

MOTORIK

Jurnal Ilmu Kesehatan (*Journal Of Health Sciene*)

MOTORIK, VOL. 13 NOMOR 27, SEPTEMBER 2018

HUBUNGAN TIPE KEPRIBADIAN DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA PASIEN HIPERTENSI WANITA USIA 30 – 50 TAHUN DI PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA
Anis Prabowo¹, Azizah Rohmah²

PENGARUH PERILAKU KELUARGA TERHADAP KEJADIAN DIARE PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAMBU KULON
Endang Wahyuningsih¹, Anna Uswatun Q²

PENGARUH LATIHAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS
Arlina Dhian Sulistyowati¹, Supardi²

HUBUNGAN TIPE KEPRIBADIAN *INTROVERT* DAN *EKSTROVERT* DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA YANG SEDANG MENGHADAPI UJIAN AKHIR SEMESTER DI SMK N 1 JOGONALAN
Retno Yuli Hastuti¹, Arlina Dhian Sulistyowati²

PENGARUH HYPNOTHERAPY TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI DUKUH SOBRAH GEDE DESA BUNTALAN
Cahyo Pramono¹, Istianna Nur Hayati², Seto Hartadi³

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK USIA PRASEKOLAH DI PAUD KB DAHLIA SENGON PRAMBANAN KLATEN
Devi Permatasari, Sri Sat Titi Hamranani, Fitri Utami

PENGARUH *CUPPING PUNCTURIN CUPPING (CPC)* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA *LOW BACK PAIN*
Galih Setia Adi¹, Yunita Wulandari², Nur Muzaki³

PENGGUNAAN *INTERMITTENT CATHETER (IC)* PASIEN *SPINAL CORD INJURY (SCI) POST* STABILISASI
Dewi Suryandari¹, Galih Setia Adi²

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN KECEMASAN PADA LANSIA
Endang Sawitri

PENELUSURAN METABOLIT SEKUNDER DAN PENENTUAN KADAR FLAVONOID EKSTRAK TERPURIKASI DAUN SIRIH MERAH (*Piper crocatum* Ruiz and Pav.)
Ika Buana Januarti¹, Rina Wijayanti²

HUBUNGAN SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TM III DI PUSKESMAS JATINOM
Lilik Hartati¹, Sri Wahyuni²

HUBUNGAN DUKUNGAN INSTRUMENTAL DARI KELUARGA DENGAN EFIKASI DIRI KLIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGAKARSA JAKARTA SELATAN
Maula Mar'atus Solikhah¹, Noor Fitriyani²

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP TERKAIT *PHARMACOVIGILANCE* PADA MAHASISWA PROFESI APOTEKER DI SEMARANG
Nisa Febrinasari¹, Arifin S², Chilmia NF³, Riskiyah², Nabilla FM²

HUBUNGAN *ILLNESS BELIEF* DAN *SELF CARE* DENGAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS
Noor Fitriyani

UJI AKTIVITAS ANTIBAKTERI EKSTRAK ETIL ASETAT DAUN BINAHONG (*Anredera cordifolia* (Ten.) Steenis) TERHADAP PENGHAMBATAN BAKTERI *Streptococcus mutans* SECARA *IN VITRO*
Willi Wahyu Timur^{*}, Masfiah¹, Siti Nurul Azizah^{*}

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN IBU DALAM PERAWATAN NEONATUS
Puput Risti Kusumaningrum¹, Chori Elsera²

PENGARUH PELATIHAN PADA IBU TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU MENGAJARKAN PENCEGAHAN KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK PRASEKOLAH
Rufaida Nur Fitriana¹, Febriana Sartika Sari²

PENGARUH SENAM ASMA INDONESIA TERHADAP KONTROL ASMA PASCA PENDERITA ASMA DI BALAI BESAR KESEHATAN PARU MASYARAKAT (BBKPM) SURAKARTA
Sahuri Teguh Kurniawan¹, Abdul Ghoni², Isnaini Rahmawati³, Dewi Suryandari⁴

HUBUNGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KESEHATAN METAL EMOSIONAL ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK CEMARA 1 KARANGKENDAL MUSUK BOYOLALI
Suyami

HUBUNGAN KEPATUHAN MINUM OBAT PASIEN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STROKE ISKEMIK DI RSJD DR. RM. SOEDJARWADI PROVINSI JAWA TENGAH
Esri Rusminingsih¹, Mustika Dian²

PENGARUH RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JAMBANGAN KECAMATAN BAYAT KABUPATEN KLATEN
Romadhani T.P, Mayanti Amastuti, Daryani

PERBEDAAN PENGARUH JUS JAMBU BIJI DENGAN JUS APEL HIJAU TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL DARAH
Saifudin Zukhri¹, Tsamara Inggar Meinisa², Arlina Dhian Sulistyowati³

DUKUNGAN SUAMI DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KOTA KENDARI TAHUN 2018
Nasrawati I

PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM (*Szgium polyanthum*, Wight, Walp) TERHADAP VOLUME URIN TIKUS WISTAR YANG DIINDUKSI DENGAN *STREPTOZOTOCIN (STZ)*
Choiril Hana Mustofa, Setyani LK

MOTORIK

**Jurnal Ilmu Kesehatan
(Journal of Health Science)**

Jurnal ilmu kesehatan sebagai sarana informasi di bidang teknologi kesehatan yang berisikan hasil penelitian, studi kepustakaan, maupun tulisan-tulisan ilmiah.

Terbit pertama kali pada tahun 2006 dengan frekuensi terbit dua kali dalam satu tahun yakni pada bulan Februari dan Agustus.

Penasihat:

**Sri Sat Titi Hamranani, S.Kep., M.Kep
(Ketua STIKES Muhammadiyah Klaten)**

Penanggung jawab:

Endang Wahyuningsih, S.SiT., M.Kes

Pimpinan Redaksi:

Sri Handayani, SKM, M.Kes

Dewan Redaksi:

**Drs. Joko Sutrisno, Apt, MM ; dr. Ronny Roekmito, M.Kes
dr. H. Usman Arifin, SpOG ; Daryani, S.Kep.,Ns., M.Kep ; Drs. H. Moch. Isnaeni, M.I**

Sekretariat Dewan Redaksi:

**Anna Uswatun Q, S.SiT., M.Kes
Wiwin Rohmawati, S.ST., M.Keb**

Alamat Redaksi:

**Bagian Penelitian Pengembangan dan Pengabdian Kepada Masyarakat
(BP3M)**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten

Jl. Ir. Soekarno KM.1 Buntalan Klaten 57419

Telp (0272) 323120.

email: stikesmukla@yahoo.com

website: www.stikesmukla.ac.id

HUBUNGAN TIPE KEPRIIBADIAN DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA PASIEN HIPERTENSI WANITA USIA 30 – 50 TAHUN DI PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA
Anis Prabowo¹, Azizah Rohmah²

PENGARUH PERILAKU KELUARGA TERHADAP KEJADIAN DIARE PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAMBU KULON
Endang Wahyuningsih¹, Anna Uswatun Q²

PENGARUH LATIHAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS
Arlina Dhian Sulistyowati¹, Supardi²

HUBUNGAN TIPE KEPRIIBADIAN *INTROVERT* DAN *EKSTROVERT* DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA YANG SEDANG MENGHADAPI UJIAN AKHIR SEMESTER DI SMKN 1 JOGONALAN
Retno Yuli Hastuti¹, Arlina Dhian Sulistyowati²

PENGARUH HYPNOTHERAPY TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI DUKUH SOBRAH GEDE DESA BUNTALAN
Cahyo Pramono¹, Istianna Nur Hayati², Seto Hartadi³

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK USIA PRASEKOLAH DI PAUD KB DAHLIA SENGON PRAMBANAN KLATEN
Devl Permatasari, Sri Sat Titi Hamranani, Fitri Utami

PENGARUH *CUPPING PUNCTURIN CUPPING (CPC)* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA *LOW BACK PAIN*
Galih Setia Adi¹, Yunita Wulandari², Nur Muzaki³

PENGUNAAN *INTERMITTENT CATHETER (IC)* PASIEN *SPINAL CORD INJURY (SCI)* POST STABILISASI
Dewi Suryandari¹, Galih Setia Adi²

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN KECEMASAN PADA LANSIA
Endang Sawitri

PENELUSURAN METABOLIT SEKUNDER DAN PENENTUAN KADAR FLAVONOID EKSTRAK TERPURNIFIKASI DAUN SIRIH MERAH (*Piper crocatum* Ruiz and Pav.)
Ika Buana Januarti¹, Rina Wijayanti²

HUBUNGAN SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TM III DI PUSKESMAS JATINOM
Lilik Hartati¹, Sri Wahyuni²

HUBUNGAN DUKUNGAN INSTRUMENTAL DARI KELUARGA DENGAN EFEKASI DIRI KLIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGAKARSA JAKARTA SELATAN
Maula Mar'atus Solikhah¹, Noor Fitriyani²

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP TERKAIT *PHARMACOVIGILANCE* PADA MAHASISWA PROFESI APOTEKER DI SEMARANG
Nisa Febrinasari¹, Arifin S², Chilmia NF³, Riskiyah⁴, Nabilla FM⁵

HUBUNGAN *ILLNESS BELIEF* DAN *SELF CARE* DENGAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELLITUS
Noor Fitriyani

UJI AKTIVITAS ANTIBAKTERI EKSTRAK ETIL ASETAT DAUN BINAHONG (*Anredera cordifolia* (Ten.) Steenis) TERHADAP PENGHAMBATAN BAKTERI *Streptococcus mutans* SECARA *IN VITRO*
Wili Wahyu Timur¹, Masfiah², Siti Nurul Azizah³

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN IBU DALAM PERAWATAN NEONATUS
Puput Risti Kusumaningrum¹, Chori Elsera²

PENGARUH PELATIHAN PADA IBU TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU MENGAJARKAN PENCEGAHAN KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK PRASEKOLAH
Rufaida Nur Fitriana¹, Febriana Sartika Sari²

PENGARUH SENAM ASMA INDONESIA TERHADAP KONTROL ASMA PASCA PENDERITA ASMA DI BALAI BESAR KESEHATAN PARU MASYARAKAT (BBKPM) SURAKARTA
Sahuri Teguh Kurniawan¹, Abdul Ghoni², Isnaini Rahmawati³, Dewi Suryandari⁴

HUBUNGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KESEHATAN METAL EMOSIONAL ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK CEMARA 1 KARANGKENDAL MUSUK BOYOLALI
Suyami

HUBUNGAN KEPATUHAN MINUM OBAT PASIEN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STROKE ISKEMIK DI RSUD DR. RM. SOEDJARWADI PROVINSI JAWA TENGAH
Esri Rusminingsih¹, Mustika Dian²

PENGARUH RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JAMBANGAN KECAMATAN BAYAT KABUPATEN KLATEN
Romadhani T.P., Mayanti Amastuti, Daryani

PERBEDAAN PENGARUH JUS JAMBU Biji DENGAN JUS APEL HIJAU TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL DARAH
Salfudin Zukhri¹, Tsamara Inggar Meinisa², Arlina Dhian Sulistyowati³

DUKUNGAN SUAMI DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KOTA KENDARI TAHUN 2018
Nasrawati I

PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM (*Sygium polyanthum*, Wight, Walp) TERHADAP VOLUME URIN TIKUS WISTAR YANG DIINDUKSI DENGAN *STREPTOZOTOCIN (STZ)*
Choiril Hana Mustofa, Setyani LK

**HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN *INTROVERT* DAN *EKSTROVERT*
DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA YANG SEDANG
MENGHADAPI UJIAN AKHIR SEMESTER DI SMKN 1 JOGONALAN**

RetnoYuliHastuti¹⁾, Arlina Dhian Sulistyowati²⁾

¹⁾SI Keperawatan, Stikes Muhammadiyah Klaten

²⁾ SI Keperawatan, Stikes Muhammadiyah Klaten

e-mail :hastuti.puteri@gmail.com

Abstract

Adolescents are those who experience a transition from childhood to adulthood. Adolescence is a period of learning to grow and develop. Characteristics of adolescents are often called sensitive identity crises, frustrations and conflicts, stemming from changes in the educational environment, academic demands and examinations. Final Exam Semester is one of the learning process in School that contribute to the occurrence of stress in adolescent. Stress can be affected by several factors, one of which is the personality type. Stress levels in adolescents have different responses to personality types. Objective This aim of this study was investigate the correlation of introverts and extroverts with stress levels in adolescents who are confront the final exam of the semester. This research design was used cross sectional. The study sample was 85 students of class X students aged 15-16 years, confront final exam of semester at SMKN 1 Jogonalan. The instruments used were EPI and DASS 42 questionnaires. Bivariate statistical test using Somers. Result the prevalence of introverted personality type was 60% and, extroverts 40%. The prevalence of adolescents who experienced a mild stress level of 34.1% and moderate stress 36.5%. The result of bivariate analysis between personality type and stress level showed p value = 0,003 (p <0.05). Conclusion Thus, this study showed that there was significant correlation between introvert and extrovert personality types with stress level in adolescents who are confront final exam of semester at SMKN 1 Jogonalan.

Keywords : *adolescents, personality, Stress*

Abstrak

Remaja adalah mereka yang mengalami masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja merupakan masa belajar untuk tumbuh dan berkembang. Karakteristik remaja sering disebut krisis identitas yang peka terhadap stres, frustrasi dan konflik, yang bersumber dari perubahan lingkungan pendidikan, tuntutan akademik dan ujian. Ujian Akhir Semester merupakan salah satu proses pembelajaran di Sekolah yang berkontribusi terjadinya stress pada remaja. Stress dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah tipe kepribadian. Tingkat stress pada remaja memiliki respon yang berbeda-beda pada tipe kepribadian. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stress pada remaja yang sedang menghadapi ujian akhir semester. Desain penelitian adalah *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 85 siswa kelas X usia 15-16 tahun, yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester di SMKN 1 Jogonalan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner EPI dan DASS 42. Uji statistik bivariat menggunakan *Somers*. Hasil penelitian Prevalensi tipe kepribadian *introvert* 60% dan *ekstrovert* 40%. Prevalensi remaja yang mengalami tingkat stress ringan 34,1% dan stress sedang 36,5%. Hasil analisa bivariat antar tipe kepribadian dan tingkat stress menunjukkan nilai *p value* = 0,003 ($p < 0.05$). Kesimpulan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* memiliki hubungan dengan tingkat stress pada remaja yang sedang menghadapi ujian akhir semester di SMKN 1 Jogonalan.

Kata kunci : Remaja, Tipe kepribadian, Stress

PENDAHULUAN

Remaja adalah mereka yang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Monk (dalam Ali & Ansrori, 2010) masa remaja sering dikenal sebagai fase “mencari jati diri”, remaja belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Pada masa remaja terdapat perkembangan psikologis yang terdiri dari pencarian identitas, secara emosional remaja ingin mandiri namun tetap diberikan kasih sayang, adanya penyesuaian terhadap lingkungan baru, pergaulan dengan lawan jenis dan adanya proses percintaan (dewi dkk, 2015 h.47). Masa pertumbuhan atau masa remaja diwarnai dengan munculnya karakteristik remaja yang disebut “krisis identitas” yaitu masa dimana individu harus memutuskan siapa dia, apa yang dia lakukan dalam hidupnya. Akibatnya, remaja sangat peka terhadap stres, frustrasi, dan konflik, Hal ini karena remaja sedang mengalami pergolakan dalam jiwanya untuk mencari jati diri (Star dalam Yudia, 2014). Peraturan menteri kesehatan RI No. 25 Tahun 2014, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 Tahun serta menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Bencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Pada tahun 2016 penduduk dengan usia remaja berusia 10-24 tahun berjumlah 66,3 juta jiwa dari total

penduduk 258,7 juta jiwa di Indonesia. Jumlah remaja di Provinsi Jawa Tengah berusia 10-24 tahun yaitu 8.276.016 jiwa dari total penduduk Jawa Tengah sebesar 34.019.095 jiwa. Jumlah remaja di Kabupaten Klaten usia 15-19 tahun sebanyak 87.783 jiwa (BPS,2016). Remaja sekolah usia 14-17 tahun dapat dikatakan usia anak sekolah setingkat SMK atau lebih tepatnya usia masa remaja menengah (Depkes, 2010).

Masa remaja merupakan masa “belajar” untuk tumbuh dan berkembang dari anak menjadi dewasa. Belajar adalah salah satu tugas sekolah untuk menentukan evaluasi tugas dan ujian. Salah satu ujian yang dihadapi remaja sekolah adalah Ujian Akhir Semester (UAS). UAS merupakan bagian dari evaluasi yang bertujuan untuk mengukur dan menilai kompetensi siswa, sehingga siswa dapat melanjutkan pembelajaran ke tingkat lebih tinggi. Siswa SMK diperkirakan dapat mengalami stres yang bervariasi menjelang UAS sebab nilai UAS dapat mempengaruhi rapor yang menjadi bekal untuk naik kelas dan masuk ke perguruan tinggi negeri. Menurut Lal (2014 h.123) sebagai konsekuensi hal tersebut adalah siswa akan mengalami stres, selama tuntutan akademik dihubungkan terhadap prestasi.

Psikolog Damayanti (2015), mengatakan hasil survei menunjukkan 44% pelajar merasa

stres menghadapi ujian dan tugas. Tingkat stres remaja diliputi kegalauan akibat rasa takut tidak naik kelas sebesar 12%. Faktor lain karena para pelajar merasa bingung mencari sekolah lanjutan atau pindah ke sekolah yang dinilainya tepat serta banyaknya tugas dari guru. Data Riset Kesehatan Dasar (Rikerdas, 2013 h.127) prevalensi kejadian stres pada remaja semakin meningkat dari tahun ketahun sebesar (6,0%) dan untuk Jawa Tengah sebesar 4,7%. Remaja dengan usia 15 tahun keatas mengalami gangguan mental emosional berupa stres, depresi dan kecemasan.

Pada penelitian taufik dkk (2013) menunjukkan bahwa ada 15% akademisi stres siswa pada tingkat rendah, 71,8% mengalami stres akademik pada tingkat sedang, dan 13,2% siswa mengalami stres akademik di tingkat tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Wardana dan Dinata (2016) di SMAN 4 Denpasar sebanyak 44 siswa berpartisipasi dalam penelitian yang ditujukan kepada siswa yang menjelang ujian akhir semester kelas X. Hasil penelitian secara deskriptif mendapatkan adanya peningkatan stres ringan dan sedang pada siswa

Dalam istilah psikologi, stres digunakan oleh seseorang untuk menunjukkan suatu tekanan atau tuntutan yang dialaminya agar ia beradaptasi atau menyesuaikan diri.

Pada remaja stres dapat menyebabkan berbagai masalah seperti kesulitan dalam bersosialisasi, kesulitan belajar, menarik diri dari lingkungan/ menyendiri, tidak bertanggung jawab, tidak percaya diri, penolakan, marah, depresi dan dapat menimbulkan masalah perilaku tawuran, penyalahgunaan obat terlarang, minuman keras dan sebagainya (Palinggopo, 2017). Stres memiliki dampak seperti gelisa, agresi, kebosanan, depresi, kehilangan kesabaran, tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama dan jika stress tidak tertangani dapat menimbulkan akibat seperti tingkat gula darah yang meningkat, denyut jantung dan tekanan darah meningkat (Siswanto, 2007). Dampak diatas akan dialami individu bilamana seseorang mengalami stres namun tidak diimbangi dengan coping yang efektif terhadap stres yang dirasakan, sehingga individu harus melakukan tindakan preventif untuk dapat mengurangi dampak negatif stres agar tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain.

Istilah stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah kepribadian. Kepribadian merupakan pola perilaku, tata karma, pemikiran, motif dan emosi yang khas yang memberikan karakter individu

sepanjang waktu dan berbagai situasi yang berbeda (Wade & Travis dalam Linasari, 2017). Berdasarkan tipologi kepribadian terdapat banyak klasifikasinya, salah satunya adalah tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Menurut Jung dalam Feist dan Feist (2013) menjelaskan individu yang berkepribadian *introvert* sangat selektif dalam menerima dunia luar, anti sosial dan berfokus pada sikap subyektif sedangkan kepribadian *ekstrovert* memiliki kecenderungan mudah dipengaruhi oleh lingkungan, mudah bersosialisasi dan berfokus pada sikap objektif. Individu *ekstrovert* akan merasa nyaman jika berada dalam sebuah kelompok. Penelitian lain oleh Putra dan Aryani (2011) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan kejadian stres pada koasisten angkata 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan jumlah koasisten angkatan tahun 2011 FK UNUD lebih banyak yang berkepribadian *ekstrovert* (56,5%) dan yang mengalami stres (53,2%).

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Ana (2012) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres pada remaja dengan ciri kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* di SMA Negeri 4 Surakarta. Polinggapo (2013) tentang tipe kepribadian somatotype Sheldon dengan tingkat stress disimpulkan bahwa remaja tipe

kepribadian *endomorf* memiliki kecenderungan stres lebih rendah 45,83% dibanding remaja tipe kepribadian *mesomorf* dan *ektomorf*, subyek dengan tipe kepribadian *mesomorf* dan *ektomorf* memiliki kecenderungan stres yang tinggi 95,83%. Cara individu memberikan tanggapan terhadap stres (*coping stress*) berbeda-beda. Tanggapan tersebut tidak hanya ditentukan oleh faktor fisiologis saja, melainkan juga ditentukan oleh faktor psikologis, yaitu kepribadian. Pernyataan tersebut juga didukung oleh Sari (2016) mengemukakan bahwa kepribadian *ekstrovert* memiliki coping stres yang berfokus pada *problem-focused coping* dan kepribadian *introvert* memiliki coping stres yang berfokus pada *emotion-focused coping*.

Yunita (2016) mengemukakan bahwa tipe kepribadian *introvert* memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan *ekstrovert*. Berbeda dengan penelitian Liza dan Jenny (2015) yang mengemukakan kepribadian *ekstrovert* memiliki ESE lebih tinggi dari pada kepribadian *introvert*. Penelitian ini juga berbeda yang disampaikan oleh Putri (2015) mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan antara tipe kepribadian *ekstrovert* dan *introvert* dengan perilaku asertif terhadap siswa dan siswi pesantren X. Penelitian tersebut sejalan dengan Linasari (2017) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang

signifikan antara tipe kepribadian dengan tingkat stres pada mahasiswa baru Fakultas kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.

SMKN 1 Jogonalan adalah salah satu sekolah menengah kejuruan di kabupaten Klaten yang berdiri sejak tahun 1968. Sekolah ini sangat strategis karena letaknya berada di Jalan Raya Jogja-Solo tepatnya di Dukuh Tegalmas, Desa Prawatan, Kecamatan Jogonalan, Klaten. SMK tersebut memiliki siswa sebanyak 1.143 jiwa yang terdiri dari kelas X, XI, XII. SMKN 1 Jogonalan memiliki 5 program studi yaitu akuntansi, administrasi perkantoran, pemasaran, teknik komputer dan jaringan, dan multimedia. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dilakukan dua tahap. Tahap pertama dilakukan wawancara dengan 15 siswa yang menyatakan bahwa 7 dari 15 siswa belum merasakan gejala-gejala stres, 5 siswa mengatakan memiliki keluhan yang beragam, seperti merasa tegang saat melakukan ujian, takut nilainya jelek, kesulitan untuk memahami dan berkonsentrasi saat belajar mengajar berlangsung, banyaknya tugas dari guru, padatnya jadwal pelajaran, takut dimarahi orang tua, belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan sulit untuk bersosialisasi. Tahap kedua peneliti memberika kuesioner kepada siswa, bahwa 8 dari 15 siswa didapatkan siswa mengalami stres. Selain itu, berdasarkan wawancara

dengan guru BK menyatakan bahwa siswa kelas X banyak mengeluhkan belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan SMK, 2 anak siswa menginginkan untuk pindah jurusan atau kelas, siswa merasa tegang, jenuh terhadap proses pembelajaran berlangsung, karena banyaknya tugas yang diberikan oleh guru dan semakin sedikit waktu untuk bersosialisasi. Guru BK juga menyatakan bahwa untuk kelas X masih dalam proses penyesuaian lingkungan baru, proses pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif noneksperimen dengan rancangan penelitian korelational dan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Jogonalan Klaten. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang sedang menghadapi UAS yang berjumlah 108 siswa. Penelitian dilakukan bulan Maret hingga Juli 2018. Pengambilan sampel sebanyak 85 siswa menggunakan teknik *purposive sample* dengan kriteria inklusi Remaja bersedia menjadi subjek penelitian pada saat penelitian berlangsung dan remaja kelas X SMK N 1 Jogonalan. Sampel diperoleh dari kelas AK 1 berjumlah 27 siswa, kelas AK 3 berjumlah 28 siswa dan kelas AK 4 Berjumlah 30

siswa. Instrumen penelitian ini adalah EPI dan DASS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

SMK N 1 Jogonalan Klaten merupakan salah satu ekoloh kejuruan yang berstandar Nasional dengan akreditasi A dan penerapan SMM ISO 9001:2008.

A. Karakteristik Responden

Tabel 1 Rerata Umur Responden di SMKN 1 Jogonalan Tahun Ajaran 2017/2018 (n=85)

N	Min	Max	Mean	SD
85	15	16	15.53	0,502

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa nilai rata-rata umur responden dalam penelitian ini adalah $15,53 \pm 0.502$. Penelitian menurut Pranadji dan Muharrifah tahun 2010 menjelaskan bahwa sekitar 73,7 % kejadian stres terjadi pada kelompok usia 15-18 tahun. Pendapat lain oleh Muhith, 2015 h.445 menjelaskan bahwa dalam psikologi sendiri memandang remaja dengan usia 15-16 tahun merupakan periode penuh gejala dengan menamakannya *period of strom and stress*. Hal tersebut karena pada masa ini remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, emosional (Ali dan Asrori 2014 h.67).

Rikerdas, 2013 h.127 menjelaskan remaja dengan usia 15 tahun keatas dapat mengalami gangguan mental emosional berupa stres, depresi dan kecemasan. Pendapat serupa yang disampaikan oleh Said 2015 menjelaskan bahwa usia remaja 15-16 tahun merupakan remaja menengah atau middle adolescence, yang umumnya berada pada masa sekolah menengah ke atas (SMA). Keistimewaan dari fase ini adalah mulai sempurnanya perubahan fisik remaja, sehingga fisiknya sudah menyerupai orang dewasa.

Remaja merupakan masa "belajar" untuk tumbuh dan berkembang dari anak menjadi dewasa. Belajar adalah salah satu tugas sekolah untuk menentukan evaluasi tugas dan ujian. Salah satu ujian yang dihadapi remaja sekolah adalah Ujian Akhir Semester (UAS). Damayanti (2015), mengatakan hasil survei menunjukkan 44% pelajar merasa stres menghadapi ujian dan tugas Menurut Lal (2014 h.123) sebagai konsekuensi hal tersebut adalah siswa akan mengalami stres, selama tuntutan akademik dihubungkan terhadap prestasi.

Tabel 2 Distribusi frekuensi Jenis Kelamin Responden di SMKN 1 Jogonalan Tahun Ajaran 2017/2018 (n=85)

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	8	9,4
Peremp	77	90,6
uan		
Total	85	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa jenis kelamin responden dalam penelitian ini sebagian besar anak perempuan yaitu sebanyak 77 (90.6%).

Hasil studi menunjukkan bahwa perempuan mengalami stres akademik daripada laki-laki (Suwartika, Nurdin, Ruhmadi, 2014). Hal tersebut sesuai dengan penelitian Anisa dalam Suminarsis dan Sudaryanto 2009 bahwa perempuan lebih stress dibandingkan laki-laki. Menurut Suprayogi dan Faiziah (2011) bahwa remaja perempuan lebih cenderung pada emosi sedangkan laki-laki lebih cenderung perilaku yang berpusat pada masalah. Hal tersebut didukung oleh Pranadji dan Muharrifah (2010) bahwa jenis kelamin memiliki pengaruh nyata terhadap tingkat stress dan tingkat stress banyak dialami oleh remaja perempuan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap

tingkat stress. Tingkat stress yang lebih sering terjadi pada jenis kelamin perempuan. Berbeda dengan yang disampaikan oleh Leadbeater dalam Taufik, Ifdil, Ardi, (2013) menunjukkan bahwa reaktivitas stress tidak berbeda antara anak perempuan dan anak laki-laki. Wanita lebih mudah merasakan perasaan bersalah, cemas, peningkatan bahkan penurunan nafsu makan, gangguan tidur, serta gangguan makan (Danardi dalam Suminarsis dan Sudaryanto, 2009).

Tabel 3 Rerata Tipe Kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* Responden di SMKN 1 Jogonalan Tahun Ajaran 2017/2018 (n=85)

Kategori	f	%
Ekstrovert	34	40.0
Introvert	51	60.0
Total	85	100.0

Berdasarkan tabel .3 menunjukkan bahwa tipe kepribadian responden dalam penelitian ini sebagian besar *Introvert* yaitu sebanyak 51 (60%).

Penelitian oleh Putra dan Aryani (2011) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ektrovert* dengan kejadian stress pada koasisten angkata 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan jumlah koasisten angkatan tahun 2011 FK UNUD lebih banyak yang berkepribadian ekstrovert (56,5%) dan yang mengalami stress (53,2%).

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Palinggopo (2013) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tipe kepribadian pada remaja dengan tingkat stres. Hasil penelitian Widayanti. T. S (2013) terdapat hubungan tipe kepribadian dengan efikasi tugas skripsi mahasiswa S1 keperawatan tingkat akhir stikes muhammadiyah klaten. Yunita (2016) mengemukakan bahwa tipe kepribadian *introvert* memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan *ektrovert*. Berbeda dengan penelitian Liza dan Jenny (2015) yang mengemukakan kepribadian *ekstrovert* memiliki ESE lebih tinggi dari pada kepribadian *introvert*.

Tabel 4 Rerata Tingkat Stres Responden di SMKN 1 Jogonalan Tahun Ajaran 2017/2018 (n=85)

Kategori	F	%
Normal	25	29.4
Ringan	29	34.1
Sedang	31	36.5
Total	85	100.0

Berdasarkan tabel.4 menunjukkan bahwa tipe kepribadian responden dalam penelitian ini sebagian besar stress sedang yaitu sebanyak 31 (36.5%).

Stres merupakan suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu

stabilitas dalam kehidupan sehari-hari (Priyoto, 2014 h.2). Stres pada remaja memiliki dampak seperti kesulitan dalam bersosialisasi, kesulitan belajar, menarik diri dari lingkungan/menyendiri, tidak bertanggung jawab, tidak percaya diri, penolakan, marah, depresi dan dapat menimbulkan masalah perilaku tawuran, penyalahgunaan obat terlarang, minuman keras dan sebagainya (Palinggopo,2013).

Faktor yang menjadi penyebab stress adalah merasa tegang saat melakukan ujian, takut nilainya jelek, kesulitan untuk memahami dan berkonsentrasi saat belajar mengajar berlangsung, banyaknya tugas dari guru, padatnya jadwal pelajaran, takut dimarahi orang tua, belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan sulit untuk bersosialisasi. Stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah kepribadian. Kepribadian merupakan pola perilaku, tata karma, pemikiran, motif dan emosi yang khas yang memberikan karakter individu sepanjang waktu dan berbagai situasi yang berbeda (Wade & Travis dalam linasari, 2017). Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardana dan Dinata (2016) di SMAN 4 Denpasar ditujukan kepada siswa yang menjelang ujian akhir semester kelas X, hasil penelitian secara deskriptif mendapatkan adanya

peningkatan stres ringan dan sedang pada siswa.

Hasil ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Lal (2014) bahwa tekanan akademik, sebagai contoh ujian sekolah, dapat menyebabkan stres pada siswa. Stres ringan dan sedang berbeda dari segi onset terjadinya stress. Rasmun dalam Santosa (2015 h.23) mengemukakan bahwa stress ringan umumnya dirasakan dan dihadapi oleh setiap orang secara teratur seperti lupa, kebanyakan tidur, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa menit. Sedangkan stres sedang berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Ciri-cirinya seperti sakit perut, mules, otot terasa tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan (Priyoto, 2014 h.9). Penelitian Polinggapo (2013) bahwa terdapat hubungan antara tentang tipe kepribadian dengan tingkat stress.

B. Hubungan Tipe Kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* dengan Tingkat Stres pada remaja yang sedang menghadapi UAS di SMKN 1 Jogonalan

Tabel 5 Hasil analisis Tipe Kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* dengan Tingkat Stres pada remaja yang sedang menghadapi UAS di SMKN 1 Jogonalan Tahun Ajaran 2017/2018 (n=85)

Tipe Kepribadian	Tingkat Stres				So mer ' α	<i>p</i>
	No rm al	Ri ng an	Se da ng	Se t er l a ng		
Ekstrovert	16	10	8	3	0,2 45	0, 00 3
Introvert	9	19	23	5		
Total	26	33	26	8		
				5		

Berdasarkan tabel 5 diatas menjelaskan bahwa pada responden tipe kepribadian ekstrovert sebagian besar mengalami tingkat stress dalam kategori normal sebanyak 16 siswa. Sedangkan responden tipe kepribadian introvert sebagian besar mengalami tingkat stress sedang sebanyak 23 siswa. Hasil analisa bivariat diketahui bahwa nilai $p = 0,003$ berarti $p < 0,05$ sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stress di SMKN 1 Jogonalan.

Tipe kepribadian banyak dihubungkan dengan tingkat stres seseorang, termasuk pada remaja. Beberapa jenis kepribadian menurut para ahli memiliki keterkaitan dengan stress, baik memperkuat terjadinya stress ataupun memperlemah kemungkinan stress. Pada penelitian ini, tipe kepribadian yang dijadikan variabel adalah dua tipe kepribadian ekstrovert dan introvert.

Tipe kepribadian yang diteliti dalam penelitian ini adalah tipe kepribadian *introvert* yang memiliki karakteristik individu yang selektif dalam menerima dunia luar, anti sosial dan berfokus pada sikap subyektif sedangkan kepribadian *ekstrovert* memiliki kecenderungan mudah dipengaruhi oleh lingkungan, mudah bersosialisasi dan berfokus pada sikap objektif (Jung dalam Feist dan feist (2013). Kepribadian merupakan pola perilaku, tata karma, pemikiran, motif dan emosi yang khas yang memberikan karakter individu sepanjang waktu dan berbagai situasi yang berbeda (Wade & Travis dalam Linasari, 2017).

Prosentase tingkat stress pada responden dengan kepribadian *introvert* sebanyak 60.0% disbanding kepribadian *ekstrovert* dengan 40,0%. Berdasarkan tabel 4.5 diatas menjelaskan bahwa pada responden tipe kepribadian *ekstrovert* sebagian besar mengalami tingkat stress dalam kategori normal sebanyak 16 siswa. Sedangkan responden tipe kepribadian *introvert* sebagian besar mengalami tingkat stress sedang sebanyak 23 siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Wardana dan Dinata (2016) di SMAN 4 Denpasar ditujukan kepada siswa yang menjelang ujian akhir semester kelas X, hasil penelitian secara deskriptif mendapatkan adanya peningkatan stres ringan dan sedang pada siswa. Pada

penelitian Taufik *et al* (2013) menunjukkan bahwa ada 15% akademisi stres siswa pada tingkat rendah, 71,8% mengalami stres akademik pada tingkat sedang, dan 13,2% siswa mengalami stres akademik di tingkat tinggi. Alwisol (2010) menjelaskan individu yang berkepribadian *introvert* dapat menjadikan stres karena kepribadian *introvert* lebih pendiam, pemalu, tertutup, pesimis. Sehingga tipe kepribadian *introvert* jika memiliki masalah hanya memendam perasaan dan tertutup tidak menceritakan kepada teman dan orang tuanya sehingga masalah yang dihadapinya tidak kunjung selesai. Sedangkan tipe kepribadian *ekstrovert* bertindak tergesa-gesa, kurang pertimbangan, kurang berhati-hati dalam membuat keputusan, mudah berubah, emosional. Tipe kepribadian *ekstrovert* dapat stres karena tipe kepribadian *ekstrovert* selalu mengambil keputusan yang tergesa-gesa yang mengakibatkan pengambilan keputusan yang salah sehingga masalah yang dihadapi semakin menumpuk dan masalah tidak dapat diatasi. Penelitian Yunita (2016) mengemukakan bahwa tipe kepribadian *introvert* memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan *ekstrovert*.

Hal ini membuktikan bahwa tipe kepribadian yang dimiliki berkontribusi pada terjadinya tingkat stress pada remaja, disamping itu dalam penelitian Penelitian di Universitas Udayana yang dilakukan oleh Putra dan Aryani (2011) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan kejadian stres pada koasisten tahun 2011 fakultas kedokteran Universitas Udayana. Selain itu Ana (2012) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres pada remaja dengan ciri kepribadian introvert dan ekstrovert di SMA Negeri 4 Surakarta.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMKN 1 Jogonalan pada tanggal 11 Mei 2018, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini adalah pelajar dengan umur rata-rata 15,53 dan 90.6% adalah responden berjenis kelamin perempuan.
2. Tipe kepribadian pada remaja di SMKN 1 Jogonalan sebagian besar memiliki tipe kepribadian *introvert* (60%).
3. Tingkat stres pada remaja di SMKN 1 Jogonalan sebagian besar memiliki tingkat stress ringan (34,1%) dan stres sedang (36,5%).
4. Terdapat hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stress pada remaja di SMKN 1 Jonogonalan. Hal ini terbukti dengan nilai *p value* $0,003 < \alpha$ (0,05).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan kepada pihak yang telah memberikan bantuan tenaga, sumbangan, pemikiran, dukungan moril, sarana dan dana, selama dalam penelitian ini :

1. Kepala Sekolah SMKN 1 Jogonalan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMK N 1 JohonalanKlaten .
2. Ibu tersayang yang telah memberikan motivasi, nasihat, semangat dorongan, kasih sayang dandoa yang tak pernah putus sampai saat ini.
3. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satupersatu yang turut membantu terselesaikannya skripsi ini.

- Putri, Aliyah., 2013. Hubungan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan perilaku asertif pada siswa-siswi pesantren X di Bogor. Skripsi. Universitas Bina NusantaraRohmah, Nikhmatur. 2009. Proses Keperawatan Teori dan Aplikasi. Jogjakartas: Ar-Ruzz Media.
- Santosa. 2015. *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Tingkat Stres Pada Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Klaten*. Skripsi. Klaten: STIKES Muhammadiyah Klaten
- Sari, S., 2016. Perbedaan coping stress ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UMA. Skripsi. Universitas Medan Area
- Suminarsis Tyas. A dan Sudaryanto Agus, 2009, Hubungan antara tingkat stress dengan mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan menghadapi praktik belajar lapangan di rumah sakit. Universitas
- Taufik, Ifdil dan Ardi. Z. 2013. Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. <http://jurnal.konselingindonesia.com>
- Yudia Ceria , 2014. hubungan antara pola asuh orang tua dengan upaya pencegahan penyalahgunaan napza pada siswa/siswi di SMA Adabiah Padang.
- Wade, C., Travis, C. (2008). *Psikologi edk 9*. Jakarta: Erlangga
- Wardana .M.S danDinata I. M. K. 2017.Tingkat stress siswamenjelangUjianAkhir semester di SMAN 4 Denpasar. ISSN:2303-1395. Vol. 5, No. 9.
- Winoto, Liza & Setiawan, Jenny. L. 2015. Hubungan antara kepribadian Ektrovert-Introvert dan Entrepreneurial Seilf-Efficacy (ESE) pada mahasiswa jurusan X dan Y Universitas Surabaya. Skripsi. Universitas Ciputra Surabaya
- Wisianti, L, Hastuti, D., Alfiasari. 2012. Fungsi Keluarga dan Gejala Stres Remaja dengan Latar Belakang Pendidikan Prasekolah Berbeda. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. Vol. 5, No. 1 2012.