

**PERBEDAAN TOLERANSI TERHADAP STRES PADA REMAJA
BERTIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT
DI KELAS XI SMA ASSALAAM SUKOHARJO**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Kedokteran



Diajukan Oleh :

AKHMAD FAJRI PURNA AJI

J 500 050 054

Kepada :

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2009

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah

“Dan sesungguhnya akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.” (Qs, Al Baqarah;155)

Ujian akan senantiasa menyertai seorang hamba hingga ia berjalan dimuka bumi, sementara tidak ada lagi satu kesalahan pun pada dirinya. (HR. Tirmizi).

Stres merupakan bagian tidak terhindarkan dari kehidupan. Stres mempengaruhi setiap orang, bahkan anak-anak. Kebanyakan stres diusia remaja berkaitan dengan masa pertumbuhan. Remaja khawatir akan perubahan tubuhnya dan mencari jati diri. Sebenarnya remaja dapat membicarakan masalah mereka dan mengembangkan keterampilan menyelesaikan masalah, tetapi karena pergolakan emosional dan ketidakyakinan remaja dalam membuat keputusan penting, membuat remaja perlu mendapat bantuan dan dukungan khusus dari orang dewasa (<http://www.ramuracik.com/> [on-line], 2002). Mengatasi stres akan lebih mudah dilakukan dengan bantuan keluarga dan teman-teman. Namun, tiadanya keluarga dan teman untuk berbagi rasa sudah dapat menimbulkan atau memperburuk stres itu sendiri. (Wilkinson, 2002).

Masa remaja ditandai oleh perubahan yang besar diantaranya kebutuhan untuk beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis, pencarian identitas dan membentuk hubungan baru termasuk mengekspresikan perasaan seksual (Santrock,1998). Hall (dalam Papilia, 1998) menyebut masa ini sebagai periode “badai dan tekanan” atau “*storm & stress*” suatu masa dimana ketegangan emosi meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Walter (2002) pada 60 orang remaja menghasilkan bahwa penyebab utama ketegangan dan masalah yang ada pada remaja berasal dari hubungan dengan teman dan keluarga, tekanan dan harapan dari diri mereka sendiri dan orang lain, tekanan di sekolah oleh guru dan pekerjaan rumah, tekanan emosi dan tragedi yang ada dalam kehidupan mereka misalnya kematian, perceraian dan penyakit yang dideritanya atau anggota keluarganya.

Stres dapat merupakan faktor pencetus, penyebab atau akibat dari suatu penyakit, sehingga taraf kesehatan fisik dan kesehatan jiwa dari orang yang bersangkutan menurun karenanya. Hal ini dapat mengakibatkan menurunnya produktifitas (Hawari, 1997). Gejala maupun akibat stres bisa bervariasi antar individu, umumnya mencakup akibat subjektif, perilaku, kognitif, fisiologis, dan keorganisasian (Siswanto, 2007). Hal ini karena Setiap orang mempunyai keunikan persepsi, kepribadian dan pengalaman hidup, perbedaan sikap, keyakinan, dan tingkat cita-cita (Sofyandi & Garniwa, 2007)

Individu introvert biasanya dikenal sebagai sebagai seorang pendiam, sukar diselami hatinya, tidak mudah dan tidak suka bergaul, menarik diri, ragu-ragu, defensif, tertutup, pasif, dan pesimis (Budiharjo, 1997). Sifat-sifat ini sendiri merupakan stres tersendiri bagi individu introvert, disamping stres dari pihak luar. Stres tersebut dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh, akibatnya individu tersebut mudah terserang penyakit (Budiharjo, 1997).

Sedang individu ekstrovert, orientasinya terutama tertuju keluar : pikiran, perasaan, serta tindakannya yang ditentukan oleh lingkungan baik lingkungan sosial maupun lingkungan non sosial, abstrak maupun konkrit. Seorang ekstrovert ditandai oleh adanya sikap hatinya terbuka, mudah bergaul, hubungan dengan orang lain lancar, aktif, optimis, dinamis, ramah dan hangat (Suryabrata, 1998). Budiharjo (1997) mengartikan ekstrovert sebagai keramahan, terus terang, cepat akrab, berdaptasi secara natural, mudah menyesuaikan diri dengan berbagai situasi, jarang merasa

was-was, dan sering berspekulasi dengan sembrono pada situasi yang belum dikenal.

Eysenck (dalam Suryabrata, 1998) menyatakan bahwa orang introvert berkecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala ketakutan dan depresi. Yang ditandai oleh kecenderungan obsesi mudah tersinggung, apatis, saraf otonom mereka labil, gampang terluka, mudah gugup, rendah diri, mudah melamun, dan sukar tidur. Sedang orang-orang yang ekstrovert memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala histeris, sedikit energi, perhatian yang sempit, sejarah kerja yang kurang baik, *hypochondriasis*.

Berdasarkan hal diatas, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan toleransi terhadap stres pada remaja bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada perbedaan toleransi terhadap stres pada remaja yang bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert ?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui ada tidaknya perbedaan toleransi terhadap stres pada remaja yang bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert.

D. Manfaat Penelitian :

1. Manfaat Teoritis

Mengetahui ada tidaknya perbedaan toleransi stres pada remaja yang bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert.

2. Manfaat Praktis

Menambah wawasan pihak terkait khususnya tentang perbedaan toleransi stres pada remaja bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert.