

**PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS XI  
JURUSAN IPA DENGAN JURUSAN IPS  
DI SMA N 2 SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat  
Sarjana Kedokteran**



**Diajukan oleh:  
MELISA ANGGAR FITIANI  
J 500 080 031**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2011**

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS XI JURUSAN IPA  
DENGAN JURUSAN IPS DI SMA N 2 SUKOHARJO**

Yang Diajukan Oleh :

**MELISA ANGGAR FITIANI**

**J500 080 031**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji skripsi Fakultas  
Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Kamis, tanggal 28 Juli 2011

**Penguji**

**Nama : Prof. Dr. Mohammad Fanani, dr. Sp.KJ (K) (.....)**

**NIP/NIK : 19510711 198003 1 001**

**Pembimbing Utama**

**Nama : dr. Rh Budhi Muljanto, Sp.KJ (.....)**

**NIP/NIK : 19510527 197810 1 001**

**Pembimbing Pendamping**

**Nama : dr. Erna Herawati (.....)**

**NIP/NIK : 1046**

**Dekan FK UMS**

**Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A (K)**

**NIK: 300.1243**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 18 Oktober 2011

Melisa Anggar Fitiani

J 500 080 031

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalammu 'alaikum wr. wb*

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayahNya, dan tidak lupa sholawat serta salam yang senantiasa tercurah pada Rasulullah SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbedaan Tingkat Stres Pada Siswa Kelas XI Jurusan IPA Dengan Jurusan IPS di SMA N 2 Sukoharjo.”

Skripsi ini disusun demi memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kami berharap semoga skripsi ini dapat menambah khasanah Ilmu Pengetahuan pada umumnya dan Kesehatan Jiwa pada khususnya.

Keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari doa dan dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. SpA(K), selaku Dekan Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. dr. Rh. Budhi Muljanto, SpKJ, selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
3. dr. Erna Herawati, selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Prof. Dr.H. Muhammad Fanani, dr. SpKJ(K), yang telah meluangkan waktu sebagai penguji dan memberikan saran serta kritik untuk skripsi ini.
5. dr. Shoim Dasuki, M. Kes, Ketua Tim Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
6. Ayah H. Sucarno, ibunda Yuni, Hendra, dan Salma, yang telah mengantar dan membimbing penulis sehingga penulis sampai pada jenjang ini. Terima

kasih atas semua do'a, kasih sayang, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis.

7. Mas Agus, Mas Tri, Mbak Ita, Mbak Aroh yang telah memberikan do'a, dukungan dan motivasi kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Orang yang selalu ada untuk berbagi, selalu memberikan motivasi, dukungan, kasih sayang serta pengertian yang tak pernah lelah kepada penulis. Terima kasih atas kesabaran dan ketulusan untuk senantiasa mendampingi penulis.
9. Ka. Perpustakaan pusat UMS, FK UMS, FK UNS, dan FK UGM dimana penulis banyak menimba ilmu dan pengalaman.
10. Bapak/Ibu guru saya di TK. Tunas Rimba Semarang, SDN Wonosari 02, SMP N 16 Semarang, dan SMA N 8 Semarang.
11. Bapak Drs. Bambang Suryono, Dipl. Ed selaku kepala SMA N 2 Sukoharjo yang telah memberikan izin untuk penelitian di SMA N 2 Sukoharjo
12. Ibu Dati, Ibu Mus, dan Ibu Nur yang telah memberikan waktu dan memberikan izin untuk penelitian di SMA N 2 Sukoharjo.
13. Adik-adik siswa SMA N 2 Sukoharjo yang telah bersedia dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
14. Teman-teman angkatan 2008 semuanya, terima kasih atas dukungan yang diberikan kepada penulis.
15. Segenap civitas akademika dan seluruh staf dan karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan kepada penulis.
16. Sahabat yang selalu menemani ketika suka maupun duka selama menempuh studi ini, Lina, Ambar, Edwina, Nanda, dan Lia. Dan juga tak lupa sahabat yang selalu memberikan motivasi dan dukungan yang tak kenal lelah Nisa DP, Azida, Nisa, dan Risca.
17. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu dan saya ucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya.

Penulis menyadari atas segala kekurangan skripsi ini, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga peneitian ini bermanfaat untuk semuanya.

Surakarta, 18 Oktober 2011

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	2
C. Tujuan Penelitian .....	2
D. Manfaat Penelitian .....	2
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....	4
A. Stres .....	4
1. Pengertian Stres .....	4
2. Penggolongan Stres .....	4
3. Etiologi .....	5
4. Mekanisme Stres .....	9
5. Tahapan Stres .....	10
6. Manajemen Stres .....	13
7. Pencegahan Stres .....	15
B. Remaja.....	15
1. Pengertian Remaja .....	15
2. Ciri-ciri Remaja .....	16

C. Jurusan IPA dan IPS di SMA .....	18
1. Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) .....	18
2. Jurusan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) .....	18
D. Hubungan Penjurusan IPA dan IPS dengan Stres .....	19
E. Kerangka Teori .....	21
F. Hipotesis .....	22
BAB III. METODE PENELITIAN .....	23
A. Desain Penelitian .....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	23
C. Populasi Penelitian .....	23
D. Sampel dan Teknik Sampling .....	23
E. Kriteria Restriksi .....	24
F. Variabel Penelitian .....	25
G. Definisi Operasional .....	25
H. Instrumen Penelitian .....	26
I. Teknik Pengambilan Data .....	27
J. Analisis Data .....	27
K. Jalannya Penelitian .....	28
L. Pelaksanaan Penelitian .....	29
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	30
A. Hasil Penelitian .....	30
B. Pembahasan .....	34
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	36
A. Kesimpulan .....	36
B. Saran .....	36
DAFTAR PUSTAKA .....	37
LAMPIRAN	



## **DAFTAR TABEL**

Tabel III.1. Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	29
Tabel IV.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Program Jurusan ..	30
Tabel IV.2. Distribusi Perbedaan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XI Jurusan IPA dengan Jurusan IPS .....	30
Tabel IV.3. Distribusi Perbedaan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XI Berdasarkan Jenis Kelamin .....	32
Tabel IV.4. Analisis Data Statistik Uji Chi Square Perbedaan Tingkat Stres Pada Siswa Kelas XI Jurusan IPA Dengan Jurusan IPS .....	33

## DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1. Mekanisme <i>General Adaption Syndrome</i> (GAS) .....	10
Gambar II.2. Kerangka Teori .....	21
Gambar III.1. Jalannya Penelitian .....	28
Gambar IV.1. Diagram Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Kelas Responden .....	31
Gambar IV.2. Diagram Perbedaan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XI Berdasarkan Jenis Kelamin .....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Lembar Persetujuan
- Lampiran 2** Formulir Biodata
- Lampiran 3** Kuesioner L-MMPI
- Lampiran 4** Kuesioner DASS
- Lampiran 5** Hasil Kuesioner DASS
- Lampiran 6** Tabel *Chi-Square*
- Lampiran 7** Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 8** Surat Keterangan Penelitian

## ABSTRAK

Melisa Anggar Fitiani, J 500 080 031, 2011. **Skripsi. Perbedaan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XI Jurusan IPA dengan Jurusan IPS di SMA N 2 Sukoharjo.**

**Latar Belakang:** Remaja biasanya dihadapkan pada berbagai tuntutan yang harus dipenuhi. Kehidupan sekolah adalah salah satu faktor penyebab stress pada remaja. Stres itu sendiri merupakan respons tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban. Adanya penjurusan menyebabkan adanya perbedaan tingkat stres diantara keduanya karena timbul tekanan psikologis berupa tuntutan berprestasi tinggi.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui perbedaan tingkat stres pada siswa kelas XI jurusan IPA dengan jurusan IPS di SMA N 2 Sukoharjo.

**Metodelogi Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 96 siswa yang merupakan siswa kelas XI jurusan IPA dan jurusan IPS di SMA N 2 Sukoharjo yang memenuhi kriteria yang ditentukan, yang diambil teknik *purposive random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS).

**Hasil Penelitian:** Dari perhitungan data statistik didapatkan  $P = 0,036$ . Karena  $P < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_1$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat stres pada siswa kelas XI jurusan IPA dengan jurusan IPS. Siswa kelas XI jurusan IPA memiliki tingkat stres lebih tinggi daripada siswa kelas XI jurusan IPS.

**Saran:** Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan bimbingan kepada siswa untuk mengurangi terjadinya stres, khususnya pada siswa jurusan IPA.

---

**Kata Kunci :** Stres, Siswa SMA, IPA dan IPS

## ABSTRACT

Melisa Anggar Fitiani, J500080031, 2011. **Mini Thesis. The differences stress levels at XI grade students Sains Program with Social Program in SMAN 2 Sukoharjo.**

**Background:** Usually, teenagers are faced with various demands that must be fulfilled. School life is one of the main factor causing stress in teenagers. Stress is the response of the body that has a non-specific nature of each load demands. The presence of programing cause the differences in stress levels between both of them because of psychological pressures arising such as demands of high achievement.

**Purpose:** To know the difference stress levels at XI grade students Sains Program with Social Program in SMAN 2 Sukoharjo.

**Methodology:** This research was observational analytic research with cross sectional approach. The sample was 96 students consisting of the students of Grade XI of Sains Program and Social Program in SMA Negeri 2 Sukoharjo who had fulfilled the predetermined criteria, was taking with the purposive random sampling technique. The research instrument used was Depression Anxiety Stress Scale (DASS).

**Result:** From the statistical calculation it was obtained that P value = 0,036. Because of  $P < 0,05$ , so  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. it can be concluded that there was significant difference between the level of stress in the students of Grade XI in Sains Program and Social Program. XI great of Sains Program has stress level higher then the XI great of Social Program.

**Suggestion:** From this research result in expected by party of school can give the tuition to the students to lessen incidence of stress. Especially, for the students of Sains Program.

---

**Keywords :** *Stress, Students of the High School, Sains and Social Programs*