



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

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Keperawatan pada Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Oleh:

ADELLA SEPTIANA PUTRI

010118A002

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

TAHUN 2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

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

Oleh:

ADELLA SEPTIANA PUTRI

010118A002

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 2 Juli 2024

Dosen Pembimbing



Trimawati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0622088302

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul:
**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA REMAJA USIA 15-17 TAHUN
DI SMA NEGERI 1 ANDONG**

Oleh:
ADELLA SEPTIANA PUTRI
010118A002

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Hari : Rabu
Tanggal : 14 Agustus 2024

Tim penguji
Ketua/ Pembimbing Utama

Ns. Trimawati, S.Kep., M.Kep
NIDN.0622088302

Penguji I

Dr. Abdul Wakhid, S.kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ
NIDN. 0602027901

Penguji II

Ns. Fiki Wijayanti, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0609018805

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

Dr. Abdul Wakhid, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ
NIDN. 0602027901

Dekan Fakultas Kesehatan

Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Adella Septiana Putri

NIM : 010118A002

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi berjudul “GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA DENGAN USIA 15-17 TAHUN DI SMA NEGERI 1 ANDONG” adalah:

1. Karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan 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 dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran 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.

Ungaran, 4 Juli 2024



Adella Septiana Putri

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Adella Septiana Putri

NIM : 010118A002

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media /formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA USIA 15-17 TAHUN DI SMA NEGERI 1 ANDONG”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 4 Juli 2024



Adella Septiana Putri

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

Nama : Adella Septiana Putri
Tempat tanggal lahir : Boyolali, 27 September 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status : Mahasiswa
Alamat : Lemahmendak RT 05/RW 03, Karangkepoh,
Karanggede, Boyolali

II. Riwayat Pendidikan

1. TK Darul Ulum : 2004 – 2006
2. SDN 1 Karangkepoh : 2006 – 2012
3. SMPN 1 Karanggede : 2012 – 2015
4. SMAN 1 Andong : 2015 – 2018
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2018 – Sekarang

III. Data Orang Tua

1. Nama Bapak : Sumarno
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : Lemahmendak RT 05/RW 03, Karangkepoh,
Karanggede, Boyolali
2. Nama Ibu : Siti Jumrotun
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Lemahmendak RT 05/RW 03, Karangkepoh,
Karanggede, Boyolali

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 frustrasi 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 deskriptif 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*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

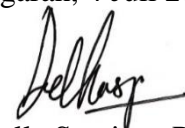
Puji Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala Rahmat, hidayat serta karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja Usia 15-17 Tahun di SMA Negeri 1 Andong”. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Dr. Abdul Wakhid, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep.J, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Trimawati, S.Kep., M.Kep, selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu serta kesabaran dalam membimbing, memberikan arahan serta motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
6. Guru, staf, dan siswa siswi SMA Negeri 1 Andong yang telah membantu dalam proses pengambilan data dan fasilitas yang diberikan selama pengambilan data sehingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan baik.

7. Kepada orang tua saya Bapak Sumarno, Ibu Siti Jumrotun, kedua adik saya yang sangat saya sayangi Ahmad Subhan Fatakurrozaq dan Safira Nur Inayah, terimakasih untuk segala kasih sayang, motivasi, doa serta dukungan secara moril dan materiil yang diberikan kepada penulis.
8. Kepada seluruh keluarga besar Bapak Sukardi yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, motivasi, doa, serta pendampingan selama pengerjaan skripsi ini.
9. Kepada sahabat terkasih saya selama masa kuliah: Khusnul Latifah, Azka Azkia, Lailatul Masruroh, dan Dinda Afifatul yang memberikan dukungan serta membantu dalam pengerjaan skripsi ini.
10. Kepada sahabat terkasih saya selama masa SMA: Iis Alfia, Anisa Larasati, Putri Kusumaningati, Febi Wulandari, Nur Annisa, Rani Sulistiawati, dan Alfiyatul Jannah yang dukungannya tidak pernah luntur serta membantu selama masa pengerjaan skripsi ini.
11. Dan kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi terciptanya kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Ungaran, 4 Juli 2024



Adella Septiana Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1. Konsep Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
2. Konsep Stress	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teoritis.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Konsep/ Kerangka Berfikir.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	Error! Bookmark not defined.
D. Variable Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
F. Proses Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
G. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
H. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
I. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Definisi Operasional **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik siswa dan siswi Berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Negeri 1 Andong, Boyolali **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik siswa dan siswi Berdasarkan Usia di SMA Negeri 1 Andong, Boyolali. **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Pada Remaja usia 15-17 Tahun di SMA Negeri 1 Andong, Boyolali **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Permohonan Izin Ethical Clearance
- Lampiran 4. Ethical Clearence
- Lampiran 5. Permohonan Surat Rekomendasi Penelitian Cabdin V Boyolali
- Lampiran 6 Surat Rekomendasi Penelitian Cabdin V Boyolali
- Lampiran 7 Permohonan Penelitian di SMA Negeri 1 Andong
- Lampiran 8 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian
- Lampiran 10 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 11 Dokumentasi
- Lampiran 12 Tabulasi Karakter Responden
- Lampiran 13 Hasil Output SPSS
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi

