

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan waktu di mana remaja tumbuh dan berkembang dari kanak-kanak menuju ke masa dewasa. masa remaja merupakan masa transisi secara biologis, psikologis, sosiologi, dan ekonomi pada individu. Menjadi remaja merupakan masa yang menyenangkan dalam masa kehidupan. Pada masa ini remaja akan menjadi lebih sedikit bijak, serta akan lebih mampu untuk membuat keputusan sendiri dibandingkan pada usia sebelumnya yaitu pada masa anak-anak (Jahja, Yudrik. 2011).

Menurut Hurlock, masa remaja adalah masa peralihan, masa bermasalah, masa mencari di mana remaja mencari identitas, masa perubahan, masa di mana remaja lebih ketakutan, masa yang tidak realistis sebagai remaja (Hurlock. 1980). Maka dari itu remaja lebih sering mengalami stress karena adanya berbagai faktor, diantaranya yaitu adanya kehidupan dan cara bersosialisasi dengan masyarakat terutama keluarga dengan cara baik serta dapat pula disebabkan oleh adanya kekangan orang tua yang mana seringkali orang tua menganggap remaja masih anak-anak sehingga menimbulkan banyaknya larangan-larangan yang kurang tepat untuk diterapkan kepada remaja oleh orangtuanya.

Lazarus & Folkman (1984) mengartikan stres sebagai sebuah hubungan antara individu dengan lingkungan yang dinilai oleh individu tersebut sebagai hal yang membebani atau sangat melampaui kemampuan seseorang dan membahayakan kesejahteraannya. Stress merupakan pengalaman subyektif yang didasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya. Stress berkaitan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang menekan. Kondisi ini mengakibatkan perasaan cemas, marah dan frustrasi

(Priyoto, 2014, h1-2). Stres merupakan bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan seseorang. Stres dapat mempengaruhi setiap orang, termasuk remaja (ElAziz, 2017, h6). Stress pada remaja bisa berdampak pada perubahan emosi, gangguan berkonsentrasi, prestasi belajar menurun, serta perilaku negatif yang tidak diterima oleh masyarakat (Priyoto, 2014, h10- 11)

Dengan adanya hal tersebut tidak sedikit remaja sering mengalami stres karena adanya tekanan dari orang tuanya yang tidak tepat, hal tersebut sering terjadi pada remaja yang mendapatkan pola asuh yang kurang tepat dari orang tuanya.

Ketika mendidik anak dengan cara yang keras dan tidak memberikan toleransi atas aturan-aturan yang diberikannya terhadap anaknya maka akan menyebabkan stres tersendiri bagi anaknya, hal ini sering terjadi pada masa remaja di mana masa remaja merupakan masa mencari jati diri dan pada masa ini pula seseorang ingin mengetahui setiap hal yang belum diketahui oleh seseorang tersebut. Maka dari itu orang tua lebih berhati-hati dan waspada dari masa ini. Selain harus waspada, orang tua juga harus pandai menggunakan pola asuh yang sesuai untuk anak remajanya agar tidak menimbulkan tekanan yang dapat menimbulkan stres pada remaja.

Perilaku agresif pada remaja juga merupakan suatu respons stress yang dimunculkan oleh remaja untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa dirinya merasa tidak nyaman atau sedang mengalami stress yang diakibatkan oleh berbagai hal.

Peneliti melakukan survey kepada 30 orang, 15 orang terdiri dari orang tua murid/wali murid dari siswa dan siswi di SMP N 8 Kota Bima dan 15 orang lainnya adalah siswa dan siswi SMP N 8 Kota Bima, umur siswa dan siswi usia 11-14 tahun dilakukan pengkajian melalui penyebaran kuesioner. Sebanyak 13 (86,7%) responden mengatakan bahwa mereka sangat muda kesal karena masalah kecil/ sepele, sebanyak 7 (46,7%) responden mengatakan

mereka merasa terkadang merasa sedih dan depresi, sebanyak 8 (53,3%) responden merasa sangat muda tersinggung.

Hasil data yang telah dilakukan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja di SMPN 8 Kota Bima Nusa Tenggara Barat”.

B. Rumusan Masalah

Remaja adalah masa perubahan dari anak-anak menuju masa dewasa. Dari masa ini seseorang sering mengalami kebingungan, menghadapi berbagai tantangan, serta pada tahap inilah seseorang menghadapi berbagai masalah untuk mencari jati dirinya. Pada tahap tersebut sering disebut tahap perubahan dan pada tahap ini pula seringkali orang tua tidak mengetahui bagaimana memperlakukan anak remajanya dengan tepat dan sesuai. Yaitu lebih adanya aturan-aturan dan tekanan yang tidak logis untuk anak remaja. Hal tersebut merupakan pola asuh yang jarang untuk diterapkan pada remaja karena remaja banyak menentukan bagaimana melakukan atau apa pun yang tidak dingin untuk dilakukan walaupun masih butuh bimbingan dari orang tuanya. Bila remaja memiliki banyak aturan dan tekanan dari orangtuanya dapat mengakibatkan sedikit banyaknya yaitu *respons* stres yang dimunculkan seperti perilaku yang menyimpang yaitu agresif, merokok mabuk dan lain sebagainya. Oleh karena itu dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Bagaimana gambaran tingkat stress pada remaja di SMPN 8 Kota Bima Nusa Tenggara Barat?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Khusus

Tujuan umum untuk penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stress pada remaja di SMPN 8 Kota Bima Nusa Tenggara Barat.

2. Tujuan Umum

- a. Mengetahui gambaran tingkat stress pada remaja di SMPN 8 Kota Bima Nusa Tenggara Barat.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat:

1. Bagi institusi pendidikan

Sebagai informasi dan referensi mengenai gambaran tingkat stress pada remaja.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Menambah ilmu pengetahuan dan dasar pengembangan tentang gambaran tingkat stress pada remaja.

3. Bagi Remaja.

Menambah pengetahuan remaja untuk melakukan koping yang tepat dan mengetahui bahwa dirinya mengalami stres.

4. Bagi Orang Tua

Menambah pengetahuan orang tua untuk mendidik dan mengetahui gambaran tingkat stress pada remaja.

5. Bagi keperawatan

Menambah pengengentahuan dan informasi mengenai gambaran tingkat stress pada remaja dibidang keperawatan terutama keperawatan jiwa.