

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA AWAL DI SMP NEGERI 1 CIKONENG KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2026

Rindi Deslita Ikwanti, Siti Rohimah, Gita Cahyani
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh
Email : rindi_deslita_ikwanti@student.unigal.ac.id

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akibat berbagai tuntutan perkembangan, baik dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun sosial. Dukungan sosial keluarga menjadi salah satu faktor yang dapat membantu remaja dalam menghadapi berbagai tekanan sehingga dapat menurunkan tingkat stres yang dialami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada remaja awal di SMP Negeri 1 Cikoneng Kabupaten Ciamis Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 90 responden yang dipilih menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dukungan sosial keluarga dan *Perceived Stress Scale (PSS-10)*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial keluarga kategori tinggi dan tingkat stres kategori sedang. Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai $p < 0,001$ dengan koefisien korelasi $r = -0,636$ yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan kekuatan hubungan kuat dan arah negatif antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres. Disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diterima remaja, maka semakin rendah tingkat stres yang dialaminya. Dukungan sosial keluarga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan psikologis remaja.

Kata Kunci: Dukungan sosial keluarga, tingkat stres, remaja awal

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SOCIAL SUPPORT AND STRESS LEVELS IN EARLY ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 1 CIKONENG, CIAMIS REGENCY, 2026

Rindi Deslita Ikwanti, Siti Rohimah, Gita Cahyani
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh
Email : rindi_deslita_ikwanti@student.unigal.ac.id

Adolescents are a group that is vulnerable to stress due to various developmental demands arising from family, school, and social environments. Family social support is one of the factors that can help adolescents cope with various pressures and reduce the level of stress they experience. This study aimed to determine the relationship between family social support and stress levels among early adolescents at SMP Negeri 1 Cikoneng, Ciamis Regency, in 2026. This study employed a quantitative analytical method with a cross-sectional approach. The sample consisted of 90 respondents selected using the proportionate stratified random sampling technique. The instruments used were a Family Social Support Questionnaire and the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test. The results showed that most respondents had a high level of family social support and a moderate level of stress. The Spearman Rank test yielded a p -value < 0.001 with a correlation coefficient of $r = -0.636$, indicating a significant relationship with a strong negative correlation between family social support and stress levels. It can be concluded that the higher the family social support received by adolescents, the lower their stress levels. Family social support plays an important role in maintaining adolescents' psychological well-being.

Keywords : Family social support, Stress level, Early adolescents