



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

GAMBARAN TINGKAT STRES PADA ANAK USIA REMAJA 12-17 TAHUN

DALAM MENGHADAPI SEKOLAH *ONLINE* DI KOTA DOBO

KABUPATEN KEPULAUAN ARU 2021

NIKOLAUS NAMSA

1402066

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA2021

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

2021

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

NIKOLAUS NAMSA

1402066

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

YOGYAKARTA2021

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Gambaran Tingkat Stres pada Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi sarjana keperawatan Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi keserjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Apabila dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar keserjanaan saya.

Yogyakarta, 18 Desember 2021



Nikolaus Namsa

1402066

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**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

NIM: 1402066

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk dilaksanakan ujian

Yogyakarta, 29 Desember 2021

Dosen Pembimbing:



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



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang

Pada

Tanggal: 04 Bulan: Juli Tahun: 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

 :

Mengesahkan

Mengetahui,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Ketua Prodi Sarjana Keperawatan


(**Nurlia Haningtyas, S.Kep., Ns.,
M.kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS.)**


(**Indah Prawesti, S.Kep., NS., M.Kep)**

MOTTO

‘ segala perkara dapat ku tanggung di dalam dia yang memberi kekuatan kepadaku ‘

(Filipi 4:13)

“ saya memang seorang yang melangkah dengan lambat,tetapi saya tidak pernah berjalan
mundur ke belakang “

(Abraham Lincoln)

“Waktu sangat berharga dan salah satu hal dalam kehidupan yang tidak bisa kita ulang adalah
waktu, maka gunakanlah dengan bijaksana”

Isnanto, S. Kep., Ns., MAN

PERSEMBAHAN

Lembar persembahan ini saya persembahkan :

1. Kepada Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria yang karena kasih,dan penyertaannya yang tidak terbatas memampukan peneliti dalam menyelesaikan skripsi dan studi ini
2. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Josef Namsa dan Ibu Hilaria Materay dan kepada Adik-adik tersayang saya Mario,arnoldus,norbertus,syane yang selalu memberikan Doa dukungan dan kasi sayang yang sangat berarti bagi saya
3. Kepada sahabat-sahabat organisasi yang suda ku anggap keluarga sendiri (joy fellowship Indonesia) yang selalu memberikan bantuan,doa,penyemangat untuk tetap berjuang meraih gelar sarjana terkhususnya di Cell grup ku Ka alin,ka rany,ka melina,k aria chuan,ka josu,ka jeni,Gabriel,ody,romi,thalia,dian,ine,oliv dan masi banyak lagi yang tidak sempat di sebutkan
4. Kepada teman-teman seperjuangan pejuang akhir Adik vela,luis,yefta,fajri yang selalu membantu memberi masukan dalam mengerjakan skripsi
5. Kepada orang-orang special Jesi ,Amelia, gank Ibl*s manja ka sisko,lake,ka lover lexi,ka ingke,wiwi,vivi, yang selalu mengingatkan tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akhir
6. Dan terima kasih terbesar untuk diriku sendiri yang selalu mau berjuang dalam keadaan apapun,yang mau melewati rasa kemalasan dan mau keluar dari zona nyaman
7. Kepada semua orang yang telah memberikan Doa,dukungan dan semangat yang tidak dapat disebutkan satu persatu, Terima kasih banyak

ABSTRAK

NIKOLAUS NAMSA. “Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021 “

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 + 61 Halaman + 4Tabel + 2 Skema + 11Lampiran

Kepustakaan : 43. 2011-2021

ABSTRACT

NIKOLAUS NAMSA. "An Overview of Stress Levels in Adolescents 12-17 Years Old in FacingSchools *Online* in Dobo City, Aru Islands Regency 2021"

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 + 61 Pages + 4 Tables + 2 Schematics + 11 Appendices

Library : 43. 2011-2021

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria atas segala kasih dan berkat-Nya, yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Tingkat Stres pada Anak Usia Remaja 12-17 Tahun dalam Menghadapi Sekolah *Online* di Kota Dobo Kabupaten Kepulauan Aru 2021”

Selama proses penyusunan skripsi, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS. selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.kep Sselaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sekaligus ketua penguji proposal dan skripsi
3. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing pembuatan proposal dan skripsi
4. Ibu Yullya Permina.,S.Kep.,Ns.,MAN selaku dosen pembimbing akademik dan penguji 1 ujian proposal dan skripsi
5. Kedua orang tua saya yang selalu sabar dalam menasehati dan memenuhi segala kebutuhan saya dalam segala hal.
6. Bapak/Ibu dosen dan karyawan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
7. Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah menyediakan buku – buku sumber yang dibutuhkan.

8. Teman-teman Program Studi Sarjana Keperawatan angkatan 2014 yang selalu memotivasi peneliti.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, peneliti meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, 21 Desember 2021



Peneliti

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
PRAKATA	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	7

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori	10
1. Pembelajaran Daring	10
a. Pengertian.....	10
b. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring	11
2. Stress	13
a. Pengertian.....	13
b. Jenis Stress	13
c. Tahapan Stress	14
d. Tanda dan Gejala Stress	17
e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress.....	20
f. Pengukuran Stress	22
g. Tingkat Stress	23
3. Remaja	24
a. Pengertian	24
b. Tahapan Remaja	24
c. Karakteristik Remaja	26
d. Perkembangan Remaja	27
B. Kerangka Teori	31
C. Kerangka Konsep	32
D. Pertanyaan Penelitian.....	33
E. Variabel Penelitian	33
1. Definisi Konseptual.....	34

2. Definisi Operasional	34
BAB III: METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Instrumen Penelitian	38
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	39
F. Etika Penelitian	42
G. ProsedurPengumpulan Data.....	42
H. Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil penelitian	48
B. Pembahasan.....	49
C. Keterbatasan penelitian.....	55
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2 Definisi Operasional	34
Tabel 3 Kisi-Kisi Umum.....	38
Tabel 4 Kisi-Kisi Khusus	39

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori	31
Skema 2 Kerangka Konsep	32

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Permohonan izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 4. Bukti lolos Similarity
- Lampiran 5. Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 6. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 9. Kuisisioner Tingkat Stress
- Lampiran 10. Tabel Umum dan Khusus
- Lampiran 11. Lembar konsultasi

STIKES BETHESDA YAKKUM