

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan**  
**Skripsi, Juli 2024**  
**Adella Septiana Putri**  
**0118A002**

**GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA USIA 15-17 TAHUN  
DI SMA NEGERI 1 ANDONG**

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Masa remaja adalah masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja dapat dilihat sebagai masa mencari jati diri dan menempatkan diri dalam kelompok sebaya yang seusia dan bersiap untuk memiliki keturunan. Pada remaja sendiri, baik itu terkait dengan ujian atau frustasi dengan keluarga, semua orang terkadang merasakan stress. Stress bisa menjadi hal yang positif, misalnya memotivasi remaja untuk bekerja dengan baik di bawah tekanan. Akan tetapi apabila terlalu banyak dapat memberikan efek yang berbahaya pada kesehatan emosional dan fisik seseorang.

**Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran tingkat stress pada remaja usia 15-17 tahun di SMA Negeri 1 Andong.

**Metode:** Jenis desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsif dengan pendekatan survey, dan menggunakan teknik sampel *quota sampling* dengan jumlah sampel 247 responden.

**Hasil:** Dari 247 responden yang mengikuti pengambilan data didapat bahwa 35 responden (14.2%) diantaranya berada dalam kategori stress ringan, selanjutnya 203 responden (82.2%) berada dalam kategori stress sedang, dan 9 responden sisanya (3.6%) berada dalam kategori stress berat.

**Saran:** Diharapkan dari penelitian ini, responden diharapkan dapat mengetahui pentingnya mengetahui Tingkat stress yang mereka miliki.

**Kata Kunci:** *Tingkat Stress, Remaja*

**Ngudi Waluyo University**  
**Bachelor of nursing Study Program, Faculty of Health**  
**Final Project, Juli 2024**  
**Adella Septiana Putri**  
**010118A002**

**DESCRIPTION OF STRESS LEVELS IN ADOLESCENTS AGED 15-17  
YEARS OLD AT SMA NEGERI 1 ANDONG**

**ABSTRACT**

**Background:** Adolescence is a transition period for humans from children to adults. Adolescence can be seen as a period of searching for identity and placing oneself in a peer group of the same age and preparing to have children. In teenagers themselves, whether it is related to exams or frustration with family, everyone sometimes feels stress. Stress can be a positive thing, for example motivating teenagers to work well under pressure. However too much stress might have dangerous effects on a person's emotional and physical health.

**Objective:** To determine the level of stress in adolescents aged 15-17 years old at SMA Negeri 1 Andong

**Method:** The type of research design used in this research is descriptive with survey approach, and uses a quota sampling technique with a sample size of 247 respondents.

**Results:** The results showed that of the 247 respondents who took part in data collection, it was found that 35 respondents (14.2%) were in the mild stress category, then 203 respondents (82.2%) were in the moderate stress category, and the remaining 9 respondents (3.6%) were in the severe stress category.

**Suggestion:** it is hoped that from this research, respondents will be able to understand the importance of knowing the level of stress they have.

**Keyword:** *Stress Level, Teenagers*