

**PERBEDAAN *SCHOOL STRESS* DITINJAU DARI JENIS  
KELAMIN PADA SISWA SMP VIII AR-RAHMAN MEDAN**

**SKRIPSI**

**OLEH :**

**IRSYAD YOPI SINULINGGA**

**16.860.0352**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**2021**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

**LEMBAR PENGESAHAN**

JUDUL SKIRPSI : PERBEDAAN SCHOOL STRESS DITINJAU DARI JENIS  
KELAMIN PADA SISWA KELAS VII SMP AR-RAHMAN  
MEDAN

NAMA MAHAHASISWA : IRSYAD YOPI SINULINGGA

NPM : 16.8600.352

BAGIAN : PSIKOLOGI PENDIDIKAN

MENYETUJUI

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

(Dra. Mustika Tarigan, M.Psi)

(Maqfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

MENGETAHUI

Kepala Bagian

Dekan

(Hasanuddin, Ph.D)

(Dr.Hj. Risyda M. L. H. S. Psi, M.Psi, Psikolog)

Tanggal Sidang Meja Hijau

29 September 2021

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian  
dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat

Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

LEMBAR PENGESAHAN

29 September 2021

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Dekan

(Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Hasanuddin, Ph.D
2. Nini Sri Wahyuni, S.Psi., M.Psi
3. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi
4. Maqhfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog



## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelagiat di skripsi ini.

Medan, 29 September 2021



Irsyad Yopi Sinulingga

16.860.0352

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

### TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Irsyad Yopi Sinulingga  
NPM : 16.860.0352  
Program Studi : Psikologi Pendidikan  
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak bebas Royalti Noneksektif ( non-eksklusive royalty-free right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

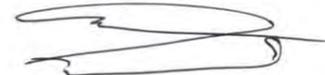
**“Perbedaan School Stress Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas VII SMP Ar-Rahman Medan”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksektif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data(database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 29 September 2021

Yang menyatakan



Irsyad yopi sinulingga

168600352

# PERBEDAAN *SCHOOL STRESS* DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA SISWA SMP VIII AR-RAHMAN MEDAN

Oleh:

**IRSYAD YOPI SINULINGGA**

**16.860.0352**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, subjek penelitian adalah seluruh siswa/I kelas VIII di SMP Ar-Rahman Medan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 97 orang siswa. Sejalan dengan pembahasan yang ada dalam landasan teori, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu adanya perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMP Ar-Rahman Medan dengan asumsi bahwa siswa berjenis kelamin laki-laki memiliki tingkat stress yang lebih rendah dari pada siswa berjenis kelamin perempuan.. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, maka diperoleh hasil bahwa Hipotesa pada penelitian ini adalah ada perbedaan *school stress* yang ditinjau dari jenis kelamin pada siswa/I SMP Ar-Rahman Medan. Hasil analisis data melalui uji one way anova menunjukkan sig (p)= 0,130 dimana kriteria  $p < 0.05$  maka dinyatakan ada perbedaan atau sebaliknya. Reliabilitas dengan teknik koefisien alpha conbrach adalah sebesar 0,896 dan dinyatakan reliabel. Uji normalitas dinyatakan normal dengan nilai 0,058. Uji homogenitas penelitian ini sebesar 0,976 dan dikatakan homogen. Nilai rata-rata hipotetik variabel *school stress* laki-laki dan perempuan sebesar 65. Nilai rata-rata empirik *school stress* laki-laki sebesar 85,111 dan perempuan sebesar 86,247. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin pada siswa/I SMP Ar-Rahman Medan, sehingga hipotesa yang diajukan ditolak dan perempuan memiliki nilai rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

**Kata Kunci : *School Stress*, Jenis kelamin, Siswa**

## ***DIFFERENCES OF SCHOOL STRESS ASSESSED FROM GENDER IN SMP VIII AR-RAHMAN MEDAN STUDENTS***

**Oleh:**

**IRSYAD YOPI SINULINGGA**

**16.860.0352**

### ***ABSTRACT***

*This study aims to determine the differences in school stress in terms of gender. This researches quantitative research methods, the research subjects are all students / I grade VIII at SMP Ar-Rahman Medan. The number of samples in this study were 97 students. In line with the discussion on the theoretical basis, the hypothesis proposed in this study is that there are differences in school stress in terms of gender in Ar-Rahman Junior High School students in Medan with the assumption that male students have lower stress levels than students. female sex .. Based on the results of the analysis conducted, the results obtained that the hypothesis in this study is that there are differences in school stress in terms of gender in students / I SMP Ar-Rahman Medan. The results of data analysis through the one way ANOVA test showed sig (p) = 0.130 where the criterion was p: <0.05, it was stated that there was a difference or vice versa. Reliability with the alpha conbrach coefficient technique amounted to 0.896 and declared reliable. The normality test was declared normal with a value of 0.058. The homogeneity test of this study was 0.976 and it was said to be homogeneous. The hypothetical average value of the school stress variable for boys and girls was 65. The empirical mean score for school stress for boys was 85.111 and for girls was 86.247. So it can be concluded that there is no difference in school stress in terms of gender in students of SMP Ar-Rahman Medan, so that the hypothesis proposed is rejected and women have a higher average score than men.*

***Key Word : School Stress, Gender, Student***

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk “Perbedaan *School Stress* Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Siswa Kelas VIII di SMP Swasta Ar-Rahman Medan”.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim yang telah memberikan wadah pada saya untuk melakukan pembelajaran selama ini.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan M.Eng.Msc. Selaku Rektor Universitas Medan Area yang telah melancarkan penelitian yang saya lakukan dengan pemberian sk penelitian.
3. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi M.Psi. Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah menerima saran dan masukan kepada peneliti yang sedang dalam penyusunan skripsi.
4. Ibu Mustika Tarigan, M.Psi, Psikolog sebagai dosen pembimbing pertama yang telah memberikan banyak masukan kepada saya, yang meluangkan waktu, yang sangat berjasa dalam membantu saya, yang selalu meringankan

dan melancarkan segala urusan saya selama proses pembuatan skripsi, yang telah banyak memberikan saya ilmu-ilmu yang beliau miliki, dan selalu menyemangati saya untuk menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

5. Ibu Maqhfirah DR, S.Psi., M.Psi. Psikolog selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan semangat kepada saya, yang selalu memberikan waktu untuk saya, yang memberikan banyak masukan serta ilmu beliau pada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Hasanuddin, Ph.D selaku ketua dalam sidang skripsi saya yang telah meluangkan waktunya serta memberi kritik dan saran yang sangat membangun untuk penulis.
7. Ibu Nini Sriwahyuni S.Psi, M.Pd selaku sekretaris telah meluangkan waktunya serta memberikan kritik dan saran yang sangat membangun untuk penulis.
8. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada segenap Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu selama proses belajar sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dan juga pegawai-pegawai yang telah membantu dalam mengurus keperluan penyelesaian skripsi.
9. Teristimewa untuk keluarga tercinta terutama papa dan mama saya yang sudah memberikan semangat ketika saya malas mengerjakan skripsi dan sudah menjadi tempat curhat selama pengerjaan skripsi.
10. Teristimewa untuk pacar saya Verencya Univa yang selalu menjadi tempat saya berbagi cerita senang maupun sedih, yang selalu menghibur saya ketika saya mulai lelah, yang selalu menumbuhkan semangat saya dan yang sangat berkontribusi dalam penulisan skripsi ini.

11. Terima kasih kepada teman-teman psikologi 16 malam yang telah member semangat dan menemani hari-hari saya.
12. Siswa/I SMP Ar-Rahman Medan terimakasih atas partisipasi dan waktunya untuk mengisi angket peneliti
13. Terimakasih untuk semua pihak yang terlibat dalam proses panjang ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan terimakasih untuk semua pembaca. Semoga karya tulis ini bermanfaat.

Saya selaku peneliti sangat menyadari bahwa masih sangat banyak kelemahan pada skripsi ini baik tata tulis maupun isi yang ada. Maka dari itu saya selaku peneliti mengharapkan saran dan kritik untuk membantu saya menyempurnakan skripsi ini. Semoga kebaikan yang kalian berikan kepada saya selaku peneliti akan mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT Aamiin. Demikian sebagai penutup saya selaku peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna untuk perkembangan ilmu Psikologi.

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
ABSTRACT .....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH .....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL .....	ix
BAB IPENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
BAB IITINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Pengertian Siswa .....	11
1. Definisi Siswa.....	11
2. Kebutuhan-Kebutuhan Siswa .....	12
3. Tugas Perkembangan Siswa .....	13
B. Jenis Kelamin.....	13
1. Definisi Jenis Kelamin .....	13
2. Perbedaan Jenis Kelamin.....	13
C. Shool Stress .....	16
1. Definisi <i>School Stress</i> .....	16
2. Aspek-aspek Stres di Sekolah .....	18
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres di sekolah .....	22
4. Gejala-gejala stres di sekolah .....	25

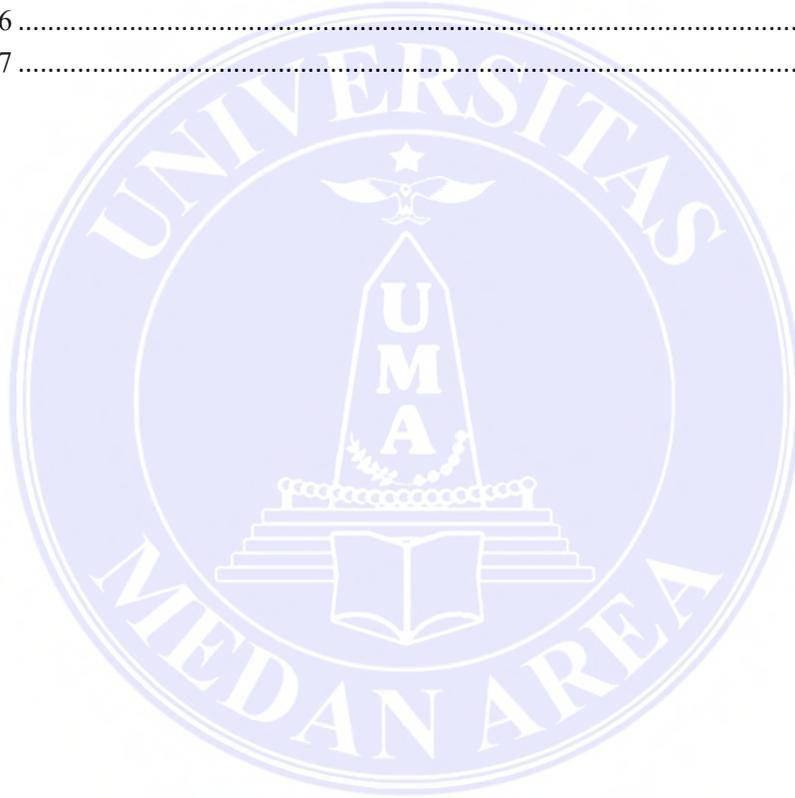
5.	Dampak stres disekolah.....	26
D.	Perbedaan School Stres di Tinjau Dari Jneis Kelamin .....	27
E.	Kerangka Konseptual .....	28
F.	Hipotesa .....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		29
A.	Tipe Penelitian.....	29
B.	Identifikasi Variable Penelitian .....	29
C.	Definisi Operasional Variable Penelitian .....	30
D.	Subjek Penelitian. ....	30
1.	Populasi.....	30
2.	Sampel.....	31
E.	Teknik Pengambilan Data .....	32
F.	Analisis Data .....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		35
A.	Orientasi Kancah Penelitian dan Persiapan Penelitian .....	35
1.	Orientasi Kancah .....	35
2.	Persiapan Penelitian.....	36
a.	Persiapan Administrasi.....	36
B.	Pelaksanaan Penelitian.....	38
C.	Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	39
1.	Uji Validitas .....	39
2.	Uji Reliabilitas.....	41
3.	Uji Normalitas .....	41
4.	Uji Homogenitas.....	42
5.	Hasil Perhitungan Analisis Varians 1 Jalur .....	43
6.	Mean Hipotetik dan Empirik.....	43
D.	Pembahasan .....	45
BAB VKESIMPULAN DAN SARAN .....		49
A.	Kesimpulan.....	49
B.	Saran .....	50

DAFTAR PUSTAKA .....	52
LAMPIRAN – ASEBARAN DATA PENELITIAN .....	55
LAMPIRAN – BUJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS .....	59
LAMPIRAN–CUJI NORMALITAS VARIABEL PENELITIAN .....	63
LAMPIRAN–DUJI HOMOGENITAS VARIABELPENELITIAN.....	65
LAMPIRAN – EHASIL PERHITUNGAN DANANALISIS DATA .....	67
LAMPIRAN – FALAT UKUR PENELITIAN .....	69



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 .....	38
Tabel 3. 2 .....	38
Tabel 4. 1 .....	38
Tabel 4. 2 .....	40
Tabel 4. 3 .....	41
Tabel 4. 4 .....	42
Tabel 4. 5 .....	42
Tabel 4. 6 .....	43
Tabel 4. 7 .....	45



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Sekolah merupakan lembaga atau intitusi yang membantu menumbuh kembangkan ilmu dan potensi dasar peserta didik. Sekolah dipandang dapat memberikan jalan bagi peserta didik untuk menentukan kualitas kehidupan mereka dimasa depan. Di Indonesia berdasarkan UU Sisdinas No. 20 tahun 2003 bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri, menjadi warga negara yang demokratis, serta bertanggung jawab.

Pada saat yang bersamaan sekolah juga dapat menimbulkan masalah, yang berdampak sebagai pemicu terjadinya stres dikalangan peserta didik. Bahkan menurut Fimia dan Cross (dalam Desmita 2016) sekolah, disamping keluarga merupakan sumber stres yang utama bagi anak. Hal ini bisa terjadi dikarenakan anak menghabiskan waktu yang banyak disekolah. Disekolah anak adalah individu dari anggota masyarakat kecil yang dimana setiap individu diberikan tuntutan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, serta peraturan yang menjelaskan dan membatasi setiap perilaku peserta didik. Hal-hal yang dialami anak sebagai individu

dari masyarakat kecil yang disebut sekolah ini tidak jarang menimbulkan stres dalam diri mereka.

Sebagaimana dijelaskan Monat dan Lazarus dalam (dalam Triantoro, 2005) mendefinisikan stres sebagai segala kejadian baik berupa tuntutan-tuntutan intrenal (fisiologis/psikologis) yang menuntut, membebani, atau melebihi kapasitas sumber daya adaptif individu. Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan keadaan atau tuntutan yang melebihi kemampuan dan sumber daya adaptif individu untuk mengatasinya, sehingga tuntutan dan keadaan (*stressor*) tersebut menimbulkan ketegangan baik secara psikis maupun fisik.

Menurut Safari dan Saputra (2009) memberikan pernyataan tentang stres berikut ini melalui pendekatan yang pertama, dilihat dari respon stres, pengetahuan stres dihubungkan dengan tekanan yang membuat seseorang tidak berdaya dan berdampak negatif, misalnya pusing, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, sulit tidur. berikutnya yang kedua, stres dihubungkan dari sisi *stressor* (sumber stres), dalam hal ini stres digambarkan sebagai kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri seseorang.

Jika membaca pengertian gejala-gejala stres diatas, dapat ditarik kesimpulan gejala-gejala jika orang mengalami stres yaitu gejala fisik, dapat berupa keluhan sakit kepala, tidur tidak teratur, mudah lelah, sakit pinggang, hingga hilang selera makan. gejala emosional bisa berupa kegelisahan, kesedihan, mudah marah, kurang bersemangat, suasana hati berubah-ubah, ketakutan. Gejala kognitif bisa berupa, sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, dan mudah

melakukan kesalahan. Gejala interpersonal bisa berupa, mengambil sikap membentengi diri, dan mudah mendiamkan orang lain.

Sedangkan pengertian school stress itu sendiri adalah suatu ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan disekolah dan perasaan terancam keselamatan dan harga diri siswa, sehingga menimbulkan reaksi-reaksi fisik, psikis, dan tingkahlaku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi sekolah Desmita (2016). Sementara itu Greenberg (2005) mengatakan school stress adalah salah satu jenis stress yang bersumber dari kegiatan sekolah atau proses belajar, school stress timbul karena adanya tekanan sekolah (*school pressure*) dan tekanan teman sebaya (*peer pressure*). Tekanan sekolah yang dihadapi oleh siswa adalah naik kelas, mendapat peringkat, ujian sekolah serta tugas dan proyek yang berkaitan dengan mata pelajaran di sekolah. Sedangkan, tekanan teman sebaya yang dihadapi oleh siswa adalah menjadi siswa populer, memiliki banyak teman dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

School stress merupakan stress yang ditimbulkan dari tuntutan sekolah yang melampaui kemampuan adaptasi dari individu yang mengalaminya Wilks (2008). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan *school stress* adalah suatu respon yang timbul akibat stimulus-stimulus yaitu tantangan dan tuntutan sekolah yang menimbulkan ketegangan, perasaan tidak nyaman, dan perubahan tingkahlaku.

Menurut Hardjana (dalam Desmita 2016) ada tiga ciri-ciri dari school stress yaitu ciri yang pertama menyangkut aspek fisik seperti, sulit tidur, sakit kepala, adanya gangguan pencernaan, keringat berlebihan, beubah selera makan, kehilangan

gairah atau daya energi, banyak melakukan kekeliruan atau kesalahan dalam kerja. Kemudian ciri yang menyangkut emosional seperti, marah-marah, mudah tersinggung, sensitif, gelisah dan cemas, sedih mudah menangis, depresi, gugup, agresif terhadap orang lain, dan gampang bermusuhan serta menyerang mental. Terakhir ciri yang menyangkut dengan intelektual yaitu, mudah lupa, kacau pikirannya, sulit berkonsentrasi, prestasi belajar dan produktifitasnya menurun, suka melamun berlebihan, banyak kekeliruanyang dibuat dalam bekerja dan kehilangan selera humor yang sehat. Jika ciri-ciri tersebut terjadi pada siswa akan menimbulkan dampak negatif seperti yang disampaikan Desmita (2016) anak yang mengalami tingkat stres tinggi dapat menimbulkan kemunduran prestasi, perilaku maladaptif dan perilaku psikososial lainnya.

Fenomena stres sekolah ini diantaranya terlihat dari data Riset Kesehatan dasar (Riskdesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa sebanyak 14 juta orang atau 6 % dari populasi penduduk Indonesia pada rentang usia 13 tahun ke atas menunjukan gejala-gejala stres, depresi, dan kecemasan. Adapun penelitian yang dilakukan Desmita (2005) terhadap stres siswa sekolah unggulan (MAN Model Bukit Tinggi), menunjukan bahwa pelaksanaan program peningkatan mutu pendidikan melalui penerapan kurikulum yang diperkaya, intensitas belajar yang tinggi, rentang waktu belajar formal yang lebih lama, tugas-tugas sekolah yang lebih banyak dan keharusan menjadi pusat keunggulan dan sebagainya, telah menimbulkan stres dikalangan siswa.

Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi stres di sekolah pada individu adalah jenis kelamin. Sebagaimana yang dijelaskan menurut Smet (dalam

Desmita 2016) ada beberapa hal yang mempengaruhi stres disekolah antara lain yaitu, variable dalam individu yang dimana meliputi umur, tahapan kehidupan, jenis kelamin, tempramen, faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, budaya, dan sttus ekonomi.

Jenis kelamin sendiri merupakan pensifatan atau pembagian jenis kelamin manusia yang ditentukan secara biologis yang melekat pada jenis kelamin tertentu, dimana alat-alat tersebut secara biologis melekat dan tidak bisa diertukarkan antar laki-laki dan perempuan. Secara permanen tidak berubah dan merupakan ketentuan biologis atau sering dikatakan sebagai ketentuan Tuhan (Faqih 2003). Jenis kelamin manusia pada umumnya ada dua macam, yaitu laki-laki dan perempuan. Perbedaan genetik ini menyangkut persoalan biologis, anatomis, dan komposisi kimiawi. Jenis kelamin melahirkan peran yang berkaitan dengan kelengkapan-kelengkapan tersebut (Sukri 2002). Dimana peran yang membedakan antara laki-laki dan perempuan tersebut sering disebut gender.

Gender merupakan bagian dari sistem sosial, seperti status sosial, usia, dan etnis, itu adalah faktor penting dalam menentukan peran, hak, tanggung jawab, dan hubungan antara laki-laki dan perempuan. Seperti yang dikemukakan Friedman dan Schustack (2008) ada beberapa area dimana kita dapat menemukan perbedaan gender yang reliable berkaitan dengan kemampuan psikologis, khususnya dalam area-area yang menyangkut kemampuan berfikir, persepsi, dan memori.

Perbedaan jenis kelamin juga mempengaruhi persepsi dan reaksi siswa terhadap stressor, dimana siswa perempuan lebih sering mengekspresikan perasaan mereka, sementara laki-laki lebih mengendalikan emosi, menerima masalah, tidak

berfikir mengenai situasi stress dan terlibat dalam usaha menyelesaikan masalah. Cara pengatasan masalah antara laki-laki dan perempuan juga berbeda, bila dibandingkan dengan tingkat stress yang sama, perempuan lebih terbuka dalam menunjukan tingkat stressnya dibandingkan laki-laki (Daud & Khumas, 2012). Menurut Hamilton dan Fagot (dalam Lestariantita 2018) pria cenderung menggunakan problem- focused coping karena pria biasanya menggunakan rasio atau logika selain itu pria terkadang kurang emosional sehingga mereka lebih memilih untuk langsung menyelesaikan masalah yang dihadapi atau langsung menghadapi sumber stres. Sedangkan wanita lebih cenderung menggunakan emotion-focused coping karena mereka lebih menggunakan perasaan atau lebih emosional sehingga jarang menggunakan logika atau rasio yang membuat wanita cenderung untuk mengatur emosi dalam menghadapi sumber stres atau melakukan coping religius dimana wanita lebih merasa dekat dengan Tuhan dibandingkan dengan pria.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yoga.dkk (2008) yang menunjukan bahwasanya adanya perbedaan stress yang dialami oleh laki-laki dan perempuan, menunjukan bahwasanya responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami stres berat 2,2 kali dibandingkan yang berjenis kelamin laki-laki. Penelitian ini menunjukan bahwa siswa laki-laki tidak mudah mengalami stres dibandingkan dengan perempuan. Hal ini karena laki-laki menggunakan akalnyanya dari pada perasaannya sedangkan wanita lebih menggunakan perasaannya dalam menghadapi suatu masalah.

Fenomena school stres ini juga terlihat pada siswa SMP Ar-Rahman Medan dimana siswa mendapat tuntutan terhadap peraturan sekolah yang dimana sekolah menuntut setiap siswa untuk dapat menyeter hapalan ayat setiap harinya, adapun

sekolah SMP Ar-Rahman Medan ini adalah sekolah *Full Day* yang dimana seharusnya siswa tidak lagi dibebani menerima tugas rumah dikarenakan mereka sudah menghabiskan waktu sehari di sekolah namun masih ada beberapa guru atau tenaga pengajar yang masih tetap saja memberikan tugas rumah dengan alasan mata pelajaran tertentu tidak akan bisa dikuasai jika hanya dipelajari di sekolah saja. Selain mendapat tekanan dari sekolah, para siswa/I juga mendapat tekanan dari teman sebaya, seperti saat teman mereka bertanya apakah mereka sudah selesai mengerjakan tugas mereka, menyepelkan hasil tugas mereka, dan lain sebagainya. Adapun berdasarkan observasi yang telah peneliti amati pada sekolah tersebut, dimana ditemukan dari perilaku yang ditampilkan siswa, seperti merasa jenuh pada saat jam pelajaran di atas jam 12:00, tidak berkonsentrasi di kelas, sering lupa membawa buku pelajaran dan mood mereka yang berubah-ubah.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa yang dimana dilaksanakannya penelitian, ada pun wawancara tersebut yang pertama dengan siswa perempuan berinisial R

*“Kalok gurunya ngajar ya kek gitu lah bang kadang ada yang enak kadang ada yang nggak, kelasnya pun panas kali bang kipas cuam satu yakan belum lagi sekolah kami dekat jalan besar suaranya itu kadang denger sampek kelas bang kadang mau gak di openin tapi kadang lucu jugak suaranya jadi yang kekeh lah satu kelas. Tugas sekolah banyak kali bang gak ngerti lagi lah bilang nya semua mata pelajaran ada tugas, terus waktu ngumpulnya kadang Cuma beda-beda berapa hari aja dari tugasnya dikasih, abang bayangkan lah itu.”*

Wawancara yang dilakukan dengan siswa laki-laki dengan inisial I

*“Guru ya kek gitu lah bang ada yang baik ada yang gak baik, kadang yang gak baik itu pun jadi baik bang, yang baik pun kadang bisa jadi gak baik ya berpariasi lah bang tapi maksudnya gak baik itu gak enak cara ngajarnya bang kadang jugak terlalu kejam pun kan gak enak bang buat jadi stres aja.”*

*Kalok masalah suasana sekolah ya biasa aja sih bang Cuma ya itu sempit kali lapangannya bang gak kayak sekolah-sekolah lain, pas istirahat pun jadinya ya di kelas aja lah “*

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan tampak terjadinya fenomena school stres pada siswa pada sekolah tersebut yang dimana mengacu pada ciri-ciri dari school stres itu sendiri. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang ditungkan dalam proposal dengan judul “Perbedaan School Stres Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas VIII SMP Ar-Rahman Medan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Usia remaja merupakan usia yang rentan terhadap stres. Banyak sumber stress bagi remaja, salah satunya yaitu sekolah. Ada beberapa sumber stress yang berasal dari sekolah, seperti *personal and social stressor* dan *academic stressor* selain itu ada juga *physical demands* (tuntutan fisik), *task demands* (tuntutan tugas), *role demands* (tuntutan peran), *interpersonal demands* (tuntutan interpersonal).

Remaja laki-laki maupun perempuan di SMP Ar-Rahman mengaku mengalami stress di sekolah namun dengan tingkat yang berbeda-beda. Beberapa remaja perempuan dan laki-laki terlihat kurang konsentrasi ketika belajar, sering mengantuk, sering merasa malas sekolah, bercerita ketika guru menjelaskan, membuat lelucon dikelas saat belajar dan bahkan ada yang cabut ketika jam sekolah.

Ciri-ciri yang tampak pada remaja laki-laki dan perempuan tersebut mengindikasikan bahwa mereka mengalami stress dengan tingkat yang berbeda. Stress yang mereka alami di sekolah disebut juga *School Stress*.

### **C. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi permasalahan yang akan diteliti terhadap perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin berdasarkan tekanan dari sekolah dan tekanan dari teman sebaya.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMP Ar-Rahman Medan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

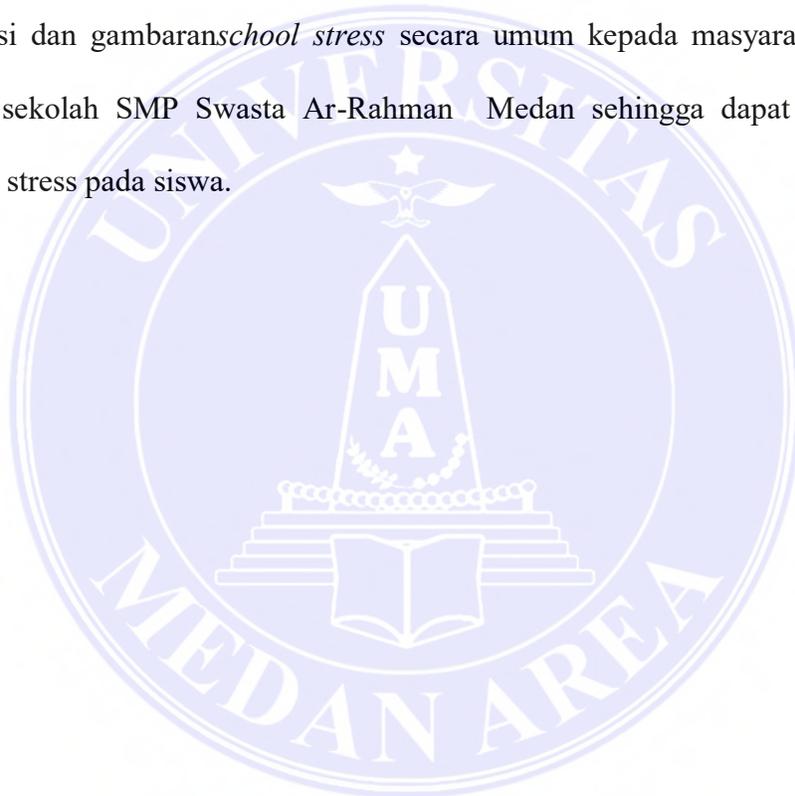
#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang psikologi, terutama yang berkaitan dengan psikologi

pendidikan, memperkuat teori-teori sebelumnya dan memperkaya penelitian selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

Secara praktis yang didapat dalam penelitian ini adalah dapat memberikan informasi dan gambaran *school stress* secara umum kepada masyarakat, khususnya kepada sekolah SMP Swasta Ar-Rahman Medan sehingga dapat meminimalisir tingkat stress pada siswa.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Pengertian Siswa**

##### **1. Definisi Siswa**

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian siswa berarti anak (orang yang sedang berguru/belajar, bersekolah). Sedangkan menurut Sinolungan (dalam Riska, dkk., 2013) siswa dalam arti luas adalah setiap orang yang terkait dengan proses pendidikan sepanjang hayat, sedangkan dalam arti sempit adalah setiap siswa yang belajar di sekolah.

Menurut Hamalik (2001) siswa atau murid adalah salah satu komponen dalam pengajaran, disamping faktor guru, tujuan dan metode pengajaran. Sebagai salah satu komponen maka dapat dikatakan bahwa siswa adalah komponen yang terpenting diantara komponen lainnya. Murid atau anak didik menurut Djamarah (2011) adalah subjek utama dalam pendidikan setiap saat. Sedangkan menurut Daradjat (dalam Djamarah, 2011) murid atau anak adalah pribadi yang “unik” yang mempunyai potensi dan mengalami berkembang. Dalam proses berkembang itu anak atau murid membutuhkan bantuan yang sifat dan coraknya tidak ditentukan oleh guru tetapi oleh anak itu sendiri, dalam suatu kehidupan bersama dengan individu-individu yang lain.

Berdasarkan uraian diatas, siswa atau anak didik adalah salah satu komponen manuiswi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar yang ingin meraih cita-cita, memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal.

## 2. **Kebutuhan-Kebutuhan Siswa**

Dalam tahap-tahap perkembangan individu siswa, dan satu aspek yang paling menonjol ialah adanya bermacam ragam kebutuhan yang meminta kepuasan. Beberapa ahli telah mengadakan analisis tentang jenis-jenis kebutuhan siswa (dalam Maisyarah, 2013), antara lain :

- a. Kebutuhan-kebutuhan fisiologis: bahan-bahan dan keadaan yang essensial, kegiatan dan istirahat, kegiatan seksual
- b. Kebutuhan-kebutuhan sosial aau status: menerima dan diterima dan menyukai orang lain.
- c. Kebutuhan-keebutuhan ego atau integratif: kontak dengan kenyataan, simbolisasi progresif, menambah kematangan diri sendiri, keseimbangan antara berhasil dan gagal, menemukan individualitasnya sendiri.

Maslow (dalam Azzahra, 2013) menyatakan bahwa kebutuhan-kebutuhan siswa secara klasifikasi keutuhan dasar sebagai berikut:

- a. Kebutuhan-kebutuhan akan keselamatan (safety needs)
- b. Kebutuhan-kebutuhan memiliki dan mencintai (belongingness and love needs)
- c. Kebutuhan-kebutuhan akan penghargaan (esteem needs)

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti menyimpulkan bahwa kebutuhan siswa dapat dibedakan menjadi kebutuhan fisiologis, kebutuhan psikologis, kebutuhan social, kebutuhan ego, kebutuhan akan keselamatan, kebutuhan kan rasa sayang dan kebutuhan atas penghargaan.

### 3. Tugas Perkembangan Siswa

Dilihat dari perkembangannya, anak usia SMP berada pada tahap perkembangan masa remaja (13-18 tahun). Adapun tugas-tugas perkembangan pada masa remaja menurut Harlock, 2005 yaitu:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karir ekonomi
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideology

## B. Jenis Kelamin

### 1. Definisi Jenis Kelamin

Menurut Wade dan Tavris (2007), istilah jenis kelamin dengan gender memiliki arti yang berbeda, yaitu jenis kelamin adalah atribut-atribut fisiologi dan anatomis yang membedakan antara laki-laki dan perempuan, sedangkan gender dipakai untuk menunjukkan perbedaan-perbedaan antara laki-laki dan perempuan yang di pelajari. Gender merupakan bagian dari sistem sosial, seperti status sosial, usia,

dan etnis, itu adalah faktor penting dalam menentukan peran, hak, tanggung jawab dan hubungan antara pria dan wanita.

Menurut Sarwono (2007) dalam masyarakat tradisional atau yang hidup dalam lingkungan praindustri, kecenderungan memang lebih besar. Anak laki-laki akan cenderung menumbuhkan sifat maskulinnya, sedangkan anak perempuan cenderung menjadi feminim. Akan tetapi, dalam kehidupan yang lebih modren, makin besar kemungkinan timbulnya tipe-tipe androgin dan *undifferentiated*. Istilah androgin berasal dari bahasa Yunani, andro berarti laki-laki dan gyne yang berarti perempuan. Demikianlah, didalam masyarakat modren banyak dijumpai wanita yang mampu melakukan profesi pria. Sebaliknya, pria mampu mengambil alih tugas wanita. Keperibadian androgin dikatakan sebagai keperibadian yang luwes dan mudah menyesuaikan diri.

## 2. Perbedaan Jenis Kelamin

Berdasarkan ahli di bidang psikologi, Bratama mengemukakan bahwa perempuan pada umumnya lebih baik pada ingatan dan laki-laki lebih baik dalam berfikir logis. Sedangkan Kartini Kartono megemukakan perbedaan antara laki-laki dan perempuan antara lain sebagai berikut:

- a. Betapapun baik dan cemerlangnya intelegensi wanita, namun pada intinya wanita itu hampir-hampir tidak pernah mempunyai interesse menyeluruh pada soal-soal teoritis seperti kaum laki-laki. Hal ini karena struktur otaknya serta misi hidupnya. Jadi, wanita itu pada umumnya lebih tertarik pada hal-hal yang praktis.

- b. Kaum wanita itu lebih praktis, lebih langsung dan lebih meminati segi-segi kehidupan yang konkret dan segera. Sedangkan laki-laki lebih tertarik pada segi-segi kejiwaan yang bersifat abstrak.
- c. Wanita pada hakekatnya lebih bersifat hetero-sentris dan lebih sosial sedangkan laki-laki lebih bersifat egosentris dan lebih suka berfikir pada hal-hal yang zakeljik, lebih objektif, dan essensial.
- d. Kaum laki-laki disebut lebih self-oriented. Laki-laki cenderung berperan sebagai pengambil inisiatif untuk memberikan stimulasi dan pengarahan bagi kemajuan. Laki-laki cenderung selalu berusaha untuk mengejar cita-citanya dengan segala cara. Sedangkan perempuan biasanya lebih pasif, lebih besorgend, lebih open, suka melindungi-memelihara-mempertahankan. Oleh sebab itu perempuan dibekali sifat-sifat kelembutan dan keibuan.
- e. Menurut Profesor Heymans, perbedaan laki-laki dan perempuan terletak pada sekundaritas, emosional, dan aktivitas dari fungsi-fungsi kejiwaan. Pada diri kaum perempuan, fungsi sekundaritasnya tidak terletak di bidang intelek, akan tetapi pada perasaan.
- f. Kebanyakan perempuan kurang berminat pada masalah-masalah politik, sikap ini disebabkan karena tindak politik dianggap kurang sesuai dengan nilai-nilai ethis dan perasaan halus perempuan. Di bidang intelek, perempuan lebih banyak menunjukkan tanda-tanda emosionalnya. Oleh sebab itu, biasanya wanita memilih bidang dan pekerjaan yang mengandung unsur relasiemosional dan pembentukan perasaan.

g. Perempuan pada umumnya lebih akurat dan lebih mendetail. Contohnya pada masalah-masalah ilmiah, wanita biasanya lebih konsekuen dan lebih akurat daripada kaum laki-laki. Mayoritas Mahasiswi akan membuat catatan dan diktat-diktat perkuliahan yang lebih lengkap dan teliti daripada mahasiswa laki-laki. Akan tetapi pada umumnya catatan-catatan tersebut kurang kritis. Hal ini disebabkan karena para mahasiswi kurang mampu membedakan antara bagian-bagian yang penting dengan bagian yang kurang pokok.

Dari pendapat-pendapat ahli tersebut seakan memberikan pelabelan pada perempuan bahwa perempuan lemah dalam persoalan yang berkaitan dengan abstrak dan juga dalam berfikir logis, yang berakibat bahwa perempuan dianggap lemah dan kurang mampu dalam memahami matematika. Sedangkan laki-laki dianggap lebih mampu memahami matematika dalam konsep berfikir logis dan mampu menyelesaikan masalah-masalah yang abstrak. Dalam konteks ini, laki-laki dianggap lebih unggul dalam matematika dibandingkan dengan perempuan. Akan tetapi, perempuan mempunyai sifat rajin dimana hal ini akan membuat kemampuan berpikir kreatif perempuan lebih baik daripada laki-laki.

## C. School Stress

### 1. Definisi *School Stress*

Stress merupakan fenomena umum yang selalu hadir dalam kehidupan manusia setiap harinya, hal ini disebabkan dimana manusia masi berinteraksi dengan lingkungannya maka stress itu pasti akan selalu ada karena pada dasarnya tidak ada manusia yang dapat menghindar dari stress. Santrock (2003) mengatakan bahwa stres

merupakan respon seseorang terhadap suatu kejadian yang memicu stres yang tidak dapat dihadapi oleh individu.

Stres di sekolah merupakan stres yang ditimbulkan dari tuntutan akademik yang melampaui kemampuan adaptasi dari individu yang mengalaminya (Wilks, 2008). Sedangkan stress di sekolah menurut Desmita (2016) adalah ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dari peserta didik.

Savitri (2012) juga menyampaikan hal yang tidak jauh berbeda bahwa stress di sekolah adalah suatu keadaan atau kondisi dimana siswa mengalami tekanan di sekolah disebabkan karena tugas yang tidak sesuai dengan kapasitas siswa, bermasalah dengan teman, dan bosan dengan pelajaran. Sedangkan menurut Verma, dkk. dalam (Desmita 2016) stress di sekolah merupakan tuntutan sekolah, yaitu stress siswa yang bersumber dari tuntutan sekolah, tuntutan sekolah sendiri adalah adanya tuntutan tugas sekolah dan tuntutan dari guru.

Menurut kutipan dari Rainham dalam (Desmita 2016) bahwa masa sekolah menengah atas disamping memberikan pengalaman yang sangat berharga bagi masa perkembangan remajanya juga menjadikan masa yang sangat penuh dengan stress, hal tersebut dikarenakan mereka dihadapkan pada banyaknya tuntutan dan perubahan yang realtif cepat. Seperti mereka yang dihadapkan pada pekerjaan rumah yang banyak, perubahan kurikulum yang berlangsung cepat, batas waktu tugas dan ujian, kecemasan dan kebingungan, dalam menentukan pilihan karir dalam program

pendidikan lanjutan, membagi waktu mengerjakan PR, olahraga, hobi, dan kahidupan sosialnya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sters di sekolah (*school stress*) merupakan kondisi stress atau perasaan tidak nyaman siswa akibat adanya tuntutan sekolah yang sangat menekan mulai dari bnayak tugas maupun tuntutan yang tinggi dari guru, hal ini memberikan efek pada siswa adanya ketegangan fisik, psikis, emosional, dan perubahan tingkah laku pada siswa. Sehingga dapat mempengaruhi dalam proses belajar siswa maupun perestasi belajarnya.

## 2. Aspek-aspek Stres di Sekolah

Menurut Sun, Dunne dan Hou (2011)terdapat lima aspek stres di sekolah (*school stres*), yaitu:

### a. Tekanan Belajar

Tekanan belajar berkaitan dengan tekan yang dialami individu ketika sedang belajar di sekolah dan di rumah. Tekanan yang dialami oleh individu dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah serta jenjang pendidikan yang lebih tinggi

### b. Beban Tugas

Beban tugas berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan oleh individu di sekolah. Beban yang dialami individu berupa pekerjaan rumah (PR), tugas di sekolah dan ujian/ulangan.

### c. Kekhawatiran terhadap Nilai

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

#### d. Ekspektasi Diri

Ekspektasi diri berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki harapan atau ekspektasi terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki stres akademik akan memiliki ekspektasi yang rendah terhadap dirinya sendiri seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa selalu mengecewakan orang tua dan guru apabila nilai akademis tidak sesuai dengan yang diinginkan.

#### e. Keputusasaan

Keputusasaan berkaitan dengan respon emosional seseorang ketika ia merasa tidak mampu mencapai target/tujuan dalam hidupnya. Individu yang mengalami stres akademik akan merasa bahwa dia tidak mampu memahami pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas di sekolah.

Kemudian menurut Rice dalam (Desmita, 2016) menyampaikan bahwa aspek stress disekolah ini dibedakan menjadi tiga yaitu:

#### a. Personal and social stressor

Personal and social stressor adalah stress siswa yang berasal dari pribadi dan lingkungan social. Hal ini meliputi: masa transisi, lingkungan tempat tinggal, saudara dan teman lama. Dalam penelitian Frazier dan Schauben

dalam (Desmita, 2016) didefinisikan stressor yang berhubungan dengan sebuah hububgan yaitu: ditolak, dikucilkan, dicurigaiin teman, tekanan ujian, tidak diikutsertakan, kehamilan, kematian orang tua dan masalah ekonomi.

b. Academic stressor

Academic stressor adalah stress siswa yang bersumber dari peroses belajar mengajar atau semua hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar mengajar disekolah. Hal tersebut diantaranya: tekanan untuk naik kelas, lamanya waktu belajar, menyontek, banyak tugas, mendapat nilai unggulan, birokrasi, bimbingan karir, dan kecemasan menghadapi ujian.

Desmita (2016) juga menambahkan aspek dari stress disekolah adalah adanya berbagai tuntutan sekolah yang timbul dari empat hal yaitu adanya physical demans (tuntutan fisik), task demans (tuntutan tugas), role deamns (tuntutan peran), dan interpersonal demans (tuntutan interpersonal). Berikut penjelas dari masing-masing aspek stress di sekolah.

a. Physical demands (tuntutan fisik)

Menurut tuntutan yang bersumber pada lingkungan fisik sekolah diantaranya indicator seperti: keadaan iklim ruang kelas, temperature yang tinggi, pencahayaan dan penerangan, sarana dan perasarana penunjang pembelajaran, kebersihan dan kesehatan sekolah, keamanan sekolah dan sebagainya.

b. Task demands ( tuntutan tugas)

Ditunjukkan dengan adanya berbagai tugas-tugas pelajaran yang menimbulkan perasaan tertekan pada siswa. Indicator dari academic work

adalah tugas-tugas yang dikerjakan disekolah dan tugas-tugas yang dikerjakan di rumah.

c. Role demands (tuntutan peran)

Adanya sekumpulan kewajiban yang diharapkan dan harus dipenuhi oleh siswa terkait dengan pemenuhan fungsi pendidikan di sekolah. Indikator dari tuntutan peran ini seperti: harapan memiliki nilai yang memuaskan, mempertahankan persetasi sekolah, memiliki sikap yang baik, memiliki motivasi belajar yang tinggi, memiliki keterampilan yang lebih.

d. Interpersonal demands (tuntutan interpersonal)

Dilingkungan sekolah siswa tidak hanya dituntut dari segi tuntutan akademis yang tinggi melainkan sekaligus harus mampu melakukan interaksi social atau menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, seperti antara siswa dengan siswa lain, antara siswa dengan anggota sekolah yang lain, baik kepala sekolah, guru-guru, serta pegawai sekolah secara verbal maupun tidak verbal. Karena interaksi sosila ini merupakan salah satu factor yang turut mempengaruhi perkembangan siswa, namun di sisi lain interaksi social disekolah ini juga menjadi salah satu sumber stress bagi siswa seperti, menimbulkan ketegangan dalam diri siswa yaitu; ketidak mampuan dalam menjalin hubunngan positif dengan guru dan teman sebaya, keharusan menghadapi persaingan dengan teman, adanya perlakuan guru yang tidak adil, dan sikap dijauhi dan bahkan dikucilkan teman.

Berdasarkan pemaparan aspek-aspek stress di sekolah di atas dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami stress ataupun tertekan disekolah menurut

desmita dapat dilihat melalui empat aspek seperti yang dijelaskan diatas. Dalam penelitian ini menggunakan empat aspek tersebut, dikarenakan aspek-aspek tersebut lebih luas dan mencakup keseluruhan diri siswa untuk dapat melihat kondidi stres di sekolah.

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres di sekolah

Menurut Smet dalam (Gunawati, dkk. 2004) faktor yang mempengaruhi stres antara lain

a. Variable dalam diri individu

Variable dari dalam diri individu meliputi: umur, tahapan kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetic, intelegensi, pendidikan, suku, budaya dan status ekonomi

b. Karakter keperibadian

Karakter keperibadian meliputi : introvert-ekstreovret, stabilita emosi secara umum, keperibadian ketabahan, kekebalan dan ketahanan

c. Variable social kognitif

Meliputi dukungan social yang dirasakan, jaringan social, dan control pribadi yang dirasakan.

d. Hubungan dengan lingkungan social

Hubugan dengan lingkungan social adalah dukungan social yang diterima dan integrasi dalam hubungan inrepesonal.

e. Strategi coping

Strategi coping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsure-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekolah.

Sedangkan menurut Yumba (2008) terdapat empat faktor yang mempengaruhi stres akademik, yaitu:

a. Hubungan dengan Orang Lain

Hubungan dengan orang lain yang dapat mempengaruhi stres akademik adalah adanya konflik antara individu dengan teman di sekolah, masalah keluarga dan frustrasi. Teman di sekolah mencakup teman sekamar (room mate) dan teman dekat (girlfriend/boyfriend).

b. Faktor Personal

Faktor personal mencakup hal-hal yang bersifat personal oleh individu. Hal tersebut berupa pola tidur, pola makan, kesulitan keuangan, masalah kesehatan, tanggung jawab yang harus dilakukan, dan tekanan serta jenis kelamin.

c. Faktor Akademis

Faktor akademis yang mempengaruhi stres akademik adalah beban tugas sekolah yang bertambah, nilai yang rendah, waktu belajar yang banyak, kesulitan dalam memahami bahasa, ujian dan ketinggalan pelajaran.

d. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi stres akademik berupa kurangnya liburan atau waktu istirahat, kondisi tempat tinggal yang kurang baik, perceraian orang tua serta pindah ke kota baru.

Menurut Fink (2016) terdapat dua faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu:

a. Faktor Biologis

Menurut Fink (2016), stres disebabkan oleh aktivitas atau kerja otak yang berlebihan. Respon biologis terhadap stres melibatkan aktivasi tiga sistem utama di dalam otak yang saling terkait. Sistem otak yang berpengaruh adalah sensorik otak, homeostatis, dan hormon adrenalin.

b. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang menyebabkan stres adalah status sosial, peran sosial dan lingkungan sekitar. Semakin tinggi status dan peran sosial seseorang semakin tinggi beban dan tekanan yang harus ditanggung oleh seseorang tersebut. Seperti seorang siswa, semakin tinggi jenjang pendidikannya semakin tinggi pula tugas dan tanggung jawab yang harus dihadapi yang dapat memicu stres akademik.

Berdasarkan faktor-faktor yang dijelaskan di atas, dapat dikatakan bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi stres di sekolah. Faktor personal mencakup hal-hal yang bersifat personal dan faktor ini berkaitan dengan aspek jenis kelamin yang dapat mengatasi tekanan dan tanggung jawab yang dipikul oleh individu tersebut (self efficacy). Dengan memiliki keyakinan tersebut dapat mengurangi individu dalam

mengalami stress disekolah dan bahwa kondisi stres seseorang itu terjadi akibat banyak faktor bukan hanya satu faktor saja.

#### 4. Gejala-gejala stres di sekolah

Menurut Hardjana (dalam Desmita, 2016) mengatakan ada tiga gejala yang mempengaruhi timbulnya stres:

- a. Gejala yang menyangkut aspek fisik; sulit tidur, sakit kepala, adanya gangguan pencernaan, keringat berlebihan, berubah selera makan, kehilangan gairah atau daya energi, banyak melakukan kekeliruan atau kesalahan dalam kerja dan hidup
- b. Gejala yang menyangkut emosional; marah-marah, mudah tersinggung dan terlalu sensitive, gelisah dan cemas, sedih mudah menangis, dan depresi, gugup, agresif terhadap orang lain dan gampang bermusuhan serta menyerang mental.
- c. Gejala menyangkut dengan intelektualnya; mudah lupa, kacau pikirannya, sulit berkonsentrasi, prestasi kerja dan produktifitasnya menurun, suka melamun berlebihan, banyak kekeliruan yang dibuat dalam kerja, kehilangan selera humor yang sehat. Gejala stres menyangkut aspek interpersonal; acuh tak acuh, kepercayaan terhadap orang lain hilang, mudah mengingkari janji terhadap orang lain, bersikap menutup dan membentengi diri terhadap orang lain.

Seseorang bisa dikatakan stres apabila memiliki beberapa gejala seperti yang disampaikan di atas yaitu, mulai dari gejala fisik, gejala emosi, dan gejala yang berkaitan dengan intelektual.

## 5. Dampak stres disekolah

Menurut McPhersoon (2010) dampak negatif dari stres yang muncul disekolah adalah sebagai berikut:

### a. Burnout

Siswa merasa lelah dengan kegiatan sekolah biasa akan kehilangan minat untuk belajar. Hal ini terjadi karena siswa kehilangan insentif pada tugas-tugas tertentu yang dirasa telah menghabiskan waktu dan energi yang banyak. Jika perasaan ini tidak tertolerir akan berubah menjadi depresi.

### b. Menyontek

Kebiasaan dalam menilai kesuksesan pada performansi disekolah menyebabkan stres pada siswa disekolah. Pikiran siswa untuk mencapai peringkat tinggi memunculkan perilaku mencontek untuk mencapainya.

### c. Gangguan makan

Tekanan sekolah yang intens berkontribusi pada kemungkinan kecenderungan terhadap gangguan makan. cemas yang berlebihan terhadap peringkat bukanlah penyebab suatu gangguan namun berseiko memburuk. Gangguan makan yang sering ditemui adalah anoreksia, bullimia, dan *binge eating*.

### d. Penggunaan obat-obatan

Terkadang tekanan sekolah berkolaborasi dengan tekanan teman sebaya, memunculkan keinginan siswa untuk bereksperimen dengan alkohol dan obat-obatan. Hasil dari penggunaan dan konsumsi obat-obatan dapat menyebabkan rasa lelah, iritabilitas, sakit kepala dan rasa tidak nyaman pada badan. Dapat

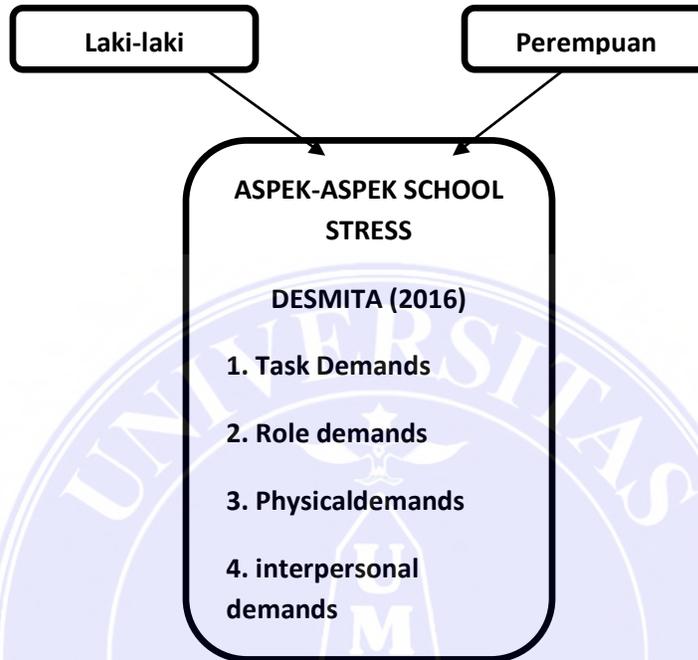
membuat proses berfikir menurun, siswa tidak menyelesaikan pekerjaan rumahnya seperti biasa, kesulitan berkonsentrasi dan sulit mempelajari materi baru

#### **D. Perbedaan School Stres di Tinjau Dari Jenis Kelamin**

Yoga.dkk (2008) yang menunjukkan bahwasanya adanya perbedaan stress yang dialami oleh laki-laki dan perempuan, menunjukkan bahwasanya responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami stres berat 2,2 kali dibandingkan yang berjenis kelamin laki-laki. Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa laki-laki tidak mudah mengalami stres dibandingkan dengan perempuan. Hal ini karena laki-laki menggunakan akalinya dari pada perasaannya sedangkan wanita lebih menggunakan perasaannya dalam menghadapi suatu masalah. Dengan demikian berdasarkan penelitian terdahulu jelas tampak bahwasannya terdapat perbedaan stres yang terjadi antara laki-laki dan perempuan. Perbedaan *school stress* juga dapat dilihat dalam penelitian Dewi (2017) yang mengatakan bahwa perempuan akan mengungkapkan lebih banyak stres dari pada siswa laki-laki yang dimana hal tersebut disebabkan karena perempuan lebih terbuka terhadap apa yang dirasakan dibandingkan dengan siswa laki-laki.

Berdasarkan uraian diatas dapat dikatakan bahwasanya terdapat perbedaan *school stress* antara siswa perempuan dan laki-laki.

## E. Kerangka Konseptual



## F. Hipotesa

Berdasarkan uraian diatas maka hipotesia yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin pada dengan asumsi bahwa siswa berjenis kelamin laki-laki memiliki tingka stress yang lebih rendah dari pada siswa berjenis kelamin perempuan.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan tipe komparatif. Menurut Azwar (2009) penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistic, sedangkan tipe komparatif yaitu penelitian yang digunakan untuk mengetahui perbedaan variable yang akan diteliti pada kelompok yang berbeda. Tipe penelitian ini dipilih karena dapat menguji perbedaan pada dua atau lebih sample yang berbedaa, atau pada saat kejadian yang berbeda (Sugiyono, 2007).

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa tipe penelitian yang digunakan adalah tipe komparatif karena bertujuan untuk mencari perbedaan variable pada kelompok yang berbeda.

#### B. Identifikasi Variable Penelitian

Identifikasi penelitian digunakan untuk menguji hipotesa penelitian. Dalam penelitian ini, variabel-variabel yang digunakan yaitu:

1. Variabel Independent (bebas) : jenis kelamin
2. Variabel Dependent (terikat) : *school stress*

### **C. Definisi Operasional Variable Penelitian**

#### **1. School Stress**

Stres di sekolah (*school stress*) merupakan kondisi stress atau perasaan tidak nyaman siswa akibat adanya tuntutan sekolah yang sangat menekan mulai dari banyak tugas maupun tuntutan yang tinggi dari guru. Data scholl stress dapat dilihat dari skala scholl stress melalui aspek-aspek Task Demands, Role demands, Physicaldemands, interpersonal demands

#### **2. Jenis Kelamin**

Jenis kelamin adalah sifat jasmani atau rohani yang membedakan dua makhluk sebagai wanita dan pria. Data jenis kelamin dapat dilihat dari data identitas subjek yang tercantum dalam skala *school stress*.

### **D. Subjek Penelitian.**

#### **1. Populasi**

Menurut Hadi (2004) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini didapatkan dari hasil dokumentasi dimana ada 97 orang siswa kelas VIII SMP Ar-Rahman Medan yang berjumlah 97 orang. Dimana 97 siswa tersebut terdiri dari tiga kelas yang duduk dibangku kelas dua SMP. Masing-masing kelas terdiri dari, kelas A 32 orang dimana laki-laki berjumlah 15 orang dan wanita berjumlah 17 orang, kemudian kelas B 32 orang dimana, laki-laki berjumlah 15 orang

dan perempuan berjumlah 17 orang, dan kelas C 33 orang dimana, laki-laki 15 orang dan perempuan berjumlah 18 orang.

**Tabel 3. 1**

**Data Jumlah Siswa SMP Ar-Rahman**

<b>Kelas</b>	<b>Laki-Laki</b>	<b>Perempuan</b>	<b>Total</b>
A	15	17	32
B	15	17	32
C	15	18	33
<b>Jumlah</b>	<b>45</b>	<b>52</b>	<b>97</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmojo. 2005). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono. 2007). Semua sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 97 orang.

**Tabel 3. 2****Tabel Jumlah Sample**

<b>Laki-Laki</b>	<b>Perempuan</b>
45	52

### **E. Teknik Pengambilan Data**

Data dari ke dua variabel akan diperoleh melalui metode skala, yaitu metode pengumpulan data dengan menggunakan kumpulan pernyataan mengenai suatu objek (Azwar, 2009). Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengungkap perilaku school stres dalam penelitian ini adalah skala school stres yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek *school stress* oleh Desmita (2016). Adapun aspek-aspek school stres antara lain adalah adanya berbagai tuntutan sekolah yang timbul dari empat hal yaitu adanya physical demans (tuntutan fisik), task demans ( tuntutan tugas), role demans (tuntutan peran), dan interpersonal demans (tuntutan interpersonal).

Penilaian skala school stres ini berdasarkan metode skala likert. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari setiap jawaban subjek yang menyatakan mendukung (favourable) atau tidak mendukung (unfavourable) terhadap semua pernyataan dalam empat kategori jawaban, yakni sangat setuju (ss), setuju (s), tidak setuju (ts), sangat tidak setuju (sts). Penilaian butir favourable bergerak dari angka 4 (sangat setuju), 3 (setuju), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju). Penilaian butir unfavourable dari angka 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (tidak setuju), 4 (sangat tidak setuju).

## F. Analisis Data

Analisis data tentang perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin yang dilakukan di sekolah SMP Ar-Rahman menggunakan uji analisis *anova one way*. Penelitian ini diarahkan untuk mengetahui apakah antara dua atau lebih kelompok ada perbedaan dalam aspek atau variable yang diteliti dan untuk menganalisis datanya dalam hal ini peneliti menggunakan bantuan komputer program SPSS 11,5 for windows. Pengujian hipotesa dilakukan melalui rumus sebagai berikut:

$$F_{hitung} = \frac{MK_{antar}}{MK_d}$$

Keterangan:

Fhitung : Fhitung

MKantar : Mean kuadrat antar kelompok

MKd : Mean kuadrat dalam kelompok

Sebelum dilakukan analisis data menggunakan teknik Anova satu jalur, maka terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas terhadap data-data penelitian.

### 1) Uji normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi sebar sekorvariable. Variable yang diuji adalah variable *independen* (*School stress*). Untuk mengetahui normalitas dapat menggunakan skor

signifikansi yang ada pada hasil perhitungan *kolmogorov-smirnov*. Bila angka signifikansi lebih besar atau sama dengan 0,05 maka berdistribusi normal, tetapi apabila kurang, maka data tidak berdistribusi normal (Azwar, 2009).

## 2) Uji homogenitas

Setelah uji homogenitas maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas. Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi sample penelitian homogen atau sebaliknya. Uji homogenitas varian kelompok menggunakan analisis varian (Anova) satu arah. Dengan kaidah yang digunakan untuk menguji homogenitas varians antar kelompok adalah jika signifikansi  $> 0.05$ , maka varian antar kelompok homogen, dan jika signifikansi  $< 0.05$  maka varian antar kelompok tidak homogen.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dari pembahasan maka hal-hal yang dapat disimpulkan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Hipotesa ditolak, yaitu penelitian pada siswa SMP Ar-Rahman Medan menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan *school stress* ditinjau dari jenis kelamin, yaitu antara laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi sebesar  $0,130 > 0,05$ . Hal ini terjadi akibat selama sekolah daring tugas yang harus mereka kerjakan lebih banyak, dan ketika mereka kurang memahami mengenai tugas tersebut mereka tidak dapat bertanya langsung kepada guru mereka, hal ini membuat mereka merasa lebih kesulitan untuk menyelesaikan tugas-tuga mereka.
2. Hasil uji reliabilitas menunjukkan skala *school stress* pada penelitian ini reliable dengan nilai cronbach alpa sebesar 0,896. Dan uji normalitas sebaran dikatakan normal dengan nilai signifikansi sebesar 0,058
3. Hasil uji mean hipotetik dan empirik menunjukkan *school stress* laki-laki dan perempuan memiliki nila yang tinggi. Dimana *school stress* laki-laki menunjukkan nilai empirik sebesar 85,111 % dan perempuan sebesar 86,247 %. Namun perbedaan keduanya tidak signifikan, hanya memiliki selisih sebesar 1,136 %.

## B. Saran

Berdasarkan hasil analisis data dari pembahasan maka hal-hal yang dapat disarankan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

### 1. Bagi SMP Ar-Rahman

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *school stress* yang ditinjau dari jenis kelamin pada siswa/I kelas VIII di SMP Ar-Rahman Medan, namun menunjukkan bahwa *school stress* yang dialami siswa/i tergolong tinggi, maka sekolah khususnya guru-guru lebih mempertimbangkan tugas-tugas ataupun tuntutan-tuntutan untuk siswa/I agar lebih ringan sehingga tidak menimbulkan rasa tertekan bahkan stress bagi siswa/i. Selain itu sekolah juga perlu mengetahui gaya belajar yang sesuai dengan siswa, hal ini dapat diketahui dengan cara memfasilitasi tes psikologi bagi siswa. Sekolah juga perlu mengadakan zoom meeting untuk mengetahui kendala yang menyebabkan stress pada siswa, dan menguatkannya dengan konseling.

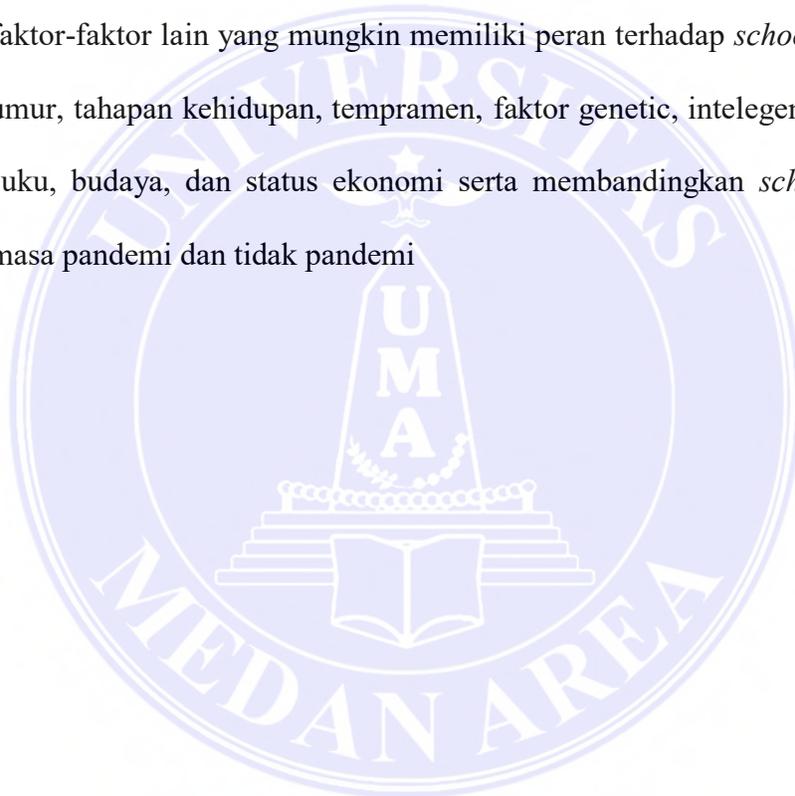
### 2. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *school stress* yang ditinjau dari jenis kelamin pada siswa/I SMP Ar-Rahman Medan, saran bagi siswa/I adalah untuk mencari tau bagaimana cara belajar yang sesuai dengan dirinya, apakah gaya belajar visual (belajar dengan gambar, grafik, atau symbol), gaya belajar auditori (belajar dengan cara berdiskusi), atau gaya belajar kinestetik (belajar dengan praktek). Mereka dapat menentukan gaya belajar yang sesuai dengan mencoba semua gaya

belajar tersebut dan menerapkan cara tersebut agar siswa/I dapat belajar dengan nyaman dan dapat mengatasi banyaknya tugas-tugas yang diberikan sekolah sehingga siswa/I tidak merasa terbebani.

### 3. Bagi Peneliti selanjutnya

Berdasarkan proses dan hasil pada penelitian ini, sebaiknya peneliti selanjutnya yang berminat meneliti tentang *school stress* untuk meneliti faktor-faktor lain yang mungkin memiliki peran terhadap *school stress* seperti umur, tahapan kehidupan, tempramen, faktor genetic, intelegensi, pendidikan, suku, budaya, dan status ekonomi serta membandingkan *school stress* saat masa pandemi dan tidak pandemi



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azzahra, R. (2013). *Artikel Faktor-faktor stress akademik*. (<http://konselingkita.com/faktor-penyebab-stress-akademik-2/>)
- Daud, M & Khumas, A. (2012). *Stres akademik dan manajemen waktu*. Fakultas Psikologi Universitas Makasar.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djamaraa, B.S. (2011). *Psikologi beelajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi, Sambodo & Retna. (2017). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiwa*. Jurnal Keperawatan, Vol 5, No 01.
- Faqih. (2003). *Analisis gender dan transformasi sosial*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Fink, G. (2016). *Stress, definitions, mechanisms, and affects outlined: lessons from anxiety*. Handbook of stress.
- Friedman, H.S &Schustack, M.W. (2008). *Keperibadian teori kelasik dan riset modren jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Gunawati dkk. (2006). *Hubungan antara Efektifitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi dengan Stress dalam menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. Vol. 3 No. 2. Hal 93-115
- Greenberg, J.S. (2005). *Comprehensive stres management: 7<sup>th</sup> edition*, USA: McGraw Hill.
- Hadi, S. (2004). *Metodelogi Research*, Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Hamalika, O. (2001). *Proses belajar mengajar*, Bandung; Bumi aksara
- Harlock, E.B. (1990). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Lestarianita, Prety & Fakhurrozi. (2018). *Pengatasan Stres Pada Perawat Pria dan Wanita*. Skripsi Universitas Gunadarma

- Maisyarah. (2013). *Perbedaan asertivitas siswa smk nurul amaliya 1 dengan Sma nur azizi ditanjung morawa*. Skripsi universitas medan area.
- McPherson, S. S. (2010). *Stressed Out in School: Learning to Deal with Academic Pressure*, United states of American: Enslow
- Mustika, M., Hasmayni, B., & Sani, Z. N. (2021). *The Relationship between Self Efficacies to Academic Cheating in Madrasah Aliyah Islamiyah Sunggal. Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 4(2), 2800-2815.
- Notoadmojo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Olejniak, S.H.J. (2007). *College rules ! How to study, survive, and succeed in college*. New York: Ten Speed Press.
- Riska,dkk, (2013). *Studi Tentang penggunaan internet oleh pelajar SMPN 1 samarinda*. Jurnal fakultas psikologi universitas mulawarman.
- Safari, T dan Saputra, N.E. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Santrock, J.W. (2002). *Perkembangan masa hidup edisi tigabelas jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Sarwono P. (2008). *Informasi Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: BBKBN
- Savitri, B.I(2012). *Studi Fenomenologis Tentang Stress Sekolah Pada Siswa SMAN 1 Puri Mojokerto*. Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi – Fakultas Ilmu Pendidikan UM, 2012
- Sugiyono. (2007). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukru, yandi. (2002). *Biofarmastika*. Edisi pertama. Yogyakarta: Universitas Indonesia press.
- Sun, J., Dunne, M., Hou, X. (2011). *Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with chinese student*.
- Taufik, dkk., 2013. *Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang*. Jurna Konseling dan Pendidikan. Vol.1 nomor 2, hlm 143-150.
- Triantoro, S. (2005). *Autism prmahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua*. Yogyakarta: graham Ilmu.

- Wade, C dan Tavis. (2007). Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Wilks, S.E. (2008). *Resilience amid academic stress: the moderating impact of social support among social work studentt*. Advence in social.
- Yoga P. D, kontul, Febi K. Kolibu, Grace E.C. Korompis. (2008). *Hubungan jenis kelamin dan pengaruh teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Universitas SAM Ratukansi Manado*. Jurnal kesmas,5, (ejournal.unsrat.ac.id)
- Yumba, W. (2008). Academic stress: a case of the undergraduate student. Psikologi 3.

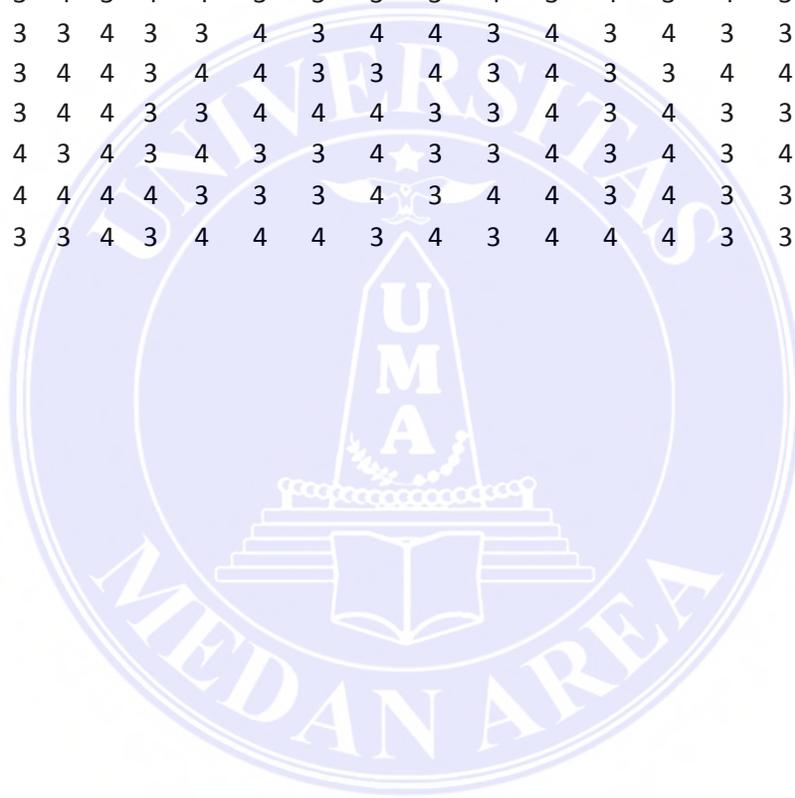




Jenis kelamin	No.	1	3	4	5	6	7	8	9	11	12	14	16	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	32
L	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3
L	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	2
L	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3
P	5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	2
P	6	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4
P	7	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
L	8	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4
L	9	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
P	10	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
L	11	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
P	12	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	13	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	14	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
L	15	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	16	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	17	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	18	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	20	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	21	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
P	22	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
P	23	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
P	24	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	25	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4
P	26	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	27	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	28	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4
P	29	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4
L	30	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
L	31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
L	33	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	34	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3
L	35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3
P	37	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	38	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4
P	39	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3

P	40	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4
P	41	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
P	42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	43	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4
L	44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	45	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3
L	46	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	47	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
P	48	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	49	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
L	50	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3
L	51	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
L	52	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	53	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
L	54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3
P	55	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	56	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
P	57	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	58	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3
L	59	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
L	60	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4
L	61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
L	62	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	63	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4
P	64	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3
P	65	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3
P	66	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
P	67	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4
L	68	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3
P	69	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
L	70	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
P	71	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4
P	72	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
L	73	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3
L	74	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
P	75	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
P	76	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
L	77	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4
L	78	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4
L	79	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
P	80	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4

P	81	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3
L	82	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3
P	83	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
L	84	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3
P	85	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3
P	86	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4
P	87	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
P	88	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3
P	89	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3
P	90	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4
p	91	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
p	92	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
p	93	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3
p	94	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4
p	95	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3
p	96	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4
p	97	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4





## Reliability

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	97	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	97	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.896	32

### Item-Total Statistics

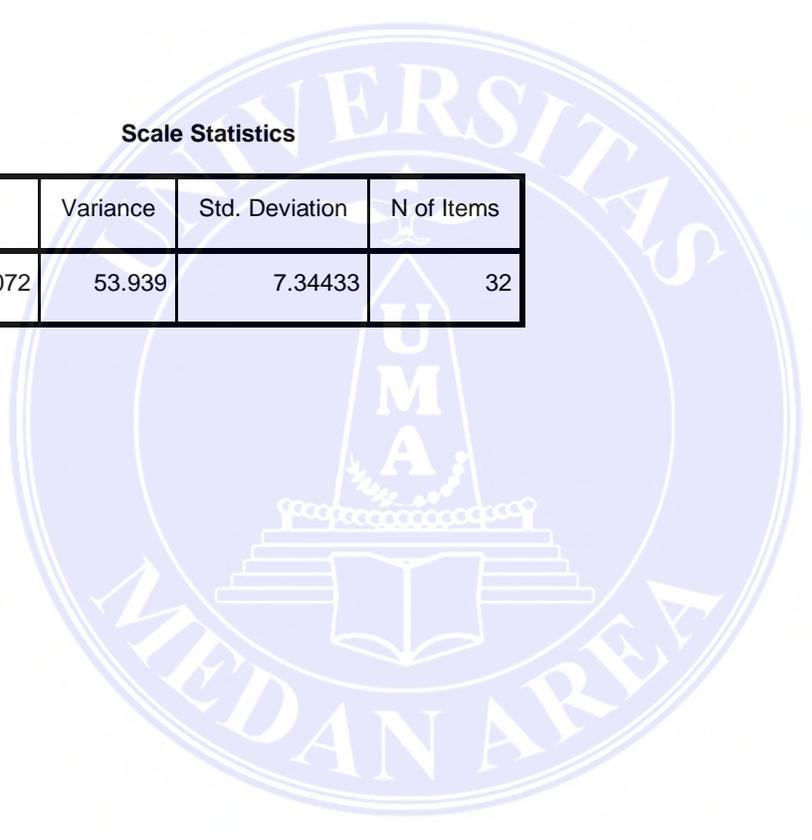
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	101.2474	50.917	.391	.893
VAR00002	101.8557	53.979	-.039	.901
VAR00003	101.2784	49.870	.559	.890
VAR00004	101.2680	50.927	.403	.893

VAR00005	101.5052	50.128	.511	.891
VAR00006	101.7113	51.062	.374	.894
VAR00007	101.5876	49.516	.606	.889
VAR00008	101.5155	49.919	.545	.891
VAR00009	101.6804	51.136	.409	.893
VAR00010	101.8557	52.708	.208	.896
VAR00011	101.7526	50.105	.523	.891
VAR00012	101.5361	48.918	.704	.888
VAR00013	101.7423	51.881	.287	.895
VAR00014	101.7423	51.318	.464	.892
VAR00015	101.7629	52.245	.200	.897
VAR00016	101.4227	50.163	.495	.891
VAR00017	101.7732	52.573	.168	.897
VAR00018	101.6392	51.566	.303	.895
VAR00019	101.8247	50.813	.521	.891
VAR00020	101.4948	49.044	.671	.888
VAR00021	101.6598	49.435	.708	.888
VAR00022	101.4536	51.250	.340	.894
VAR00023	101.8041	50.951	.468	.892
VAR00024	101.7010	49.608	.532	.891
VAR00025	101.7216	51.578	.393	.893
VAR00026	101.6082	50.449	.501	.891
VAR00027	101.7938	51.561	.449	.893

VAR00028	101.6598	48.581	.732	.887
VAR00029	101.5773	49.622	.585	.890
VAR00030	101.5670	49.769	.587	.890
VAR00031	101.7938	53.020	.070	.901
VAR00032	101.5876	50.703	.409	.893

**Scale Statistics**

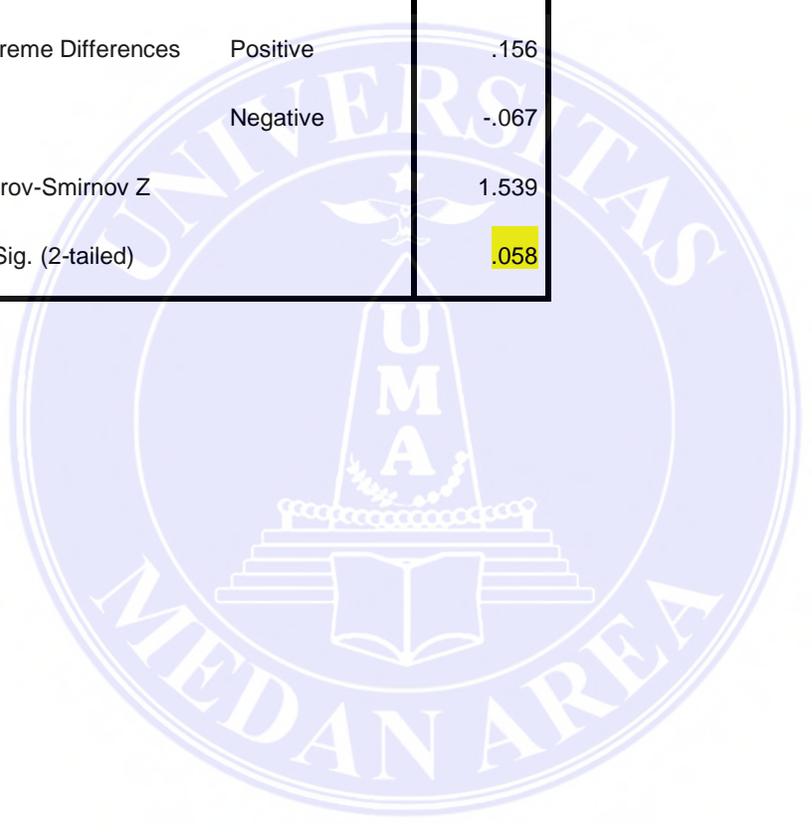
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
104.9072	53.939	7.34433	32





**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Y
N		97
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	86.2474
	Std. Deviation	6.86026
	Absolute	.156
Most Extreme Differences	Positive	.156
	Negative	-.067
Kolmogorov-Smirnov Z		1.539
Asymp. Sig. (2-tailed)		.058





**Descriptives**

Y

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean	
					Lower Bound	Upper Bound
LAKI-LAKI	45	85.1111	7.03957	1.04940	82.9962	87.2260
PEREMPUAN	52	87.2308	6.61138	.91683	85.3901	89.0714
Total	97	86.2474	6.86026	.69655	84.8648	87.6301

**Descriptives**

Y

	Minimum	Maximum
LAKI-LAKI	73.00	104.00
PEREMPUAN	73.00	100.00
Total	73.00	104.00

**Test of Homogeneity of Variances**

Y

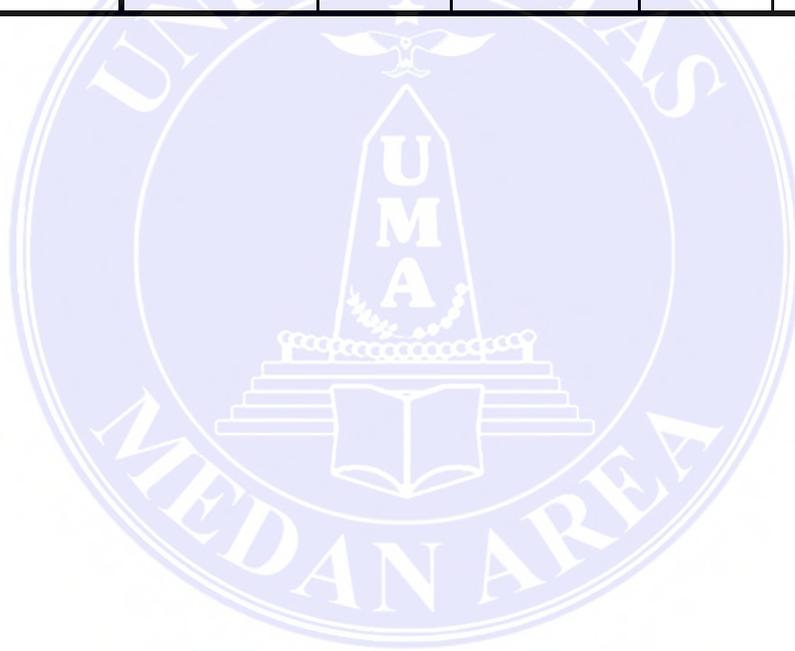
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.001	1	95	.976



ANOVA

Y

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	108.387	1	108.387	2.335	.130
Within Groups	4409.675	95	46.418		
Total	4518.062	96			





**LAMPIRAN – F**  
**ALAT UKUR PENELITIAN**

## IDENTITAS RESPONDEN

Isilah Identitas Dibawah ini:

Nama :

Usia :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Angket ini didasarkan untuk penelitian tugas akhir kuliah pada jurusan Psikologi, Universitas Medan area. Respon yang sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran sangat dibutuhkan dalam pengisian angket ini karena sangat membantu dalam penyusunan tugas akhir ini.

Petunjuk pengisian :

1. Semua aitem ditulis dalam bentuk PERNYATAAN, silahkan memilih salah satu alternative respon yang sudah disediakan pada pilihan jawaban dari pernyataan.
2. Berilah tanda check-list (V) pada penilaian pernyataan yang sesuai dengan pendapat anda.
3. Alternative pilihan respon tersebut adalah :
  - a. SS : Sangat Setuju
  - b. S : Setuju
  - c. TS : Tidak Setuju
  - d. STS : Sangat Tidak Setuju
4. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah, semua jawaban yang anda pilih adalah benar asalkan anda menjawab ddengan jujur sesuai dengan kondisi anda

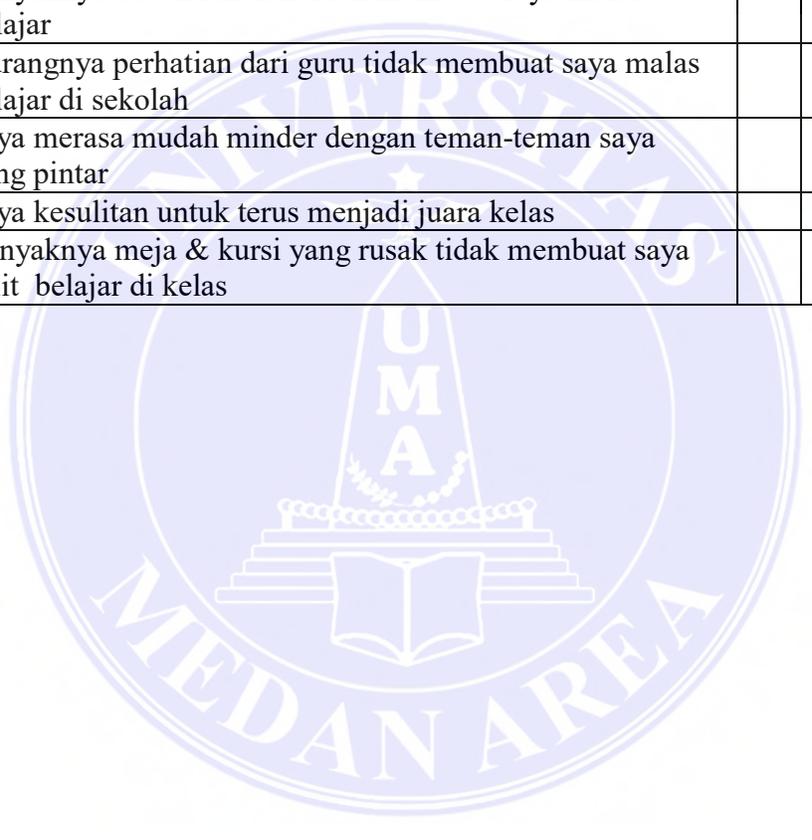
Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa amat senang bisa sekolah disini		V		

**SKALA SCHOOL STRESS**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tidak nyaman berada di ruang kelas yang sangat panas				
2	1. Saya tidak merasa tertekan dengan tuntutan kurikulum yang diterapkan di sekolah				
3	Saya tidak takut jika tidak mengerjakan PR				
4	Ketika ruang kelas gelap saya menjadi susah belajar				
5	Kamar mandi sekolah yang kotor membuat saya tidak nyaman				
6	Saya merasa tidak nyaman berada di ruang kelas yang sangat panas				
7	Seringnya kasus kehilangan di sekolah membuat saya tidak tenang berada di sekolah				
8	Saya tidak lelah dengan padat nya jadwal keseharian di sekolah				
9	Pencahayaan kelas yang buruk tidak membatasi penglihatan saya saat belajar				
10	Saya tidak merasa terbebani untuk selalu mendapat nilai bagus				
11	Terlalu banyak PR tidak membuat saya terbebani				
12	Saya pusing jika di marahi guru karena nilai saya jelek				
13	Kelas yang kotor tidak mempengaruhi focus saya dalam belajar				
14	Tidak ada nya dukungan orang tua membuat saya malas belajar				
15	Ketika satpam tidak ada saya tetap merasa aman berada di sekolah				
16	Saya merasa gelisah setiap ada ulangan harian				
17	Ejekan guru membuat saya menjadi bahan buliyan disekolah				
18	Tidak adanya loker sekolah menyulitkan saya menyimpan perlengkapan sekolah				
19	Saya merasa tertekan dengan banyaknya tugas yang harus kumpul di sekolah				
20	Perbedaan ekonomi keluarga tidak membuat saya takut bergaul				
21	Penampilan saya tidak mempengaruhi hubungan pertemanan saya				
22	Saya tidak kecewa meskipun nilai ujian akhir sekolah tidak sesuai dengan target				

23	Saya mudah pusing karena sulitnya PR yang diberikan guru di kelas				
24	Saya merasa kesal jika mendapat nilai yang tidak sesuai dengan harapan				
25	Saya kurang bersosialisasi dilingkungan rumah karena banyak PR yang harus dikerjakan				
26	Gaya berbicara teman saya membuat saya tidak nyaman disekolah				
27	Saya tetap merasa nyaman meskipun ada beberapa guru yang terkesan pilih kasih				
28	Banyaknya beban sekolah tidak membuat saya malas belajar				
29	Kurangnya perhatian dari guru tidak membuat saya malas belajar di sekolah				
30	Saya merasa mudah minder dengan teman-teman saya yang pintar				
31	Saya kesulitan untuk terus menjadi juara kelas				
32	Banyaknya meja & kursi yang rusak tidak membuat saya sulit belajar di kelas				





YAYASAN PENDIDIKAN TRI KARYA  
**SMP AR - RAHMAN**

NPSN : 102 102 21 AKREDITASI : A NSS : 204 076 006 458

Jl. Brigjend. H.A. Manaf Lubis / Gaperta Ujung No. 58 Medan 20125

**SURAT KETERANGAN**

Nomor 1208/SK.SMP-AR.XII.2020

Berdasarkan surat dari Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area Nomor 677/FPSL01.10/XI/2020 tanggal 26 Nopember 2020, hal Pengambilan Data di SMP Swasta Ar-Rahman Medan, dengan ini menerangkan bahwa

Nama	Irsyad Yopi Sinulingga
NPM	168600352
Program Studi	Ilmu Psikologi
Fakultas	Psikologi

Telah selesai melaksanakan Pengambilan Data pada tanggal 02 - 07 Desember 2020 guna penyusunan skripsi yang berjudul " *Perbedaan School Stress Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa Di SMP Ar - Rahman Medan* "

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Medan, 07 Desember 2020  
Kepala SMP Swasta Ar-Rahman.

Mhd Yuffikar Akmal, S. Pd.I, M.Pd

Tembusan:  
1. Arsip  
2. Yang bersangkutan

[naif.google.com/mail/u/0?ik=2459e74699&view=pt&search=all&permthid=thread-f%3A1689919764029309900&simpl=msg-f%3A1689919...](mailto:naif.google.com/mail/u/0?ik=2459e74699&view=pt&search=all&permthid=thread-f%3A1689919764029309900&simpl=msg-f%3A1689919...)