



**HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN TINGKAT
STRESS PADA REMAJA DI SMK BANSARI KABUPATEN
TEMANGGUNG**

SKRIPSI/KARYA TULIS ILMIAH

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana/Ahli Madya

Oleh

LULUK FUADAH

NIM. 010117A051

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2021

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Maret 2021
Luluk Fuadah
010117A051

**Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Tingkat Stress Pada Remaja Di SMK
Bansari Kabupaten Temanggung**

ABSTRAK

Latar Belakang : pada remaja sering mengalami stress yang diakibatkan adanya beberapa faktor yaitu diantaranya adanya tugas yang banyak ditambah lagi dengan pada masa remaja memiliki pendampingan dan bimbingan orang tua yang minimal dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Sehingga *self efficacy* atau sering disebut kepercayaan diri dapat mempengaruhi tingkat stress pada remaja.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dengan tingkat stress pada remaja SMK di Temanggung.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X sampai kelas XII di SMK Negeri Bansari kabupaten Temanggung yang berjumlah 830 siswa. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *random sampling*. Analisis data yang digunakan yaitu *Kendall-Tau*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan responden memiliki self efficacy yang sedang yaitu sebanyak 60 responden (66,7%) dan responden memiliki tingkatan dalam mengalami stress, yaitu tidak mengalami dan tidak merasakan stress yaitu sebanyak 29 responden (32,2%). Pada Penelitian ini pula didapatkan nilai korelasi -0.195 serta didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,041 < \alpha = 0,05$, sehingga pada penelitian ini didapatkan hasil terdapat hubungan yang negatif antara *self efficacy* dengan tingkat stress pada remaja di SMK Bansari Kabupaten Temanggung.

Kesimpulan : pada penelitian ini didapatkan kesimpulan terdapat hubungan yang negatif antara *self efficacy* dengan tingkat stress pada remaja di SMK Bansari Kabupaten Temanggung.

Saran : Bagi remaja diharapkan lebih memiliki self efficacy yang cukup atau tinggi agar dapat mudah menyelesaikan setiap masalah atau stressor yang akan dihadapi entah secara tiba-tiba atau sudah diketahui sebelumnya.

Kata Kunci : Remaja, Self Efficacy, Tingkat Stress

Universitas Ngudi Waluyo
Faculty of Health
Final Project, March 2021
Luluk Fuadah
010117A051

**The Correlation Between Self Efficacy and Stress Levels in Adolescents at SMK,
Temanggung Regency**

ABSTRACT

Background : Adolescents often experience stress due to several factors, including the existence of many tasks and in adolescence they have minimal parental assistance and guidance compared to younger ages. So that self-efficacy or often called self-confidence can affect the level of stress in adolescents

Objective : This study aims to know the correlation between self-efficacy and stress levels in adolescents of high school students in Temanggung.

Method : This study uses a descriptive correlational design. The population in this study were all students of class X to class XII at SMK Negeri Bansari, Temanggung district, totaling 830 students. The sampling method in this study is random sampling. The data analysis used was Kendall-Tau.

Result : The results showed that respondents had moderate self-efficacy, namely 60 respondents (66.7%) and respondents had levels of experiencing stress, namely neither experiencing nor feeling stressed, namely 29 respondents (32.2%). In this study also obtained a correlation value of -0.195 and obtained a sig value. (2-tailed) of 0.041 $< \alpha = 0.05$, so that in this study the results showed that there was a negative relationship between self-efficacy and stress levels in adolescents at SMK Bansari, Temanggung Regency.

Suggestion : Adolescents are expected to have high sufficient self-efficacy so that they can easily solve every sudden or already known problems or stress.

Keywords: Adolescence, Self Efficacy, Stress Level

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul

**HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN TINGKAT STRESS
PADA REMAJA DI SMK BANSARI KABUPATEN TEMANGGUNG**

Oleh:

LULUK FUADAH

NIM.010117A051

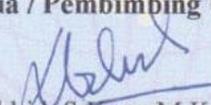
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan,
Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Rabu

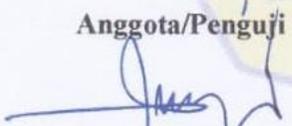
Tanggal : 10 Maret 2021

Tim Penguji :

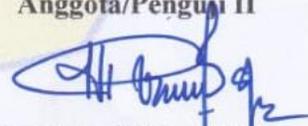
Ketua / Pembimbing Utama


Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa
NIDN 0602027901

Anggota/Penguji I

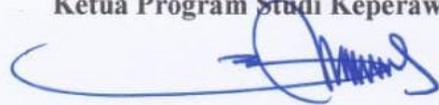

Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0613027601

Anggota/Penguji II


Rosalina, S.Kp., M.Kes
NIDN. 0621127102

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan


Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

Dekan, Fakultas Kesehatan


Rosalina, S.Kp., M.Kes
NIDN. 0621127102



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertandatangan di bawah ini saya,

Nama : Luluk Fuadah
NIM : 010117A051
Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* berjudul “ **HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA DI SMK BANSARI KABUPATEN TEMANGGUNG**” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicatumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, 24 Januari 2020

Yang membuat pernyataan



Luluk Fuadah

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Luluk Fuadah

Nomor Induk Mahasiswa : 010117A051

Program Studi : S1 Keperawatan

Mengatakan memberi kewenangan kepada universitas ngudi waluyo untuk menyimpan, mengalih media/memformasikan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA DI SMK BANSARI KABUPATEN TEMANGGUNG”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, Januari 2020

Yang membuat pernyataan



Luluk Fuadah

010117A051

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Luluk Fuadah

Tempat tanggal lahir : Temanggung, 23 Januari 1999

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Dusun Putih RT 01/01, Desa Campuranom, Kecamatan
Bansari, Kabupaten Temanggung

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Riwayat Pendidikan :

1. SDN Campuranom : Lulus tahun 2011
2. SMP N 1 Parakan : Lulus tahun 2014
3. SMA N 1 Parakan : Lulus tahun 2017
4. Universitas Ngudi Waluyo : 2017-Sekarang

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Tetap percaya dengan kata hatimu dan tidak pernah ada kata terlambat untuk menjadi apa yang kamu inginkan. Terus berjalan, tidak masalah kau berjalan dengan lambat, terus berusaha dan berjuang.

“Sukses adalah guru yang buruk. Sukses menggoda orang yang tekun ke dalam pemikiran bahwa mereka tidak pernah gagal.”

-Bill Gates-

“Sukses itu tak selamanya berkenaan dengan materi, namun yang terpenting adalah bermanfaatnya kita bagi orang lain terutama keluarga. Tanpa keluarga, kita sendiri di dunia, sepi dan dingin”

Saya persembahkan karya kecilku ini untuk Keluarga, Ayah, Ibu, Tofa adikk, dan semua teman temanku yang membantuku.

Terima kasih untuk “bapak Abdul Wakhid” pembimbing yang selalu meluangkan waktunya untuk berdiskusi agar skripsi ini tersusun indah.

Terimakasih kepada rekan-rekan Program studi S1 Keperawatan angkatan 2017, semoga keakraban kita tidak hanya sampai disini.

KATA PENGANTAR



Assalamua'likum Wr Wb.

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMK BANSARI KABUPATEN TEMANGGUNG”. Keberhasilan ini tidak lepas dari arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan yang berbahagia ini perkenankan penulis menghantarkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum. selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ibu Rosalina, S.Kep., M.Kes. selaku Dekan fakultas keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes. selaku ketua prodi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan motivasi, dukungan serta arahan yang luar biasa dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orangtua saya yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi, semangat, dan materi.
6. Semua keluarga tercinta yang telah banyak memberikan doa, materi, semangat dan motivasi.
7. Semua sahabat-sahabat seperjuangan yang selalu memberikan semangat, kritik, saran, bantuan dan dukungan selama ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Amin. Wassalamualikum Wr Wb.

Semarang, Februari 2021

