

ABSTRAK

Hubungan antara Tingkat Stres dan Ikatan Orang Tua-Anak pada Mahasiswa serta Tinjauannya dalam Islam

Mahasiswa yang berada di masa transisi menuju masa dewasa rentan mengalami stres karena mulai mengemban tanggung jawab yang lebih besar, dituntut untuk mandiri serta beradaptasi dengan kehidupan akademik. Stres adalah suatu reaksi tubuh ketika individu berhadapan dengan situasi dan kondisi yang dinilai melampaui kemampuannya. Kondisi stres yang terjadi terus menerus berdampak buruk bagi kesehatan dan juga bagi prestasi akademik. Ikatan dengan orang tua yang terbangun baik karena perilaku orang tua yang peduli selama masa kecil dan remaja merupakan faktor protektif bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara tingkat stres dan ikatan dengan orang tua pada mahasiswa dalam tinjauan Islam. Penelitian ini berupa penelitian kuantitatif dengan subjek sebanyak 125 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan yaitu ukur *The Depression, Anxiety and Stress Scale – 21 Items (DASS-21)* dimensi stres dan *Parental Bonding Instrument (PBI)*. Hasil penelitian memperlihatkan hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan perilaku Ibu yang dinilai protektif ($r_s=0.291$, $p=0.01$). Pada tinjauan Islam, terdapat hubungan antara tingkat stres dan ikatan orang tua-anak. Hal ini terlihat ketika mahasiswa yang mengalami kegagalan akan selalu didukung untuk terus berkembang untuk mencapai keberhasilan. Keterbatasan studi dan implikasi praktis dari temuan ini didiskusikan.

Kata kunci: stres, orang tua, peduli, protektif, mahasiswa

ABSTRACT

The Relationship between Stress Levels and Parent-Child Bonds in College Students and Its Review in Islam

College students are susceptible to stress since they are in transition to adulthood, have greater responsibilities and are adjusting to academics. Stress is a physiological reaction when one is facing a situation perceived as threatening and may danger his/her well-being. Prolonged stress in college students may impair health and academic achievement. Parents' behaviors which are perceived as caring help adolescents to develop a strong bond to their parents, which turns out to be a protective factor in dealing with changes and challenges of life. The study aims to examine the relationship between stress and parental bonding in college students in the Islamic review. One hundred and twenty five students participated in the study. *The Depression, Anxiety and Stress Scale with– 21 Items* (DASS-21) dimension of stress and the *Parental Bonding Instrument* (PBI) each for father and for mother were applied as measurements. The results showed a positive and significant relationship between stress levels and protective mothers ($r_s=0.291$, $p=0.01$). In an Islamic review, there is a relationship between stress levels and parental bonding. This can be seen when college students who experience failure will always be supported to continue to grow to achieve success. Limitations and implications to practice were discussed.

Keywords: stress, parents, caring, protective, students