



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA ANAK USIA REMAJA 12-17 TAHUN
DALAM MENGHADAPI SEKOLAH *ONLINE* DI KOTA DOBO KABUPATEN
KEPULAUAN ARU 2021**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

NIKOLAUS NAMSA

1402066

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA 2021**

NASKAH PUBLIKASI

NASKAH PUBLIKASI

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA ANAK USIA REMAJA 12-17 TAHUN
DALAM MENGHADAPI SEKOLAH *ONLINE* DI KOTA DOBO KABUPATEN
KEPULAUAN ARU 2021**

Disusun Oleh:

**Nikolaus Namsa
1402066**

Telah melalui Sidang Skripsi Pada 04 Juli 2022

Ketua Penguji

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.kep.

Penguji I

Yullya Permina., S.Kep., Ns., MAN

Penguji II

Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.kep.

**AN OVERVIEW OF STRESS LEVELS IN ADOLESCENTS 12-17 YEARS
OLD IN FACINGSCHOOLS *ONLINE* IN DOBO CITY, ARU ISLANDS
REGENCY 2021**

Nikolaus Namsa¹, Ignasia Yunita Sari², Indah Prawesti³, Yullya Permina⁴

ABSTRACT

Background: The increasing spread of COVID-19 has made the government prepare scenarios for learning from home until an undetermined time, new learning methods or learning from home, forcing adolescents to be able to adapt to changes in the learning environment as well as the methods and learning tasks obtained relatively more cause pressure on adolescents and can cause stress in adolescents.

Objective : to describe the stress level of 12-17 year olds in facingschool *online* in Dobo City, Aru Islands Regency 2021.

Research Methods : This research design is a descriptive study. The population in this study were 5615 students (SMP) and (SMA) in Dobo City, Aru Islands Regency. Sampling using *accidental sampling technique* with a sample of 374 respondents. The measuring instrument in the study was to use a 14-item stress scale taken from the *depression anxiety stress scale* (DASS) 42

Results: The level of stress in adolescents aged 12-17 years in facingschools *online* showed that the stress level in the normal category was 38 respondents (10.2%), mild was 117 respondents (31.3%) and the medium category as many as 219 respondents (58.6%).

Conclusion: The level of stress in adolescents aged 12-17 years in facingschools *online* mostly has a stress level in the moderate category

Suggestion: For further researchers, it is recommended to examine using qualitative in-depth interviews.

Keywords : Stress levels, students, adolescents aged 12-17 years old

Xvi + 59 Pages + 4 Tables + 2 Schematics + 11 Appendices

Library : 43. 2011-2021

¹Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA ANAK USIA REMAJA 12-17 TAHUN
DALAM MENGHADAPI SEKOLAH *ONLINE* DI KOTA DOBO
KABUPATEN KEPULAUAN ARU 2021**

Nikolaus Namsa¹, Ignasia Yunita Sari², Indah Prawesti³, Yullya Permina⁴

ABSTRAK

Latar Belakang : Meningkatnya penyebaran COVID-19 membuat pemerintah menyiapkan skenario belajar dari rumah sampai waktu yang belum ditentukan, Metode pembelajaran baru atau belajar dari rumah, memaksa remaja untuk bisa beradaptasi dengan adanya perubahan lingkungan belajar serta metode dan tugas pembelajaran yang diperoleh relative lebih banyak menyebabkan tekanan pada remaja dan dapat mengakibatkan stres pada remaja

Tujuan : Mengetahui gambaran tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* di kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021

Metode Penelitian : Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi (SMP) dan (SMA) usia 12-17 tahun di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru sebanyak 5615 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental sampling* dengan jumlah sampel 374 responden. Alat ukur dalam Penelitian adalah menggunakan 14 item skala stres yang di ambil dari kuesioner *depression anxiety stress scale* (DASS) 42.

Hasil : Tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* menunjukkan bahwa tingkat stress dalam kategori normal sebanyak 38 responden (10.2%), ringan sebanyak 117 responden(31.3%) dan kategori sedang sebanyak 219 responden (58.6%).

Kesimpulan : Tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* sebagian besar memiliki tingkat stres dalam kategori sedang

Saran : Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dengan metode kualitatif wawancara mendalam stres remaja 12-17 tahun

Kata Kunci: Tingkat stres ,siswa/siswi , anak usia remaja 12-17 tahun

Xvi + 59Halaman + 4Tabel + 2 Skema + 11Lampiran

Kepustakaan : 43. 2011-2021

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

PENDAHULUAN

Coronavirus adalah suatu kelompok virus sindrom pernapasan akut berat 2 (SARS-CoV-2) yang telah menyebabkan 3.144.028 kematian diseluru dunia¹. Pada awal mei 2021. Kondisi tersebut menyebabkan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menyiapkan skenario belajar dari rumah². Kebijakan belajar dari rumah berimplikasi terhadap metode pembelajaran, semula dari tatap muka menjadi daring dengan memanfaatkan aplikasi³. Adanya pembelajaran jarak jauh yang diterapkan dalam masa pandemi *covid-19* membuat remaja memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan perubahan. Hasil studi awal yang di lakukan peneliti dengan mewawancarai 20 orang remaja SMP dan SMA 12 – 17 tahun di beberapa sekolah di Kota Dobo. Sebanyak 10 orang remaja mengatakan bosan dengan sistem pembelajaran *online*, Sedangkan 10 orang remaja lainnya mengatakan stress saat mengikuti pembelajaran online, Selain itu, 5 orang remaja dari 20 orang remaja mengatakan harus meminjam gawai (Hp/Laptop) ke tetangga untuk mengikuti pembelajaran online, selain itu alasan Peneliti mengambil gambaran tingkat *stress* pada anak umur 12-17 adalah pada umur tersebut remaja mengalami peningkatan hormon dan memiliki emosi yang belum matang, sehingga mereka cenderung memberontak terhadap segala hal yang tidak disukai dan mengalami gejolak emosi. Sesuai latar belakang masalah yang Peneliti temukan maka Peneliti tertarik melakukan penelitian tentang gambaran tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021.

METODE PENELITIAN

Metode yang di gunakan adalah penelitian deskriptif. Subjek penelitian yaitu anak usia remaja 12-17 tahun di sekola SMP dan SMA kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru, Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 5615 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental sampling* dengan jumlah sampel 374 responden. Alat ukur dalam Penelitian adalah menggunakan 14 item skala stres yang di ambil dari kuesioner *depression anxiety stress scale* (DASS) 42. Analisis yang di gunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan uji univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Responden

Karakteristik dalam penelitian ini meliputi usia dan jenis kelamin. Hasil analisis karakteristik responden dijelaskan pada tabel di bawah ini.

Tabel

Karakteristik Responden anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
12-14 tahun	167	44.7
15-17 tahun	207	55.3
Total	374	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	130	34.8
Perempuan	244	65.2
Total	374	100.0

Sumber: Data primer terolah 2021

Analisis:

- a. Karakteristik responden menurut usia menunjukkan bahwa sebanyak 167 responden (44.7%) berusia 12-14 tahun dan sebanyak 207 responden (55.3%) berusia 15-17 tahun.
 - b. Karakteristik responden menurut jenis kelamin menunjukkan distribusi tertinggi adalah perempuan sebanyak 244 responden (65.2%) dan laki-laki sebanyak 130 responden (34.8%).
2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021

Tabel

Distribusi frekuensi tingkat stres anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	38	10.2
Ringan	117	31.3
Sedang	219	58.6
Berat	0	0.0
Sangat Berat	0	0.0
Total	374	100.0

Sumber: Data primer terolah 2021

Analisis:

Distribusi frekuensi tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* menunjukkan bahwa tingkat stress tertinggi dalam kategori stres sedang sebanyak 219 responden (58.6%).

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Usia Anak Remaja dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden menurut usia sebagian besar berusia 15-17 tahun sebanyak 55.3%. Usia 15-17 tahun dapat digolongkan masa remaja akhir⁴. Masa remaja merupakan mencari jati diri dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan, yang merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa, Semakin bertambahnya usia seseorang, maka bertambah pula kemampuan dalam melakukan sesuatu/berpikir⁵

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan rentang usia 15-17 tahun lebih banyak mengalami stress dalam kategori sedang sebanyak 118 responden (31.6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa remaja berusia 15-17 tahun memiliki tingkat stres dalam kategori sedang selama menjalani pembelajaran daring⁶. Menurut penelitian mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi stres psikososial seseorang adalah faktor usia. Faktor usia berkaitan erat dengan tingkat kedewasaan atau kematangan seseorang baik secara fisik maupun psikologis,

sehingga bertambahnya usia pada seseorang diharapkan semakin mampu dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab⁷.

Peneliti berasumsi bahwa pada masa usia remaja sangat berkaitan dengan timbulnya stres, hal tersebut dikarenakan pada masa pandemik Covid-19 harus menyesuaikan diri dengan keadaan seperti pembelajaran *online*, tidak dapat berinteraksi dan berkumpul dengan teman-temannya dan banyaknya tugas yang diberikan membuat remaja mengalami tekanan secara psikologis sehingga remaja merasa khawatir tidak dapat menjalaninya.

b. **Karakteristik Jenis Kelamin Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden menurut jenis kelamin menunjukkan distribusi tertinggi adalah perempuan sebanyak 244 responden (65.2%) dan laki-laki sebanyak 130 responden (34.8%). Dengan jumlah tingkat stress sedang sebanyak 140 responden (37.4%) sedangkan responden laki-laki yang mengalami tingkat stress sedang sebanyak 79 responden (21.1%).

Hasil penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih banyak mengalami stress sedang dibandingkan dengan remaja laki-laki⁸.

Peneliti berasumsi bahwa tingginya tingkat stress sedang pada remaja perempuan disebabkan karena adanya perbedaan hormon dan psikologis, remaja perempuan cenderung memiliki perasaan cemas dan khawatir lebih besar dibandingkan dengan remaja laki-laki sehingga dapat memicu munculnya stres.

2. **Tingkat Stres Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021**

- a. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat stress remaja dalam kategori sedang sebanyak 219 responden (36%). Menurut penelitian yang dapat memicu stres pada remaja selama pembelajaran daring di masa pandemic Covid-19 antara lain kurangnya pengajar menggunakan penyajian materi yang menarik sehingga siswa merasa bosan, terlalu monoton, kurang menariknya media pembelajaran, tidak bertemunya siswa satu dengan siswa lainnya, siswa tidak dapat berinteraksi dengan temannya karena

pembelajaran daring siswanya berada di tempatnya masing-masing serta banyaknya tugas⁹.

- b. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 117 responden (31.3%) mengalami stress ringan dan 38 responden (10.2%) mengalami stress normal. Peneliti berpendapat bahwa kondisi stress ringan dan normal yang dialami responden karena sudah mulai terbiasa dan sudah beradaptasi dengan kondisi (pembelajaran *online*) selama pandemic Covid-19 sehingga sudah dapat mengelola stressor yang muncul secara berulang-ulang dapat diatasi dengan baik.

Peneliti berpendapat bahwa berdasarkan hasil penelitian sumber stress yang dialami responden cukup beragam, hal tersebut dapat disebabkan karena selama masa pandemic Covid-19 responden dituntut untuk mengikuti pembelajaran *online* sehingga membuat responden tidak memiliki teman diskusi, adanya tugas yang cenderung banyak, penjelasan materi dari guru yang terbatas dan suasana lingkungan yang cenderung membosankan. Selain itu, tingkat stress yang dialami responden terjadi karena mekanisme coping yang kurang baik dalam menghadapi stressor sehingga responden tidak dapat beradaptasi dengan stress yang terjadi

STIKES BETHESDA

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 15-17 tahun sebanyak 55.3%. Jenis kelamin perempuan sebanyak 244 responden (65.2%), Jenis kelamin laki-laki sebanyak 130 responden (34.8%).

2. Tingkat stress remaja sebagian besar berada dalam kategori Sedang sebanyak 219 responden (36%). stress ringan sebanyak 117 responden (31.3%) dan stres normal = 38 responden (10.2%)

Tingkat stres pada anak usia remaja 12-17 tahun dalam menghadapi sekolah *online* sebagian besar memiliki tingkat stres dalam kategori sedang.

Disarankan untuk meneliti dengan metode kualitatif wawancara mendalam tentang stres remaja dalam menghadapi sekolah online

UCAPAN TERIMA KASIH

1. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Kepada kedua orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan.
3. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. (2021). *Covid-19 Explorer* <https://worldhealthorg.shinyapps.io/covid/>
2. Kemendikbud RI.(2020). *Kebijakan Kemendikbud di Masa Pandemi*<https://gtk.kemdikbud.go.id/read-news/kebijakan-kemendikbud-di-masa-pandemi>
3. Dewi, W.A.F. (2020). Dampak Covid-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol. 1, No. 1*<https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/89>
4. Hurlock, E. (2014). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta:PT Raja GrafindoPersada
5. Sarwono, S. (2018). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
6. Harini, V.R.P. (2020). *Gambaran Tingkat Stress pada Anak Usia Remaja Selama Menjalani Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang*. Skripsi. Jember: Universitas Jember
7. Thapar, A., Collishaw, S., Pine, D. S., & Thapar, A. K. 2012. Depression in adolescence. *The Lancet*, 379(9820), 1056–1067. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60871-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60871-4)
8. Arinandya Permata Wibowo, Sheilla and Oktarina, Natalia Devi (2021) *GAMBARAN TINGKAT STRES REMAJA SMP PADA KONDISI PANDEMI COVID-19 DI SMP ISLAM MIFTAKHUL HUDA PAKIS AJI KABUPATEN JEPARA*
9. Sanjaya, R. (2020). *21 Refleksi Pembelajaran Daring di Masa Darurat*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata