

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

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 ketingkat 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.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian di atas penulis merumuskan masalah penelitian yaitu “Apakah ada Hubungan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan Tingkat Stress Pada Remaja yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester Di SMKN 1 Jogonalan?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan Tingkat Stress Pada Remaja tahun yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester Di SMKN 1 Jogonalan.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi umur dan jenis kelamin.
- b. Mendiskripsikan tipe kepribadian pada remaja di SMKN 1 Jogonalan.
- c. Mendiskripsikan tingkat stres pada remaja di SMKN 1 Jogonalan.
- d. Menganalisa hubungan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stres pada remaja di SMKN 1 Jogonalan.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dapat dijadikan sebagai sumber informasi dalam menjawab permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran terutama dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

#### 2. Manfaat praktis

##### a. Bagi pendidikan

Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran kepada institusi pendidikan akan pentingnya stress pada remaja sehingga dapat diaplikasikan untuk pengabdian masyarakat.

##### b. Bagi remaja

Memberikan wawasan dan informasi dan dapat melakukan antisipasi seperti manajemen stress dan prestasi belajar.

##### c. Bagi orang tua

Memberikan dukungan keluarga yang tepat dan mengetahui faktor dari stres yang dialami oleh anaknya.

#### d. Bagi peneliti

Mengetahui tipe kepribadian apa yang berhubungan dengan tingkat stress pada remaja, untuk digunakan sebagai acuan atau pembanding bagi penelitian selanjutnya.

#### e. Bagi Stikes Muhammadiyah Klaten

Pembimbing akademik dapat memberikan informasi dan motivasi kepada mahasiswa agar dapat melakukan pencegahan terhadap stress dalam proses pembelajaran.

### E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan tentang hal-hal yang berhubungan dengan pola asuh dengan tingkat stress dengan stres terhadap prestasi siswa.

1. Polinggapo. S.W (2013) melakukan penelitian perbedaan tingkat stres pada remaja berdasarkan tipe kepribadian somatotype Sheldon . Penelitian ini menggunakan metode one way ANOVA dengan penelitian kuantitatif dengan deskriptif. Sample yang digunakan adalah 72 mahasiswa universitas negeri malang angkatan 2012. Uji analisis yang digunakan adalah kendall tau. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan stress antara remaja tipe kepribadian *endomorf*, remaja tipe *mesomorf* dan remaja tipe *ektomorf*. Tipe kepribadian remaja endomorft lebih rendah dibandingkan remaja tipe kepribadian mesomorf dan ektomorf .

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel yang digunakan penelitian yaitu tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stress pada remaja yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester di SMKN 1 Jogonalan. Metode penelitian yang digunakan adalah *purposive* sampel dengan *design crosssectional*. Uji analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah *Chi Square*.

2. Rahmi. N (2013) melakukan penelitian hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II prodi D-III kebidanan Banda Aceh jurusan kebidanan poltekes kemenkes NAD TA.2011-2012. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penelitian hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II prodi D-III kebidanan Banda Aceh jurusan kebidanan poltekes kemenkes NAD TA.2011-2012. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan adalah 126 orang dengan

pengambilan sample dengan menggunakan total populasi. Uji analisis yang digunakan adalah chi square. Hasil penelitian terdapat hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II prodi D-III kebidanan Banda Aceh jurusan kebidanan poltekes kemenkes NAD TA.2011-2012.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel yang digunakan penelitian yaitu tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stres pada remaja yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester di SMKN 1 Jogonalan. Metode penelitian yang digunakan adalah *purposive* sampel..

3. Widayanti. T. S (2013) melakukan penelitian hubungan tipe kepribadian dengan efikasi tugas skripsi mahasiswa S1 keperawatan tingkat akhir stikes muhammadiyah klaten. tujuan penelitian ini adalah untuk hubungan tipe kepribadian dengan efikasi tugas skripsi mahasiswa S1 keperawatan tingkat akhir stikes muhammadiyah klaten. Penelitian ini menggunakan metode cross sectional dengan tehnik sampling menggunakan total sampling. Sample yang digunakan adalah 62 mahasiswa. Uji analisis yang digunakan kendall tau. Hasil penelitian terdapat hubungan tipe kepribadian dengan efikasi tugas skripsi mahasiswa S1 keperawatan tingkat akhir stikes muhammadiyah klaten.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel yang digunakan penelitian yaitu tingkat stres pada remaja yang sedang menghadapi Ujian Akhir Semester di SMKN 1 Jogonalan. Metode penelitian yang digunakan adalah *purposive* sampel. Sampel penelitian lebih banyak. Uji analisis yang digunakan *Somers*.