan *half-day school* yang berlangsung dari pagi hingga siang, *full-day school* biasanya dimulai pukul 06.45 hingga 15.00 dengan waktu istirahat setiap dua jam (Baharuddin, 2010). Meskipun memberikan waktu belajar yang lebih panjang, sistem ini tidak selalu berdampak positif terhadap kesejahteraan siswa. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *full-day school* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan stres akademik pada remaja. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alisah (2025) menunjukkan bahwa 51,6% siswa di SMAN 1 Padangan (sistem *full-day*) mengalami stres berat, jauh lebih tinggi dibandingkan dengan 6,5% siswa di MAN 3 Bojonegoro (sistem *half-day*). Penelitian oleh Nirmayanti (2018) di Samarinda juga menunjukkan bahwa siswa di sekolah dengan sistem *full-day* lebih rentan mengalami tekanan akademik akibat durasi belajar yang panjang dan intensitas tugas yang tinggi. Sebuah penelitian yang dilakukan pada salah satu sekolah di Medan mengungkapkan

temuan serupa, bahwa siswa di sekolah dengan sistem *full-day* menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa di sekolah dengan sistem *half-day* (Sari, 2018). Ketiga studi tersebut secara konsisten menyoroti bahwa sistem pembelajaran *full-day* pada sekolah menengah berpotensi meningkatkan stres akademik pada siswa remaja.

Selain sistem *full-day*, jenis sekolah ternyata juga memberikan kontribusi pada kondisi psikologis remaja. Sekolah khusus (*single-sex school*) merupakan jenis pendidikan di tingkat dasar, menengah, atau perguruan tinggi di mana remaja laki-laki atau perempuan bersekolah secara eksklusif hanya dengan sesama jenis kelamin mereka (Mael dkk., 2005). Penelitian Jung dkk (2024) di Seoul, Korea Selatan, menunjukkan bahwa dampak sekolah khusus berbeda bagi tiap remaja, tergantung pada respon mereka terhadap tekanan kompetitif yang dihadapi di lingkungan pendidikan. Remaja putri dengan pencapaian akademik yang baik cenderung menunjukkan kesehatan mental dan hubungan sosial positif. Sebaliknya, remaja putri yang memiliki pencapaian akademik yang lebih rendah mengalami tekanan kompetitif yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka. Di sisi lain, remaja laki-laki umumnya menunjukkan pencapaian akademik yang lebih baik, tetapi mereka juga mengalami dampak negatif dalam kesehatan mental. Lorraine (2024) menambahkan bahwa remaja putri dari hasil penelitiannya yang dilakukan di KwaZulu-Natal, Afrika Selatan, menyatakan bahwa remaja putri di sekolah khusus mengalami lebih banyak masalah kesehatan mental seperti depresi hingga kecemasan dibandingkan di sekolah campuran (*co-educational school*).

Menariknya, stres akademik tidak dirasakan secara merata oleh seluruh siswa remaja, terutama jika ditinjau dari aspek gender. Penelitian Ifdil dkk. (2023) di beberapa SMA di Padang menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih banyak mengalami stres akademik dibandingkan laki-laki. Temuan serupa juga disampaikan oleh Gusella (2020), yang menegaskan bahwa remaja putri lebih rentan terhadap tekanan akademik. Perbedaan ini berkaitan dengan cara remaja mempersepsikan dan merespons tekanan. Jannah dkk. (2022) menyatakan bahwa perempuan cenderung

memaknai tekanan akademik sebagai beban emosional yang lebih berat dan lebih terbuka dalam mengekspresikan stres. Rohmatillah dan Kholifah (2021) menambahkan bahwa remaja putri sering kali menganggap tekanan akademik sebagai ancaman terhadap kesejahteraan psikologisnya. Dengan demikian, sensitivitas emosional yang lebih tinggi pada remaja putri menjadikan mereka lebih rentan mengalami stres ketika menghadapi tuntutan belajar, beban tugas, ujian, dan ekspektasi akademik (Khaira, 2023).

Stres akademik sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Salah satu faktor eksternal yang signifikan adalah ekspektasi orang tua. Ekspektasi ini dapat diartikan sebagai harapan atau aspirasi orang tua terhadap masa depan anaknya (Aldous, 2006), khususnya dalam aspek akademik dan karier (Sasikala & Karunanidhi, 2011). Yamamoto dan Holloway (2011) mendefinisikan ekspektasi orang tua sebagai keyakinan atau penilaian orang tua terhadap prestasi anak di masa depan. Namun, ketika ekspektasi tersebut melebihi kapasitas anak dan tidak disertai dukungan emosional yang memadai, maka tekanan psikologis yang dirasakan cenderung meningkat. Ekspektasi yang tinggi terhadap prestasi akademik sering kali menjadi sumber stres, di kalangan siswa sekolah menengah di Asia (Ang & Huan, 2006).

Lebih lanjut, persepsi remaja terhadap ekspektasi tersebut memainkan peran penting dalam munculnya stres akademik. Persepsi ini mencerminkan bagaimana siswa memaknai ekspektasi tersebut. Ekspektasi orang tua dapat dipersepsikan sebagai motivasi atau sebagai tekanan yang membebani. Ketika ekspektasi dipersepsikan sebagai tuntutan yang harus dipenuhi demi mendapatkan penerimaan atau pengakuan, maka stres akademik yang dirasakan cenderung meningkat. Penelitian yang dilakukan oleh Yulianti dan Yusra (2024) pada siswa MTsN di Bukittinggi menunjukkan bahwa semakin tinggi ekspektasi yang dirasakan siswa dari orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat stres akademik yang dialami. Penelitian serupa oleh Yanra (2024) pada siswa SMA di Kota Padang mengungkapkan bahwa ekspektasi orang tua memberikan kontribusi sebesar 6,8% terhadap kecenderungan stres akademik.

Penelitian oleh Trivedi (2022) menunjukkan bahwa siswa SMA di India yang mempersepsikan ekspektasi orang tuanya tinggi cenderung akan merasa lebih cemas yang pada akhirnya dapat mempengaruhi performa belajar siswa. Temuan serupa oleh Poddar (2020) juga menjelaskan bahwa dampak dari ekspektasi yang tidak realistis dan berlebihan dari orang tua dapat memicu kecemasan, stres, bahkan risiko depresi dan perilaku menyimpang, terutama dalam sistem pendidikan yang berorientasi pada prestasi dan kompetisi. Hal ini menunjukkan bahwa sistem pendidikan yang kompetitif juga dapat memperparah dampak dari persepsi ekspektasi orang tua terhadap remaja. Beberapa penelitian ini menegaskan bahwa ketika ekspektasi tidak diimbangi dengan dukungan emosional dan pemahaman terhadap kapasitas anak, maka tuntutan akademik yang dirasakan berpotensi mengganggu kesejahteraan mental remaja.

Namun demikian, ekspektasi orang tua tidak selalu berdampak negatif. Dalam konteks tertentu, ekspektasi tersebut dapat dipersepsikan secara positif dan berfungsi sebagai faktor protektif terhadap stres akademik. Ketika ekspektasi disampaikan melalui komunikasi yang sehat dan dukungan emosional yang baik, remaja cenderung memaknai ekspektasi tersebut sebagai dorongan untuk berkembang, bukan sebagai beban psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Xu, Zuo, dan Zheng (2024) pada siswa sekolah menengah di Tiongkok menunjukkan bahwa ekspektasi pendidikan orang tua yang tinggi berkorelasi negatif dengan gangguan kesehatan mental pada remaja, selama ekspektasi tersebut dipersepsikan sebagai bentuk dukungan. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa ekspektasi orang tua yang disertai tekanan akademik yang berlebihan dapat berubah menjadi sumber stres, namun jika diimbangi dengan komunikasi suportif, ekspektasi tersebut justru memperkuat ketahanan psikologis siswa. Temuan serupa diungkap oleh Iqbal dkk. (2024) yang melalui pendekatan kualitatif menemukan bahwa ekspektasi orang tua yang disampaikan secara terbuka dan penuh empati dapat meningkatkan motivasi belajar serta kesejahteraan mental siswa sekolah menengah.

Penelitian lainnya juga menunjukkan pola yang sejalan. Penelitian oleh Khalda dkk. (2023) pada siswa SMA di Kota Bandung menyatakan bahwa orang tua yang

suportif dan komunikatif berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres akademik. Ketika ekspektasi orang tua disampaikan melalui dukungan emosional dan pemahaman terhadap kondisi anak, siswa cenderung memaknai ekspektasi tersebut sebagai dorongan positif. Penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah dan Nurmina (2022) pada siswa SMAN 1 Padang juga memberikan bukti bahwa orang tua yang memberikan dukungan sosial kepada siswa, memiliki kontribusi terhadap penurunan tingkat stres akademik melalui ekspektasi yang dipersepsikan sebagai bentuk perhatian dan kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Dengan demikian, temuan-temuan ini menegaskan bahwa persepsi remaja terhadap ekspektasi orang tua sangat menentukan dampaknya terhadap stres akademik. Ekspektasi yang dipahami sebagai bentuk dukungan dan kepercayaan dapat menjadi sumber kekuatan psikologis, sedangkan ekspektasi yang dipersepsikan sebagai tuntutan tanpa dukungan emosional berisiko menimbulkan tekanan yang merugikan.

Selain persepsi terhadap ekspektasi orang tua, kualitas pertemanan memiliki peran penting dalam memengaruhi bagaimana persepsi tersebut berdampak pada tingkat stres akademik pada remaja. Menurut Wrench dkk. (2020) pertemanan merupakan bentuk interaksi emosional antara dua atau lebih individu yang dapat berbeda atau sama jenis kelamin, yang didasarkan pada pemahaman, penghormatan, kepercayaan, serta pertukaran informasi yang saling menguntungkan untuk mencapai tujuan bersama. Dalam konteks perkembangan remaja, hubungan pertemanan yang kuat berkontribusi terhadap kepuasan hidup dan kemampuan dalam mengelola tekanan psikologis, termasuk stres akademik (Dungga dkk., 2024). Interaksi positif dengan teman sebaya di lingkungan sekolah menengah dapat menjadi sumber dukungan sosial yang signifikan dalam menghadapi tantangan akademik (Rahmadani dkk., 2022).

Untuk membentuk hubungan yang sehat, diperlukan kualitas pertemanan yang baik. Parker dan Asher (1993) mendefinisikan kualitas pertemanan sebagai hubungan yang ditandai oleh adanya dukungan timbal balik dan tingkat konflik yang dapat dikelola secara konstruktif. Remaja perlu menunjukkan inisiatif dalam membangun kepedulian satu sama lain, karena kualitas pertemanan tidak hanya bergantung pada

frekuensi interaksi, tetapi juga pada kedalaman hubungan emosional. Ferdian (2022) menekankan bahwa aktivitas bersama yang menyenangkan merupakan salah satu cara efektif untuk memperkuat ikatan pertemanan. Pertemanan yang berkualitas ditandai oleh dukungan emosional, keterbukaan, dan kepedulian timbal balik, yang secara langsung dapat membantu remaja menghindari atau mengurangi stres akademik.

Bagi remaja, kualitas pertemanan menjadi penting dalam membentuk kemampuan menghadapi tantangan akademik. Penelitian longitudinal oleh Koele dkk. (2024) terhadap 250 remaja di Belanda menemukan bahwa kualitas pertemanan yang positif berkontribusi pada penurunan masalah internalisasi seperti kecemasan dan stres, terutama selama masa pembelajaran daring akibat pandemi. Remaja yang memiliki kualitas pertemanan yang sehat menunjukkan stabilitas emosional yang lebih baik dan ketahanan terhadap tekanan akademik yang pada akhirnya akan berdampak pada penurunan stres akademik. Temuan ini diperkuat oleh Alsarrani dkk. (2022) dalam tinjauan sistematis terhadap 43 penelitian dari berbagai negara, yang menyimpulkan bahwa kualitas pertemanan berhubungan positif dengan kesejahteraan subjektif termasuk penurunan stres akademik pada remaja. Sejalan dengan itu, Rachmanie dan Swasti (2022) melalui penelitiannya pada 216 mahasiswa sekolah kedinasan di Indonesia menemukan bahwa kualitas persahabatan berperan negatif secara signifikan terhadap tingkat stres dengan kesepian sebagai mediator. Artinya, kualitas pertemanan yang baik tidak hanya menurunkan stres secara langsung, tetapi juga mengurangi kesepian yang berkontribusi pada penurunan tekanan psikologis. Pertemanan yang berkualitas tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri dan kepuasan hidup, tetapi juga membantu remaja mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan akademik.

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas pertemanan yang sehat dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap stres akademik, dinamika sosial remaja tidak selalu berjalan ideal. Dalam konteks tertentu, hubungan pertemanan justru dapat menjadi sumber tekanan tambahan yang memperburuk kondisi psikologis remaja. Adjanor-Doku dkk. (2024) menambahkan dengan penemuannya bahwa adanya

hubungan positif antara stres akademik dan kualitas pertemanan. Hal ini terjadi karena tekanan akademik yang dirasakan oleh remaja mendorong pencarian dukungan sosial, sehingga memperkuat hubungan pertemanan. Namun, penelitian lain menunjukkan sisi yang berbeda. Šutic dkk. (2025) melalui penelitiannya pada siswa SMA di Korasia menunjukkan bahwa kualitas pertemanan memiliki efek langsung terhadap afek di kehidupan sehari-hari remaja, di mana konflik yang terjadi di dalam pertemanan dapat memicu peningkatan stres dan penurunan motivasi belajar. Hal ini diperkuat oleh Sari dkk. (2021) yang mengungkapkan bahwa interaksi sosial yang intens dan tekanan dari kelompok teman sebaya untuk berprestasi justru dapat meningkatkan stres akademik. Ketika hubungan pertemanan dipenuhi dengan ekspektasi sosial yang tinggi seperti harus mempertahankan citra sebagai siswa berprestasi atau mengikuti standar kelompok, remaja cenderung mengalami tekanan tambahan yang bersifat psikologis. Widiani dkk. (2023) menambahkan bahwa dukungan yang bersifat menekan seperti dorongan berlebih untuk bersaing atau membandingkan capaian akademik, dapat meningkatkan tekanan psikologis seperti stres akademik. Sejalan dengan Febrianti dkk. (2023) yang menegaskan bahwa ketika dukungan dari teman tersebut tidak disampaikan secara empatik dan menambah beban sosial, maka fungsi adaptif dari pertemanan menjadi tidak efektif.

Dalam konteks psikologi perkembangan remaja, kualitas pertemanan memang memiliki peran penting sebagai pelindung psikologis terhadap berbagai tekanan eksternal, termasuk ekspektasi orang tua. Ekspektasi tersebut, meskipun dapat menjadi sumber motivasi (Eccles & Wigfield, 2002), juga berpotensi menimbulkan stres apabila dipersepsikan sebagai tuntutan yang harus dipenuhi tanpa dukungan emosional (Fuad, 2025). Berdasarkan *Buffering Hypothesis* yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985), dukungan sosial dari lingkungan sekitar, termasuk teman sebaya, dapat memoderasi dampak negatif stres terhadap kesejahteraan individu. Pandangan ini diperkuat oleh *Ecological System Theory* (Bronfenbrenner, 1979), yang menempatkan teman sebaya sebagai bagian dari mikrosistem yang berinteraksi langsung dengan individu dan memengaruhi respons terhadap tekanan dari sistem lain seperti keluarga.

Dalam konteks ini, kualitas pertemanan berperan sebagai variabel moderasi. Ketika kualitas pertemanan berada pada kategori tinggi yang ditandai dengan kepercayaan, dukungan emosional, dan rasa aman, maka hubungan antara persepsi ekspektasi orang tua dan stres akademik melemah karena remaja menafsirkan ekspektasi tersebut sebagai tantangan yang dapat dihadapi secara kolektif. Sebaliknya, ketika pertemanan kurang suportif, hubungan tersebut menguat, sehingga ekspektasi yang dipersepsikan secara negatif lebih mudah berkontribusi pada peningkatan stres akademik. Oleh karena itu, kualitas pertemanan secara teoritis dan empiris relevan untuk dijadikan variabel moderator, karena dapat memengaruhi arah maupun kekuatan hubungan antara persepsi ekspektasi orang tua dan stres akademik pada remaja, terutama dalam konteks pendidikan yang kompetitif.

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di salah satu sekolah berbasis *full-day school* khusus putri di Bogor, ditemukan bahwa siswa putri sering mengalami stres dalam memenuhi tuntutan akademik seperti mencapai hasil ujian yang baik, menentukan jurusan peminatan, dan persiapan menuju perguruan tinggi. Sistem pembelajaran *full-day school* menambah tantangan bagi siswa karena siswa merasa memiliki beban tugas yang lebih besar dari kemampuannya. Selain itu, peran orang tua memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis siswa. Ketika orang tua tidak bersikap suportif dan memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap anak, siswa cenderung mengalami stres akademik dan mencari dukungan dari teman sebaya khususnya teman dekat. Dalam proses pembelajaran, tugas akademik sering kali melibatkan kerjasama dengan teman sebaya dimana interaksi yang baik menjadi faktor penting dalam keberhasilan akademik. Namun, kondisi ini juga berpotensi menimbulkan konflik dalam hubungan pertemanan yang dapat memperburuk tekanan akademik yang dialami siswa.

Berdasarkan uraian di atas, dinamika antar variabel menunjukkan bahwa stres akademik pada remaja tidak semata-mata bersumber dari persepsi terhadap ekspektasi keluarga, melainkan dipengaruhi oleh kualitas pertemanan yang berperan sebagai variabel moderator. Kualitas hubungan pertemanan menentukan sejauh mana

ekspektasi orang tua dipersepsikan sebagai tekanan atau motivasi, sehingga memengaruhi intensitas stres akademik yang dialami remaja. Dengan kata lain, meskipun remaja di sekolah menengah mulai mencari pengakuan dari teman-temannya, keluarga tetap memiliki peran penting dalam mendukung mereka menghadapi tuntutan akademik. Dalam konteks sekolah menengah *full-day* khusus putri, permasalahan psikologis yang dialami remaja putri menjadikan penelitian mengenai pengaruh ekspektasi orang tua terhadap stres akademik yang dimoderasi oleh kualitas pertemanan semakin relevan untuk dikaji. Remaja putri cenderung memiliki respons emosional yang lebih intens terhadap tuntutan akademik serta sensitivitas tinggi terhadap ekspektasi sosial dan dinamika interpersonal, sehingga menjadikan mereka kelompok yang rentan sekaligus penting untuk diteliti secara mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini berargumen bahwa persepsi terhadap ekspektasi orang tua merupakan faktor psikososial yang berpotensi meningkatkan stres akademik pada siswa putri di lingkungan *full-day school*. Namun, kualitas pertemanan yang sehat dan suportif dapat berperan sebagai variabel moderasi yang memperlemah atau memperkuat pengaruh ekspektasi tersebut terhadap stres akademik. Berdasarkan teori *buffering* (Cohen & Wills, 1985) dan temuan empiris sebelumnya, kualitas pertemanan tidak hanya berinteraksi secara kompleks dengan tekanan eksternal, tetapi juga secara fungsional memoderasi dampak ekspektasi orang tua terhadap kesejahteraan psikologis remaja.

Kesenjangan yang ada dalam penelitian ini adalah belum adanya studi yang secara spesifik mengkaji bagaimana kualitas pertemanan memoderasi pengaruh persepsi ekspektasi orang tua terhadap stres akademik dalam konteks sekolah menengah *full-day* khusus putri, khususnya di Indonesia. Namun, dalam budaya kolektif dan peran gender yang kuat, dinamika relasi sosial remaja, terutama pertemanan, berpotensi memainkan peran penting dalam memperkuat atau memperlemah dampak psikologis dari tekanan akademik yang bersumber dari keluarga. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada pendekatan yang menyeluruh dan kontekstual terhadap dua variabel psikososial utama yang tidak hanya berdiri sendiri,

tetapi juga berinteraksi secara kompleks dalam lingkungan pendidikan yang kompetitif. Dengan memposisikan kualitas pertemanan sebagai variabel moderasi, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan, sekaligus menghasilkan rekomendasi praktis untuk intervensi yang lebih adaptif terhadap kebutuhan emosional dan akademik remaja putri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- 1.2.1 Terdapat fenomena meningkatnya stres akademik di kalangan siswa putri terutama yang bersekolah dengan sistem *full-day*.
- 1.2.2 Remaja putri merasa tuntutan akademik yang lebih berat di sekolah *full-day* dibandingkan dengan sekolah lain yang menyebabkan stres.
- 1.2.3 Kualitas hubungan sosial dengan teman sebaya dan dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga sangat berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami siswa putri.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah pada penelitian ini dilakukan guna membatasi suatu masalah yang terlampau luas agar lebih terarah dan fokus pada penelitian yang akan dilakukan. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini hanya akan berfokus pada pengaruh persepsi ekspektasi orang tua terhadap stres akademik yang dimoderasi oleh kualitas pertemanan pada remaja putri di sekolah *full-day* khusus putri.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah penelitian di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini sebagai berikut:

- 1.4.1 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara persepsi ekspektasi orang tua terhadap stres akademik siswa putri di lingkungan sekolah *full-day* khusus putri?
- 1.4.2 Apakah kualitas pertemanan memoderasi pengaruh persepsi ekspektasi orang tua terhadap stres akademik siswa putri di lingkungan sekolah *full-day* khusus putri?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji secara komprehensif dinamika stres akademik pada siswa putri di sekolah *full-day* khusus putri, dengan fokus pada bagaimana moderasi kualitas pertemanan mempengaruhi persepsi ekspektasi orang tua terhadap stres akademik remaja putri.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan remaja. Penelitian ini mengisi kesenjangan literatur mengenai interaksi antara persepsi ekspektasi orang tua dan kualitas pertemanan terhadap stres akademik, yang sebelumnya cenderung dikaji secara terpisah. Dengan menganalisis efek moderasi kualitas pertemanan, studi ini berkontribusi pada pengembangan model stres akademik yang lebih komprehensif dan kontekstual, yang mempertimbangkan dinamika interaksi antara faktor keluarga dan sosial dalam lingkungan pendidikan berbasis gender. Konteks sekolah *full-day* khusus putri memberikan nuansa tambahan terhadap pemahaman tentang intensitas tekanan akademik dan pentingnya dukungan sebaya dalam lingkungan yang tertutup dan padat aktivitas. Selain itu, penelitian ini memperkaya teori tentang mekanisme coping

remaja, khususnya dalam hal pencarian dukungan emosional dari teman sebaya dan potensi konflik relasional yang dapat memengaruhi efektivitas strategi koping tersebut.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi pihak sekolah

Bagi pihak sekolah, termasuk guru dan konselor Bimbingan dan Konseling, temuan ini akan memberikan informasi yang lebih akurat untuk mengidentifikasi siswa yang berisiko tinggi mengalami stres akademik dan merancang program intervensi seperti program edukasi untuk orang tua, dukungan teman sebaya, serta konseling yang lebih tepat sasaran, dengan mempertimbangkan dinamika ekspektasi orang tua dan kualitas pertemanan siswa putri.

1.6.2.2 Bagi orang tua

Bagi orang tua, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan dampak ekspektasi mereka terhadap kesejahteraan psikologis anak, mendorong mereka untuk menetapkan harapan yang realistis dan memberikan dukungan emosional yang memadai, serta memahami peran krusial teman sebaya.

1.6.2.3 Bagi siswa

Bagi siswa putri, pemahaman ini dapat membantu mereka mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif dan membangun hubungan pertemanan yang sehat sebagai sumber dukungan, sehingga meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola stres akademik.